



Polska premiera w Gdyni

MOTORYZACJA | Pierwsza w Polsce prezentacja Opla Ampery, nowej generacji samochodu z napędem elektrycznym odbyła się w Gdyni. Niemal przez cały dzień można było nie tylko zapoznać się z zastosowanymi w aucie technologiami, ale również odbyć jazdę testową.

Z możliwości takiej skorzystało wielu gdynian oraz mieszkańców Trójmiasta i okolic. Na wszystkich bez wyjątku Ampera i jej możliwości zrobiły wielkie wrażenie. Wrażenie z pewnością musiała robić również cena samochodu – ponad 200 tys. złotych.

Nowy Opel to pierwszy w Europie samochód elektryczny o rozszerzonym zasięgu. Może przejechać 40-80 km wykorzystując wyłącznie energię elektryczną z akumulatorów. Jednak dzięki spalinowemu silnikowi o pojemności 1,4 l. i mocy 86 kW wspomagającemu generator dystans jaki pokonać może samochód zwiększa się nawet 500 km. Elektryczny Opel rozwija prędkość do 160 km/h i charakteryzuje się doskonałym przyspieszeniem – prędkość 50 km/h osiąga w czasie zaledwie 3,1 sekundy. Wielką zaletą auta jest możliwość ładowania akumulatorów ze zwykłego gniazda 230 V, czas pełnego załadowania zależy od mocy źródła i przy 16 amperach

Car of the Year 2012 na ulicach Gdyni



Fot. NORDA PRESS

wynosi ok. 4 godzin.

- Muszę przyznać, że jestem pod wrażeniem zaprezentowanych możliwości elektrycznego Opla – mówi Stefan Sierakowski, właściciel hurtowni motoryzacyjnej z Gdyni, który jako jeden z pierwszych miał również możliwość odbycia jazdy próbnej po ulicach mia-

sta. - Auto prowadzi się doskonale i ma świetne przyspieszenie, co przy jeździe miejskiej ma na pewno duże znaczenie. Chyba jednak najważniejszymi atutami Ampery są ekologia oraz bardzo ekonomiczna eksploatacja. Jak usłyszałem od przedstawiciela firmy koszt przejechania 100 km. to ok. 5

zł, co przy samochodach z najbardziej nawet ekonomicznymi silnikami spalinowymi czy napędami hybrydowymi przedstawia się imponująco. Samochód zdobył już wiele międzynarodowych nagród, między innymi prestiżowy tytuł europejskiego samochodu roku - „Car of the Year 2012”,

przyznany podczas salonu motoryzacyjnego w Genewie. W Polsce samochód będzie można kupić w jednym z warszawskich salonów, ale dla nabywców z Trójmiasta mamy dobrą wiadomość, gdyż jednym z dwóch krajowych serwisów Ampery, będzie Serwis Haller. (IGO)

37. Gdynia Film Festival

KONKURS | 13 spośród ponad 30 polskich filmów fabularnych zgłoszonych do Konkursu Głównego tegorocznego 37. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych, który pierwszy raz odbędzie się pod nową nazwą - Gdynia Film Festival, a rozpocznie się już w niespełna miesiąc - 7 maja. W programie i formule święta polskiego kina będzie coś starego, coś nowego, ale przede wszystkim kontynuowany będzie proces odświeżania Festiwalu, rozpoczęty w ubiegłym roku.

- W trakcie pracy nad kampanią medialną dotyczącą Festiwalu – wyjaśnia Michał Chaciński

- dyrektor artystyczny imprezy, - odkryliśmy, że niewiele mediów używa pełnej nazwy Festiwal Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni. Dziennikarze, krytycy, radio, czy telewizja posługują się zrozumiłym dla wszystkich skrótem „Festiwal w Gdyni”. W związku z pracami nad odświeżeniem wizerunku Festiwalu i nad profesjonalną kampanią medialną, Komitet Organizacyjny jednoznacznie postanowił, że oficjalna nazwa Festiwalu zostanie skrócona i stąd na plakacie hasło Gdynia Film Festival. Poprzednia nazwa pozostanie jednak w tym roku obecna w katalo-

gu, czy oficjalnych dokumentach. Nowa nazwa nie zmienia także nic w formule festiwalu. Przyjęta w zeszłym roku zasada ostrej selekcji konkursowych filmów została bardzo dobrze przyjęta, a Komitet Organizacyjny Festiwalu, w skład którego wchodzi m.in. szefowie PISF, SFP czy reprezentanci Telewizji Polskiej, Canal+ i władz lokalnych Trójmiasta, jednomyślnie uznał poprzednią edycję za sukces. W związku z tym, dzięki selekcji, Festiwal w Gdyni po raz kolejny zaprezentuje śmietankę tegorocznego polskiej produkcji filmowej. O Wielką Nagrodę Złotych



Nazwa Festiwalu została skrócona i brzmi Gdynia Film Festival - mówi Michał Chaciński

Lwów w konkursie głównym 37. Gdynia Film Festival powalczy tym razem 13 filmów: „80 milionów”, reż. Waldemar Krzystek; „Baby są jakieś inne”, reż. Marek Kotowski; „Bez wstydu”, reż. Filip Marczewski; „Droga na drugą stronę”, reż. Anca Damian; „Dzień kobiet”, reż. Maria Sadowska; „Jesteś bogiem”, reż. Leszek Dawid; „Mój rower”, reż. Piotr Trzaskalski; „Oblawa”, reż. Marcin Krzyształowicz; „Sekret”, reż. Przemysław Wojcieszek; „Sponsoring”, reż. Małgoszka Szumowska; „Supermarket”, reż. Maciej Żak; „W ciemności”, reż. Agnieszka Holland; „W sypialni”, reż. Tomasz Wasilewski. W późniejszym terminie wśród filmów konkursowych może pojawić się jeszcze jeden obraz, ale jest to uzależnione od procesu produkcyjnego filmu. (ja)

Rabusie pod kluczem



Fot. Andrzej J. Gojke

NA SYGNALE | 5 mężczyzn podejrzanych o ostatnie napady na sklepy spożywcze w Gdyni zatrzymali gdyniscy kryminalni. Udało się również odzyskać część zrabowanego w sklepach mienia. Trzech zatrzymanych trafiło do aresztu o losie pozostałych zadecyduje Sąd Rodzinny. Grupę przestępców podejrzewanych o napady rabunkowe na gdynińskie sklepy policjanci z Wydziału Kryminalnego rozpracowywali od kilku tygodni. Metoda działania sprawców była we wszystkich przypadkach bardzo zbliżona. Zamaskowani rabusie pojawiali się w sklepie w chwili, gdy nie było w nim klientów i grożąc sprzedawcom użyciem siły kradli kasetki z pieniędzmi. Na przełomie dwóch poprzednich miesięcy doszło w Gdyni do 4 takich napadów, o jednym z nich informowaliśmy na łamach Expressu Gdynińskiego w jednym z marcowych numerów. W minionym tygodniu tego samego dnia policjanci równocześnie zatrzymali w ich miejscach zamieszkania na terenie Gdyni pięciu mężczyzn w wieku od 16 do 19 lat podejrzanych o popełnienie tych przestępstw. Wszyscy słyszeli zarzuty dokonania rozbójów w sklepach spożywczych w Gdyni. Straty jakie spowodowali, właściciele wycenili na około 5000 zł. Kryminalnym udało się odzyskać część zrabowanych w sklepach łupów, które rozpoznali właściciele. Sąd Rejonowy w Gdyni wobec trzech dorosłych sprawców zastosował tymczasowy areszt. Za rozboje grozi im kara do 12 lat pozbawienia wolności. Dwaj nieletni w wieku 16 lat, będą odpowiedzialni przed Sądem Rodzinnym w Gdyni. Policjanci sprawdzają, czy zatrzymani mężczyźni nie są odpowiedzialni za inne przestępstwa na tle rabunkowym. (PRUS)

WEJHEROWO **REDA** **PUCK** **BOLSZEWO** **GNIĘWIŃO** **REDA**

NOWA INWESTYCJA ul. Polna

Nowe budynki: 16 i 18 już w sprzedaży!

