



## Katalog Karty Seniora

WYKAZ FIRM PRZYJAZNYCH SENIOROM

### **Teatr Lalki i Aktora**

Łomża, Plac Niepodległości 14, tel. 86 216 59 55

- bilety na wszystkie spektakle repertuarowe Teatru Lalki i Aktora w Łomży oraz spektakle w ramach Międzynarodowego Festiwalu Teatralnego Walizka z rabatem 4 zł od ceny regularnej dla posiadaczy Karty Seniora.
- organizacja cyklicznego wydarzenia specjalnego z okazji Dnia Babci i Dziadka pn. „Kocham Babcię, kocham Dziadka”. W programie wieczoru znajdzie się spektakl Teatru Lalki i Aktora w Łomży, sesja zdjęciowa oraz warsztaty plastyczne i słodki poczęstunek. Z okazji święta bilety wstępu dla dziadków gratis, wejściówka dla wnuków w cenie 10 zł.

### **Filharmonia Kameralna im. Witolda Lutosławskiego**

Łomża, ul. Nowa 2, tel. 86 216 24 81

- Cena biletu z Kartą Seniora - 20 zł (dotyczy koncertów o standardowej cenie biletów)

## **Miejski Dom Kultury – Dom Środowisk Twórczych**

Łomża, ul. Wojska Polskiego 3, tel. 86 216 32 26

- wysokość ulg od biletów na koncerty, spektakle, pokazy i inne wydarzenia biletowane wynosi od **10% do 30%** ceny biletu brutto.
- wysokość ulg (dopłat MDK - DŚT) od odpłatności za warsztaty wyjazdowe (z noclegami i wyżywieniem) organizowane przez MDK - DŚT wynosi maksymalnie 20% odpłatności na jednego posiadacza Łomżyńskiej Karty Seniora.
- ulga w wysokości 1/3 opłaty podstawowej za uczestnictwo w zajęciach.

## **Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji**

Park Wodny, ul. Wyszyńskiego 15, tel. 86 218 06 92

Pływalnia, ul. Niemcewicza 17, tel. 86 216 01 08

Tereny sportowo-rekreacyjne nad Narwią – Port rzeczny, ul.

Żydowska 10, tel. 784 033 965, 86 223 72 67

- zajęcia organizowane dla seniorów - z Łomżyńską Kartą Seniora gratis
- zniżka 25% na wejścia w godz. 8.00-15.00 na obiekty sportowe

## **Muzeum Północno-Mazowieckie**

Łomża, ul. Dworna 22c, tel. 86 216 28 16

- wstęp na wystawy czasowe – bilet 2 zł
- wstęp na wystawę stałą – bilet 2 zł
- Galeria Sztuki Współczesnej – bilet 2 zł

## **KINO POLSKA Spółka Cywilna**

### **Karol Charubin i Radosław Charubin**

Łomża, ul. Wojska Polskiego 7, tel. 664 045 065

- Bilety 2 D:

wtorek, środa – 19 zł, fotel Vip 24 zł

tani poniedziałek i czwartek – 16 zł, fotel Vip – 21 zł

piątek, sobota, niedziela, święta – 21 zł, fotel Vip – 26 zł

- Bilety 3 D:

wtorek, środa – 21 zł, fotel Vip 26 zł

tani poniedziałek i czwartek – 16 zł, fotel Vip – 21 zł

piątek, sobota, niedziela, święta – 23 zł, fotel Vip – 28 zł

## **GABINET LECZENIA BÓLU**

### **Marta Stefanów**

Łomża, ul. Makowa 8, tel. 504 750 092

- 25 % rabatu na pierwszą wizytę

- 15% rabatu na każdą kolejną

## **CENTER-MEBEL sp. z o. o.**

Łomża, Al. Legionów 141F/1, tel. 86 218 36 47

- 10 % rabatu od cen detalicznych (rabat nie dotyczy artykułów promocyjnych)

