

# WIDOK ZE SKARPY

Czytaj nas też: [www.smnaskarpie.pl](http://www.smnaskarpie.pl)

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY Mieszkańców SM „Na Skarpie”

wrzesień | 2015

## W NUMERZE!

► Osiedlowe  
aktualności s. 7**PRAKTYCZNE PORADY:**Co zrobić, gdy sąsiad zaleje nam  
mieszkanie? **strona 2****SPÓŁDZIELCZOŚĆ:**

Petycja do Parlamentu Europejskiego cd.

**strona 3-4**

## Zapraszamy na „Spółdzielcze Popołudnie”!

Zeszłoroczna impreza odniosła ogromny sukces, a tegoroczna edycja zapowiada się jeszcze ciekawiej

**Na zorganizowane w listopadzie 2014 r. „Spółdzielcze Popołudnie” bilety bardzo szybko zostały sprzedane. W imprezie uczestniczyło blisko 6 tysięcy osób ze Skarpy, Młodzieżowej i Rubinkowa.**

Na spotkaniu wystąpiły zespoły reprezentujące Kluby osiedlowe. Nie zabrakło gwiazd wieczoru, gościliśmy Jerzego Kryszaka i zespół KOMBI. W tym roku czekają nas kolejne atrakcje.

**Po raz drugi gramy wspólnie**

Tegoroczna edycja zapowiada się równie interesująco. 26 września 2015 roku spotkamy się ponownie na „Spółdzielczym Popołudniu”.

Zabawa odbędzie się tak, jak w ubiegłym roku w Hali Widowiskowo - Sportowej przy ulicy Gen. Józefa Bema 73 - 89 w Toruniu. Po raz drugi organizatorami tego wydarzenia będą trzy toruńskie spółdzielnie: Spółdzielnia Mieszkaniowa „Na Skarpie”, Młodzieżowa Spółdzielnia Mieszkaniowa oraz Spółdzielnia Mieszkaniowa „Rubinkowo”.

- Współpraca spółdzielni daje większe możliwości niż indywidualne działanie każdej z nich, a sama impreza ma wówczas większą rangę. Mamy nadzieję, że w przyszłości dołączą do nas inne toruńskie spółdzielnie mieszkaniowe – mówi Wojciech Piechota, Prezes Spółdzielni Mieszkaniowej „Na Skarpie”.

**Program imprezy**

Tradycyjnie program obfituje w atrakcje dostosowane do uczestników w każdym wieku. Impreza rozpocznie się prezentacją działań kulturalnych realizowanych w każdej ze spółdzielni.

Na scenie w pierwszej części koncertu zaprezentuje się dziecięca

grupa cyrkowa Cool-Kids, reprezentująca Polskę na międzynarodowych festiwalach cyrkowych w Berlinie, Dreźnie czy Poczdamie. Ich występ dostarczy zapewne niezapomnianych wrażeń, które zainteresują zarówno dzieci, jak i dorosłych.

Na scenie wystąpi także odnoszący duże sukcesy bydgoski zespół Żuki. Usłyszymy interpretacje piosenek z lat 60. i 70. Nie zabraknie hitów zespołu The Beatles, które są wizytówką zespołu.

Na scenie zobaczymy zespół taneczny „RYTM-X” Barbary Żero. To grupa, której próby do występów odbywają się we wszystkich klubach osiedlowych, a uczestnikami są w większości dzieci naszych mieszkańców.

Swoje umiejętności zaprezentuje Szkoła Tańca „BiT” pod kierunkiem Beaty i Tomasza Borkowskich.

**Gwiazda wieczoru – Andrzej Piaseczny**

Na organizowanym koncercie nie może zabraknąć gwiazdy wieczoru. Na „Spółdzielczym popołudniu” wystąpi dobrze wszystkim znany Andrzej Piaseczny – piosenkarz, autor tekstów, aktor. Na scenie zaprezentuje najnowsze kompozycje oraz radiowe hity, takie jak: „Kalejdoskop szczęścia”, „Chodź, przytul, przebac”, „Budzikom śmierć” czy „Imię deszczu”.

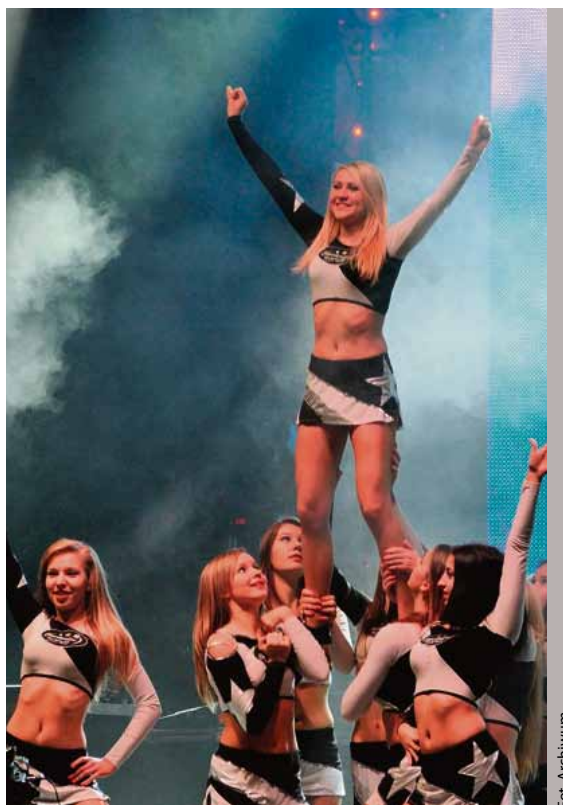
**Bilety dostępne od 7 września**

Tak jak i w ubiegłym roku ilość miejsc na koncert jest ograniczona. - W roku ubiegłym bilety rozeszły się bardzo szybko. Warto więc już teraz zaplanować sobie wolny czas. Impreza rozpocznie się w sobotę 26 września o godz. 16. Bilety od 7 września będą dostępne w Klubie Zodiak w godz. od 9 do 19. W tym roku koszt wejściówki to 7 zł – mówi Wojciech Piechota.

