

# naszemiasto.pl

27.08.2015

#DZIEJSIĘ 29.08, RYNEK, GODZ. 20.30, KONCERT TADEUSZA POLKOWSKIEGO Z ZESPOŁEM//  
28.08, MIKROFON, GODZ. 20.30, WSTĘP WOLNY, WIECZÓR Z MUZYKĄ NA ŻYWO, ZAGRAJĄ MATEUSZ  
MICAŁ I GRZEGORZ CHRUSCIEL// 29.08, MIKROFON, GODZ. 20, WSTĘP WOLNY, SALSA NIGHT//



## #w naszym mieście

Monika  
zaprojektowała  
lekkie przewodniki  
po Rzeszowie  
dla obcokrajowców  
i zestaw miejskich  
gadżetów

STR. 5



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

## #w naszym mieście

# Zapisy na zajęcia w RDK zaczynają się w najbliższą środę

• Warto się pospieszyć, bo na te najciekawsze listy zamykane są w ciągu jednego dnia STR. 4

## #aktywnie

W SOBOTĘ  
WYSTARTUJE  
XXVI NOCNY  
BIEG ULICZNY  
SOLIDARNOŚCI.  
NA RYNKU BĘDZIE  
TEŻ MOŻNA  
ODDAĆ KREW  
I POSŁUCHAĆ  
MUZYKI

STR. 11



FOT. KRYSZYNA BARANOWSKA

REKLAMA

R014012993C

## Bank odmówił ci kredytu?

U nas dostaniesz pieniądze bez zbędnych pytań!

- do 150 000 zł w jeden dzień
- do 30 000 zł na oświadczenie o dochodach
- okres spłaty do 120 miesięcy

**MULTIKA** 5  
MARKET KREDYTOWY QS  
Rzeszów, Grotgiera 26  
tel. 17 850 24 18  
www.multika.rzeszow.pl



W takim świecie żyjemy. Liczą się liczby, to ile sprzedasz płyt, ile osób przyjdzie na twój koncert.

Joe Satriani,  
gitarzysta rockowy

## #zdjęcia



## POLARNE MIŚKI I ZABAWA W MORZU KWIATÓW

NAJNIEBEZPIECZNIEJSZE Z NIEDŹWIEDZI W CHWILACH ODPOCZYNKU I RELAKSU NA ŁĄCE FIOLETOWO-RÓŻOWYCH KWIATÓW UCHWYLIŁ KANADYJSKI FOTOGRAF PRZYRODY DENNIS FAST

## #rozrywka

## SZAŁ NASTOLATEK

KONCERT VIOLETTA LIVE W WARSZAWIE I KRAKOWIE PRZYCIĄGNAŁ TŁUMY. MODA NA DISNEYOWSKIE PRODUKCJE TRWA W NAJLEPSZE



## TYLKO PIES I SMARTFON

DWAYNE PARTON PODRÓŻUJE PRZEZ STANY ZJEDNOCZONE ZE SWOIM PSEM, IPHONEM I ROBI ŚWIETNE ZDJĘCIA

FOT. DWAYNE PARTON, DENNIS FAST/DENNISFAST.COM

## #na ekranie

## Z rudzielca do agenta

**FILM** - Do amerykańskich kin weszła komedia akcji „American Ultra”. Polacy muszą na nią poczekać do 4 września. Główny bohater Mike (w tej roli Jesse Eisenberg znany m.in. z „The social network”) mieszka ze swoją dziewczyną Phoebe w małym miasteczku i wiecie spokojne życie. Wszystko się zmienia, gdy okazuje się, że jest uśpionym agentem w programie rządowym. Fajnie zobaczyć aktora znanego głównie z roli twórcy Facebooka jako... hippisa!

## Koniec Hannibala

**SERIAL** - Stacja NBC ogłosiła, że rezygnuje z emisji kontrowersyjnego serialu „Hannibal”. W telewizji jest teraz pokazywany trzeci sezon produkcji. Czy to koniec serialu? Producent Bryan Fuller w specjalnym oświadczeniu zaznaczył, że dzieło rozstaje się z NBC, ale może być emitowane w innej stacji. „Hannibal” opowiada o agencji specjalnym, który po załamaniu psychicznym wraca do pracy. W niej agent FBI poznaje szanowanego psychiatrę Hannibala Lectera, który pomaga rozwikłać dziwne morderstwa.

## #sztuka

## Magia i dzikość natury

**FOTO** - Anna Pajerska, 20-letnia uśmiechnięta dziewczyna pochodząca z Nowego Targu, od dwóch lat na poważnie zaczęła zajmować się fotografią. Zamiast tworzyć w studiu, woli uwieczniać swoje modelki w plenerze, a jej zdjęcia mają niesamowity bajkowy klimat. Tym razem artystka zaprezentowała przepiękną sesję ze zwierzętami w roli głównej. Koniecznie sprawdźcie na jej Facebooku.

JESTEM CHORYM PERFEKCJONISTĄ I PO KAŻDYM KONCERCIE SIĘ SAMOBICZUJĘ. MAM ŻAL DO SIEBIE, ŻE NIE TRAFIŁEM W NUTĘ MUZYK KRZYSZTOF ZALEWSKI

## # przybyło



8 drewnianych leżaków – zamontowanych na stałe – stanęło przy nowej ścieżce rowerowej nad Wisłokiem – od zapory w kierunku Lisiej Góry.

FOT. PAUL A. HEBERT/INVISION/AP

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

## #mój głos

## #W internecie, znaczy niczyje?

KATARZYNA MULARZ  
dziennikarz



FOT. MATERIAŁY WŁASNE

**G**łośno ostatnio o wpadce, jaką zaliczył pewien fanpage pewnego wysokoprocentowego trunku. Choć raczej powinienem mówić nie o wpadce, co o mega wtopie. Bo jak inaczej nazwać publikację zdjęcia obrażającego zbrodnię lubińską z głupim, nieprzemysłanym podpisem, którego autor najwyraźniej nawet nie wiedział, na co patrzy i co puszcza w obieg. Pomijając jednak całą warstwę historyczną i koszmarny kontekst, w jakim rozrywkowy wpis został osadzony, mnie poruszyło coś jeszcze. Od lat internet zalewa fala memów, czyli zdjęć z zazwyczaj zabawnymi, ironicznymi – podpisami. Memy stały się nieodłącznym elementem waż-

nych wydarzeń, czy politycznych wpadek, urastając do rangi komentarzy płynących od anonimowej internetowej społeczności. Niestety, przy tej okazji, w ferworze zdarzeń i pod płaszczykiem wspomnianej anonimowości, zaczęło się masowe i bezrefleksyjne łamanie praw autorskich. Grzechem prowadzącego profil alkoholu było to, że nie zrozumiał przekazu fotografii, nie zaświeciła mu się „czerwona lampka”, która każdemu, choć trochę znającemu historię człowiekowi, powinna się zaświecić. Ale grzechem było także swobodne wykorzystanie fotografii, której autor czy też dysponent praw autorskich, nie miał o tym bladego pojęcia. Tak samo dzieje się z tysiącami innych memów, których twórcy wykorzystują po prostu znalezioną w sieci, przypadkową, pasującą do idei fotografię. Bez zgody, bez wynagrodzenia, bez podpisu. Niektórzy podpisują takie zdjęcia np. „fot. internet” albo „fot. Google”. Ja się pytam, czy internet zrobił to zdjęcie albo rysunek? Nie wiem skąd takie powszechne przekonanie, że fotografia lub grafika znalezione w sieci jest niczyja. Co ciekawe, w odniesieniu do tekstów co do zasady honoruje, czy wręcz celebrycie się kwestie autorstwa. W czym zdjęcia są tutaj gorsze? W świetle prawa, w niczym. One również mają autora, którym z całą pewnością nie jest tajemniczy pan „internet”.

