

# Eko odkrywcy!

Wciąż jest szansa na nagrody w konkursie Eko Odkrywcy. Termin nadsyłania zgłoszeń do tegorocznej edycji konkursu grantowego Eko Odkrywcy został przedłużony. Szkoły, przedszkola i inne placówki oświatowe mogą rejestrować swoje ekologiczne projekty do 23 listopada. Na zwycięzców czekają nagrody o łącznej wartości 50 000 zł.

Konkurs Eko odkrywcy jest skierowany do dzieci

i młodzieży z całej Polski. Jego celem jest zachęcenie przedstawicieli młodego pokolenia do poznawania zmian zachodzących w przyrodzie, zwiększanie świadomości ekologicznej i kształtowanie proekologicznych postaw. Z uwagi na duże zainteresowanie tegoroczną edycją konkursu, organizatorzy zdecydowali się przedłużyć termin zgłaszania projektów do 23 listopada 2015 r.

**Adresaci konkursu:**  
Szkoły, przedszkola, pla-

cówki oświatowe lub wychowawcze i organizacje pozarządowe. Można zgłaszać wiele projektów w następujących grupach wiekowych:

- przedszkola i klasy podstawowe 1-3,
- klasy podstawowe 4-6, klasy gimnazjalne 1-3 oraz klasy szkół średnich.

Aby wziąć udział w konkursie, należy zebrać zespół i wspólnie z opiekunem grupy opracować ciekawy projekt badawczy. Powinien on dotyczyć eksperymentowania,

## NAJTANIEJ W REGIONIE

- wizytówki
- ulotki
- foldery
- itp. itd...
- gazetki firmowe
- siatki mesh
- banery

**SPRAWDŹ NAS!  
WYŚLIJ ZAPYTANIE O CENĘ**

Mediama Wrocław zaprasza.  
Tel. kom. 531 642 792 E-mail: mediama@vp.pl

doświadczenia i poznawania zjawisk przyrodniczych, jak również zachęcać uczestników do ich samodzielnego odkrywania.

### Nagrody m.in:

- dziesięć zwycięskich zespołów otrzyma 3 tys. zł na realizację projektów.
  - jeden z finałowych projektów otrzyma nagrodę specjalną w postaci wyjazdu na Zieloną Szkołę o wartości 20 tys. zł
- Prace konkursowe należy zgłaszać do 23 listopada br., wypełniając for-

mularz na stronie [www.rossnet.pl/ekoodkrywcy](http://www.rossnet.pl/ekoodkrywcy). Uczestnicy znajdą tam również regulamin konkursu oraz prezentację ze wskazówkami pomagającymi wypełnić formularz.

### Komisja...

... Konkursowa zakwalifikuje do finału dziesięć projektów z każdej grupy wiekowej. Zwycięzcy zostaną wyłonieni w drodze głosowania internautów, którego wyniki poznamy 16 grudnia 2015 r.

(org)

## Znamy laureatów z Dolnego Śląska

**Kapituła Dolnośląskiej Rady Wspierania Uzdolnień** przyznała stypendia na rok szkolny 2015/2016 w ramach XV edycji konkursu Programu Stypendialnego „zDolny Śląsk” oraz XIII dolnośląskiej edycji Programu Stypendiów Pomostowych. Stypendia „zDolny Śląsk” otrzymują 54 osoby a stypendia na pierwszy rok studiów - 7 osób.

Roczne stypendia w kwocie od 2500 zł do 5000 zł trafiają do młodych ludzi (uczniów i absolwentów szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych) z 19 powiatów i trzech największych miast Dolnego Śląska. Komisje doceniły osiągnięcia kandydatów w czterech kategoriach: naukowej, artystycznej, sportowej i społecznej. Stypendia finansowane są m.in. z dotacji

Samorządu Województwa Dolnośląskiego.

### Program...

... Stypendialny „zDolny Śląsk” ma na celu znoszenie barier w dostępie do oświaty oraz wspieranie uzdolnionej młodzieży na terenie Dolnego Śląska. Program został zainicjowany w 2001 roku przez Fundację Edukacji Międzynarodowej (FEM) i Samorząd Województwa Dolnośląskiego w ramach Dolnośląskiego Systemu Wspierania Uzdolnień. Gros środków na stypendia pochodzi z dotacji Samorządu Województwa.