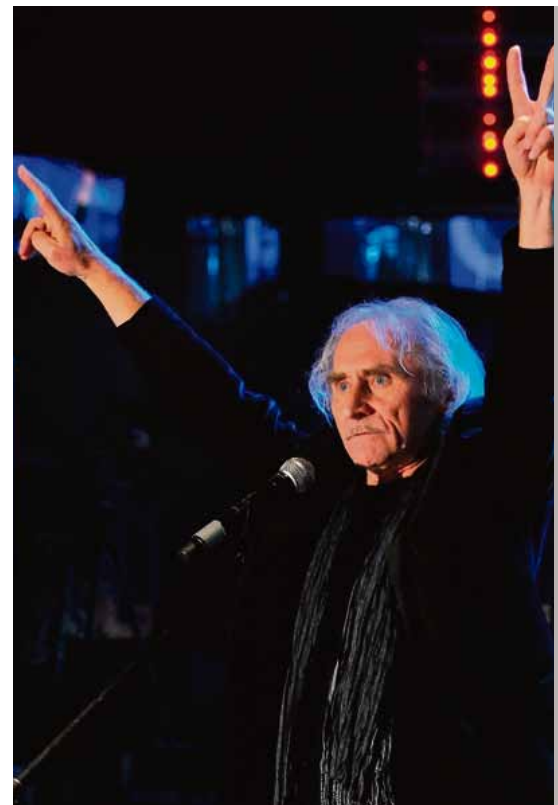


W ubiegłym roku gwiazdami spotkania był zespół Kombii i Jerzy Kryszak. Bawiły nas również zespoły taneczne

Fot. SM „Na Skarpie”



Fot. Archiwum



Fot. Archiwum

# Sąsiad zalał mi mieszkanie! Co teraz?

**Zalanie mieszkania jest jednym z najczęściej występujących zdarzeń zgłaszanych przez mieszkańców do administracji osiedla.**

Czy wiemy jednak, jak powinniśmy się zachować, gdy sąsiad zaleje nam mieszkanie?

## Kilka niezbędnych kroków

W takiej sytuacji najważniejszym jest, aby zlokalizować źródło wycieku i w miarę możliwości je zabezpieczyć, aby zapobiec dalszym zniszczeniom.

Następnym krokiem, jaki powinniśmy podjąć to zaalarmowanie odpowiednich służb - mówi Andrzej Went z Biura Obsługi Mieszkańców SM „Na Skarpie”. - Na każdej klatce schodowej znajduje się lista z numerami telefonów alarmowych oraz telefon do Pogotowia Technicznego spółdzielni. Kolejnym

krokiem, jaki powinniśmy podjąć jest ustalenie sprawcy zalania. Należy ustalić, czy jest nim nasz sąsiad czy np. spółdzielnia mieszkaniowa. Jeżeli sprawcą jest spółdzielnia występujemy z roszczeniem do spółdzielni, która przekazuje sprawę do swojego ubezpieczyciela.

Jeżeli jednak sprawcą jest sąsiad, należy dowiedzieć się, czy posiada polisę ubezpieczeniową. Jeżeli tak, sytuacja jest prosta - zgłaszamy szkodę ubezpieczycielowi sąsiada.

## Bez ubezpieczenia - problem

Problem pojawia się jednak gdy osoba winna zalania nie posiada ubezpieczenia. Wówczas, wszystko zależy od tego czy sprawca będzie chciał dobrowolnie naprawić szkodę. W sytuacji, w której będzie próbował unikać odpowiedzialności, należy



Andrzej Went w Biurze Obsługi Mieszkańców SM „Na Skarpie”

znaleźć świadków zdarzenia, którzy potwierdzą jego zaniedbanie, a następnie skierować sprawę do sądu.

Sprawa staje się znacznie łatwiejsza jeżeli posiadamy

własną polisę. Zgłaszamy szkodę swojemu ubezpieczycielowi, który wypłaci nam odszkodowanie a do sprawcy wystąpi z regresem.

Należy podkreślić, że do czasu oględzin przez ubezpieczyciela najlepiej jest nic nie zmieniać w zalonym pomieszczeniu. Wyjątkiem może być sytuacja, w której

koniecznym staje się zabezpieczenie zalanego mienia. Dobrze byłoby, gdybyśmy wówczas udokumentowali straty bezpośrednio po zalaniu.

## SPÓŁDZIELCZE POPOŁUDNIE

26 WRZEŚNIA, GODZ. 16

Hala Sportowa, ul. Bema 73-89

Organizatorzy:



Młodzieżowa



Rubinkowo



Skarpa

Patronat honorowy:



MAZOWIECKI WOJEWÓDZTWA  
KLUBISTYCZNY POMORSKIEGO  
Piotr Calbecki



PREZYDENT MIASTA TORUNIA  
Michał Zaleski

Sponsorzy:



Fundator koncertu Żuki



ŻUKI

ANDRZEJ  
PIASECZNY



WWW.SHINEDESIGN.PL



www.adamszulc.eu

TERMBUD



# Nasze Wspólne Sprawy

## Petycja Krajowej Rady Spółdzielczej do Parlamentu Europejskiego (dokończenie)

Referat wygłoszony na konferencji zorganizowanej 12 maja 2014 r. w Sejmie RP przez Związki Rewizyjne Spółdzielczości Mieszkaniowej.

Prof. dr hab. Andrzej Bałaban, Uniwersytet Szczeciński

Petycja jest środkiem prawnym przysługującym zarówno obywatelom Unii, jak i osobom prawnym z terenu Unii, może dotyczyć zatem spraw wspólnych dla spółdzielni i poszczególnych spółdzielców.

W ramach Parlamentu Europejskiego petycja może, jak sądzę, liczyć na wsparcie grupy polskich eurodeputowanych. Ta sama sytuacja istnieje w komisji petycji Parlamentu, do której sprawa zostaje skierowana.

W razie znacznego nasilenia naruszeń praw podmiotowych obywateli unijnych podniesionych w petycji Parlament z własnej inicjatywy skierować może dodatkowo sprawę do Europejskiego Rzecznika Praw Obywatelskich, zobowiązując go do działania.