## **Salon Optyczny LOOKO OPTYK**

Łomża, Aleja Legionów 32, tel. 791 866 866

- rabat 10 % na cały asortyment

- bezpłatne badanie ostrości wzroku

## **Gabinet Weterynaryjny „Filemon”**

Łomża, ul. Wyszyńskiego 6 lok. 39, tel. 883 762 889

- 10 % zniżki na usługi weterynaryjne

## **Salon Optyczny „Perfect Vision”**

Łomża, ul. Sienkiewicza 2, tel. 504 402 582

- 50 % zniżki na soczewki okularowe, montaż gratis

## **DW DOMEL**

Łomża, ul. Woj. Polskiego 22, tel. 86 215 42 22

- okna, drzwi, bramy, panele – 3% dodatkowego rabatu

## **Restauracja Cztery Pory Roku**

Łomża, Al. Piłsudskiego 8, tel. 86 473 74 73

- 10 % rabatu na menu restauracyjne (sklep jest wyłączony z oferty)

## **Przedsiębiorstwo Handlowo-Usługowe „KURPIEWSKI” Jan Kurpiewski**

Łomża, ul. Al. Piłsudskiego 115a, ul. Szosa Zambrowska 100;  
Chojny Młode- trasa 61 (Łomża-Ostrołęka); Kolno, ul. Wojska  
Polskiego 51

- rabat 12 gr na litrze każdego oferowanego paliwa oraz LPG (Rabat na paliwo obowiązuje tylko przy płatności gotówką)
- 10 % na wszystkie programy myjni automatycznej

## **KULIGOWSCY Sp. Z O.O.**

Łomża, al. Piłsudskiego 52, tel. 86 212 52 63

- 5 % rabatu na cały asortyment – materiały budowlane i wykończenia wnętrz (z wyjątkiem artykułów promocyjnych)

## **PHU KULIGOWSCY. EDYTA KULIGOWSKA**

Konarzyce, ul. Łomżyńska 110, tel. 696 421 981

- ogrodzenia betonowe - 3% rabatu na cały asortyment

## **Specjalistyczne Centrum Medyczno-Rehabilitacyjne przy „Polskiej Grupie Farmaceutycznej” Sp. z o. o.**

Łomża, Al. Piłsudskiego 82, tel. 86 215 27 40

- usługi medyczne z zakresu rehabilitacji z 10% rabatem w stosunku do cen obowiązujących zgodnie z cennikiem

## **Sklep wielobranżowy TĘCZA S.C. Irena Dziedzic-Pieciak, Hanna Grabowska**

Łomża, Pl. Niepodległości 17, tel. 86 216 20 97

Al. Legionów 141 D, 86 218 23 73

- 5% rabatu na cały asortyment

## **Sklep meblowy „TWÓJ STYL”**

Łomża, ul. Dmowskiego 1D, tel. 86 216 35 76

- 5% rabatu na cały asortyment

## **PUPH TYTAN Mirosław Tyszka**

Łomża, ul. Polowa 45, tel. 604 051 082, 86 216 62 26

- 20% obniżki należnego wynagrodzenia za pośrednictwo w obrocie nieruchomościami

## **SKLEP-KOMIS. ZŁOTO-SREBRO.**

### **Zbigniew Pieciak**

Łomża, ul. Długa 21A, tel. 86 216 75 16

- 10% zniżki na cały asortyment (złoto, srebro, zegarki, wyroby upominkowe)

## **GEERS Akustyka Słuchu**

Łomża, Aleja Legionów 27, tel. 86 215 00 19

- 25% zniżki na następujący asortyment: baterie, środki pielęgnacyjne, akcesoria (wężyki, filtry, rożki, kopułki). Zniżki nie łączą się z innymi promocjami.