### Stypendia...

... Pomostowe to inicjatywa Fundacji Edukacyjnej Przedsiębiorczości (FEP) z Łodzi, której na Dolnym Śląsku partneru-

je FEM. Celem programu jest wspieranie utalentowanych młodych ludzi z małych miejscowości, którzy rozpoczynają studia. Dolnośląskie Stypendia Pomostowe są finansowane ze środków FEP, Samorządu Województwa Dolnośląskiego w ramach programu „zDolny Śląsk” oraz 1% przekazywanego na FEM. Na liście Stypendystów Programu „zDolny Śląsk” na rok szkolny 2015/2016 znaleźli się m.in:  
Szkoły Podstawowe - roczne stypendium: 2500 zł:  
naukowe Maja Górską Legnica

artystyczne Julia Lenart Wrocław

Gimnazja - roczne stypendium: 3000 zł:  
naukowe Radosław Jakub Girul Wrocław  
naukowe Michał Adam Kosmecki Legnica  
naukowe Oliwia Lidia Kropidłowska Wrocław  
naukowe Karolina Maria Wiczorek Wrocław  
naukowe Weronika Wiktoriana Wiesiołek Lubin  
artystyczne Anna Maria Chowaniec Mikołajowice gmina Legnickie Pole  
artystyczne Piotr Świątkowki Wrocław

Projekt współfinansowany z budżetu Województwa Dolnośląskiego.  
Szkoły Ponadgimnazjalne - roczne stypendium: 3500 zł (stypendium specjalne: 5000 zł):  
naukowe Wojciech Michał Fica Bolków  
naukowe Michał Górniak Legnica  
Fundacja Edukacji Międzynarodowej – organizator obu dolnośląskich konkursów – opublikowała pełne listy laureatów na stronie [www.fem.org.pl](http://www.fem.org.pl).

(fem)

## Biuro ogłoszeń

tel. 602 49 84 25 e-mail: [mediama@op.pl](mailto:mediama@op.pl)

# Porozmawiaj z notariuszem o... dziedziczeniu

W ostatnią sobotę listopada samorząd notarialny organizuje kolejną edycję Dnia Otwartego Notariatu. Tegoroczna akcja informacyjno-edukacyjna samorządu notarialnego będzie poświęcona wszelkim sprawom związanym z dziedziczeniem, postępowaniami spadkowymi oraz istotnymi zmianami w prawie spadkowym, które weszły w życie w tym roku.

28 listopada, od godz. 10.00 do 16.00, notariusze będą udzielać bezpłatnych informacji w dwudziestu czterech miastach Polski. Tego dnia odbędzie się szósta

edycja akcji „Porozmawiaj z notariuszem o...”, która jest jednym z najważniejszych działań społecznych samorządu notarialnego i cieszy się ogromnym zainteresowaniem wielu obywateli.

Dzień Otwarty Notariatu jest cyklicznym wydarzeniem organizowanym przez samorząd notarialny od 2010 roku. Z roku na rok samorząd notarialny stara się rozszerzać jego zasięg i docierać do jak największej liczby odbiorców, co skutkuje systematycznie rosnącą liczbą miast, w których odbywa się Dzień Otwarty Notariatu. W zeszłym roku

było ich dziewiętnaście, w tym roku notariusze będą dostępni aż w dwudziestu czterech miastach w całej Polsce. Ideą akcji „Porozmawiaj z notariuszem o...” jest możliwość uzyskania u notariuszy wszelkich informacji oraz skonsultowania z nimi swoich problemów i wątpliwości natury prawnej. Notariusze będą bezpłatnie udzielać informacji wszystkim zainteresowanym. W tym roku tematem przewodnim Dnia Otwartego Notariatu będzie problematyka dziedziczenia. Zasady rozrządzenia swoim majątkiem na wypadek śmierci, sposób przeprowadzenia postępowania spadkowego, uprawnienia i obowiązki spadkobierców, to tematy, które cieszą się niesłabnącym zainteresowaniem społecznym od wielu lat.