## #mój głos

## # Trzymamy kciuki za Darcy'ego

ANNA JANIK  
dziennikarz



FOT. MATERIAŁY WŁASNE

**M**iało być o żużlu, ale tym rzeszowskim. O tym, jak dobry klimat udało się stworzyć nowemu prezesowi, szkoleniowcowi i pomagającym im ludziom. Bo serce rośnie, kiedy na mecze żużlowe przychodzi po 11 tys. osób, szczególnie zapalając obie trybuny. W dodatku spora część to rodziny z dziećmi, które mają teraz odpowiednio wycenione bilety, strefę zabaw, a po meczu oblegają park maszyn, stojąc kilkadziesiąt minut w kolejce po autografy żużlowców. Cudownie, że komuś udało się wreszcie przekonać rzeszowian (i to nie tylko dzięki oklejonym „na żużlowo” autobusom), że speedway to naprawdę sport rodzinny, dostar-

## naszemiasto.pl

**ADRES REDAKCJI**  
35-016 Rzeszów, ul. Kraszewskiego 2  
tel. 17 867-22-27  
redakcja.rzeszow@naszemiasto.pl

**REDAKTOR NACZELNY**  
Maciej Gładysiewicz, z-ca Aleksandra Glegoła

**REDAKTOR PROWADZĄCY**  
Joanna Borowicz, redakcja.rzeszow@naszemiasto.pl

**PROJEKT GRAFICZNY/DYR. ART.**  
Tomasz Bocheński

**BIURO REKLAMY**  
35-016 Rzeszów, ul. Unii Lubelskiej 3  
tel. 691 432 876, 17 867-23-51

**WYDAWCA**  
Polska Press sp. z o.o.  
02-672 Warszawa, ul. Domaniewska 45,  
tel. 22 201-41-00

**DRUK**  
Polska Press sp. z o.o. w Warszawie/o. Kielce  
Drukarnia Tarnobrzeg

**DYSTRYBUCJA**  
ARDIKO Michał Komorowski,  
Ul. Kottłataja 18/12, 25-715 Kielce



Materiałów nie zamówionych nie zwracamy.  
Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń

REKLAMA

M02500880A

**20% RABATU****NA CAŁE ZAKUPY  
Z DZIAŁU DZIECIĘCEGO**Kupon ważny od 22 sierpnia do 6 września 2015 r.,  
tylko w sklepach stacjonarnych H&M w Polsce.

Kupon należy przedstawić w momencie zakupu. Rabat udzielany jest przy kasie. Nie dokonujemy korekt poprzednich zakupów. Nie łączy się z innymi ofertami i zniżkami. Zwroty artykułów zakupionych przy użyciu kuponu będą dokonywane tylko na tzw. kartę wydawaną przy zwrocie towaru. Niniejszy kupon nie może zostać wykorzystany na zakup kart upominkowych H&M. Oferta nie dotyczy sklepu online.

**H&M**Spodnie  
**39,90 PLN****H&M**

Sklep online hm.com

## 04

# w naszym mieście



To wstyd, żeby w 2015 roku w mieście wojewódzkim baseny miejskie tak wyglądały.  
Jerzy Jęcmienionka,  
radny PiS

## #krótko

## Szósty konkurs angielskiego

**ZAPISY** - Szkoła Językowa British School organizuje we wrześniu konkurs języka angielskiego „Let's play English”. Adresowany jest dla trzech grup wiekowych: klasy 1-3 szkoły podstawowej, klasy 4-6 szkoły podstawowej oraz gimnazjum. Zgłoszenia w siedzibie British School przy ul. Hetmańskiej 56, do 8 września. I etap konkursu zaplanowany jest 21 i 22 września. **BETA**

## Spotkanie z prezydentem

**NASZE SPRAWY** - W piątek, o godz. 17.00, w RDK przy ul. Konfederatów Barskich 43a, spotkanie prezydenta miasta z mieszkańcami os. Pobitno i Wilkowyja.

## Zmiany rozkładu jazdy

**MPK** - 1 września - na wniosek rady osiedla Zwięzcyca - zmianie ulega rozkład jazdy linii nr 38. Na trasę wyjedzie też nowa linia 41, uruchomiona na wniosek dyrekcji Gimnazjum Nr 10. Linia umożliwi dojazd dzieci i młodzieży z os. Załęże do gimnazjum oraz powrót.

## Gra miejska o „Lalce”

**WPLENERZE** - Jeśli chcesz sprawdzić swoją wiedzę literacką oraz intuicję, wzięć udział w rywalizacji o cenne nagrody rzeczowe, spędzić aktywnie czas z rodziną lub przyjaciółmi - zgłoś się do 2 września do gry miejskiej o „Lalce” Bolesława Prusa. Zgłoszenia mailem na adres: ejurasz@estrada.rzeszow.pl.

BAJ

PODJĘLIŚMY DECYZJĘ, BY W MIEJSCIE 50-METROWEGO BASENU Z TRYBUNAMI WYBUDOWAĆ BASEN CAŁOROCZNY, TAKŻE 50-METROWY, ALE Z ODSUWANĄ ŚCIANĄ  
WICEPREZYDENT STANISŁAW SIENKO O INWESTYCJACH PRZY UL. PUŁASKIEGO

Jesienna oferta zajęć i warsztatów w domach kultury jest wyjątkowo bogata

# Języki, muzyka, plastyka.

## Zajęcia dla małych i dużych

CZAS WOLNY

W przyszłym tygodniu startują zapisy na zajęcia w osiedlowych filiach Rzeszowskiego Domu Kultury. Trzeba się spieszyć, bo na te najciekawsze listy zamykane są w ciągu jednego dnia.

## #Katarzyna Mularz

●● Jesienna „ramówka” Rzeszowskiego Domu Kultury zapowiada się bardzo atrakcyjnie. Na rzeszowian czeka kilkadziesiąt tematycznych zajęć dla różnych grup wiekowych - od najmłodszych po seniorów.

Dzieciaki będą mogły wybrać się m.in. na balet, angielski, grę na fortepianie, gitarze, perkusji, plastykę, rękodzieło artystyczne, a także rytmikę, do studia aktorskiego, na szachy, taniec bollywood, taniec brzucha, do zespołu cheerleaders, na taniec ludowy, warsztaty gamcarskie, warsztaty kreatywne, warsztaty mody, zajęcia logopedyczne i musicalowe. Nowością w tej grupie wiekowej będą kluby malucha.

- To oferta dla dzieci w wieku od pół roku do trzech lat i ich rodziców. Zajęcia będą służyły wspólnej zabawie, spędzaniu czasu, ale też wymianie doświadczeń rodzicielskich i przygotowaniu dzieci do roli przedszkolaka - mówi Daniel Czarnota z RDK.

Dla młodzieży przygotowano m.in. zajęcia z dykcji i recytacji,

Jeśli masz w domu młodego artystę, pozwól mu rozwijać talent w grupie



FOT. MALGORZATA GENCA

ne, szachy, zajęcia florystyczne, rzeźbiarskie i teatralno-kabaretowe.

## NIE PRZEGAPI!

Zapisać będzie można się podczas dni otwartych, które startują już w przyszłym tygodniu. Oprócz wymienionych zajęć, będzie możliwość dołączenia do warsztatów organizowanych przez firmy zewnętrzne wynajmujące pomieszczenia w RDK. W ramach takich spotkań organizowane są m.in. zajęcia cyrkowe.

Miesięczne opłaty za zajęcia organizowane przez RDK wahają się w granicach 15-60 zł. Liczba miejsc w grupach jest ograniczona. Oferta zajęć w każdej z filii będzie się różnić.

Początek zapisów 2 września na osiedlach Wilkowyja i Budziwój. Dzień później otworzą się filie w Zwięzcy i Miłocinie, natomiast 4 września na Staroniwie. 7 września zapisać się będzie można na ul. Krynickiej i Załężu, 8 września na os. Biała, Pobitno i Drabiniance. 9 września czas na Zalesie i Staromieście, 10 na Słocinie i filię Widokowa, a 11 na Przybyszówkę. Zapisy zakończą się 2 października w filii Country przy ulicy Herbowej. Tutaj jednak RDK zastrzega, że data może ulec zmianie. Zapisy odbywać się będą w godz. 17-19, start zajęć 14 września.