## **CORSO GYM& FITNESS. Jasionek sp. j.**

Łomża, ul. Studencka 8, tel. 505 012 011

- 10% zniżki na wszystkie usługi
- karnet siłownia (99 zł) / (79 zł)
- karnet open (siłownia + zajęcia FITNESS) 129 zł
- treningi personalne

## **ELITE STREFA KOBIEC**

Łomża, ul. Aleja Legionów 141 D, tel. 731 896 321

- 10% zniżki na sprzedaż usług i karnetów

## **Centrum Medyczne CEUTICA**

Łomża, ul. Szosa Zambrowska 102 lok. 5, 785 505 365

- 10% zniżki na zabiegi kosmetyczne

- 10% rabatu na porady i zabiegi medyczne

## **Restauracja Retro**

Łomża, ul. Nowogrodzka 157, tel. 600 700 307

- Do każdego deseru z karty menu oferujemy gratis kawę lub herbatę. Z wyłączeniem kawy Irish Café oraz herbat smakowych.

## **HOTEL MILENA – P.P.H.U. E. I .W.**

### **Białożyt**

34-360 Milówka, ul. Dworcowa 22, 33 863 73 83, 502 292 497,  
[www.hotelmilena.pl](http://www.hotelmilena.pl)

Zniżka 23% na 7 noclegów z wyżywieniem (śniadania i obiadokolacje) – cena ze zniżką 1000 zł za cały pobyt os. dorosła (700 zł dziecko od 7 do 12 lat, 600 zł dziecko od 3 do 7 lat, 0 zł dziecko od 0 do 3 lat śpiące z rodzicami). Zakwaterowanie w pokojach 2- i 3-osobowych, 4-osobowych apartamentach z dwoma oddzielnymi sypialniami lub 6-osobowych apartamentach z 3 sypialniami.

Warunki skorzystania ze zniżki: przyjazd min. 2 osób, pobyt rozpoczyna się i kończy w sobotę.

## **MEDICOR CENTRUM ZDROWIA**

Łomża, ul. Szosa Zambrowska 24, 518 800 990

- 10% zniżki na wszystkie zabiegi

## **ZIELNIK. Sklep zielarsko-medyczny**

Łomża, ul. Giełczyńska 2, 694 235 207

- 5 % rabatu na towar niepodlegający innym promocjom i rabatom

## **Linguo Sp. z o.o.**

Łomża, ul. Wyszyńskiego 30, 600 708 201

- zniżka 10% na kurs języka angielskiego  
- w sytuacji, gdy na zajęcia zapisze się małżeństwo, rabat wynosi 15%

## **SALON OPTYCZNY OKO W OKO**

Łomża, ul. Prusa 14 lok. 75, 86 211 57 40

- 20% zniżki na okulary korekcyjne i przeciwsłoneczne

## **HAP FARMAL. Jerzy Włodkowski**

Łomża, Al. Legionów 54 B, 86 212 52 36  
ul. Sikorskiego 126 B

- 5% zniżki na cały asortyment (zniżka nie łączy się z innymi promocjami)



## **TLENOTERAPIA HIPERBARYCZNA. ANDRZEJ OSTROWSKI**

Łomża, ul. Mazowiecka 1/2, tel. 660 345 055, tlenoterapia.lomza.pl

- 20% zniżki na 20 godzin turnusu hiperbarycznego
- 25% zniżki na 40 godzin turnusu hiperbarycznego

## **Studio Fryzur Amelia**

Łomża, Al. Legionów 12, tel. 86 216 29 90

- zniżka na usługi fryzjerskie 5% od poniedziałku do piątku w godzinach 10-14 (zniżka obowiązuje na 1 usługę od aktualnej ceny w cenniku)

## **KODAK EXPRESS - Jarosław Kucisz**

Łomża, ul. Dmowskiego 1B

- Wszystkie usługi świadczone w zakładzie - 10%.
- Rabat nie dotyczy usług, które są już objęte promocją

## **ŁKS 1926 ŁOMŻA**

Łomża, ul. Zjazd 18,

- 50% ceny biletu dla posiadaczy „Karty Seniora”

## **VITALINE Poradnia Dietetyczna Ewa Dmochowska**

Łomża, Al. Legionów 16, tel. 519 550 117

- 50% rabatu na wstępną konsultację dietetyczną i analizę składu ciała
- 25% rabatu na wizyty kontrolne

## **MARMED S.A.**

Łomża, Al. Piłsudskiego 10, tel. 86 218 63 63,

- do 20% zniżki na zakup aparatu słuchowego (oferta komercyjna)
- do 20% zniżki na zakup baterii, środków pielęgnacyjnych, akcesoriów do aparatów słuchowych.