W tym kontekście rok 2015 jest rokiem szczególnym. W bieżącym roku w prawie spadkowym zaszły duże zmiany, które mają kluczowe znaczenie zarówno dla spadkodawców, jak i ich najbliższych. Od 17 sierpnia 2015 roku zaczęły obowią-

zywać nowe regulacje unijne, które mają bezpośredni wpływ na postępowania spadkowe dotyczące obywateli polskich, także zmarłych poza granicami kraju. Można tu mówić o prawdziwej rewolucji w postępowaniach spadkowych. Z kolei 18 października 2015 roku weszła w życie zmiana Kodeksu cywilnego i innych przepisów, które w sposób istotny zmieniły zasady odpowiedzialności spadkobierców za długi spadkowe. Warto już teraz zapoznać się z obowiązującymi przepisami, aby w przyszłości uniknąć ewentualnych problemów.

Organizatorzy akcji przyjęli założenie, zgodnie z którym, każdego roku informacje dotyczą jednego konkretnego tematu. W tym roku wracamy do tematu dziedziczenia i postępowania spadkowych, gdyż temat ten cieszy się niesłabnącym zainteresowaniem, ale także z uwagi na sygnalizowane wyżej istotne zmiany obowiązujących przepisów. Nie ogranicza to jednak listy tematów udzielanych infor-

macji, ponieważ notariusze odpowiadają na pytania dotyczące wszystkich spraw, które można załatwić w kancelarii notarialnej.

Hasło tegorocznego Dnia Otwartego Notariatu brzmi „Porozmawiaj z notariuszem o dziedziczeniu”. W sobotę, 28 listopada, od godz. 10.00 do 16.00, notariusze będą udzielać bezpłatnych informacji w dwudziestu czterech miastach Polski.

Lokalizacje tegorocznego Dnia Otwartego Notariatu:

- Jelenia Góra, Książnica Karkonoska, ul. Bankowa 27
- Legnica, Galeria Piastów – małe patio, parter, ul. Najświętszej Marii Panny 9
- Wrocław, budynek Starej Giełdy, Plac Solny 16

Więcej informacji można uzyskać na stronie internetowej [www.dzienotwarty.pl](http://www.dzienotwarty.pl) oraz na portalu Krajowej Rady Notarialnej [www.krn.org.pl](http://www.krn.org.pl).

(krn)



## OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY MIŁKOWICE

o przystąpieniu do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenu położonego w obrębie w obrębie Gniewomirowice (mpzp Gniewomirowice II)

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2015 r., poz. 199 z późn. zm.) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Miłkowice uchwały Nr XIX/119/2012 z dnia 22 maja 2012r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenu położonego w obrębie Gniewomirowice (mpzp Gniewomirowice II). Wyżej wymienione opracowanie obejmuje obszar zgodnie z załącznikiem graficznym do uchwały - do wglądu w Urzędzie Gminy Miłkowice. Zainteresowani mogą składać wnioski do ww. projektu zmiany planu miejscowego. Wnioski należy składać na piśmie w Urzędzie Gminy Miłkowice, ul. II Armii WP 71, 59 – 222 Miłkowice w terminie do dnia 30 listopada 2015 r. Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Na podstawie art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2013 r., poz. 1235 z późn. zm.) podaję do publicznej wiadomości informację o przystąpieniu do opracowania ww. projektu dokumentu wymagającego udziału społeczeństwa. Z dokumentacją sprawy można zapoznać się w siedzibie Urzędu Gminy Miłkowice, ul. II Armii WP 71, 59 – 222 Miłkowice, w godzinach pracy urzędu. Do opracowywanego projektu dokumentu mogą być składane wnioski. Wnioski należy składać do Wójta Gminy Miłkowice w nieprzekraczalnym terminie do dnia 30 listopada 2015 r. Zgodnie z art. 54 ust 3 ww. ustawy wnioski mogą być wnoszone na zasadach określonych w ustawie z dnia 27 marca 2003r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2015 r., poz. 199 z późn. zm.). Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy oraz przedmiot wniosku. Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Miłkowice.