Szczegółowe adresy konkretnych filii znajdziesz w serwisie rzeszow.naszemiasto.pl.

angielski, naukę gry na gitarze basowej, keyboardzie, studio aktorskie, szachy, taniec bollywood, breakdance, taniec brzucha i zajęcia wokalne.

## INTERNET BEZ TAJEMNIC

Dorośli będą mogli zapisać się m.in. na warsztaty ABC komputera i Internetu, aerobik,

decoupage, język angielski, do kapel ludowych, na rękodzieło artystyczne, siłownię, zajęcia florystyczne.

W nowym sezonie znacznie bogatsza będzie oferta zajęć dla seniorów. Oprócz warsztatów komputerowych, przygotowano aerobik, angielski, gimnastykę dla kręgosłupa, rękodzieło artystycz-

## Pomóż nam wybrać najlepszą „elkę” w Rzeszowie

NASZA AKCJA

Rozpoczął się nasz wakacyjny plebiscyt na najlepszą szkołę jazdy w Rzeszowie. Przekonajmy się, gdzie szkołą prawdziwych mistrzów kierownicy!

## #KM

●● W głosowaniu, które trwa na portalu rzeszow.naszemiasto.pl bierze udział już jedenaście szkół jazdy. Ciągłe też można zgłaszać kolejne - zgłoszenia zawierającego zdjęcie i krótki opis może dokonać każdy pełnoletni zarejestrowany

użytkownik serwisu. Zwycięzcę odwiedzimy i przygotowujemy specjalny redakcyjny materiał. A to nie koniec nagród!

## ROMANTYZM W RZESZOWIE

Jednocześnie na portalu trwa plebiscyt na najbardziej romantyczne miejsce w Rzeszowie. W szranki stanęły nie tylko plenerowe „miejscówki” - bulwary, czy park w Słocinie, ale też kino Zorza, Niebieskie Migdały, czy Trattoria Al Forno. Które z tych miejsc zasługuje na miano najbardziej romantycznego? Przekonamy się dzisiaj w pośpiechu i krótki opis może dokonać każdy pełnoletni zarejestrowany

## #żeby zdać i nie zapomnieć

Ulica  
**naszemiasto**  
nasz dobry adres

## #jak głosować?

Do plebiscytu mogą zostać zgłoszone rzeszowskie szkoły nauki jazdy. Zabawa trwa od 20 sierpnia do 14 września, a Wasze propozycje przyjmowane są do północy 10 września. Jeśli na liście nie ma Waszej szkoły jazdy, śmiało ją zgłaszajcie. Głosowanie zakończy się 14 września o godz. 12. Wybór internautów wskaże najlepszą szkołę jazdy w mieście. Liczymy szczególnie na głosy byłych kursantów, którzy z ręką na sercu mogą polecić daną szkołę jazdy. To z pewnością może pomóc wielu osobom w skutecznej nauce i zwiększy ich szanse na zdanie egzaminu.

REKLAMA

R015007722A

## Wojewódzki Związek Pszczelarzy



ul. 8-go Marca 3  
35-065 Rzeszów  
tel. 17 85 340 59





**TĘPIŁEM, TĘPIĘ I BĘDĘ TĘPIŁ INICJATYWY PISANE NA KOLANACH**  
KONRAD FIJOŁEK, RADNY ROZWOJU RZESZOWA O POMYŚLE PIS  
NA MIESZKANIA DLA MŁODYCH

Studentka grafiki zaprojektowała lekki przewodnik po Rzeszowie dla obcokrajowców i zestaw miejskich gadżetów

# Rzeszów dla początkujących. Przewodnik, który ułatwi pierwsze dni w naszym mieście

LUDZIE

**Oryginalny kolorowy przewodnik, torba eko i kartki pocztowe z rzeszowskimi motywami. Taki pomysł na powitanie Erasmusów w Rzeszowie ma Monika Krzysiak.**

#Katarzyna Mularz

●● O studentach z zagranicy, którzy przyjeżdżają na kilka miesięcy na wymianę, mówi się popularnie Erasmusi. Trzy lata temu Monika była takim Erasmusem w niedużym portugalskim mieście Portalegre.

- Na początku było mi dość ciężko się odnaleźć. Miałam sporo kłopot z tak banalnymi - wydawałoby się - czynnościami, jak np. dorobienie klucza. Nie za bardzo wiedziałam też, co można tam robić czy zwiedzać. Wtedy przyszło mi do głowy, że studenci, którzy przyjeżdżają do Rzeszowa mają z pewnością dokładnie te same problemy - opowiada.

Tak zrodził się pomysł na przygotowanie przewodnika po Rzeszowie dedykowanego



**Monika jest świeżo upieczoną absolwentką Wydziału Sztuki URz**

Erasmusom. Monika postanowiła wykonać go w ramach pracy magisterskiej. Promotorowi bardzo się to spodobało i dał studentce zielone światło.

**NA LUZIE**

Monika zrobiła research wśród znajomych, oparła się też na własnych doświadczeniach - zarówno z Portugalii, jak i Polski, bo do Rzeszowa na studia przyjechała spod Biłgoraja. W ten sposób powstała książkowa „pierwsza pomoc” dla osób, które dopiero zamieszkały w mieście. W środku można znaleźć sporo praktycznych informacji o tym, gdzie zjeść, gdzie się bawić, co zwiedzać, jak poruszać się po Rzeszowie. Wszystko wykonane w lekkim, zabawnym klimacie i okraszane odręcznymi rysunkami autorki oraz mapkami. Wszystko po to, by - jak głosi wstęp - jak najlepiej poznać polską kulturę i w pełni cieszyć się pobytem w naszym kraju.

- Książka, którą nazwałam „Say hello to Rzeszów” (Powiedz cześć Rzeszowowi - dop. KM) podzielo-

na jest na trzy części - przewodnik po Rzeszowie, informacje o Polsce oraz Wydziale Sztuki URz, na którym studiowała. W sumie 82 strony. Opisy i informacje nie mają charakteru encyklopedycznego. Chodziło o to, żeby student mógł nabrać ogólnego pojęcia o tym gdzie jest i o co w tym wszystkim chodzi. Całość napisania jest w języku angielskim - tłumaczy Monika.

Przygotowanie książeczki zajęło Monice ponad pół roku. Niektórzy pukali się w głowę, że aż tyle czasu poświęca na coś, co dla wielu jest czystą formalnością.

- Miałam chwile wątpliwości, dwa razy chciałam odpuścić. Z perspektywy myślę, że bardzo bym dziś żałowała, gdybym jednak porzuciła ten pomysł. To ogromna satysfakcja mieć go dzisiaj w rękach - opowiada.

**GADŻETY DLA POCZĄTKUJĄCYCH**

Oprócz przewodnika Monika zaprojektowała również pocztówki z rysunkami Pomnika Walk Rewolucyjnych, ul. 3 Maja i zamku Lubomirskich oraz torbę ekologiczną. Na białym materiale, po-

śród przedmiotów, które mogą kojarzyć się ze studiowaniem na kierunku artystycznym, również widnieje sylwetka pomnika. Założenie projektu jest takie, że student, który przyjeżdża do Rzeszowa dostaje taki „gadżet pack” na dobry start.

**TO NIE KONIEC POMYSŁÓW**

Pracę magisterską obroniła na piątkę. Komisji bardzo przypadł do gustu pomysł na desing miejskich gadżetów, podobnie jak wykonaniem i proszą o swoje egzemplarze.

Na razie jednak Monika ma wszystko w pojedynczych sztukach. Nie jest również przesądzone, czy zostanie w Rzeszowie na dłużej. Jak to u absolwenta, wszystko zależy od perspektyw na dalszą pracę. A tą chciałaby wykonywać jako grafik.