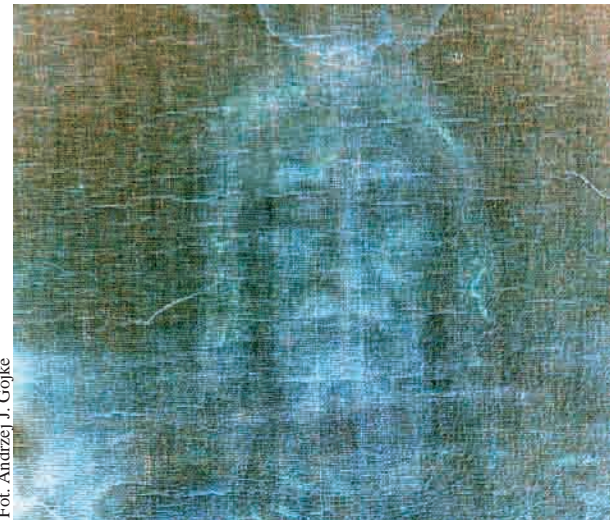
ZARABIAJĄC MIESIĘCZNIE 1900 zł MOŻESZ KUPIĆ 2-POKOJOWE MIESZKANIE rata od 400 zł

ORLEX 84-200 Wejherowo, ul. Św. Jana 7a • 58 778 24 00 • biuro@orlex.pl • www.orlex.pl

ostatni 2012 ROK DOPLATA DLA SINGLI

Tajemnica Całunu Turyńskiego

WYKŁADY | Barrie M. Schwartz ze Stanów Zjednoczonych – oficjalny fotografik zespołu naukowców badającego przed laty Całun Turyński poprowadzi w piątek i sobotę wykłady w kościołach w Rumi i Gdyni.



Kopia Całunu Turyńskiego w kościele NMP Wspomożenia Wiernych w Rumi



Fot. Andrzej J. Gojke

Andrzej Gojke
a.gojke@expressy.pl

- Wierzę, że Bóg każe mi świadczyć o autentyczności Całunu Turyńskiego nie pomimo tego, że jestem żydem, ale właśnie z tego powodu - mówi Barrie Schwartz, fotografik, który od blisko 33 lat bierze udział w badaniach płótna, w które po ukrzyżowaniu owinięty był Chrystus. Barrie M. Schwartz jest Amerykaninem żydowskiego pochodzenia. Był oficjalnym fotografikiem dokumentującym w zespole naukowców, który jako pierwszy badał Całun Turyński w 1978 r. Fotografik założył serwis internetowy,

który obecnie jest najstarszym i najbardziej obszernym źródłem informacji na temat Całunu w Internecie. Barrie Schwartz założył także Stowarzyszenie Badań oraz Edukacji o Całunie Turyńskim (Shroud of Turin Education and Research Association, Inc. - STERA, Inc.) Do dzisiaj prowadzi na całym świecie wykłady na temat Całunu Turyńskiego. Jest częstym gościem w programach telewizyjnych na temat Całunu, a jego fotografie publikowane są w setkach książek oraz niezliczonych dokumentach filmowych. Barrie Schwartz jest również autorem wielu artykułów na temat

Całunu i wraz z ekspertami z całego świata nadal bierze udział w pracach badawczych nad Całunem. Wraz z Ianem Wilsonem jest współautorem wydanej w 2000 roku książki Całun Turyński - Zilustrowany Dowód. Program wykładów: Piątek 13 kwietnia, godz. 19.00 dolny kościół pw. NMP Wspomożenia Wiernych Rumia ul. Dąbrowskiego 26; Sobota 14 kwietnia, godz. 14:30 - Gimnazjum i Liceum Jezuitów (Dzień Drzwi Otwartych szkoły) przy parafii pw. Stanisława Kostki w Gdyni ul. Tarzańska 35, godz. 19:30 - Kościół pw. Św. Krzyża w Rumi ul. Kościelna 20.

Notka biograficzna

Barrie Schwartz zaczął swoją zawodową karierę fotograficzną po ukończeniu Brooks Institute of Photography w 1971 r. W maju 1978 r. założył swoje studio filmowe zajmujące się filmami edukacyjnymi - Educational Video, Inc. Od 1987 do 2001 roku Barrie Schwartz był niezależnym konsultantem od techniki obrazowej dla Laser Research and Technology Development Laboratory w Centrum Medycznym Cedars-Sinai w Los Angeles. Wykorzystywał on video, fotografię, filmowanie szybkobieżne oraz mikroskopię w projektach obrazowania badań z ważniejszymi uniwersytetami, szpitalami oraz producentami sprzętu medycznego. Jest autorem setek prezentacji z zakresu medycyny, dotyczących również nowych technik operacyjnych. W 1998 roku opracował dwa protokoły cyfrowego obrazowania, które zostały zaakceptowane oraz przyjęte do stosowania w próbach klinicznych przez U.S. Food and Drug Administration (FDA), a jego firma pełniła rolę głównego laboratorium dla tych prób. Do jego klientów zalicza się również Senat Stanów Zjednoczonych oraz wiele wiodących na świecie korporacji, a jego wykłady i prezentacje były pokazywane na głównych konferencjach medycznych na całym świecie. (mp)



uwaga! KONKURS

DO ZDOBYCIA 6x
podwójne zaproszenie
na maraton **ENEMEF:**
EUROPEJSKIE KINO GROZY
do Multikina (piątek 20.04)

REPERTUAR:

- Rec 3 PREMIEROWO!
- Oczy Julii - Kobieta w czerni
- Łowca trolli

Wystarczy w piątek 13.04.12
wejść na nasz fanpage:

www.facebook.pl/gwe24

polubić nasz profil oraz skomentować konkursowy post. W treści należy wpisać: Multikino Rumia lub Multikino Gdynia w zależności od wyboru miejscowości, w której chcesz obejrzyć maraton.

W poniedziałek na naszym profilu podamy trzy osoby, które wygrały podwójne zaproszenie do Gdyni i trzy do Rumi.

szczegółowe info o maratonie na stronie www.gwe24.pl

REKLAMA EG/48/2012/R.L

www.at-krotoszyn.pl
ELEKTRYKA - SERWIS - SPRZĘT
www.at-krotoszyn.pl

**NOWO OTWARTY
SALON OŚWIETLENIOWY**
GDYNIA, ul. OWSIANA 11a

**PRZY ZAKUPIE
ZA MIN. 100 ZŁ
RABAT -5%**

**ZAPRASZAMY RÓWNIEŻ
DO SALONU W WEJHEROWIE
PRZY ul. SOBIESKIEGO 225**

HURTOWNIA - SKLEP ELEKTRYCZY
RATY!

REKLAMA EG/23/2012/B.S

LEKKA GOTÓWKA
na wiosenne zakupy

KREDYT

0%

Lekka gotówka dla każdego!
Atrakcyjne oprocentowanie!
Prowizja 0%!
Kredyt od 1000 do 10 000 zł

Oddział w Gdyni Redłowo
Ul. Łużycka 10
Tel. 58 662 40 60

www.bostum.pl
SGB BANK SPÓŁDZIELCZY W SZTUMIE
RRSO wynosi 16,08% przy następujących założeniach: całkowita kwota kredytu 5000 zł, okres spłaty 19 miesięcy, oprocentowanie w skali roku 15%, prowizja 0%, całkowity koszt kredytu: 648,27 zł, całkowita kwota do zapłaty 5 648,27 zł, raty równe w wysokości 297,28 zł.

Rekordowo w BCT

GOSPODARKA | Kolejny rekordowy wynik osiągnięty w marcu przez bałtycki Terminal Kontenerowy w Gdyni pokazuje, że kryzys jak na razie nie dotyka terminali.