Wójt Gminy Miłkowice

Burmistrz Przemkowa informuje, że w siedzibie Urzędu Miejskiego w Przemkowie przy ul. Plac Wolności 25 wywieszono wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy w drodze przetargu nieograniczonego - część działki oznaczonej numerem geodezyjnym 806/12 o pow. 15 m2 położonej przy ul. Kwiatowej w Przemkowie, nr KW LE1G/26677 z przeznaczeniem jako grunt pod garaż stanowiący załącznik do Zarządzenia Burmistrza Przemkowa Nr 124/15 z dnia 07 października 2015 r.; wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy w drodze przetargu nieograniczonego - część działki oznaczonej numerem geodezyjnym 281/2 o pow. 16 m2 położonej w obrębie Szklarki, nr KW LE1G/32348 z przeznaczeniem jako grunt na usytuowanie piezometru i jego włączenie do sieci obserwacyjno - badawczej wód podziemnych stanowiący załącznik do Zarządzenia Burmistrza Przemkowa Nr 125/15 z dnia 07 października 2015 r.; wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy na cele rolne w drodze bezprzetargowej - część działki oznaczonej numerem geodezyjnym 37/1 o pow. 0,29 ha położonej w obrębie Jędrzychówek, część działki oznaczonej numerem geodezyjnym 273/4 o pow. 0,34 ha położona w obrębie Przemkowa, część działki oznaczonej numerem geodezyjnym 432 o pow. 0,2135 ha położonej w obrębie Przemkowa oraz część działki oznaczonej numerem geodezyjnym 423 o pow. 0,9590 ha stanowiące załącznik do Zarządzenia Burmistrza Przemkowa Nr 123/15 z dnia 07 października 2015 r.

## OGŁOSZENIE

Wójt Gminy Miłkowice informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy Miłkowice, dnia 28 października br., na okres 21 dni, został wywieszony wykaz nr 41/2015 nieruchomości gruntowej przeznaczonych do sprzedaży w drodze przetargu ustnego nieograniczonego. Szczegółowych informacji można uzyskać pod numerem telefonu 76 88 71 210 lub 76 88 71 212.

Wójt Gminy Miłkowice  
(-) Dawid Stachura

Burmistrz Przemkowa informuje, że w siedzibie Urzędu Miejskiego w Przemkowie przy ul. Plac Wolności 25 wywieszono wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży w drodze bezprzetargowej dla najemców - lokal mieszkalny położony w Przemkowie przy ul. Plac Wolności 5/4, zgodnie z Zarządzeniem Nr 132/15 Burmistrza Przemkowa z dnia 30 października 2015 r.



# Niezwykła kraina – pomagamy!

Głośny i barwny korowód, który przeszedł ulicami Wołowa - zapoczątkował powstanie nowego państwa - Niezwykłej Krainy. Powstał już rząd, ma swoje terytorium, godło i Obywateli. Rozdaje już paszporty - czy szykuje się nowy raj podatkowy?

- Niezwykła Kraina to to miejsce, które łączy ludzi. Dlatego szukamy Obywateli, którzy pomogą nam stworzyć piękny świat dla osób niepełnosprawnych na Dolnym Śląsku. To część świata, którą chcemy uczynić lepszą - mówi Karolina Szewczyk, premier Niezwykłej Krainy, która przygotowała także orędzie: <https://www.youtube.com/watch?v=pzi7WW4Buw4>

Od ponad 20 lat Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych w Wołowie zajmuje się osobami niepełnosprawnymi. Większością z nich opiekują się starsi, często schorowani rodzice. Gdy ich zabraknie, Podopieczni Stowarzyszenia zostaną wyrwani ze świata, w którym funkcjonują i rzuceni do obcych miejsc.



- Nie chcemy tego, bo wiemy, że to będzie dla nich wielka krzywda. Dlatego tworzymy Niezwykłą Krainę - mówi Anna Machowicz kierująca MSW i koordynująca akcją Kup Obywatelstwo (<http://kupobywatelstwo.pl/>) - z chęcią przyjmujemy nowych Obywateli, którzy otrzymają od nas specjalne certyfikaty potwierdzające obywatelstwo. Następnym krokiem będą paszporty, ale na razie prowadzimy negocjacje w sprawie uznania nas za podmiot prawa międzynarodowego.

Nowi obywatele powinni się spieszyć, bo akcja trwa do 15 grudnia, a kwota, którą rząd Niezwykłej Krainy chce w ten sposób zgromadzić, to 340.000 zł. Pierwszym Ambasadorem Niezwykłej Krainy został aktor Cezary Żak, który będzie reprezentował ją w Rzeczypospolitej Polskiej.

Obywatelstwo Niezwykłej Krainy można uzyskać na stronie: <http://kupobywatelstwo.pl/>.