### Ciągłe zmiany psują

Naruszenie podstaw prawnych działania spółdzielczości realizowane jest poprzez ciągłe zmiany i destabilizację podstawowego aktu prawa spółdzielczego, ustawy z 1982 r. - Prawo spółdzielcze, w której na przestrzeni niewielu lat dokonano około 50 zmian.

Obecnie w Sejmie złożono projekt wprowadzenia do tej ustawy przepisów pozwalających na przekształcanie spółdzielni handlowych (zwłaszcza spółdzielni spożywców i spółdzielni gminnych „Samopomoc Chłopska”) w spółki prawa handlowego, co jest absurdem prawnym, tak zgodnie ocenianym



Fot. SM „Na Skarpie”

przez profesorów cywilistyki, ale pozwala wyprowadzać ze spółdzielni majątek, zanim zorientują się pozostali członkowie.

W sprawie tej natychmiastowy protest złożyła na ręce Marszałka Sejmu Krajowa Rada Spółdzielcza. Wcześniej, już w odrębnej ustawie z dnia 25 marca 2011 r. o ograniczeniu barier administracyjnych dla obywateli i przedsiębiorców (a więc pod szczytnym szyldem, ale w sposób zaskakujący i ukryty) wprowadzono możliwość przekształcania w spółki prawa handlowego spółdzielni pracy.

Ustawodawca stosuje też metodę wyodrębniania poszczególnych spółdzielni spod działania głównej ustawy - Prawo spółdzielcze, w której ramach mieć powinny autonomię i specyfikę statutową, i normuje je w oddzielnych ustawach, by łatwiej podporządkowywać polityce resortowej i kontroli resortów rządowych.

Tak dzieje się z ustawą o spółdzielczych kasach oszczędnościowo-kredytowych, tak dzieje się ze spółdzielczością mieszkaniową, w której zasobach mieszka dziś około 10 milionów obywateli!

### Pozór autonomii?

W ustawie o spółdzielczości mieszkaniowej wprowadzono możliwość wydziałania w obrębie spółdzielni mieszkań na zasadzie odrębnej własności i zarazem zerwania stosunku prawnego ze spółdzielnią jako podmiotem odpowiedzialnym za bezpieczne funkcjonowanie budynku i osiedla. Pozór autonomii i niższych kosztów mieszkania przesłonił tu kwestie bezpieczeństwa, racjonalnej gospodarki, konserwacji technicznej, przyszłego losu takich mieszkań i efektu ich wydziałania dla trwania spółdzielni.

Innym poważnym problemem spółdzielczości mieszkaniowej w chwili

obecnej jest fakt, że część spółdzielców dysponujących tzw. spółdzielczym-własnościowym prawem do lokalu (ograniczone prawo rzeczowe) nie może czynić z niego użytku, jako że istnieją przeszkody ze zbywaniem tego prawa i jego wpisem do ksiąg wieczystych (warunkujących kredyt na zakup i remonty) w spółdzielniach, które nie mogą unormować stosunków własności gruntu. Ustawodawca w tej sprawie od wielu lat nie podejmuje prac mogących przynieść jakieś rozwiązanie.

### Respektowanie, ale...

Wprowadzane przez ustawodawcę metody respektowania przepisów w zakresie działalności banków z pominięciem zapisów i zasad prawa spółdzielczego zagrażają działalności ruchu spółdzielczego w dziedzinie bankowości, na co wpływa:

Niezaliczanie funduszu udziałowego do funduszy własnych banku, co jest niezgodne z zapisami ustawy

prawo spółdzielcze i idea spółdzielczości - po wejściu w życie pakietu CRR/CRD IV banki spółdzielcze nie będą mogły już zaliczać w podstawie wyliczania kapitału własnego funduszy udziałowych, które w obecnie przyjętych w Polsce regulacjach prawnych uprawniają członków spółdzielni do swobodnego wycofywania udziałów z banków spółdzielczych; taką możliwość przy wyliczaniu kapitału własnego bezpośrednio wyklucza art. 26 ust. 1 Rozporządzenia CRR, który wymaga, aby dana instytucja mogła w sposób nieograniczony i niezwłoczny wykorzystywać kapitały do pokrycia ryzyka lub strat w przypadku ich wystąpienia, co pozostaje jednak bezpośrednio sprzeczne z istotą funduszu udziałowego polskich banków spółdzielczych.

### Zmiany przepisów...

... sprawiają, że bank nie będzie mógł dokonywać

wypłaty udziału w przypadku wystąpienia członka ze spółdzielni - uregulowania zawarte w Rozporządzeniu CRR, a wynikające z art. 28 ust. 1 lit. g), przewidują, że fundusz udziałowy banku spółdzielczego nie jest zaliczany do kapitału Tier I. Niemniej, zgodnie z art. 29 ust. 1 Rozporządzenia CRR, instrumenty kapitałowe emitowane przez spółdzielnie kwalifikują się jako instrumenty w kapitale podstawowym Tier I wówczas, gdy spełnione są warunki określone w art. 28, z uwzględnieniem zmian wynikających z zastosowania art. 29. Wzajemna relacja obu przepisów wskazuje, że udziały członkowskie zostaną zaliczone do kapitału Tier I wówczas, gdy jego wypłata będzie możliwa wyłącznie w przypadku likwidacji instytucji bądź gdy przepisy krajowe przyznawać będą prawo do ograniczenia jego wykupu.

► dokończenie na str. 4

# Petycja Krajowej Rady Spółdzielczej do Parlamentu Europejskiego (dokończenie)

► dokończenie ze str 3

Ustawodawstwo polskie aktualnie nie przewiduje takiej możliwości, dlatego zgodnie z art. 484 i 486 Rozporządzenia CRR udziały wyemitowane w oparciu o obecnie obowiązujące przepisy będą nadal zaliczane do CET I, jednak będą podlegały stopniowemu wyłączeniu z funduszy podstawowych. Ich wartość będzie co roku stopniowo pomniejszana aż do dnia 31 grudnia 2021 r., gdy przestaną być zaliczane do CET I. Przeciwdziałanie skutkom zastosowania powyższych regulacji jest możliwe poprzez wprowadzenie do ustawy z dnia 7 grudnia 2000 r. o funkcjonowaniu banków spółdzielczych, ich zrzeszaniu się i bankach zrzeszających, zmian wymaganych przepisem art. 29 Rozporządzenia CRR.