BCT przystępuje właśnie do największego w historii programu inwestycyjnego

Fot. Andrzej J. Cójke

W minionym miesiącu przeładowano w BCT w Gdyni 41 108 TEU, co jest rekordowym od 2,5 roku miesięcznym rezultatem i najwyższym wynikiem od momentu załamania koniunktury i początku kryzysu gospodarczego. Łącznie

w pierwszym kwartale 2012 r. BCT przeładował 103.962 TEU. Wzrost przeładunków porównaniu do pierwszego kwartału 2011 roku w BCT wyniósł niemal 23 procent. Jest to z pewnością efekt poprawy kondycji

gospodarki, ale także sprawnego zarządzania Spółką, które zaowocowało wzrostem wydajności pracy i jakości prowadzonych na terminalu operacji. Dzięki zaplanowanym przez BCT i Port Gdynia inwestycjom

zwiększy się intermodalność i jakość usług na terminalu. Spółka przystępuje właśnie do największego w historii programu inwestycyjnego, którego wartość wynosi ponad 153 mln zł. Kolejnym przełomowym momentem będzie re-

alizacja projektu pogłębienia portu, które podniesie konkurencyjność Terminalu. (PRUS)

KOMENTUJ na stronie
www.GWE24.pl

Krzysztof Szymborski
- prezes BCT

- Wyjątkowy wynik BCT jest potwierdzeniem bardzo ważnej roli Gdyni w polskim handlu zagranicznym. Mimo obiegowych opinii o kryzysie gospodarki, obroty kontenerowe BCT w marcu to ponad 40 tysięcy 20 stopowych kontenerów wyeksportowanych i zaimportowanych przez polskie przedsiębiorstwa. Tak dużo nie było od czasów sprzed kryzysu, bowiem ostatni raz w 2008 roku. Dla nas to również wyraźny sygnał z rynku, że pilnie musimy dalej inwestować w rozwój terminala i szykować się na obsługę oceanicznych zawinięć statków z Azji. To powinno nastąpić w 2015 roku, kiedy port w Gdyni zostanie przebudowany i pogłębiony o kolejne 2 metry. Dobrze, że w finansowaniu rozpoczętych inwestycji mamy wsparcie CUPT w postaci ponad 50 milionów złotych, dodane do naszych 100 milionów z własnych środków BCT.

Walczą z pornografią



KAMPANIA | Fundacja Kidprotect będzie walczyć z pornografią dziecięcą w sieci. Dzięki akcji „xxx z dziećmi nie działa” ograniczy możliwość powstawania stron zawierających treści pedofilskie.

Pornografia dziecięcą w sieci to poważny problem. Zjawisko narasta wraz z rozwojem nowych technologii. Fundacja jako pierwsza organizacja pozarządowa w Polsce zajęła się problemem bezpieczeństwa dzieci w internecie.

- Od 10 lat walczymy o internet przyjazny dzieciom i wciąż poszukujemy nowych rozwiązań, aby ubiec przestępców krzywdzących dzieci - mówi Jakub Śpiwak, prezes fundacji.

W ramach akcji „xxx z dziećmi nie działa” fundacja stworzyła dla Home.pl listę słów kluczowych, które mogą wiązać się z pornografią dziecięcą. Ta wykorzysta listę do blokowania możliwości rejestracji domeny z końcówką xxx, w których takie słowa się pojawiają.

- Działania mają na celu wyłączenie z obszaru internetu adresów internetowych, mogących być wykorzystywanych w nieodpowiednich celach - dodaje Marcin Kuśmierz prezes Home. (dd)

ENEL-MED już na Pomorzu



Adam Rozwadowski, prezes ENEL-MED (z lewej)

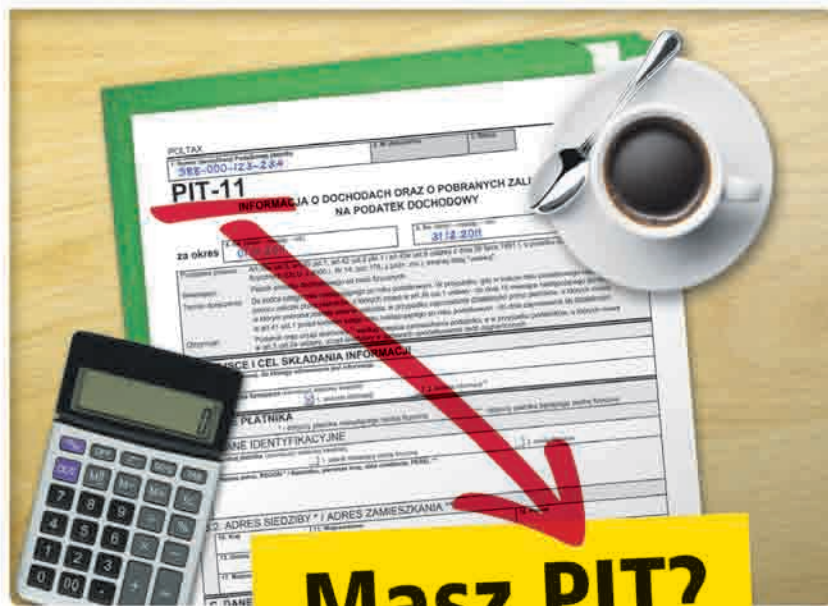
Nie tak dawno powstał w Gdańsku kolejny oddział prywatnego Centrum Medycznego ENEL-MED, które swoimi usługami dla klientów indywidualnych oraz firm. W swoim zakresie posiada m.in. usługi medyczne takie jak stomatologia, centrum psychologiczne, poradnie okulistyczną, czy centrum rehabilitacji.

- W swojej ofercie posiadamy wszystkie specjalności oraz szeroki zakres usług ambulatoryjnych. Posiadamy również diagnostykę obrazową, co oznacza, że znajdą Państwo u nas tomograf czy rezonans magnetyczny - chwali się Adam Rozwadowski, prezes zarządu ENEL-MED. - Posiadamy też innowacyjny i myślę bardzo ciekawy program „24h dla zdrowia”. Mówiąc wprost,

pacjent w ciągu tych godzin przechodzi kompleksowe badania całego ciała, po których przedstawiany mu jest stan zdrowia jego poszczególnych części ciała, czy narządów - dodaje prezes. Firma prowadzona przez Adama Rozwadowskiego jest również ambasadorem Stowarzyszenia Firm Rodzinnych, co tylko i wyłącznie wiąże się większym zaufaniem klientów. - Jesteśmy firmą rodzinną, w której zatrudniona jest praktycznie cała moja rodzina. Ja sam dość chłodnym okiem patrzę na medycynę, ale to właśnie te dwa czynniki gwarantują tej klinice tak dobre osiągnięcia. W Gdańsku jesteśmy nowym ośrodkiem, ale firma posiada już 20 letnią tradycję, i tą tradycję oraz to, co już udało nam się osiągnąć również realizujemy w Gdańsku - zapewnia Rozwadowski. Więcej informacji na stronie enel.pl **Dominik Pankowski**

REKLAMA

EG/22/2012/D



Masz PIT?

Weź pożyczkę!

Pożyczka za PIT

oferta ważna do końca czerwca!

Teraz wystarczy druk PIT-11 za 2011 r. oraz dowód osobisty, by ubiegać się o pożyczkę gotówkową na dowolny cel, bez zaświadczenia o zarobkach.

Niniejsza informacja nie stanowi oferty w rozumieniu przepisów k.c. Dane z dnia 5.04.2012 r.

wyłącznie POLSKI kapitał

KASA WYBRZEŻE

GDYNIA, ul. Portowa 13, tel.: 58 661 91 40, 726 145 013
GDYNIA, ul. Pucka 113, tel.: 58 620 28 70, 726 145 005

www.kasawybrzeze.pl 801 600 100 (koszt wg taryfy operatora)

Przyjdź z tą reklamą do naszego oddziału, a otrzymasz upominek niespodziankę.

Szybciej koleją do Warszawy

INWETYCJE | Trwająca od kilkunastu miesięcy modernizacja linii kolejowej E 65 na odcinku Warszawa – Gdynia to jedno z najważniejszych zadań inwestycyjnych PKP Polskie Linie Kolejowe S.A. Podróż pociągiem ze stolicy na wybrzeże po zakończeniu prac skróci się do 2 godz. 30 minut.

Andrzej Krawczyński
– dyrektor projektu ds
modernizacji na obszarze
LCS Gdańsk i Gdynia



- Podział modernizacji na poszczególne odcinki inwestycyjne dokonany został dlatego, że nie ma możliwości, by wszystko zaprojektować i zrealizować w jednym czasie, ze względu na różne etapy finansowania. I tak LCS-y Nasielsk, Tczew były realizowane z Funduszu Spójności, natomiast obecnie realizowane LCS (Gdynia, Gdańsk, Działdowo, Malbork, Iława i Ciechanów - przyp. Andrzej Gojke) finansowane są z Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko. Podział ten wynika z faktu, że przygotowania projektowe odbywały się sukcesywnie. Modernizowana jest cała infrastruktura, a więc m. in. tor, sieć trakcyjna, sterowanie ruchem w warstwie podstawowej, budujemy również nowe skrzyżowania z liniami kolejowymi, żeby były skrzyżowania bezkolizyjne. Odbywająca się modernizacja spowoduje, że pociągi będą mogły pokonywać trasę z prędkością 160 km/h, a nawet do 200 km/h w przypadku zastosowania taboru z pudłem wychylnym czyli zwiększy się szybkość i przepustowość na linii. Dla pasażerów oznacza to, że czas podróży z Gdyni do Warszawy lub odwrotnie zostanie skrócony do ok. 2,5 godzin.