- Bardzo bym chciała, żeby mój projekt nie skończył jako pamiątka po obronie. Marzy mi się stworzenie zestawu rzeszowskich gadżetów i wypuszczenie ich na rynek - mówi.

REKLAMA

R015007739A

**Chcesz skutecznie się zareklamować zleć ogłoszenie do gazety Nasze Miasto Rzeszów**

**naszemiasto.pl**

Czekam na Państwa telefon **691-432-876**, e-mail: **ewa.bonczak@polskapress.pl**

REKLAMA

R015007715A

**WESELE**  
w Restauracji **TWIERDZA**

Nasza oferta na pewno pozwoli Młodej Parze i Gościom weselnym osiągnąć niezapomniane wrażenia i pozostawi długotrwałe zadowolenie. Gwarantujemy świetną zabawę, jeszcze lepsze jedzenie oraz najmiłą obsługę, jaką tylko można mieć. Lokal posiada klimatyzowaną salę, która pomieści nawet 140 osób a także pokoje i apartamenty.

**Wolne terminy**  
**2016 i 2017**



Podkarpacka 10B, Rzeszów, tel. 17 854 06 02, [www.twierdza.rzeszow.pl](http://www.twierdza.rzeszow.pl)

REKLAMA

M025001022A

**KULTURA**  
**DOSTĘPNA**

**W SIECI**



**ZŁAP KULTURĘ**  
**W DOBREJ CENIE**  
na [www.kulturadostepna.pl](http://www.kulturadostepna.pl)

ORGANIZATORZY:

Ministerstwo  
Kultury  
i Dziedzictwa  
Narodowego

NARODOWE  
CENTRUM  
KULTURY

PARTNERZY:

TVP

POLSKIE  
RADIO

Poczta Polska

BARDZO  
eNCEK

naszemiasto.

# 06

## # dzieje się



To ogromna radość, kiedy pasja staje się pracą i odwrotnie.

Aktorka Edyta Herbuś dla Agencji Newseria



### #koncerty

#### Acoustic Space

**TAWERNA, 27 SIERPNI (CZWARTEK), GODZ. 21. WSTĘP WOLNY.** Acoustic Space gra utwory szeroko rozumianej muzyki rozrywkowej w aranżacjach akustycznych. W repertuarze zespołu znajdują się utwory wykonawców takich jak: The Beatles, Stevie Wonder, Michael Bubble, Sting, Michael Jackson, Eric Clapton, Adele, Elvis Presley, Perfect, Stanisław Soyka, Dżem.. i wiele innych.

#### Heavy Day Fest

**KLUB VINYL, 28 SIERPNI (PIĄTEK), GODZ. 19. BILETY: 20 ZŁ.** Trzecia odsłona metalowej imprezy Heavy Day Fest w rzeszowskim klubie Vinyl. Zagrają: Warmblood, Unison Theory, Integral, Fear of Blood, Strzyga, Utopia, Offroad.

### #sportowo

#### Piłka stołowa

**CORNER, 28 SIERPNI (PIĄTEK), GODZ. 20. BILETY: 5 ZŁ.** Pierwszy i jedyne w tym roku turniej singlowy w piłkarzyki. Turniej odbędzie się na 2 stołach garlando world champion 2005. 2 sety do 6 bramek bez przewag, obowiązuje standardowa drabinka, finał do 3 wygranych setów. Więcej informacji pod numerem telefonu: 508-322-600

### #do kina

#### Kino kobiet

**HELIOS (GALERIA RZESZÓW), 27 SIERPNI (CZWARTEK), GODZ. 18.30.** Zabierz przyjaciółkę, mamę, siostrę i baw się na filmie „To właśnie seks”. To niezwykła opowieść o różnych rodzajach upodobań w znany wszystkim temacie tabu. Rozterki partnerów znudzonych zwykłym seksem oraz ich niecodzienne rozwiązania.

#### Poranek dla dzieci

**HELIOS, AL. POWSTAŃÓW WARSZAWY, 30 SIERPNI (NIEDZIELA), GODZ. 9.45. BILETY: 15 ZŁ.** Główną atrakcją najbliższego poranku filmowego będzie spotkanie dzieci na sali kinowej z policjantami z Komendy Wojewódzkiej Policji w Rzeszowie, którzy opowiedzą o swojej pracy oraz odpowiedzą na pytania. Dodatkowo przed kinem dzieci będą zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie z prawdziwym samochodem ZygZak Mcqueen.

#### Niezauważone perły

**ZORZA, 31 SIERPNI (PONIEDZIAŁEK), GODZ. 19. BILETY: 10 ZŁ.** Wakacyjny filmowy cykl, w którym Zorza prezentuje wyjątkowe filmy, które, z różnych względów, zostały pominięte przez rzeszowskie kina, bądź ich obecność na ekranach była jedynie krótkotrwałą przygodą. Na zakończenie cyklu „Wędrowka na zachód”. **ASZ**



NIC TAK BŁYSKAWICZNIE NIE WPŁYWA NA NASZ UMYSŁ I SAMOPOCZUCIE, JAK ZAPACH, SMAK I DŹWIĘK OKREŚLONY WŁAŚCIWĄ WIBRACJĄ.  
EDYTA GÓRNIK NA SWOIM FACEBOOKU

Kinobus, czyli trzy dni i kilkudziesięciu kinomaniaków na pokładzie

# Kinobus rusza w podróż. Start jutro w Rzeszowie

REGION

Kinobus to pierwszy objazdowy festiwal kinowy. Uczestnicy przez trzy dni będą podróżować szlakiem kin i innych atrakcji Podkarpackia.

#Katarzyna Mularz

●● Kinobus z Rzeszowa wyjedzie jutro w południe. Wcześniej uczestnicy festiwalu zwiedzą Muzeum Dobranocek ze zbiorów Wojciecha Jamy, a następnie przejadą przez Przeworsk, Jarosław i Przemyśl. W każdym z tych miast zaplanowano m.in. zwiedzanie kin. Celem jest Sanok, gdzie na dziedzińcu Zamku Królewskiego odbędzie się pokaz filmów „Kino Świat” i „Kocham kino”.

- Odwiedzimy kilkanaście kin czynnych i nieczynnych, obejrzymy filmy, zwiedzimy unikatowe muzea, spróbujemy lokalnych przysmaków, winem uczymy 650-lecie Jasła. Spróbujemy odnaleźć ślady niegdyśjszej prężnej



Bilet na objazdowy festiwal filmowy można kupić na stronie kinobus.pl

kultury filmowej - wymienia Maciej Gil, historyk filmu, autor pierwszej polskiej trasy Kinobusu.

W sobotę Kinobus odwiedzi kina w Brzozowie, Rymanowie, Iwoniczu-Zdroju, Dukli i Jasle, gdzie zatrzyma się na projekcję filmów „Kino Świat” oraz „Młode wino”. W programie jest także zwiedzanie Muzeum Przemysłu

Naftowego i Gazownictwa. W niedzielę trasa będzie wiodła przez schron kolejowy w Stępinie i Strzyżów do Rzeszowa, gdzie zaplanowano spacer szlakiem nieistniejących już kin.

Uczestnikom przejazdu towarzyszyć będą regionaliści, kinomani, badacze dziejów filmu, którzy przygotowują gawędy o lokal-

nej historii filmowej. Wszystkie projekcje i spotkania są otwarte i bezpłatne dla mieszkańców odwiedzanych miast. Przejazd kinobusem kosztuje 185 zł - w cenie mieści się bilet oraz wyżywienie i zakwaterowanie.

W chwili zamykania numeru, w Kinobusie było jeszcze kilka wolnych miejsc.