## Ustawowe prawo do...

... wypłaty dywidendy z wypracowanego zysku jest coraz częściej ograniczane, a wręcz dyskryminowane przez Komisję Nadzoru Finansowego poprzez stawiane wymogi, jakie dodatkowo bank ma spełnić - Prawo bankowe zabrania stosowania korzystniejszych warunków dla członków banku, stad każdy członek traktowany jest na równi z obcym klientem i nie ma żadnych korzyści z przynależności do spółdzielni. Przepisy mówią jedynie wyraźnie o zakazie wypłaty dywidendy w ogóle jako jednym z nakazów nadzorczych w sytuacji zagrożenia płynności, nie mówią natomiast o ograniczaniu wypłat dywidendy w bliżej niesprecyzowanych sytuacjach dowolnie ocenianych przez Komisję. Komisja Nadzoru Finansowego w zakresie korzystania (doboru) ze środków nadzorczych powinna jednak kierować się zasadą proporcjonalności nakazującą, aby w przypadku gdy określone cele publiczne (tu: cele nadzoru bankowego) mogą zostać równie skutecznie zrealizowane zarówno przy pomocy środka mniej, jak też bardziej restrykcyjnego, organ publiczny powinien skorzystać z tego pierwszego środka.

Wymagane zasady norm płynności nie są dostosowane do działalności i specyfiki banków spółdzielczych - skutkiem wejścia w życie



Fot. SM „Na Skarpie”

Rozporządzenia CRR jest nałożenie na banki obowiązku spełniania nowych płynności, tj. normy LCR (art. 412) oraz wskaźnika NSFR (art. 413). Przepisy te nie uwzględniają specyfiki modelu działalności bankowej wynikającego z ustawy o funkcjonowaniu banków spółdzielczych, ich zrzeszaniu się i bankach zrzeszających, w tym przede wszystkim wymogów dotyczących utrzymywania nadwyżki wolnych środków finansowych banków spółdzielczych na rachunku w banku zrzeszającym. W konsekwencji przy obliczaniu LCR nie będzie możliwe zaliczenie do aktywów płynnych banku zrzeszonego wysokiej jakości lokat złożonych w banku zrzeszającym.

## Jaki skutek?

Skutkiem powyższego będzie zmniejszenie poziomu płynnych aktywów w bankach zrzeszonych, konieczność ograniczania zakresu działalności przez te banki w celu wypełnienia normy płynności krótkoterminowej oraz brak możliwości traktowania lokaty banku zrzeszonego w banku zrzeszającym jako stabilne źródło finansowania działalności banku zrzeszającego.

Opisane tu sytuacje prawne i faktyczne mają proste odniesienie nie tylko do bezpośredniego i na zasadzie pierwszeństwa obowiązujących standardów prawnych Unii Europejskiej i problemu harmonizacji prawa państwa członkowskiego, jakim jest

Polska do rozwiązań prawa unijnego. One tworzą, biorąc pod uwagę wymiar polskiej gospodarki w systemie jednolitego rynku, rzeczywiste zagrożenia dla jego właściwego funkcjonowania jako całości.

Celem działania polskiej spółdzielczości i Krajowej Rady Spółdzielczej jest kształtowanie demokratycznych więzi społecznych i zwiększanie partycypacji spółdzielców w życiu społeczno-gospodarczym. Spółdzielczość cele te realizuje poprzez działanie na rzecz zróżnicowania i wielopostaciowości społeczeństwa polskiego i unijnego - spółdzielczość z założenia opiera się bowiem na formach międzyrodowej współpracy ruchu spółdzielczego.

Podstawowym zadaniem spółdzielczości jest też działanie na rzecz zróżnicowanej i pozbawionej dyskryminacji działalności rynkowej, w ramach której występuje w oparciu o narzędzie własności grupowej, zwiększającej szanse uczestnictwa ludzi biednych w działalności gospodarczej i przeciwdziałania ich wykluczeniu. Te cele spółdzielczości cechuje wysoki stopień zbieżności z celami Unii Europejskiej.

## Działania naruszają

W petycji KRS uznaje działania polskiego ustawodawcy i Rządu wymierzonych przeciw polskiej spółdzielczości za naruszające najważniejsze postanowienia prawa unijnego, w tym za-

sady właściwego funkcjonowania jednolitego rynku. Skalę problemu jest w stanie udowodnić szczegółowymi materiałami dostarczonymi Parlamentowi Europejskiemu przez poszczególne branże spółdzielcze i materiałami załączonymi do tej petycji.

KRS zmuszona jest uznać, że obecna polityka władz Państwa Polskiego wobec spółdzielczości narusza podstawowe postanowienia prawa unijnego, takie jak:

Zawarta w art. 2 Traktatu o Unii Europejskiej (dalej TUE) zasada społeczeństwa opartego na pluralizmie, niedyskryminacji, solidarności i in., wspieranego przez państwo demokratyczne i państwo prawne.

Zawarta w art. 3 ust. 3 TUE zasada zrównoważonego wzrostu gospodarczego oraz społecznej gospodarki rynkowej o wysokiej konkurencyjności. Art. 3 ust. 3 zakłada też zwalczanie wykluczenia społecznego i dyskryminacji, a taki charakter mają działania Państwa wymierzone przeciw spółdzielniom i spółdzielcom.

Dyskryminacja polskiej spółdzielczości narusza w poważnej skali także postanowienia Karty Praw Podstawowych UE stanowiącej na mocy art. 6 akt prawny o mocy traktatowej. Wśród postanowień Karty rażąco naruszony został:

art. 12 w zakresie prawa do swobodnego stowarzyszania się;

art. 15 w zakresie prawa do podejmowania pracy w instytucjach spółdzielczych

w związku z intensywnymi działaniami na rzecz ich likwidacji;

art. 16 w zakresie wolności prowadzenia działalności gospodarczej, która w ramach spółdzielczości dodatkowo warunkuje wykonywanie funkcji społecznych;

art. 17 w zakresie, w jakim likwidacja spółdzielni lub jej dyskryminacja gospodarcza godzi w prawo własności jej członków;

art. 21 w zakresie, w jakim dyskryminowany jest status spółdzielni związany z jej majątkiem grupowym oraz poglądami spółdzielców na istotę państwa (jako instytucji winnej spółdzielczości tolerancję, wsparcie, ochronę i prawo do autonomii).