Jak zapewnia inwestor prace związane z modernizacją trasy na terenie Trójmiasta przebiegają zgodnie z planem.

Linia Warszawa – Gdynia (E-65) podzielona została na osiem odcinków inwestycyjnych tzw. LCS (Lokalne Centrum Sterowania. Jednym z etapów jest modernizacja infrastruktury kolejowej na terenie Trójmiasta obejmująca LCS-y Gdańsk i Gdynia.

Prace rozpoczęły się w 2011 r., a okres ich realizacji od momentu podpisania umowy (marzec 2011) to 36 miesięcy. Projekt na terenie Trójmiasta obejmuje, m.in.: budowę układów torowych na stacjach i szlakach wraz z modernizacją podtorza i budowę systemu odwodnienia, wymianę sieci trakcyjnej czy też modernizację istniejących obiektów inżynierskich oraz budowę nowych.

Dotychczasowo zmodernizowano 8 km torów, wymieniono ponad 28 km sieci trakcyjnej, a także oddano do

eksploatacji dwa perony na stacjach: Pruszcz Gdański i Gdynia Główna.

Modernizacja urządzeń sterowania ruchem kolejowym obejmie stacje Pruszcz Gdański, Gdańsk Południowy, Gdańsk Główny, Gdańsk Wrzeszcz, Sopot oraz Gdynia Orłowo. Natomiast w przypadku stacji Sopot, Gdynia Orłowo, Gdynia Główna, Gdynia Chylonia, Pruszcz Gdański i Gdańsk Wrzeszcz modernizacja obejmie budowę nowych peronów wraz z wiatami i całą niezbędną architekturą. Inwestycja jest częścią modernizacji magistrali kolejowej E-65, należącej do VI paneuropejskiego korytarza transportowego, który łączy regiony nadbałtyckie z obszarami położonymi nad morzem Adriatyckim i na Bałkanach.

Planowany całkowity koszt realizacji projektu wynosi blisko 1.167 mln zł. Natomiast całkowity czas reali-



Modernizacja w obrębie dworca kolejowego Gdynia Główna

zacji 36 miesięcy i jak zapewnia inwestor wszystkie prace przebiegają zgodnie z planem, więc powinny zakończyć się

w pierwszym kwartale 2014 r. Oczywiście czas podróży na trasie Gdynia – Warszawa – Gdynia przez Działdowo, bę-

dzie sukcesywnie ulegał skróceniu i przewoźnik zapewnia, że na EURO 2012, wyniesie on 4 godz. i 15 min. (PRUS)

ORLEX

RODZINA NA SWOIM
ostatni 2012 ROK
DOPŁATA DLA SINGLI

MOŻESZ KUPIĆ 2-POKOJOWE MIESZKANIE

ZARABIAJĄC MIESIĘCZNIE 1900zł

rata od 400zł

☎ 58 778 24 00

WEJHEROWO REDA PUCK BOLSZEWO GNIEWINO

REKLAMA

OSRODEK SZKOLENIA KIEROWCÓW

MADZIA

- KURSY PRAWA JAZDY
- JAZDY DOKSZTAŁCAJĄCE

GDYNIA, ul. WEJHEROWSKA 55 - XIV LO
tel. 608 663 609

INFORMACJE
z Małego Trójmiasta

www.GWE24.pl

www.facebook.com/gwe24

www.gwe24.pl
redakcja@gwe24.pl

już 17 maja
dodatek specjalny

ślub i wesele
zareklamuj się

specjalna oferta dla:
salonów sukien ślubnych,
restauracji, hoteli,
firm dekoratorskich,
konsultantów ślubnych,
jubilerów, fotografów,
cukierni, kwiaciarni,
szkół tańca

sprawdź ofertę:
Beata Stanałowska
tel. 791 764 155
e-mail: b.stanalowska@expressy.pl

84-200 Wejherowo, ul. Św. Jana 7a, 58 778 24 00
biuro@orlex.pl, www.orlex.pl

Kiedyś okazyjnie kupiłem jej motor...

MOTOCROSS | Nie ma zbyt wielu sponsorów, sportowego stypendium ani toru treningowego do dyspozycji. Miała pękniętą śledzionę, złamane palce i zerwane więzadła. A mimo to Joanna Miller odważnie przebija się do czołówki światowego motocrossu.

Mikołaj Podolski

m.podolski@expressy.pl

17-letnia uczennica klasy geograficzno-matematycznej w gdyńskim VII Sportowym LO jest jedyną Polką startującą w motocrossowych mistrzostwach świata. Ubiegłoroczny sezon zakończył się dla niej rewelacyjną jak na debiutantkę ósmą pozycją. W pierwszych dwóch tegorocznych zawodach międzynarodowych zajęła czwarte miejsca. Do podium zabrakło bardzo niewiele. A chce być jeszcze lepsza i nie ma zamiaru spoczywać na laurach. Joanna Miller żyje w rozjazdach. Mimo to wiadomym tylko sobie sposobem godzi dobre wyniki sportowe ze szkolnymi. Dwa lata temu miała nawet stypendium naukowe. W liceum idzie ciut gorzej, ale średnia ponad 4,0 musi imponować przy tak licznej gamie innych obowiązków.

- Kiedyś okazyjnie kupiłem jej motor. Taka mała pięćdziesiątka. Zaczęła jeździć i weszło już jej w krew – wspomina początki kariery córki jej ojciec, Czesław Miller. On sam do dzisiaj uprawia piłkę nożną, zaszczylił więc w Joannie miłość do sportu. Ale nie namawiał jej do niczego. Sam poświęca jednak wiele czasu i wysiłku, aby mogła realizować marzenia. Jest jej nieformalnym menagerem, kierowcą i mechanikiem.

Motocross to sport widowiskowy – zdarzają się skoki na ponad 30 metrów i przekraczanie prędkości 100 km/h. Bywa też jednak niebezpieczny. Joanna, mimo iż ma dopiero 17 lat, miała już pękniętą śledzionę, zerwane więzadła w kolanie, skręcenia i połamane palce. – Tu trzeba mieć upór, wytrwałość i przede wszystkim trzeba to lubić. Bez tego niczego się nie osiągnie – przyznaje polska mistrzyni motocrossu.

- W ubiegłym roku przed zawodami we Włoszech zderzyłam się z rywalką. Upadłam i uderzyłam kolaniem w kierownicę. Strasznie spuchło, ale wzięłam udział w zawodach. Nie mogłam go zgiąć i cały wyścig jechałam na stojąco. Dojechałam – opowiada o najgorszych zawodach w tamtym sezonie.

- Ja nie chciałem żeby wtedy jechała, ale ona się uparła – wspomina ten dzień jej



Zaczęła jeździć i weszło już jej w krew – wspomina początki kariery córki jej ojciec, Czesław Miller

ojciec.

Do tego trzeba cały czas trenować. Zawodniczka m.in. biega, pływa i jeździ na rowerze, bo wbrew pozorom kondycja jest kluczowym elementem dyscypliny. Ćwiczy co najmniej godzinę dziennie. Pomaga jej w tym m.in. Marcin Florek, jeden z najwybitniejszych krajowych triathlonistów.

Ale już samą jazdę na motorze Joanna musi trenować w Holandii. Czasem tylko pościga się w Gdańsku. – Ale ten tor jest zniszczony i poza tym twardy. Nie nadaje się do treningu dla nas – stwierdza ze smutkiem Czesław Miller. – W Gdyni był wcześniej tor, na którym można było trenować motocross. Jeździli tam i młodszy, i starsi. Ale najwidoczniej radnym musiał przeszkadzać, bo w tamtym roku jeden z nich zaczął się skarżyć, że hałasujemy. Przecież on mieścił się na uboczu, ponad dwa kilometry od najbliższych zabudowań, niko-

mu nie wadziliśmy. Tor został więc zamknięty. Teraz zamiast tego zacznie się jeżdżenie ludzi po lasach i nikomu to na dobre nie wyjdzie. W innych krajach w miastach takiej wielkości jak Gdynia już byłoby kilka takich torów, a u nas likwiduje się ten ostatni.