REKLAMA

R015007727A

**AFRODYTA MODA ŚLUBNA**

*Jedyny taki dzień, jedyna taka suknia...*

Serdecznie zapraszamy  
[www.afrodyta-rzeszow.pl](http://www.afrodyta-rzeszow.pl)

SALON FIRMOWY AFRODYTA ul. Targowa 11 35-064 Rzeszów tel. 880 264 068	GODZINY OTWARCIA: pn-pt: 10.00 - 18.00 (w okresie zimowym do 17.00) sob: 9.00 - 14.00	ATELIER ŚLUBNE AFRODYTA ul. 3. Maja 4 35-030 Rzeszów tel. 784 803 006	GODZINY OTWARCIA: pn-pt: 10.00 - 18.00 (w okresie zimowym do 17.00) sob: 9.00 - 14.00
--	--	--	--



Czas spędzany w przedszkolu czy szkole nie upływa tylko na beztrudnej zabawie. Dziecko musi o tym wiedzieć

# Pierwszy raz w szkole. Rodzic może pomóc dziecku odnaleźć się w nowej sytuacji

SZKOŁA

**1 września tuż-tuż. Znowu wiele dzieci po raz pierwszy pójdzie do szkoły lub przedszkola. Warto zadbać, aby nasza pociecha jak najszybciej się zaaklimatyzowała.**

## #redakcja

●● Każdy rodzic obawia się chwili, gdy jego pociecha po raz pierwszy przekroczy próg przedszkola lub szkoły. W jaki sposób przygotować dziecko do tego etapu, by uniknąć jego łez i niepotrzebnej rozpaczy?

## ADAPTACJA

Pierwsze dni w szkole lub przedszkolu bywają bardzo trudne. Dziecku ciężko jest przyzwyczaić się do kilkugodzinnej rozłąki z rodzicami oraz sytuacji, w której opiekuje się nim ktoś inny niż mama lub tata. Aby oszczędzić maluchowi stresu, przygotowania do szkolnych i przedszkolnych realiów należy rozpocząć znacznie wcześniej.



Pierwsze dni w szkole to duże wyzwanie

FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

## CIERPLIWOŚĆ

Dzieci w różny sposób reagują na rozstania z rodzicami. Niektóre znoszą to całkiem dobrze, inne natomiast zalewają się łzami już od momentu wyjścia z domu. Cierpliwość i wytrwałość rodziców mogą jednak znacznie zmniejszyć rozpacz malucha.

Ważne jest więc, by w tych trudnych chwilach zachować spokój, kiedy trzeba otrzeć łzy z oczu dziecka, a przede wszystkim zapewnić je o swojej miłości.

## EDUKACJA

Zanim maluch zdąży wyrobić sobie własne zdanie na temat nau-

ki, warto uświadomić mu (używając zrozumiałych dla niego argumentów), że edukacja spełnia w życiu bardzo ważną rolę. W ten sposób, zrozumie, że szkoła to nie tylko obowiązki i wczesne pobudki, ale również ciekawe miejsce i sympatyczni ludzie. Ta świadomość pozwoli mu szybciej

przywyknąć do nowej sytuacji i otworzyć na to, co dotychczas było obce i nieznanne.

## HAŁAS

Przerwy między lekcjami to jedne chwile, kiedy dzieci mogą swobodnie rozładować swoje emocje, wykrzyczeć się i wybiegać. Gwar panujący na korytarzach ma jednak szkodliwy wpływ na słuch maluchów. Z badań przeprowadzonych przez Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu oraz Politechniki Gdańskiej wynika, że w polskich szkołach panuje niebezpieczne dla ludzkiego ucha natężenie dźwięków (poziom hałasu dochodzi nawet do 110 decybeli). Maluch wracając ze szkoły powinien więc mieć chwilę na odpoczynek w ciszy i spokoju.

## INTEGRACJA

Oprócz zdobywania wiedzy na temat otaczającego świata, dziecko nabywa w szkole lub przedszkolu również praktycznych umiejętności społecznych. Uczy się prawidłowej pracy

w grupie, a codzienne sytuacje pozwalają mu poznawać i identyfikować różne emocje. Dlatego wrażliwość i tolerancję dla potrzeb innych powinniśmy kształtować w dziecku już od najmłodszych lat. Dzięki temu łatwiej będzie mu zintegrować z rówieśnikami.

## SAMODZIELNOŚĆ

Przedszkole i szkoła to miejsca, gdzie dziecko najlepiej uczy się samodzielności. W końcu, w grupie kilkunastu dzieci, panie nie zawsze mają czas, by zająć się każdym z nich osobno.

Ważne jest, by maluch potrafił jasno wyrażać swoje potrzeby - szczególnie jeśli chodzi o te czynności, których nie potrafi wykonać bez pomocy innych. Jednak zanim na stałe zagości w przedszkolnych murach, powinien nauczyć się samodzielnego ubierania się oraz jedzenia, mycia rąk i buzi. Ta świadomość z pewnością doda mu pewności siebie i zmniejszy przerażenie związane z brakiem obecności rodziców.

REKLAMA

B015007724B

TEB Edukacja
www.teb.pl

SZKOŁY POLICEALNE



...bo chcę mieć dobry zawód!

ANETA, Technik usług kosmetycznych

- Podologia i pielęgnacja stóp
- Dietetyka
- Odnowa biologiczna z masażem
- Dekorator wnętrz - home staging
- Grafika komputerowa
- Rejestratorka medyczna

25% zniżki  
na wybranych kierunkach

RZESZÓW, ul. Żeromskiego 10, tel. 17 784 20 10

## Przygotowanie wyprawki szkolnej to spory stres

### #rozmowa

Przemysław Kasza

O rezultatach badania PBS o kosztach wyprawki szkolnej w polskich rodzinach rozmawiamy z Przemysławem Kaszą z działu analiz Provident Polska.

### Czy dla przeciętnej polskiej rodziny wyprawka szkolna dla dziecka to problem?

Zdecydowanie tak. Raport pokazuje, że 58 proc. Polaków czuje stres związany z wysłaniem swojego dziecka do szkoły. Głównym powodem są koszty. W dodatku 17 proc. rodziców czuje wyłącznie stres, związany z tą sytuacją.

### Czyli wyprawka potrafi decydować o kształcie domowego budżetu?

W przypadku najniższego wynagrodzenia w Polsce potrafi

ona stanowić połowę dochodów. Jest więc jednym z najbardziej istotnych wydatków. Pieniądzy zawsze będzie na coś za mało, nie ma tutaj żadnych rezerw. Te 14 proc. Polaków, którym wysłanie dziecka do szkoły kojarzy się tylko ze stresem, to są oczywiście najubożsi.

### W wynikach badania wiadać pewną nielogiczność. Osoby najgorzej sytuowane zamierzają wydawać większą kwotę na wyprawkę niż bogatsze.

To skutek tego, że one na bieżąco nie kupują takich rzeczy jak ubrania, buty czy przybory szkolne. Muszą to wszystko kupić raz, tuż przed powrotem dzieci do szkół. Warto wspomnieć, że zakup wszystkich niezbędnych rzeczy jest rozłożony na różne okresy - do końca lipca, w sierpniu i we wrześniu. Rodzice zdecydowaną większość wydatków ponoszą w sierpniu. Uśredniając, 14 proc. budżetu na wyprawkę jest wydawane do końca lipca, w sierpniu 58 proc., a we wrześniu 28 proc. Można więc postulować, żeby szkoły dużo wcześniej informowały, jaki będzie potrzebny na przyszły rok zestaw podręcz-

ników. Tak aby można było rozłożyć koszty na dłuższy okres. Teraz to wszystko kumuluje się na sierpniu i początek września. A w ciągu wakacji dzieci wyjątkowo szybko rosną i nie sposób nakupić im ubrań do szkoły na zapas. Racjonalizacji wydatków trzeba więc szukać w podręcznikach, które stanowią co najmniej połowę kosztów wyprawki.