(sonwolow)

## MEDIACJA CZYNI CUDA!

**Jakie są zalety mediacji, czy spory pracownicze trzeba rozwiązywać jedynie w sądzie i jak rozwiązywać konflikty w środowisku szkolnym?**

Odpowiedź na te i inne pytania będzie można znaleźć podczas konferencji pt. „Mediacja czyni cuda” organizowanej przez Polskie Centrum Mediacji oddział w Wrocławiu.

Konferencja poruszy zagadnienia mediacji rodzinnych, szkolnych i pracowniczych, a spotkanie poprowadzą mediatorzy i prawnicy zarówno z oddziału wrocławskiego jak i warszawskiego, m.in.: Ewelina Kościukiewicz-Świerczewska - prezes wrocławskiego oddziału PCM i Jerzy Książek – Prezes Zarządu Głównego PCM.

- Mediacje pozwalają na efektywne rozwiązywanie konfliktów w rodzinie, wśród rówieśników, a także w pracy. Dzięki mediacjom można poprawić komunikację i odbudować relacje. A co najważniejsze wzajemnie się usłyszeć! - mówią organizatorzy.

Konferencja odbędzie się 30 li-

stopada we Wrocławskim Centrum Wspierania Organizacji Pozarządowych Sektor 3, ul. Legnicka 65, godz. 14:00 - 17:30. Wstęp wolny!

Patronat nad konferencją objęły Media Brzmienie M, partnerem konferencji jest Fundacja Promocji i Rozwoju Kultury i Nauki Dolnego Śląska SILESIA INFERIOR.

(ewit)



PCC to największy pracodawca w regionie, który oferuje stabilne zatrudnienie w oparciu o umowę o pracę. W związku z licznymi inwestycjami budowlano – remontowych poszukujemy pracowników na stanowisko:

## PRACOWNIK BUDOWLANY

Poszukujemy pracowników ogólnobudowlanych oraz fachowców w zawodach:

- MURARZ
- GLAZURNIK
- ELEKTRYK
- TYNKARZ
- DEKARZ
- HYDRAULIK
- ZBROJARZ
- CIEŚLA
- SPAWACZ

Oferujemy:

- Pracę w systemie jednozmianowym (od poniedziałku do piątku w godz. 07.00 – 15.00)
- Stabilne zatrudnienie w oparciu o umowę o pracę
- Stałe comiesięczne wynagrodzenie
- Przyjazną atmosferę pracy i wsparcie doświadczonych pracowników
- Możliwość odbycia szkoleń zawodowych
- Atrakcyjny pakiet socjalny (karta MultiSport, dofinansowanie do wczasów, ubezpieczenie grupowe)

Osoby zainteresowane ofertą prosimy o przesyłanie CV i listu motywacyjnego drogą elektroniczną na adres: [praca@pcc.eu](mailto:praca@pcc.eu)

Aktualizacja informacji: nie odpowiadamy tylko na wybrane oferty. Nie zwracamy nadanych aplikacji. Prosimy o dołączenie do aplikacji klauzuli: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji”. Uprzejmie informujemy, że w związku z ochroną danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 956, z późn. zm.)” CWB Partner Sp. z o.o. jest agencją zatrudnienia - nr wpisu do rejestru 7182.



Grupa PCC działa w branży chemicznej, energetycznej i transportowej, oferuje produkty na światowych rynkach i funkcjonuje w oparciu o standardy najwyższej jakości. Do spółki PCC Consumer Products Kosmet poszukujemy kandydatów na stanowisko:

Magazynier  
nr ref.: M/KOS/2015  
Miejsce pracy: Brzeg Dolny

Zadania na stanowisku:

- kompletacja zamówień, obsługa magazynu paletowego
- prace pomocnicze przy załadunku i rozładunku oraz przygotowania do transportu
- obsługa komputera, praca w systemie SAP
- szeroko pojęte prace magazynowe
- rozmieszczenie i potwierdzenie dostępności materiałów w magazynie
- zapewnienie prawidłowego obiegu dokumentów magazynowych

Od kandydatów oczekujemy:

- wykształcenie średnie
- obsługa wózka widłowego
- umiejętność pracy w zespole
- pracy w systemie 3 zmianowym
- odpowiedzialności, dokładności i uczciwego podejścia do pracy
- dyspozycyjności oraz gotowości do szkoleń

Oferujemy:

- zatrudnienie na umowę o pracę
- możliwość zdobycia cennego doświadczenia
- pełną wyzwań pracę w dynamicznie rozwijającej się firmie

Aplikacje prosimy przysyłać na adres: [praca@pcc.eu](mailto:praca@pcc.eu)

Uprzejmie informujemy, że skontaktujemy się tylko z wybranymi kandydatami. Nie zwracamy nadesłanych aplikacji.