- A jeśli już gdzieś trenowaliśmy, to z reguły ludzie owszem – przychodzili nas oglądać, ale z telefonem komórkowym, grożąc, że zaraz zadzwonią na policję – dodaje Asia.

Lecz mimo tych wszystkich przeszkód jako pierwsza reprezentantka wschodniej Europy wdiera się z takim impetem do światowej czołówki. Ma jeden cel: mistrzostwo świata. Gdy na koniec rozmowy pytam ją o pasję, odpowiada bez namysłu: – Motocross, motocross i motocross.

KOMENTUJ na stronie

www.GWE24.pl



- Tu trzeba mieć upór, wytrwałość i przede wszystkim trzeba to lubić...

Nietypowy sposób na produkcję energii znalazło pewne technikum z Rzymu. Uczniowie w specjalnej Sali Energii pedałują na rowerach stacjonarnych. Produkują energię, poprawiają kondycję i jednocześnie zdobywają punkty, które mogą wykorzystać w kinach i księgarniach. <http://styl-zycia.ekologia.pl>

Edukacja ekologiczna

Jednym z zadań Komunalnego Związku Gmin „Dolina Redy i Chylonki” z siedzibą w Gdyni jest wspieranie edukacji ekologicznej realizowanej przez placówki oświatowe, ze szczególnym naciskiem na ukazanie lokalnych uwarunkowań przyrodniczych, technicznych i organizacyjnych.

Gospodarka komunalna ma ściśle powiązania z ochroną środowiska. Ich realizacja jest niemożliwa bez współpracy ze społeczeństwem. Dlatego tak ważnym zadaniem jest tworzenie właściwych wzorców w zakresie korzystania ze środowiska. W roku ubiegłym wiodącym tematem szkoleń i warsztatów organizowanych przez związek była ochrona powietrza i różne źródła energii. W roku bieżącym głównym motywem oferty jest ochrona wód.

Młodzież ponownie będzie mogła poznać nowoczesne sposoby i technologie postępowania z odpadami w ramach warsztatów pt.: „Blżej Europy - nowoczesne metody gospodarowania odpadami” prowadzona na terenie spółki EKO DOLINA w Łężyczku. Kontynuowane będą jednodniowe warsztaty: „Ciepło dla Trójmiasta” realizowane przy współpracy ze spółką OPEC oraz warsztaty „Oczyszczanie ścieków” i „Ujmowanie i uzdatnianie wody” realizowane wraz ze spółką PEWIK.

W tym roku szkolnym będzie prowadzona już XIV edycja konkursu plastycznego „Małe dzieci nie chcą śmieci”. Dzieci i młodzież zapraszane są do zbierania plastikowych nakrętek w ramach IX edycji konkursu „Mała nakrętka, duży problem”. Od kilku lat, wielkim powodzeniem cieszy się również „Konkurs wiedzy ekologicznej” skierowany do uczniów szkół specjalnych i integracyjnych. Ponownie znajdzie on swoje miejsce w tegorocznej ofercie (X edycja). Kontynuowany również będzie „Konkurs fotograficzny” (IV edycja) oraz „Program REBA - zbiórka baterii”.

Największy projekt edukacyjny związku - „Lider Lokalnej Ekologii”, w tym roku szczególną wagę kieruje na zagadnienia związane z wodami powierzchniowymi i podziemnymi oraz aspektami ich ochrony. Temat, któremu poświęcona będzie aktywność placówek oświatowych, brzmi „Ochrona wód”. Udział w projekcie honorowany jest statuetką i tytułem „Lidera Lokalnej Ekologii - 2011/2012”.

Szczegółowy opis poszczególnych propozycji edukacji ekologicznej można znaleźć na stronie: http://www.kzg.pl/index.php/edukacja.aktualna_oferta_educacyjna. **POR**

Segregacja i nie tylko

Odpady nie tylko powinny być segregowane na: papier, plastik i szkło. Standardem staje się też dzielenie reszty śmieci na suche i mokre. Ale to również nie wszystko - papier powinien być wyprostowany, stoiki umyte, a naklejki zdrapane, plastikowe butelki zgniecione.

Robert Purzycki
r.purzycki@expressy.pl

Na czym polega dualny system segregowania odpadów i dlaczego go wprowadzamy? Kogo i od kiedy będzie obowiązywał? I co ten fakt oznacza dla mieszkańców?

O obowiązku i celowości segregacji odpadów na mokre i suche - który 1 kwietnia tego roku objął kolejne gdańskie dzielnice - przypominają m.in. emitowane spoty radiowe, city lighty oraz plakaty w autobusach i tramwajach obsługujących te dzielnice. Broszury informacyjne są dostarczane mieszkańcom za pośrednictwem rad osiedli, spółdzielni oraz samych firm przewozowych, z którymi mieszkańcy zawierają umowy na wywóz śmieci. Chcemy - podobnie jak w ubiegłych latach - dotrzeć do mieszkańców z pakietem przydatnych informacji, które ułatwią im wprowadzenie w swoich gospodarstwach domowych systemu dualnego - mówi Maciej Lorek z Wydziału Środowiska gdańskiego magistratu.

Powodów wprowadzenia nowego systemu segregacji odpadów jest kilka, główny to zahamowanie gwałtownego wzrostu cen odpadów. Obowiązek zmniejszania ilości śmie-

ci deponowanych na składowiskach nakłada na nas Unia Europejska - to nakaz obowiązujący w całej UE. Za niewypełnienie jej dyrektywy Unia nałożyć może na Polskę kary finansowe sięgające nawet do 400 mln zł rocznie - tłumaczy Maciej Lorek, dyrektor Wydziału Środowiska - W krajach zachodnich stosuje się 5-6 pojemnikowy system segregacji. My zdecydowaliśmy się na mniejszą rewolucję, bardziej dostosowaną do naszych realiów - mamy za małe kuchnie i mieszkania, żeby mieć tyle pojemników, dlatego wymyśliliśmy segregację dualną. Taka segregacja odpadów ma na celu ograniczenie odpadów zmieszanych przekazywanych do składowania. Dlatego odpady rozdzielać musimy już na etapie ich wytwarzania czyli w naszych domach. Odpady mokre są poddawane kompostowaniu, suche - dalszej segregacji. Do dyspozycji mamy nowoczesną kompostownię.

Nowy system wymaga od nas zmiany nawyków, ale ten wysiłek się opłaca. Warto postępować proekologicznie, nie tylko z racji poczucia satysfakcji, że - zgodnie z hasłem kampanii - robimy coś dobrego dla ziemi, ale także dlatego, że nie narażamy się na podniesienie cen za odbiór śmieci. Ceny za przyjęcie



na składowisko odpadów zmieszanych wzrastają i będą wzrastać - nie zależy to od miasta, ale od odgórnych przepisów - natomiast ceny za przyjęcie odpadów mokrych - biodegradowalnych już są zdecydowanie niższe i będą spadać. Ten fakt przekłada się na opłaty za odbiór naszych śmieci.

Co, z punktu widzenia mieszkańca, potrzebne jest do segregowania śmieci na mokre i suche? Co zrobić, żeby selektywna zbiórka była jak najmniej uciążliwa?

W domu potrzebne są nam dwa pojemniki - na odpady mokre

i suche lub jeden pojemnik i worek. Praktycznym jest gromadzenie odpadów mokrych w mniejszym pojemniku, ze szczelną pokrywką, wówczas nie będzie nam dokuczać ich zapach. Śmieci mokre z racji swoich właściwości w domu powinny być trzymane możliwie jak najkrócej.

To jednak nie wszystko. Szkło i plastik powinny być przed wyrzuceniem umyte, pozbawione naklejek, do tego stoiki absolutnie bez zakrętek, ale już butelki typu PET zgniecione i zakręcone.

Papier, który wrzucamy do

pojemnika, powinien być wyprostowany, natomiast karton zgnieciony. Trzeba też pamiętać m.in. o tym, żeby do „plastiku” nie wrzucać szeleszczących woreczków i reklamówek, a do „szkła” - szyb okiennych i samochodowych.