### Co by Pan poradził rodzicom, by mogli łatwiej poradzić sobie z tymi wydatkami?

Dobrym pomysłem będzie rozłożyć je sobie na dłuższy okres. Warto też gromadzić sobie zapasy, szczególnie gdy czujemy, że mamy trochę więcej funduszy. Zeszyty da się kupić zawsze i wiedząc, że będą potrzebne we wrześniu, dlaczego nie zaopatrzyć się w nie już w maju? Nie trzeba też kupować od razu wszystkiego, podzielenie kosztów na raty spowoduje, że nie będą one tak odczuwalne. Można też poprosić rodzinę albo znajomych o potraktowanie przy różnych okazjach poszczególnych elementów wyprawki jako prezentu na urodziny czy imieniny.

#AG



Informacje w CV prezentujemy w odwróconym porządku chronologicznym

# Absolwent na starcie – dziś radzimy, jak opracować dokumenty aplikacyjne

PRACA

**Dzisiaj formalne i prawne zasady dotyczące opracowania CV (curriculum vitae), które zazwyczaj składa się z kilku modułów.**

**#M. Niemiec-Bocheńska**

●●DANE OSOBOWE. W pierwszej części CV należy zamieścić dane osobowe: imię, nazwisko, datę urodzenia oraz dane kontaktowe: numer telefonu, e-mail, adres zamieszkania (wystarczy jeden zameldowania lub zamieszkania).

DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE. Ta część jest często zamieniana kolejnością z „wykształceniem”. Warto zastosować zasadę: jeżeli masz małe doświadczenie, zamieść przed nim swoje wykształcenie i na odwrót. W części doświadczenie, powinny znaleźć się takie informacje jak: okres zatrudnienia, nazwa pracodawcy, stanowisko, krótki opis zakresu obowiązków. Jeżeli dopiero rozpoczynasz praktykę zawodową, w tej części koniecz-

nie zamieść informacje o stażach, praktykach, pracach sezonowych.

Ważne: informacje w CV prezentujemy w odwróconym porządku chronologicznym - rozpoczynamy od ostatniego miejsca pracy (nauki).

WYKSZTAŁCENIE. Opisując każdy etap edukacji, należy wpisać: datę rozpoczęcia i zakończenia nauki (rok i miesiąc), nazwę uczelni, wydział i kierunek studiów oraz uzyskane tytuły. Absolwenci uczelni wyższych nie wpisują informacji na temat szkoły średniej czy podstawowej. Tutaj też obowiązuje zasada odwróconej chronologii.

KURSY I SZKOLENIA. Miejsce to przeznaczone jest na informacje dotyczące ukończonych kursów i szkoleń. Należy wpisać: temat, nazwę instytucji szkoleniowej, datę szkolenia i otrzymane certyfikaty.

UMIĘJĘTNOŚCI DODATKOWE. Inne umiejętności istotne pod kątem stanowiska, o które się ubiegasz. Jeśli potrafisz obsługiwać komputer - wymień programy, które są ci dobrze zna-



FOT. 123RF

ne. Masz prawo jazdy - wpisz kategorię i informację dotyczącą praktycznych umiejętności. Umiesz obsługiwać kasę fiskalną lub inne urządzenia (np. biurowe), zaznacz to w tym miejscu. W tej części możesz również umieścić informacje o znajomości języków obcych. Jeśli znasz kilka języków i znajomość ich jest twoim mocnym atutem, możesz utworzyć nowy moduł - JĘZYKI OBCE - i tam szczegółowo przedstawić informacje na temat twoich umiejętności lingwistycznych.

ORGANIZACJE, AKTYWNOŚCI I STOWARZYSZENIA. Ten punkt jest ważny i może pomóc w zbudowaniu profesjonalnego wizerunku, ale tylko wtedy, kiedy wpisujesz w nim wartościowe informacje. W innym wypadku zalecam rezygnację tego akapitu.

ZAINTERESOWANIA. Miejsce, w którym możesz opisać swoje pasje i to, co lubisz robić w wolnym czasie. Nie pomijaj tego punktu, ale też nie ubarwiaj swoich zainteresowań, bo może się okazać, że osoba, z którą be-

dziesz rozmawiać jest ekspertem w danej dziedzinie.

ZGODA NA PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH. WAŻNE! Na końcu CV należy zawsze zamieścić zgodę na wykorzystanie twoich danych w procesie rekrutacji. Uniwersalna treść: „Wyrażam zgodę na przetwarzanie 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 (tj. Dz. U. z 2014 r. poz. 1182).”

Często zdarza się, że firma, do której aplikujesz ma własną klauzulę. Zazwyczaj znajduje się ona w treści ogłoszenia lub na stronie pracodawcy. W takim przypadku w swoim CV zamieść opublikowany tekst klauzuli (najlepiej skopiuj). Brak tego zapisu w CV może spowodować odrzucenie twojej aplikacji, nawet gdy spełniasz wszystkie wymagania. Ponieważ klauzula odwołuje się do przepisów obowiązujących w naszym kraju, zamieszczamy ją tylko w CV wysyłanym do polskich pracodawców. W doku-

#sylwetka



Małgorzata Niemiec-Bocheńska - rekruter z wieloletnim doświadczeniem, manager kariery, na co dzień pracuje ze studentami i absolwentami pomagając im dobrze wystartować na rynku pracy.

FOT. ARCHIWUM

mentach wysyłanych za granicę nie zamieszczamy oświadczenia. Natomiast w CV napisanym w języku obcym, wysyłanym do polskiego pracodawcy, umieszczamy klauzulę w oryginalnej treści, w języku polskim.

Za tydzień informacje na temat zdjęć w CV i błędach najczęściej popełnianych przez kandydatów.

REKLAMA

Z015006762A

## Zmieniamy się dla Was!

# ZDROWO TANIO Z PASJĄ



## finanse biznes

### kredyty, pożyczki

● Bankowe kredyty gotówkowe, konsolidacyjne do 120 tys. w jeden dzień, do 30 tys. zł na oświadczenie o dochodach. Minimum formalności, wysoka przyznawalność, oprocentowanie od 6,8% w skali roku. Pomożemy nawet jeśli inni odmówili Ci kredytu. tel. 17 850 24 13

● Chwilówki i pożyczki pozabankowe, kilkadziesiąt ofert w jednym miejscu - pełny wachlarz rozwiązań. Bez sprawdzania BIKu i innych baz. Teraz pożyczysz u nas nawet do 25 000 zł. T. 17 850 24 15

● KREDYT DLA FIRM bez zaświadczeń z ZUS i US do 60 000 zł łatwo i szybko dostępnym! Do 30 000 zł na oświadczenie o dochodach! Zadzwoń 17 850 61 33!

● Pożyczka pozabankowa do 15 tys. bez sprawdzania BIK, okres spłaty do 48 miesięcy, decyzja w 10 minut. Zadzwoń! 17 855 19 92

● Pożyczki pozabankowe pod zastaw różnych nieruchomości! (domy, lokale, kamienice, działki budowlane, gospodarstwa rolne, sklepy, hotele, udziały w nieruchomościach, itp.). Szybka realizacja i wysoka przyznawalność! Minimum formalności! tel. 518 472 909

● Prosty i szybki kredyt na oświadczenie o dochodach do 20 000zł. Minimum formalności - wystarczy dowód osobisty! Okres spłaty 60 miesięcy. Zadzwoń! 17 850 39 41

● SZYBKA POŻYCZKA OD RĘKI NA LATO. Bez zaświadczeń, bez BIK. Zadzwoń: 324207304

## handlowe

### inne

! Drewno kominkowe, opałowe.  
RAFO tel. 512-190-444,

## nieruchomości

### mieszkania - sprzedam

● Mieszkania - Domy, nowe, dostępne od zaraz, atrakcyjna lokalizacja, blisko centrum tel. 509-670-116

## turystyka

### wycieczki

● Węgry Domki/Kwatery od 230 zł/doba/domek, BTU TRAPER, 17/852 06 27, 17/857 63 40, www.traper.com.pl, traper@traper.com.pl