Wymóg, wynikający z artykułu 26 ust. 3 Traktatu o funkcjonowaniu Unii Europejskiej, zapewnienia zrównoważonego rozwoju we wszystkich sektorach gospodarczych, zwłaszcza w związku z sektorem komercyjnym i z sektorem spółdzielczym.

## KRS apeluje o przerwanie

Krajowa Rada Spółdzielcza apeluje w petycji do Parlamentu Europejskiego jako organu szczególnie powołanego do ochrony powołanych wartości o szybkie wszczęcie postępowania mogącego przerwać proces nasilającej się dyskryminacji polskiej spółdzielczości oraz ocalić jej tradycje i dorobek ważny dla funkcjonowania nie tylko Polski, lecz w istotnym stopniu także Unii Europejskiej.

Liczymy na to, że działania Parlamentu Europejskiego spowodują także aktywizację prac Europejskiego Rzecznika Praw Obywatelskich, zwłaszcza w zakresie krzywd doznanawanych przez poszczególnych spółdzielców - obywateli UE. Liczymy też, że już wstępna faza prac dochodzeniowych pozwoli zainteresować sytuacją polskiej spółdzielczości Komisję Europejską.

Kończąc prezentację tekstu petycji i jej argumentacji zwrócić trzeba uwagę na jeszcze jedną specyfikę prawa spółdzielczego. Otóż oparte jest ono w głównej mierze na konstrukcjach cywilno-prawnych i sposób stosowania tych konstrukcji zaprzętał w ostatnim czasie w sposób dominujący uwagę władz spółdzielczości.

W relacjach z państwem zaniechana została strona polityczna (związana z promowaniem idei spółdzielczości) i strona publiczno-prawna stosunków z administracją państwa. Petycja do Parlamentu Europejskiego to przykład środka prawnego, który ma pomóc przywrócić spółdzielczości jej podmiotowość publiczno-prawną i partnerski charakter w relacji z organami rządowymi. Politykom petycja ma przypomnieć zakres prawnej ochrony spółdzielczości w ramach prawa unijnego, które przecież obowiązuje na polskim terytorium, i przeciwdziałać przede wszystkim dyskryminacji tak ważnych podmiotów życia gospodarczego i społecznego, jakimi są spółdzielnie.

## NATURHOUSE – DUŻO WIĘCEJ NIŻ ODCHUDZANIE! cz.3



**Myśl o jedzeniu nie kojarzy ci się z przyjemnością, a z dolegliwościami jakie odczuwasz później? Jeśli po posiłkach odczuwasz: odbijanie, wzdęcia, zgagę, bóle żołądka, uczucie wypełnienia nawet po lekkim posiłku oraz masz problemy z wypróżnianiem (borykasz się z zaparciami lub biegunkami) - z pewnością potrzebujesz kuracji, która poprawi pracę przewodu pokarmowego.**

dr Ewa Klugier-Borowska, dietetyk,  
Centrum Dietetyczne Naturhouse w Toruniu,  
ul. Szosa Lubicka 166a

Nasz przewód pokarmowy zamieszkiwany jest przez złożoną i zróżnicowaną kolonię mikroorganizmów - stanowią one barierę dla drobnoustrojów i mają ogromny wpływ na wiele procesów fizjologicznych naszego organizmu. Flora jelitowa jest niezbędna jako obrona organizmu ludzkiego, a także wspomaga trawienie i przemianę materii, która również ma decydujący wpływ na występowanie nadwagi i otyłości. Prawidłowa mikroflora jelit odgrywa również znaczącą rolę w procesie wchłaniania substancji odżywczych.

Do osłabienia kolonii bakteryjnej może przyczynić się wiele różnych czynników, wśród nich są: stres, zła dieta, schorzenia, zmiana motoryki jelit wywołana np. przez ciążę czy przyjmowanie niektórych leków oraz leki przeciwdrobnoustrojowe. Aby poprawić pracę przewodu pokarmowego posiłki należy spożywać często, ale w niedużych porcjach. Posiłków powinno być 5 i powinny być jedzone w regularnych odstępach czasu co 3-3,5 godziny. Ponadto powinniśmy jeść warzywa i owoce bogate w błonnik, (np.: czarne i czerwone porzeczki,

maliny, borówki, pietruszkę, seler czy brokuły) - pomaga on usunąć zbędne produkty przemiany materii i oczyścić przewód pokarmowy. Należy też unikać wszystkich produktów zawierających cukier.

By budować prawidłową florę bakteryjną jelit pomocne mogą być preparaty zawierające w swoim składzie bakterie kwasu mlekowego, które wzbogacają mikroflorę jelitową przyczyniając się do poprawy przyswajania makro- i mikroelementów z pożywienia. W Centrach Dietetycznych Naturhouse dostępny jest naturalny suplement **MIVINAT PROBIOTIC** z bakteriami z rodzaju *Bifidobacterium* i *Lactobacillus*. Wywierają one korzystny, potwierdzony badaniami, wpływ na zdrowie: regulują pracę przewodu pokarmowego, poprawiają pracę układu odpornościowego, zapobiegają zaparciom, pomocne w leczeniu zakażenia *Helicobacter pylori* oraz wskazane w leczeniu lub zapobieganiu drożdżycy pochwy.

Połączenie korzystnych bakterii jelitowych z ekstraktem z papai, ananasa i aloesu znajdziemy w preparacie Naturhouse **VIVAT DIGEST**. Tego rodzaju kombinacja związków usprawnia procesy

trawienne i oczyszcza jelita, a także łagodzi skutki niezdrowego sposobu odżywiania.