Odpady dzieli się na frakcje: mokrą i suchą. „Mokra” to ta, którą można przerobić na kompost, „sucha” po wstępnej segregacji na szkło białe, szkło kolorowe, plastik i papier może zostać przetworzona i powtórnie użyta. - Ale tylko wtedy, gdy odpady są względnie czyste.

CZAS NA „ZIELONE BIUROWCE”

Popularne na zachodzie certyfikaty zaświadczające o tym, że inwestycja jest przyjazna środowisku i sprzyja oszczędzaniu energii wchodzi też na rynek polski, a co za tym idzie - trójmiejski.

Robert Purzycki
r.purzycki@expressy.pl

Certyfikatów takich, jest kilka. Najbardziej popularny i zarazem prestiżowy jest amerykański LEED (The Leadership in Energy and Environmental Design). Certyfikat LEED przyznawany jest po ocenie obiektu wg klasyfikacji punktowej. Dwa pozostałe, najczęściej spotykane to: EU GreenBuilding Programme (wprowadzony przez Unię Europejską) oraz najstarszy z nich, brytyjski BREEAM.

Kryteria są różne, w zależności od certyfikatu, ale można wymienić kilka stałych elemen-



tów: obiekt musi być łatwo dostępny, zlokalizowany blisko sklepów i punktów usługowych oraz przystanków komunikacji miejskiej. Mile widziane są udogodnienia dla rowerzystów (parking, szatnia, prysznic). Budynek wyposażony powinien być w systemy zbierania i wykorzystywania wód opadowych, systemy oszczędzające energię elektryczną i ciepłą (dla dobra środowiska nie może ona być emitowana na zewnątrz) oraz wodę (np. w toaletach). W budynkach sprawdzana jest jakość powietrza i obowiązuje całkowity zakaz palenia. Odpady muszą być se-

gregowane. Certyfikat LEED ma posiadać - wg oświadczenia developera - biurowiec Alchemia, powstający właśnie w Oliwie. Certyfikat BREEAM ma pierwszy budynek kompleksu Olivia Business Centre w Gdańsku. Deweloper zapowiada, że kolejne budynki kompleksu również będą mogły się nim legitymować. Uzyskanie BREEAM deklaruje także Euro Styl, który przy Armii Krajowej w Gdańsku buduje biurowce dla Banku BPH. W trakcie weryfikacji pod kątem przyznania BREEAM jest także pierwszy budynek BCB Business Park.



Wojewódzki Fundusz
Ochrony Środowiska
i Gospodarki Wodnej
w Gdańsku

Dodatek dofinansowany został przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Gdańsku. Fundusz nie ponosi odpowiedzialności za treści zawarte w dodatku.

NE X P R E S S I NIERUCHOMOŚCI

DEWELOPERZY

WNĘTRZA

FINANSE

BUDOWNICTWO

OGRÓD

Mój dom, moją twierdzą

BEZPIECZEŃSTWO | Włamania do mieszkań są nadal zmorą naszych czasów. Wiedza na temat: jak się skutecznie zabezpieczyć przed utratą dobytku czy cennych pamiątek jest wciąż zbyt mało upowszechniona.

Lupem złodziei pada często to na co pracowaliśmy latami. Do kradzieży najczęściej dochodzi podczas urlopu, okresów świątecznych, przedłużonych weekendów a często po prostu kiedy jesteśmy w pracy. Złodzieje mają bardzo dobre rozeznanie, wiedzą gdzie pracujemy, do której szkoły uczęszczają nasze dzieci, wiedzą też o naszych stałych nawykach. Zanim kogoś okradną długo go obserwują. To, ile wyniosą, zależy od tego ile mają na to czasu. Niekiedy jest to tylko opróżnienie domowego barku i zabranie leżących na wierzchu przedmiotów, cza-

sem możemy wrócić do domu gdzie zostały tylko gołe ściany.

Analiza słabych punktów

To od niej należy rozpocząć działania mające na celu zabezpieczenie mieszkania. Zadajmy sobie pytania:

- jak najłatwiej byłoby dostać się do niego przez wyważenie drzwi, wybite szyby, oknem od piwnicy, garażu, przy użyciu łomu, przez balkon czy strych itd.

- kto i w jaki sposób zareaguje na sygnały alarmowe naszego



przyszłego systemu w jaki sposób nasz obiekt jest zabezpieczony mechanicznie przed agresorem (drzwi antywłamaniowe, kraty, rolety, folia antywłamaniowa na szybach)

- jaka jest wytrzymałość mechaniczna ścian i stropów

- jaką wartość materialną i historyczną (pamiątkową) przedstawia zgromadzony majątek

- jak często i na jak długo zdarza nam się opuszczać obiekt (wyjazdy, urlopy, itp.)

- jaki jest dostęp do sieci energetycznej (bezpieczników) naszego obiektu?

- jakie jest otoczenie naszego obiektu (hałaśliwe ulice, linie energetyczne, zabudowania sąsiadów, linie kolejowe, tramwajowe, roślinność otaczająca nasz obiekt, sąsiedztwo wysokich drzew, kominów, obiektów, masztów).

Jak zapobiec włamaniom?

Planując system powinniśmy dążyć do takiej konfiguracji aby alarm uruchomił się przed wtargnięciem złodzieja do naszego

mieszkania. Jeśli alarm uaktywni się po wtargnięciu intruza, może on ukraść z góry upatrzone przedmioty i zanim otoczenie zareaguje na sygnał złodziej zniknie z łupem.

Powinniśmy zainstalować czujki, które wywołają alarm przy próbie siłowego wtargnięcia do obiektu np. udarowe czujki odroczonego alarmu lub czujki wibracyjne reagujące na wiercenie, cięcie szkła, podważania łomem, wybuchy, uderzenia młotem. Przy właściwej instalacji i regulacji czujki te nie wywołują fałszywych alarmów a są w zasadzie jedynymi które zareagują dostatecznie wcześniej aby intruz odstąpił od próby włamania. Przy wewnętrznych, pasywnych czujkach podczerwieni obszar (pole) „widzenia” czujki nie jest najważniejsze (nie ma znaczenia czy złodziej zrobi krok mniej lub więcej). Zwróćmy natomiast uwagę na miejsce jej zainstalowania, gdyż ma to decydujący wpływ na pracę systemu. **Robert Purzycki**

REKLAMA EG/179/2011/R.L.

Bob Rollo
Rok zał. 1974

Profesjonalnie i niedrogo!

- Okna
- Rolety
- Żaluzje

Rumia, tel. 58 679 42 42
Gdynia, tel. 58 663 83 88
www.bobrollo.com.pl

REKLAMA EG/RED/09/K.F.

WROŃSKI
SPÓŁKA JAWNA

PROMOCJA KOSTKI POLBRUK:
MARKADO, NOSTALITE, PALINEA

HURTOWNIE MATERIAŁÓW BUDOWLANYCH

1. LESZNO k. KARTUZ ul. Słoneczna 1 telefon: 58 681 11 22 tel. komórkowy: 607 151 303	3. MISZEWO 10a telefon: 58 684 88 88 tel. komórkowy: 601 090 090
2. KŁOBUCZYNO telefon: 58 686 23 93 tel. komórkowy: 691 407 235	4. SKARSZEWY ul. Kościarska 20 telefon: 58 736 86 67 tel. komórkowy: 607 151 259

SPRZEDAŻ BETONU TOWAROWEGO
CENY PROMOCYJNE

Wiosenne porządki

OGRÓD | Coraz wyższe temperatury powodują, że chętniej wychodzimy do ogrodu. Aby wyglądał atrakcyjnie, po zimie czeka nas dużo zadań do wykonania.