## usługi

### budowlano-remontowe

KOMINY-WKŁADY, tel.17/8540822,  
504-035-216

### instalacyjne

Instalacje elektryczne, 782-941-122

REKLAMA R014013529B

**Złóż ogłoszenie drobne**  
**17 867-23-51**  
**naszemiasto.pl**

REKLAMA R015007612A

**COSINUS**  
ROK ZAŁOŻENIA 1998

pisemna gwarancja bezpłatności

**Licea i szkoły policealne dla dorosłych**

- ochrona fizyczna osób i mienia • BHP
- informatyka • administracja • kosmetyka
- rachunkowość • opiekun medyczny *nowość!*
- opiekun w domu pomocy społecznej
- technik eksploatacji portów i terminali
- technik usług pocztowych i finansowych

Rzeszów  
ul. ks. J. Jałowego 14  
Tel.: 17 864 13 99

cosinus.pl

REKLAMA R015007452A

**Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu**

zaprasza na 16 kierunków bezpłatnych studiów magisterskich, licencjackich i inżynierskich

**DOŁĄCZ DO NAS! DOŁĄCZ DO NAJLEPSZYCH!**

tel. 16 624 40 64

www.pwste.edu.pl

REKLAMA P015010528A

**KREDYT**

na spłatę komornika

- niezależnie od BIK
- bez ukrytych opłat

mała rata!

szybka decyzja

tel. 17 862 67 93  
tel. 17 858 13 39

Rzeszów, Grunwaldzka 42/1, p.1

REKLAMA R015007038A

**AUTO ZŁOM** POMOC DROGOWA

(017) 855 24 58  
0601 959 848  
0509 879 381

→ KASACJA POJAZDÓW  
→ WYSTAWIAMY ZAŚWIADCZENIA  
O ZŁOMOWANIU (w razie potrzeby umożliwiamy dostarczenie dokumentów do domu klienta)  
→ SKUP SAMOCHODÓW POWYPADKOWYCH  
→ SPRZEDAŻ CZĘŚCI *POSIADAMY WŁASNY TRANSPORT*

GODZINY OTWARCIA:  
pon. - pt. 9-17  
soboty 9-15

**RUDNA MAŁA** (trasa Rzeszów - Głogów Młp.)

REKLAMA R015007563A

**Kwiaciarnia POSŁANIEC**  
Edyta Szegda

oferuje

- Bukiety ślubne
- Kompozycje kwiatowe
- Oprawę kwiatową uroczystości
- Dekorację florystyczną sal, kościołów oraz przyjęć w plenerze
- Kosze kwiatowe

**ZAPRASZAMY**

35-112 Rzeszów  
ul. Bohaterów  
(naprzeciw wieżowca nr 44)  
tel. 881 966 881

REKLAMA R015000562AB

**Nasze Miasto Rzeszów ma dla Was DWUOSOBOWE ZAPROSZENIA DO KIN HELIOS, DWUOSOBOWE ZAPROSZENIE DO KINA ZORZA na dowolny seans w najbliższym tygodniu**



Aby wygrać jedną z tych wejściówek, uzasadnij, dlaczego to właśnie ty powinieneś je otrzymać. Na SMS-y, bez polskich znaków, czekamy tylko dzisiaj do 24.00. SMS o treści **nmkonkurs.uzasadnienie** pod numer **72355**. SMS konkursowy z uzasadnieniem może zawierać dowolną liczbę znaków (jeden standardowy SMS to 160 znaków ze spacjami, koszt takiego SMS-a to 2,46 zł z VAT).

**UWAGA!** W treści SMS-a podaj adres kina i swoje nazwisko. Nagrodę otrzymają osoby, które prześlą SMS z najbardziej oryginalnym uzasadnieniem.

Zwycięzców poinformujemy telefonicznie. Nagrody będą do odbioru w wybranym kinie (za okazaniem dokumentu tożsamości).

REKLAMA R01500030AH

**HELIOS**

**HELIOS DLA DZIECI**

FILMOWE PORANKI  
**SCOOBY-DOO!**

NIEDZIELA  
**30 SIERPNI**  
OD 9:45

Spotkanie dzieci z policjantami oraz Zyg Zakiem McQueen'em!

Symulator zderzeń i dachowania

Animacje, konkursy z nagrodami, malowanie buziek!  
Dla każdego dziecka odśwież

Kino Helios Rzeszów  
al. Powstańców Warszawy 14  
rezerwacja: 17 854 00 64

www.helios.pl

REKLAMA R01500724A

**TEB Edukacja** www.teb.pl

**SZKOŁY MEDYCZNE**

...bo chcę mieć dobry zawód!

JAGODA, Asystentka stomatologiczna

- Higienistka stomatologiczna
- Technik farmaceutyczny
- Opiekun medyczny
- Opiekunka dziecięca
- Technik elektromedycyny
- Terapeuta zajęciowy
- Rejestratorka medyczna

do 25% zniżki na wybranych kierunkach

**RZESZÓW, ul. Żeromskiego 10, tel. 17 784 20 10**

11

#aktywnie



Trenowałem w sumie ponad 500 koszykarek  
Krzysztof Herbaciński,  
trener MLKS-u Rzeszów,  
który obochodził  
60 urodziny

FOT. ARCHIWUM



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

#piłka nożna

## Derby Rzeszowa w listopadzie

**STADION MIEJSKI** - Trzecioligowe derby Rzeszowa pomiędzy Stalą a Resovią zostały przełożone na 21 listopada (sobota).

Według pierwotnego planu mecz miał się odbyć wczoraj. Na wniosek policji Lubelski Związek Piłki Nożnej (kieruje w tym sezonie rozgrywkami na trzecim szczeblu) wyznaczył nowy termin tego szlagierowego meczu. Tym samym derby Rzeszowa rozegrane zostaną w sobotę, tydzień po ostatniej kolejce rundy jesienniej (obejmuje także dwie kolejki rewanżowe). Początek spotkania - godzina 13.

TOR

#piłka nożna

## Kup bilet na mecz Lechią

**RESOVIA** - W wtorek rozpoczęła się sprzedaż biletów na mecz piłkarzy Resovii z ekstraklasową Lechią Gdańsk, który uświetni obchody jubileuszu 110-lecia rzeszowskiego klubu. Bilety w cenie 15 złotych można kupować w internecie (szczegóły na stronie cwks-resovia.pl). Jeśli ktoś nie ma takiej możliwości, może udać się do siedziby klubu, gdzie w pokoju 106 sprzedawane są wejściówki (należy podać imię, nazwisko, numer PESEL). Mecz odbędzie się w sobotę 5 września (godzina 12).

TOR

#tenis

## O puchar prezydenta

**TURNIEJ** - W sobotę i niedzielę na kortach Towarzystwa Tenisowego w Rzeszowie (ul. Niedzielskiego 1) zostanie rozegrany turniej wojewódzki dla dziewcząt i chłopców (12-14 lat) o puchar Prezydenta Miasta Rzeszowa. Wystąpi w nim 16 dziewcząt i 16 chłopców. Początek sobotnich gier - godzina 9. O tej samej godzinie w niedzielę rozpoczną się półfinały. Na godzinę 14-15 planowane jest zakończenie zawodów.

TOR

#bilard

## „Kenek” wygrał w „Trójkacie”

**TURNIEJ** - Krzysztof Drąka zajął 1. miejsce w rozegranym w rzeszowskim klubie „Trójkąt” Nocnym Turnieju Bilardowym. Wygrana „Kenka” nie stanowiła zaskoczenia. To były zawodnik Ósemki Rzeszów i Pino Debica, czyli klubów I-ligowych. Wiele razy uczestniczył też w mistrzostwach Polski, na koncie ma zwycięstwo w turnieju Pol-Tour. Po zmianie statusu cywilnego po kij sięga od święta, ale pewnych rzeczy nie zapomniał. W finale imprezy Krzysiek pokonał Mateusza Marczydłę. Trzecie lokaty zajęli Jacek Pańczak i Krystian Tanasiewicz. W turnieju wzięło udział 21 zawodników.