Preparaty **LEVANAT plus** czy **CINARKI** z ekstraktem z karczocha dostępne w Centrach Dietetycznych Naturhouse poprawiają funkcjonowanie układu trawiennego i stymulują procesy metaboliczne, dlatego też są polecane osobom, które zmagają się ze schorzeniami układu pokarmowego, częstymi wzdęciami i zaparciami. Ekstrakt z karczocha działa też ochronnie na wątrobę i stymuluje wydzielanie żółci. Cynaryna obecna w karczochach kontroluje również hormony odpowiedzialne za regulację poziomu glukozy we krwi, przyspiesza metabolizm lipidów wspierając tym samym walkę ze zbędnymi kilogramami. Należy pamiętać, że dolegliwości żołądkowo-jelitowe bardzo często są konsekwencją nadmiernej masy ciała, a schudnięcie może pomóc je złagodzić. Dodatkowe kilogramy – w szczególności w okolicach brzucha – mogą istotnie zwiększyć zgagę, wzdęcia i odbijanie.



### NATUR HOUSE

...nie tylko odchudzamy!

Polecamy diety:

- antycellulitowe,
  - oczyszczające organizm,
  - wspomagające pracę wątroby
- ...i wiele innych

Toruń,  
ul. Szosa Lubicka 166a  
tel. 533 107 503

KUPON NA BEZPŁATNĄ KONSULTACJĘ DIETETYCZNĄ\*

- ✓ POMIARY ANTROPOMETRYCZNE CIAŁA
- ✓ BADANIE ILOŚCI TKANKI TŁUSZCZOWEJ W ORGANIZMIE
- ✓ WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE PRAWIDŁOWEGO ŻYWIENIA

\* kupon ważny do 15. 09.2015 r.

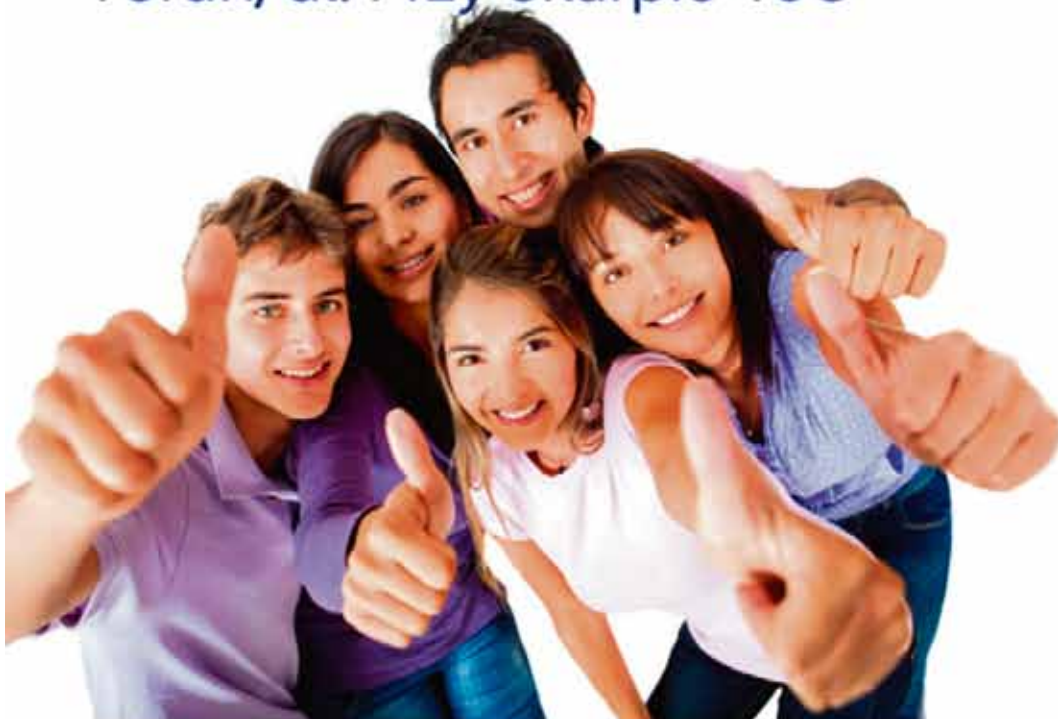
znajdź nas na  
facebook

Akademia Języków Obcych



# Logos

Toruń, ul. Przy Skarpie 10C



## Kursy językowe dla dzieci, młodzieży i dorosłych

**Kontakt:**

**510 852 073**

**logos-torun.pl**





ten teatr lubię!

TEATR IM. WILAMA HORZYCY W TORUNIU

**WRZESIEŃ 2015**



Michał Chłodziński, Łukasz Czuj

## Noc w Kosmosie

Reżyseria: Łukasz Czuj

5.09. (sobota), godz. 19:00  
6.09. (niedziela), godz. 19:00  
8.09. (wtorek), godz. 19:00  
9.09. (środa), godz. 19:00  
10.09. (czwartek), godz. 19:00



## Między nami

Piosenki Jacka Kaczmarskiego i Marcina Świetlickiego

Reżyseria: Grzegorz Wiśniewski

NASTROJOWE SPOTKANIE DWÓCH BARDÓW

12.09. (sobota), godz. 19:00  
13.09. (niedziela), godz. 19:00



Yasmina Reza

## Bóg mordy

Reżyseria: Bożena Suchocka

GORZKA KOMEDIA MAŁŻEŃSKA

12.09. (sobota), godz. 18:00 (TiR)  
13.09. (niedziela), godz. 19:00  
15.09. (wtorek), godz. 19:00  
16.09. (środa), godz. 19:00



Oleg i Władimir Presniakow

## Udając ofiarę

Reżyseria: Bartosz Zaczykiewicz

TRAGIKOMEDIA Z FAŁSZYWYM TRUPEM W TLE

17.09. (czwartek), godz. 19:00  
18.09. (piątek), godz. 19:00  
19.09. (sobota), godz. 19:00  
POŻEGNANIE TYTUŁU



Annibale Ruccello

## Pięć róż dla Jennifer

Reżyseria: Maria Spiss

O POSZUKIWANIU WŁASNEJ TOŻSAMOŚCI NA WESOŁO

20.09. (niedziela), godz. 19:00  
22.09. (wtorek), godz. 19:00  
23.09. (środa), godz. 19:00



Hanoch Levin

## Dziewka z Ohio

Reżyseria: Bartosz Zaczykiewicz

25.09. (piątek), godz. 19:00  
26.09. (sobota), godz. 19:00  
PREMIERA PRASOWA  
27.09. (niedziela), godz. 19:00

zdjęcia: Wojtek Szabelski / freepress.pl



Marcin Wierchowski

## Kansas

Reżyseria: Marcin Wierchowski

30.09. (środa), godz. 19:00

(TiR) - Rodzicom, którzy kupią bilet na oznaczony spektakl, zapewnimy bezpłatną opiekę nad dzieckiem podczas przedstawienia.