Używanie szpadła do przekopywania rabat, spulchniania gleby czy przesadzania roślin może nasilić bóle pleców i stawów. Nowoczesna technologia narzędzi ogrodowych pozwoli przywrócić piękny wygląd zieleni i zadba o komfort ogrodnika. Unikalny system Softec™ amortyzuje drgania i chroni przed odbiciem po uderzeniu w kamień i korzeń. Niezależnie czy używamy szpadła, widel,

szufli, wszystkie narzędzia są zaprojektowane z myślą o najwyższej wygodzie. Użytkowanie wózka na wąż z możliwością nawijania węża w pozycji stojącej, zapobiega schyłaniu się przy podlewaniu. Mogą również pomóc trzonki combisystem. Dbanie o porządek przy przeniesieniu śmieci usprawni wózek ogrodowy, który wygodnie zbiera i usuwa chwasty, ściętą trawę i inne odpady. Aluminiowa konstrukcja pozwala na transport do 70 kg odpadów. Po usunięciu uchwyty na worek, wózek ogrodowy służy do transportu skrzynek z owocami. **(dd)**

REKLAMA EG/RED/04

SUPERSTAL
Producent garaży blaszanych oraz bram garażowych

TYPOWE I NA ZAMÓWIENIE

TANIO I SZYBKO

RATY

52/520-44-97 oraz 667-561-233
www.blaszaczki.pl

REKLAMA EG/RED/05

DRZWI STALOWE
PRODUCENT

okna i drzwi
WIKĘD

PRODUKT POLSKI

2

www.wiked.pl

REKLAMA EG/57/2012/R.L.

SUPER PROMOCJE W SALONACH NATZKE

999 zł

KPL STÓŁ ROZKŁADANY + 6 KRZESŁ

Gdynia (salon KOMFORT) ul. Morska 48
tel 512 473 261 pn-pt 9-19, sob 10-15
www.natzke.pl

Promocja w wybranych kolorach - ograniczona czasowo

Z E X P R E S S A

ZDROWIE I URODZA

KLINIKI

SPA

SALONY KOSMETYCZNE

GABINETY REHABILITACYJNE

PORADNIE

Krzem – pierwiastek życia

Na świecie niespełna 90 proc. ludzi cierpi z powodu niedoboru krzemu. Czemu brak tego niezwykle ważnego dla naszego organizmu mikroelementu tak bardzo odbija się na naszym zdrowiu?

Jeśli chodzi o mikroelementy i witaminy, to istotne jest nie to, ile ich spożyjemy, lecz ile ich przyswoimy. Czyli, pomimo wysokiej zawartości krzemu np. w skrzypie, bambusach lub nasionach, nasz organizm nie jest w stanie go efektywnie wykorzystać. Natomiast krzem organiczny OrSi firmy Dorsim, dzięki zastosowaniu nowoczesnych metod otrzymywania, wykazuje aż 70 proc. przyswajalności. Zostało to potwierdzone badaniami laboratoryjnymi.

Strażnik zdrowia

Krzem występuje w różnych ilościach we wszystkich ludzkich tkankach. Jest w układzie nerwowym, w gruczołach wydzielania wewnętrznego, czy w tkance łącznej. Dlatego jego niedobory zaburzają funkcjonowanie poszczególnych organów, tkanek, jak i całego organizmu. Gruczoły takie, jak szyszynka, przysadka mózgowa, czy gruczoły są niesłychanie ważne dla naszego zdrowia. Przy czym zawierają dużą ilość krzemu, a jego ubytki w tkankach powodują kurczenie

się tych gruczołów i zaburzenia funkcjonowania.

Układ nerwowy (mózg, rdzeń kręgowy, włókna nerwowe) jest systemem dowódczo-komunikacyjnym całego ustroju. Aby zapewnić właściwe przesyłanie informacji w organizmie i koordynację pracy wszystkich komórek, układ ten musi funkcjonować z maksymalną sprawnością. Reguluje to właśnie krzem, którego zawartość w tkance nerwowej jest znacznie wyższa niż w innych tkankach. Przy niedoborach krzemu powstają zaburzenia funkcji i zmiany chorobowe (np. choroba Alzheimera, czy miażdżyca mózgu).

Serce, kręgosłup i krew

Z kolei układ kostno-stawowy wykazuje bardzo dużą ilość krzemu w związku z tworzeniem chrząstki stawowej, płynu śródstawowego, kolagenu i elastyny. W kręgosłupie ogromnie ważna jest prawidłowa budowa dysków kręgowych, pracujących niczym bez przerwy obciążane amortyzatory. Tkanka amortyzująca za-

wiera aż do 100 mg krzemu na kilogram. Suplementacja organiczną krzemionką aktywnie regeneruje dyski, poprawiając stan kręgosłupa. Organiczny krzem i wapń współpracują w

procesie budowania i odbudowywania kości. Skuteczne uzupełnianie tego pierwiastka w postaci krzemionki organicznej jest niesłychanie ważnym i niezbędnym warunkiem przeciw-

działania powstawaniu osteoporozy.

Krzem w dużej ilości występuje także w naczyniach krwionośnych. Odpowiada za prawidłowe ciśnienie krwi, lepszą pracę

systemu zastawek, zmniejszenie zastoju w naczyniach żylnych, usprawnienie przepływu krwi przez serce.

Usuwanie trucizn

Z innych procesów, które zachodzą w organizmie przy udziale krzemu należy wymienić m.in. tworzenie struktur mających właściwości przyklejania do siebie organizmów chorobotwórczych. A zatem krzem ma właściwości przeciwbakteryjne i przeciwwirusowe. Organizmy te dzięki sile przyciągania elektromagnetycznego „zasysane” są do rozтворów krzemu we krwi i w jelitach oraz usuwane na zewnątrz. Kolejnym aspektem jest uczestnictwo w metabolizmie około 70 pierwiastków, w tym magnezu oraz wapnia. Przy braku krzemu są one niepryswajalne. Nie mniej ważny jest udział w procesie wymiany substancji na poziomie komórkowym. W tym zakresie krzem odgrywa niezwykle ważną rolę (wpływa na przyswajanie pokarmów i suplementów diety oraz usuwanie trucizn z organizmu).

Produkty znajdziesz w aptekach, sklepach zielarskich i innych punktach sprzedaży. Więcej znajdziesz na www.dorsim.pl



REKLAMA EG/3/2012/B.S

RZUĆ PALENIE! METODA BRT (biorezonans)

Od 16 lat pomagamy osobom chcącym rzucić palenie zerwać z tym niszczącym nałogiem!

Terapia antynikotynowa metodą biorezonansu (BRT) jest - na podstawie naszych ponad 16-letnich doświadczeń - jedną ze skuteczniejszych metod szybkiego i nieskomplikowanego rozstania się z nałogiem palenia.

TERAPIA jest jednorazowa, bezbolesna, trwa ok. 20-40 minut.

POMAGAMY STAĆ SIĘ NIEPALĄCYM PRAKTYCZNIE Z DNIA NA DZIEŃ !!!

ODWIEDZ naszą stronę internetową: www.antynikotynowaterapia.pl
Zapraszamy do gabinetów w GDYNI, GDAŃSKU i innych miejscowościach...
REJESTR. TELEF. 58 623 03 43, Tel. kom 604 294 032



REKLAMA EG/18/2012/D.B

JAZDA KONNA I HIPOTERAPIA ANIA

Nauka jazdy dla dzieci i młodzieży w każdym wieku

Oferujemy własnych instruktorów oraz własnych hipoterapeutów

- Orowadzenie 10 minut 10 zł
- Trening ujeżdżeniowy lub skokowy 60 minut 50 zł
- Hipoterapia 30 minut 30 zł
- Maneż 60 minut 40 zł
- Lonża 30 minut 30 zł
- Teren 90 minut 60 zł



Kielno, ul. Oliwska 39 tel. 506 140 926 www.hipoterapia-ania.pl

UZDROWICIEL z FILIPIN JUN LITAWEN

I Jego niezwykły dar uzdrawiania poprzez dłonie !!!

JUN LITAWEN jest jednym z najlepszych filipińskich uzdrowicieli z wieloletnim doświadczeniem i praktyką uzdrawiania oraz dużymi osiągnięciami. Wieloletni członek Christian Spiritual Regeneration Movement i Stowarzyszenia Filipińskich Uzdrowicieli. Wywodzi się ze znanej rodziny uzdrowicieli na Filipinach. Jego nazwisko i moc uzdrawiania znane są w całej Europie i Polsce. Niespotykane umiejętności, intuicja i skuteczność uzdrawiania, a także dar przekazywania cudownej i pozytywnej energii zatrzymały u setek ludzi rozwój najcięższych chorób. Efektywność jego działania jest ogromna i pomocna przy rozmaitych chorobach w szerokim i nieograniczonym zakresie. Uzdrowiciel jest zdolny poprzez intensywną koncentrację wytworzyć ogromną energię eteryczną wokół swoich rąk, którą przekazuje choremu.