TOR



FOT. ARCHIWUM

GDYBY WSZYSTKO DOBRZE POSZŁO, TO W RZESZOWIE MÓGLBYM JEŹDZIĆ DO KOŃCA KARIERY  
KENNI LARSEN, ŻUŻLOWIEC PGE STALI RZESZÓW

W sobotę będzie też można oddać krew, posłuchać muzyki

# Z Rynku do Rynku, czyli Nocny Bieg Solidarności

BIEGI

Okolo 700 osób weźmie udział w XXVI Nocnym Biegu Ulicznym Solidarności. Sobotnia impreza stanowi część obchodów 35-lecia NSZZ „Solidarność”.

#Tomasz Ryzner

●● Bieg główny - open - na dystansie 5 kilometrów rozpocznie się o godzinie 18. Start i meta tego biegu, jak i pozostałych, będzie umiejscowiona tradycyjnie na rzeszowskim Rynku.

Program sobotniej imprezy jest szeroki i obejmuje nie tylko zmagania lekkoatletyczne. - Na zakończenie akcji Sierpień - Dni Honorowego Krwiodawstwa NSZZ „Solidarność”, w godzinach 11-14 będzie można oddać krew w specjalnym krwiobusie RCK - informuje Monika Lubowicz-Bań z działu informacji rzeszowskiej Solidarności (bieg organizuje też Stowarzyszenie Czarna Jedynka).

**WYŚCIG NA WÓZKACH**

O godzinie 15 nastąpi zapalenie pochodni przed krzyżem misyjnym oraz zniczy przed pomnikiem Tadeusza Kościuszki i oficjalne otwarcie. Już kwadrans później odbędzie się XII wyścig na 2000 metrów dla zawodników na wózkach (Fundacja Aktywnej Rehabilitacji).

O 16.30 rozpocznie się ceremonia rozdania nagród zwycięzcom wojewódzkiego konkursu li-



W sobotę Rynek należał będzie do biegaczy

FOT. KRYSZYNA BARANOWSKA

terackiego - „Czy runęły mury?” oraz wojewódzkiego konkursu plastycznego - „O ludziach Solidarności z 1980 roku, którzy przywracali godność i wolność człowieka”.

Na godzinę 17 zaplanowano bieg młodzieżowy na dystansie 2600 metrów, a godzinę później na trasę wyruszą zawodnicy i zawodniczki, którzy zgłosili się do biegu głównego.

- Do wszystkich biegów napłynęło już ponad 600 zgłoszeń - informuje Monika Lubowicz-Bań, dodając, iż organizatorzy odeszli od nagród pieniężnych. - Sponsorów nam nie brakuje, będą fajne nagrody rzeczowe.

Nagrody finansowe odpuściliśmy na wniosek wielu uczestników, którzy chcieli, aby bieg był ogólnodostępny, wrócił do rekreacyjnej, rodzinnej formuły bez uczestnictwa profesjonalistów.

**PREZYDENT I MARSZAŁEK**

Trasa biegu open przebiegać będzie od Rynku do Rynku, czyli przez ulice: Mickiewicza, Kreczmera, Naruszewicza, następnie przez bulwary wzdłuż Wisłoka, Bulwarową, Lenartowicza, Szopena, Słowackiego, Króla Kazimierza, Ludwika Zamenhofa, Naruszewicza, Kreczmera.

Nagrody wręczą Tadeusz Ferenc, prezydent Rzeszowa, Władysław Ortyl, marszałek podkarpacki, Roman Jakim, szef rzeszowskiej Solidarności, Ewa Leniart, dyrektorka rzeszowskiego IPN-u oraz Piotr Twardowski, komendant 1 Rzeszowskiej Drużyny harcerzy „Czarna Jedynka”. Możliwe, że na rynku pojawi się także Piotr Duda, przewodniczący NSZZ Solidarność.

Po biegu głównym (godz. 20.30) na Rynku wystąpi hiphopowy wokalista Tadeusz Polkowski.

Szczegółowe informacje na stronie internetowej: czarnajedynka.com.

## Zagraniczne wzmocnienia „Dzików”

FUTSAL

Zawodnicy Heiro Rzeszów od tygodnia przygotowują się do nowego sezonu, ale kadry jeszcze nie zamknęli. Pewne jest, że w drużynie będzie sporo zmian.

#Miłosz Bieniaszewski

●● Dorzeszowskiej ekipy, jakopierwsi dołączyli trzej czołowi gracze Tomy Więcpol Stobierna: bramkarz Bartłomiej Więcek oraz zawodnicy z pola Norbert Opoń i Maciej Nizioł.

To jednak nie koniec wzmocnień w zespole prowadzonym przez Ernesta Kiczka. Na początku tego tygodnia udało się bowiem pozyskać dwóch strażników. Chodzi o Hiszpanów Álvaro Enrique Olivares Luna z zespołu Asoval FC oraz Javier Castillo Osuna z drużyny U.D La Voz. Do rzeszowskiej drużyny trafił również Andrei Lutsiev. Były grający trener ekstraklasowego Red Devils Chojnice powinien być sporym wzmocnieniem „Dzików”. W końcu ma obycie w najwyższej klasie rozgrywkowej. W Rzeszo-

wie będzie również asystentem trenera Kiczka.

Wciąż niewiadomo, czy w Heiro grał będzie również Sebastian Brocki. - Musi załatwić niezbędne dokumenty, w tym pozwolenie od Stali Rzeszów. On jest chętny do gry u nas - wyjaśnia Łukasz Krawczyk, grający prezes rzeszowian. Po kontuzjach treningi wznowili Radosław Trawka i Ireneusz Detpa, a obaj to solidni zawodnicy. Gdyby tak jeszcze udało się zatrzymać Piotra Krawczyka - a jest na to ponoć szansa - to nasz zespół prezentowałby się na papierze bardzo okazale i mógł

by walczyć z zdecydowanie o coś więcej niż tylko utrzymanie.

W pierwszym okresie przygotowań nie wszyscy zawodnicy trenują na takich samych obciążeniach. - Zawodnicy grający również na trawie, mają już za sobą okres przygotowawczy i nie ma sensu, aby przechodzili go drugi raz. W sierpniu były więc zajęcia wyrównawcze - tłumaczy sternik rzeszowian, którzy sezon zaczną 18 września z Kamionką Mikołów na wyjeździe. Tydzień później „Dziki” podejmą we własnej hali ETA Dąbrowa Górnicza.

REKLAMA

R015007728A

**Intermarché**  
Świeżo. Tanio!

# SZ!OKAZJE

kup 2 za  
1,48 zł

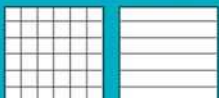
trzeci  
**GRATIS**

MOŻLIWY  
**MIX**  
RODZAJÓW



**ZESZYT**

- A5
- 60 kartek
- w kratkę, w linie
- różne wzory okładek
- przy zakupie 1 szt. 0,74 zł/1szt.
- przy zakupie 1 szt. 0,74 zł/1szt.



**GRATIS**  
WEŹ Z PÓLKI



**1,99**  
.....  
1 SZT.

**TECZKA Z GUMKĄ**  
• A4  
• różne kolory

- błyskawiczne wysychanie druku
- pogłębiony odcień czerni

**9,99**  
.....

1 RYZA

**PAPIER KSERO**  
• 500 szt.



Oferta ważna od czwartku 27.08 do środy 2.09

REKLAMA

R015004762F



# NOWE MIESZKANIA

69m<sup>2</sup>, 74m<sup>2</sup> 97m<sup>2</sup> CENA OD 3.900ZŁ/M<sup>2</sup>

UL. DUNIKOWSKIEGO 31, 33

# HARTBEX

**ZAPRASZA BIURO DEWELOPERSKIE**  
tel. 17 250 94 47 Rzeszów, al. Kopisto 8a/496  
www.gardenplace.hartbex.pl