# Aktualności



Nowe boisko przy ul. Konstytucji 3 Maja 6 to główna nagroda za zajęcie pierwszego miejsca w ubiegłorocznym konkursie „Osiedla na start”



Wyremontowany fragment osiedlowej promenady pomiędzy ulicą Kard. St. Wyszyńskiego a Ligi Polskiej



Nowo wybudowany chodnik pomiędzy budynkami Konstytucji 3 maja 23 i 25



Klatka schodowa w nowej kolorystyce z wymienionymi poręczami – Kusocińskiego 20



Nowo wybudowany chodnik przy Kusocińskiego 14



Nowo wybudowany chodnik przy Ligi Polskiej 5



Przebudowa skrzyżowania ulicy Konstytucji 3 Maja i Śląskiego



Nowo wybudowany parking przy ulicy Olimpijskiej

# Wybrane oferty mieszkań i lokali

Spółdzielczego Biura Obrotu Nieruchomościami „Na Skarpie” w Toruniu, tel. (56) 650-88-01 ul. Kard. St. Wyszyńskiego 6 (Licencja nr 361)

## SPRZEDAŻ MIESZKAŃ

### M-5

72,8 m<sup>2</sup>, 270 tys. zł, Srebrnego, 4 piętro, blok (3 pokoje) 205/13  
 72,80 m<sup>2</sup>, 295 tys. zł, Prejsa, 2 piętro, blok(3 pokoje, zamiana na M-3), 240/13  
 72,80 m<sup>2</sup>, 270 tys. zł, Prejsa, 3 piętro, blok (3 pokoje) 139/14  
 81,34 m<sup>2</sup>, 455 tys. zł, Bolta, 2 piętro, blok 162/14  
 72,80 m<sup>2</sup>, 249 tys. zł, Prejsa, parter, blok 01/15  
 72,8 m<sup>2</sup>, 199 tys. zł, Prejsa, 4 piętro, blok 17/15  
 72,30 m<sup>2</sup>, 289 tys. zł, Stamma, 3 piętro, blok (3 pokoje) 68/15  
 72,8 m<sup>2</sup>, 295 tys. zł, Stawisińskiego, 1 piętro, blok 82/15  
 72,8 m<sup>2</sup>, 279 tys. zł, Wyszyńskiego, parter, blok, 3 pokoje, 92/15  
 90,6 m<sup>2</sup>, 290 tys. zł, Mickiewicz, parter, kamienica 103/15

### M-4

116 m<sup>2</sup>, 185 tys. zł, Papowo Biskupie, parter cegła (zamiana na M-3) 75/14  
 63,85 m<sup>2</sup>, 235 tys. zł, Bolta, 1 piętro, blok 78/14  
 60,78 m<sup>2</sup>, 215 tys. zł, Wyszyńskiego, 4 piętro, blok 92/14  
 60,78 m<sup>2</sup>, 225 tys. zł, Malinowskiego, 4 piętro, blok 98/14  
 64,1 m<sup>2</sup>, 210 tys. zł, Konstytucji 3 Maja, 4 piętro, wieżowiec 278/12  
 60,7 m<sup>2</sup>, 210 tys. zł, Wyszyńskiego, 4 piętro, blok 133/14  
 63,45 m<sup>2</sup>, 215 tys. zł, Raszei, 6 piętro 132/10  
 63,45 m<sup>2</sup>, 220 tys. zł, Raszei, 1 piętro, wieżowiec (zamiana na 2 pokoje) 148/14  
 76,60 m<sup>2</sup>, 320 tys. zł, Kozacka, 3 piętro, cegła 156/14  
 60,84 m<sup>2</sup>, 190 tys. zł, Kolankowskiego, 8 piętro 178/14  
 58,50 m<sup>2</sup>, 225 tys. zł, Malinowskiego, parter, blok 110/12  
 60,78 m<sup>2</sup>, 239 tys. zł, Szarych Szeregów, 1 piętro, blok 39/15  
 60,78 m<sup>2</sup>, 195 tys. zł, Kusocińskiego, 4 piętro, blok 149/12

59,03 m<sup>2</sup>, 240 tys. zł, Jana III Sobieskiego, 3 piętro, kamienica (zamiana na M-2) 54/15  
 62,48 m<sup>2</sup>, 240 tys. zł, Bolta, 2 piętro, blok 77/15  
 60,8 m<sup>2</sup>, 185 tys. zł, Prejsa, 4 piętro, blok 81/15  
 60,8 m<sup>2</sup>, 220 tys. zł, Stawisińskiego, parter, blok 90/15  
 63,5 m<sup>2</sup>, 230 tys. zł, Konstytucji 3 Maja, 4 piętro, blok (zamiana na M-3) 85/15  
 59,16 m<sup>2</sup>, 215 tys. zł, Kosynierów Kościuszkowskich, parter, blok 98/15  
 68,90 m<sup>2</sup>, 220 tys. zł, Kosynierów Kościuszkowskich, 2 piętro, blok (zamiana na M-3) 121/15  
 64,90 m<sup>2</sup>, 215 tys. zł, Konstytucji 3 Maja, 10 piętro 122/15  
 60,8 m<sup>2</sup>, 205 tys. zł, Szosa Lubicka, 1 piętro, wieżowiec 125/15  
 63,45 m<sup>2</sup>, 207.500 zł, Raszei, parter, wieżowiec 126/15  
 68,8 m<sup>2</sup>, 195 tys. zł, Szosa Lubicka, 2 piętro, wieżowiec (zamiana na M-2) 128/15  
 60,8 m<sup>2</sup>, 200 tys. zł, Mossakowskiego, 8 piętro 129/15  
 65,5 m<sup>2</sup>, 75 tys. zł, Książki, 2 piętro, blok (zamiana na Toruń) 131/15  
 62,9 m<sup>2</sup>, 270 tys. zł, Bolta, 2 piętro, blok 137/15  
 61,50 m<sup>2</sup>, 249 tys. zł, Stamma, 3 piętro, blok 142/15