Prosimy o dołączenie do aplikacji klauzuli: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w mojej ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926, z późn. zm.)”.

CWB Partner Sp. z o.o. jest agencją zatrudnienia - nr wpisu do rejestru 7182.



# Na tropie naszej historii

Różne i jakże niezwykle ekspozycje muzealne, dotyczące rozpiętego okresu naszej dziejowej historii, obejrzeć możemy w Muzeum im. Orła Białego w Skarżysku-Kamiennej.

Poza eksponatami mieszczącymi się w budynku, są też ekspozycje rozlokowane w plenerze. Zatem można tu podziwiać unikatowe eksponaty związane z historią hutnictwa regionu świętokrzyskiego, a szczególnie z czasem dwóch

ostatnich wojen.

Skarżyskie Muzeum im. Orła Białego, znajduje się w zabudowaniach nie istniejącej już huty „Rejów”. Na uwagę zasługuje fakt, iż huta ta zaprzestała swojej działalności po powodzi, mającej miejsce w 1901 roku. A potrafiła ona dać godziwe utrzymanie, setkom robotniczych rodzin w regionie świętokrzyskim. Każda sala muzealna, poświęcona jest innej tematyce historycznej. Ale każda z nich, potrafi zachwyć miłośnika historii.

Najwięcej eksponatów, dotyczy okresu II wojny światowej. Są one podzielone na czas kampanii wrześniowej, jak również na lata działalności polskiej partyzantki. Z tego okresu znajdują się w naszym muzeum pociski artyleryjskie, sprzęt bojowy, odznaczenia jak też i umundurowanie.

Warto jest w tym miejscu wspomnieć o sprzęcie wojennym, którym są dla przykładu transporterzy opancerzone, działa pancerne, wyrzutnie rakiet taktycznych, ciągniki



pancerne i wozy pogotowia technicznego.

Ewa Michalowska – Walkiewicz  
Fot. (emw)

## Jesienią traktuj skórę wyjątkowo

Jesień i zima to idealny moment na to, by zadbać o swoją skórę i poddać się zabiegom kosmetycznym. W czasie, gdy za oknem panują niższe temperatury oraz mamy do czynienia z mniejszym promieniowaniem słonecznym, nasz naskórek nie tylko szybciej się regeneruje, ale także możemy po zabiegach dużo łatwiej uniknąć podrażnień.

Po wakacjach skóra staje się szara, matowa i zmęczona. Na naszą niekorzyść działa także mniejsza ilość naturalnego światła oraz centralne ogrzewanie, które bardzo mocno wysusza naskórek. Jak dodać energii cerze oraz jak poprawić jej kondycję?

### Czas na regenerację

Długotrwałe działanie promieni słonecznych oraz wysokie, letnie temperatury sprawiają, że nasza skóra staje się przesuszona i spragniona odpowiedniego nawilżenia. Dlatego właśnie teraz warto poddać się zabiegom złuszczającym, oczyszczającym i regenerującym.

– Pielęgnację należy rozpocząć od prawidłowego oczyszczenia skóry, w tym przypadku niezawodne będą wszelkiego rodzaju peelingsi kawitacyjne, wykorzystujące

fale ultradźwiękowe – mówi Agnieszka Kowalczyk, kosmetykolog w poznańskiej Klinice Urody Mona Lisa. – Pozwolą one w bezbolesny sposób usunąć nadmiar sebum z porów i mieszków włosowych oraz pozbyć się zrogowaciałego naskórka, zaskórników i bakterii – dodaje.

### Bardzo ważne...

... jest również intensywne nawilżanie i regeneracja skóry. Po dokładnym oczyszczeniu idealnym zabiegiem będzie mikrodermabrazja korundowa, która działa nie tylko na zasadzie pellingu mechanicznego, ale dodatkowo stymuluje ona odnowę komórkową.