Zniżki nie łączą się z innymi promocjami

## **LUXVISION    Beata    Kwapisz    Łukasz Olechwierowicz**

Łomża, OPTYK LUXVISION, Szosa Zambrowska 102 lok 2

tel. 694 866 833, e-mail: luxvisionsc@gmail.com

- bezpłatne badanie wzroku
- 23% zniżki na okulary korekcyjne
- 23% zniżki na okulary przeciwsłoneczne
- zniżka nie łączy się z innymi zniżkami i promocjami

## **Restauracja Spokojna**

Łomża, ul. Spokojna 9C, tel. 694 125 702

- 15% rabatu na wszystkie dania oraz napoje zamówione w restauracji

## **Sklep Medyczny Eko-Medical**

**Fundacja Działań Lokalnych LOGOS**

Łomża, ul. Kazańska 4, tel. 608 025 910

- 15% rabatu na obuwie medyczne z serii dr Orto dedykowane osobom starszym i diabetykom
- 10% rabatu na produkty marki SENI
- 15% rabatu na skarpetki zdrowotne DEOMED

## **Alfa Tour sp.j.**

Biuro Podróży, ul. Szczanieckiej 10/1A, 60-216 Poznań

Ośrodek Wypoczynkowy Alfa, ul. Szczecińska 2, 72-344 Rewal

tel. 503 581 728, [www.alfa-rewal.pl](http://www.alfa-rewal.pl), [www.facebook.com/alfa99rewal](https://www.facebook.com/alfa99rewal)

- 5% rabatu od ceny standardowej za wynajem pokoju ze śniadaniem

- 5% rabatu od ceny standardowej za wynajem pokoju ze śniadaniem i obiadową kolacją

Oferta nie łączy się z innymi promocjami, nie obowiązuje w Święta Bożego Narodzenia, Sylwestra, weekend majowy

## **Filozofia Stopy**

działalność mobilna, stacjonarna w CEMED, ul. Nowogrodzka 124, tel. 519 195 929

Diagnostyka wad stóp, badania komputerowe, indywidualne wkładki ortopedyczne, podologia ortopedyczna, badania biomechaniczne chodu- 10% zniżki na usługi w stosunku do cen obowiązujących zgodnie z cennikiem.

## **Centrum Medyczne CEMED Sp. J.**

Łomża, ul. Nowogrodzka 124, tel. 513 613 124

- zniżka 10% na wszystkie usługi: dietetyka, poradnia diabetologiczna, poradnia chorób metabolicznych, poradnia chirurgiczna, dobór wkładek ortopedycznych, masaże, badanie profilaktyczne piersi metodą BRASTER, zabiegi wykonywane w gabinecie zabiegowym (np. zastrzyki dożylnie, domięśniowe, kroplówki, zmiana opatrunków itp.), badania laboratoryjne wykonywane w punkcie pobrań.

## **X-BIT Janusz Kierznowski**

Łomża, Al. Piłsudskiego 83, tel. 734 159 568

Usługi informatyczne – zniżka 15%, usługi serwisowe zawarte na stronie [www.serwis.podlasie.pl](http://www.serwis.podlasie.pl) – zniżka 15% (nie dotyczy usługi Premium Mobile), produkty z [e-sklepik.com.pl](http://e-sklepik.com.pl) – zniżka 15% (w przypadku produktu ze stanem magazynowym większym od 0 jednocześnie z ceną równą 0 zł należy się skontaktować z obsługą sklepu internetowego w celu ustalenia prawidłowej ceny); Nowoczesny Senior – kurs dla seniorów, nauka obsługi komputera, urządzeń mobilnych – zniżka do 5 osób – 35%, powyżej 5 osób 40%. Maksymalna liczba uczestników na jednym szkoleniu/grupie to 8 osób (czas kursu 10 godz., 20 godz. lub 40 godz.). Zniżka nie obejmuje kosztów związanych z wynajęciem sali do celów szkoleniowych.