### M-3

48,49 m<sup>2</sup>, 175 tys. zł, Kusocińskiego, 6 piętro (tylko zamiana na M-4) 122/10  
 54 m<sup>2</sup>, 260 tys. zł, Szosa Chelmińska, 1 piętro, blok/cegła 32/13  
 48,60 m<sup>2</sup>, 175 tys. zł, Szosa Lubicka, 9 piętro (zamiana na M-2) 40/13  
 51,36 m<sup>2</sup>, 280 tys. zł, Konstytucji 3 Maja, 3 piętro, blok/cegła 153/13  
 48,70 m<sup>2</sup>, 175 tys. zł, Wyszyńskiego, 4 piętro, blok 201/13  
 48,67 m<sup>2</sup>, 195 tys. zł, Kusocińskiego, 4 piętro, blok 11/14  
 48,3 m<sup>2</sup>, 220 tys. zł, Malinowskiego, 4 piętro, blok 13/14  
 46,3 m<sup>2</sup>, 230 tys. zł, Żelazna, 3 piętro, blok, cegła 92/13  
 48,30 m<sup>2</sup>, 162 tys. zł, Teligi, 10 piętro 80/14  
 48,78 m<sup>2</sup>, 175 tys. zł, Szarych Szeregów, 4 piętro, blok (zamiana na M-2) 109/14

48,50 m<sup>2</sup>, 160 tys. zł, Suleckiego, 5 piętro 118/14  
 53,7 m<sup>2</sup>, 177 tys. zł, Lubicz, Kołłątaja, 3 piętro, blok 202/14  
 48,73 m<sup>2</sup>, 165 tys. zł, Szosa Lubicka, 6 piętro 36/15  
 48,49 m<sup>2</sup>, 175 tys. zł, Raszei, 2 piętro, wieżowiec (zamiana na M-4) 59/15  
 48,67 m<sup>2</sup>, 169 tys. zł, Witosa, 4 piętro, blok (zamiana na M-2) 120/14  
 51,68 m<sup>2</sup>, 290 tys. zł, Konstytucji 3 Maja, 2 piętro, blok, cegła + garaż 39 tys. zł 73/15  
 48,50 m<sup>2</sup>, 155 tys. zł, Konstytucji 3 Maja, 7 piętro 78/15  
 59,9 m<sup>2</sup>, 190 tys. zł, Ślaskiego, 4 piętro, wieżowiec (zamiana na M-5) 80/15  
 48,70 m<sup>2</sup>, 179 tys. zł, Prejsa, 4 piętro, blok 94/15  
 50,64 m<sup>2</sup>, 220 tys. zł, Kusocińskiego, parter, blok 85/13  
 48,30 m<sup>2</sup>, 165 tys. zł, Kusocińskiego, 8 piętro 123/15  
 48,67 m<sup>2</sup>, 178 tys. zł, Witosa, 4 piętro, blok 144/15

### M-2

36 m<sup>2</sup>, 140 tys. zł, Kusocińskiego, 4 piętro, blok (zamiana na M-3 parter) 192/13  
 33,15 m<sup>2</sup>, 133 tys. zł, Bolta, 4 piętro, blok (jednopokojowe) 21/14  
 22,8 m<sup>2</sup>, 105 tys. zł, Dziewulskiego, 4 piętro, wieżowiec 34/15  
 37,59 m<sup>2</sup>, 130 tys. zł, Raszei, 1 piętro, wieżowiec 140/15  
 37,59 m<sup>2</sup>, 145 tys. zł, Kusocińskiego, parter, wieżowiec 145/15

## LOKALE MIESZKALNE - NAJEM

52 m<sup>2</sup>, Wyszyńskiego, 2 piętro, blok, 600 zł + 400 zł opłaty + kaucja  
 63 m<sup>2</sup>, Bolta, 3 piętro, blok, 900 zł + opłaty 540 zł  
 Dom jednorodzinny, 100 m<sup>2</sup>, Brzozówka, 1500 zł + opłaty licznikowe 09/15B  
 23,8 m<sup>2</sup>, Dziewulskiego, 3 piętro, blok, 700 zł + 300 opłaty + kaucja 11/15B  
 40 m<sup>2</sup>, Łyskowskiego, 4 piętro, wieżowiec, 600 zł + 360 zł opłaty.

**Spółdzielnia Mieszkaniowa „Na Skarpie” w Toruniu, ul. Kard. St. Wyszyńskiego 6 ogłasza przetarg pisemny na nabycie lokalu mieszkalnego na zasadach odrębnej własności:**

**ul. Witosa 11 C m. 33 - I piętro, o pow. 48,67 mkw.**

**Cena wywoławcza 162.000,00 zł + koszty aktu notarialnego**

Składający oferty zobowiązani są wpłacić wadium w kwocie 10.000,00 zł na rachunek Sp-ni  
 mBank 22 1140 2088 0000 5970 8100 1001 i dowód wpłaty dołączyć do złożonej oferty.

Wadium przepada na rzecz Spółdzielni jeżeli oferent, którego oferta zostanie przyjęta, uchyli się od zawarcia umowy.

Oferty prosimy składać w Sekretariacie – I piętro, w budynku przy ul. Kard. St. Wyszyńskiego 6 z dopiskiem na kopercie „przetarg-mieszkanie” w terminie do dnia 03. 09. 2015 r. do godz. 12<sup>00</sup>.

Pierwszeństwo w wyborze posiadają członkowie oczekujący S.M. „Na Skarpie”.

Zastrzega się prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

Szczegółowych informacji udziela Biuro Obsługi Mieszkańców, tel. 56/648-67-84 do 6 - wew. 252 lub 259.  
 Istnieje możliwość obejrzenia lokalu po uprzednim skontaktowaniu się z Administracją Osiedla -tel. 56/648 - 37 - 41.