– Mikrodermabrazja SKIN JET polega na mechanicznym ścieraniu naskórka, warstwa po warstwie, za pomocą specjalnej głowicy pokrytej sterylnymi mikrokryształkami kordunu – wyjaśnia Agnieszka Kowalczyk, kosmetykolog. – Tego rodzaju zabieg nie tylko oczyszcza i odmładza skórę, ale także rozjaśnia niewielkie przebarwienia, spłyca cienkie linie zmarszczek oraz rozszerzone pory – dodaje.

Bardzo często jesienią skarżymy się na to, że nasza skóra jest matowa i poszarzała, aby dodać cerze energii idealne będą zabiegi rozluźniające i rozpuszczające obumarłe komórki.

– Popularnymi zabiegami regenerującymi są peelingsi migdałowe, mlekowe oraz owocowe – mówi Agnieszka Kowalczyk, kosmetykolog. – Zabiegi te złuszczenia martwe komórki naszego naskórka, przyspieszają metabolizm komórek, pozwalają spłyć zmarszczki oraz poprawić napięcie i elastyczność skóry – dodaje.

### Lifting bez skalpela

Oprócz oczyszczania i regeneracji skóry warto pomyśleć także o jej odmłodzeniu. Coraz popularniejsze stają się nowoczesne i nieinwazyjne zabiegi, które pozwalają uzyskać widoczny efektu liftingu, świeżość i promiennosc zaraz po wyjściu z gabinetu.

– Infuzja tlenowa to nowa technologia, która polega na włączaniu preparatów aktywnych do głębokich warstw skóry za pomocą czystego tlenu – wyjaśnia Agnieszka Kowalczyk. – Jest to rewolucyjna metoda odmładzania skóry, nawilżania na poziomie komórkowym oraz redukcji zmarszczek z której korzysta już wiele światowych gwiazd. Inną technologią, która działa, jak lifting wykonywany bez użycia skalpela, jest FOCUS RF. Metoda wykorzystuje działania bipolarnej fali radiowej, jest w stanie bardzo szybko i bez bólu poprawić wygląd

naszej skóry.

– Ta nowoczesna metoda, oprócz zagęszczenia skóry i zmniejszenia zmarszczek, powoduje także znaczną poprawę cyrkulacji limfy, a co za tym idzie, zmniejszenie sińców i obrzęków wokół oczu – wyjaśnia Agnieszka Kowalczyk.

Dzięki coraz bardziej zaawansowanej technologii możemy osiągnąć efekt liftingu

i wyraźnego odmłodzenia bez konieczności ingerencji chirurga, bólu, leczenia blizn pooperacyjnych i rekonwalescencji. Dodatkowo, poddając się zabiegom o tej porze roku, mamy pewność, że wszelkiego rodzaju obrzęki będą mniej widoczne, a organizm zdecydowanie szybciej wróci do formy.

(Itm)

## Wrosound

**W pierwszy weekend grudnia WROsound będzie miał swoją 7 edycję. Festiwal, który definiuje brzmienie made in Wrocław po raz kolejny proponuje program świeży i pełen muzycznych odkryć. Na technicznie wyrefinowanej scenie Impartu wschodzące gwiazdy nowej muzyki i alternatywne projekty będą miały okazję pokazać się w wersji live.**

Impreza prezentuje smaki muzycznej podpowierzchni nie tylko Wrocławia, ale i położonych w jego bliskim sąsiedztwie rejonów dźwiękowych. W edycji 2015 pojawią się min.: odkrycie festiwalu Nowa Muzyka w

Katowicach Ventolin i jego live personal appearance; serwujący mieszankę elektro, dubstep'u i drum'n'bass przy użyciu żywych instrumentów Bresloux; eklektyczni Czesi z Kyklos Galaktikos czy związani z wrocławskim Centrum Reanimacji Kultury postpunkowcy z Ukrytych Zalet Systemu. Nie zabraknie i w tym roku niespodzianek, absolutnych premier, enigmatycznych zjawisk czy niepowtarzalnych – bo przygotowanych specjalnie na WROsound – projektów muzycznych.

W tym roku wydarzenia odbywać się będą 4 i 5 grudnia na dwóch scenach i w przestrzeniach galerii Impartu przy Mazowieckiej 17. Więcej szczegółów na stronie [www.wrosound.com](http://www.wrosound.com)

(impart)