Jego moc uzdrawiania pomaga w leczeniu: chorób nowotworowych, wadach serca, chorobach oczu, nerwicach, deformacji kręgosłupa, miażdżycy, paraliżach, kamieniach nerkowych i żółciowych, chorobach prostaty, wrzodach żołądka i dwunastnicy, guzach i cystach, chorobach kobiecych oraz innych schorzeniach. Jego moc oddziałuje na cały schorowany organizm, udrażniając kanały energetyczne.

Przykładem skuteczności uzdrawiania jest:
Pan Józef z Wrocławia - któremu po dwóch wizytach u uzdrowiciela ustąpiły bóle kręgosłupa i zakończył się problem z przerosniętym gruczołem prostaty. Pani Marla z Krakowa - zapewnia, że dzięki wizytom u uzdrowiciela pozbyła się mięśniaków na narządach rodnych co potwierdziły badania USG. Pan Andrzej z Gdańska - po trzech wizytach u uzdrowiciela zdjęcie USG potwierdziło pozbycie się kamieni w woreczku i nerkach. Pani Janina z Katowic - po wizycie u pana REYNALDO wchłonął się guz piersi, który był przeznaczony do operacji.

Te przykłady to tylko znikomy procent ludzi, którym udało się pomóc w cofnięciu lub całkowitym wyleczeniu. Cieszą się oni dobrym zdrowiem i nie ukrywają, że zawdzięczają to skromnej osobie Pana Reynaldo.

Dopóki pacjent wierzy w istnienie sił ponad ludzkich i jest otwarty na działanie uzdrowicieli, zawsze może osiągnąć pomoc.

Wielu z nas boryka się z problemami zdrowotnymi, wobec których jesteśmy bezradni. Zmęczeni chorobą, szukamy ukojenia, sposobu na uleczenie nie tylko ciała, ale również umęczonej duszy. Z pomocą poszukującym przychodzi znane od lat metody stosowane przez filipińskiego uzdrowiciela.

Uzdrawianie bez bólu, operacje bez użycia skalpela stosowane są przez Filipińczyków, zwanych także wybrańcami dobrych duchów, od czasów starożytnych, jednak do tej pory fenomen i tajemnica wykonywania tych zabiegów pozostaje nieodkryta. Haelery, bo tak również nazywani są uzdrowiciele, podczas swoich praktyk nie używają żadnych środków znieczulających. Zabiegi polegają na energetycznym wzmocnieniu chorych organów i tkanek, wzmocnieniu systemu odpornościowego, oczyszczeniu organizmu z toksyn. Jednym z najpopularniejszych i najskuteczniejszych haelerów, znanym w całej Europie jest Filipińczyk Reynaldo Litawen, który posiada wieloletnie doświadczenie i ogromną wiedzę przekazywaną w rodzinie z pokolenia na pokolenie. Filipińczyk podróżuje po całej Polsce, by pomagać ludziom szukającym pomocy w leczeniu najróżniejszych dolegliwości. Jego metody opierają się głównie na intensywnym koncentracji, przez co wytworzą się ogromna energia eteryczna wokół jego rąk. - Chociaż medycyna akademicka poczyniła wielkie postępy, to ciągle pewne obszary ludzkiego wnętrza są niezbadane. Nie wszystko można zbadać empirycznie. Moje ręce podczas zabiegów zachowują się jak bieguny elektryczne. Powodują kontrolowany przepływ energii przez organizm pacjenta - podkreśla uzdrowiciel. Ogromna charyzma, modlitwa oraz medytacja sprawiają, że terapeuta wprowadza się w stan religijnej żarliwości. Emanuje z niego potężna uzdrawiająca siła. Głęboka duchowa postawa pacjenta jest bardzo pomocna w uzdrawianiu. Dopóki pacjent wierzy w istnienie sił ponadludzkich i jest otwarty na działanie uzdrowiciela - zawsze może osiągnąć pożądany efekt. Filipiński uzdrowiciel działa na cały organizm. Znajduje zaburzenia energetyczne różnych organów i skutecznie je eliminuje. Wzmacnia naturalne siły obronne pacjenta, udraż-

nia kanały energetyczne i je oczyszcza. Niespotykane umiejętności, intuicja i skuteczność uzdrawiania, a także dar przekazywania cudownej i pozytywnej energii zatrzymały u tysięcy ludzi rozwój najcięższych chorób. Efektywność jego działania jest ogromna i pomocna przy rozmaitych chorobach w szerokim i nieograniczonym zakresie. Uzdrowiciel stosuje również zabiegi refleksologiczne, które immunologicznie oddziałują na schorowane i wycieńczone ciało. Każdy, kto poszukuje ulgi w cierpieniu, może się do niego zgłosić. Wystarczy zadzwonić i umówić się na wizytę. Każdy pacjent przyjmowany jest indywidualnie, a uzdrawianie jest dostosowane do potrzeb danej osoby, w zależności od tego, jak wiele czasu trzeba jej poświęcić.

JUN LITAWEN
Zapisy i informacje
od poniedziałku do soboty
w godzinach od 8.00 do 13.00
i od 15.00 do 20.00

JUN LITAWEN
Zapisy i informacje
784 608 979, 784 608 847

PRZYJMujemy:
17 KWIEŃNIA - SŁUPSK
18 KWIEŃNIA - WEJHEROWO
19 KWIEŃNIA - GDYNIA
20 KWIEŃNIA - GDAŃSK
21 KWIEŃNIA - LĘBORK

Twoje ogłoszenie
ukaże się w nakładzie:
62 000
egz.

Ogłoszenia



EXPRESS GDAŃSK SOPOT

EXPRESS GDYŃSKI

EXPRESS POWIATU WEJHEROWSKIEGO

EXPRESS POWIATU KARTUSKIEGO

EXPRESS POWIATU LĘBORSKIEGO

INFORMATO R MEDYCZNY

Dodaj swoją firmę
do informatora medycznego

REKLAMA EG/16/2011/B.S.
Maria Skodowska
Psycholog kliniczny
Diagnoza
Poradnictwo
Konsultacje
Mediacje } dzieci
młodzież
dorosli
Tel. 600 913 017



REKLAMA EG/62/2011/B.S.
Chorlo Medycyna Tybetańska
Akupunktura Masaż wschodni
Leczenie Pijawkami Akupresura
58 661 70 91 603 644 473

REKLAMA EG/23/2011/B.S.
VIP-MED REHABILITACJA
mgr fizjoterapii M. Kozikowska
fizykoterapia, kinezyterapia
masaż, kinesiologia taping
DOJAZD DO PACJENTA
Armii Krajowej 38-42 (NZOZ VIP-MED)
tel. 503 092 453

tel. 791 764 155

NIERUCHOMOŚCI

SPRZEDAM

SPRZEDAM działkę ogrodniczą Rodzime Ogrody Działkowe w Gdyni, 500 m², altana drewniana, woda, prąd, cena: 16 tys zł, tel. 517 330 166

DZIAŁKĘ budowlaną 1181 m², prąd, woda, sprzedam, Kapino, gm. Wejherowo, tel. 781 186 895

SOMONINO, dom, zab. gosp. do remontu + działka budowl. - rol. 2500 m², woda, prąd, kanalizacja, 200 tys. zł, tel. 726 744 824, 58 694 11 51

SPRZEDAM działkę budowlaną, 709 m², wszystkie media na działce w Przdokowie, piwnica stan surowy, potowa bliźniaka, tel. 505 215 420

SOMONINO, dom, zab. gosp. do remontu + działka budowl. - rol. 2500 m², woda, prąd, kanalizacja, 200 tys. zł, tel. 726 744 824, 58 694 11 51

KUPIĘ

ZAMIENIĘ 61 m², w Rumi z garażem, 1 P, wysoki standard, ogrodzona posesja, na większe z garażem, nowe bud, Rumia, tel. 510 053 984

ZAMIENIĘ mieszkanie własnościowe, 2 pokojowe w centrum Wejherowa, na większe też w Wejherowie, tel. 660 436 573

DO WYNAJĘCIA

WEJHEROWO - mieszkanie 2 pok. do wynajęcia, nowy budynek, 2 piętrowy, niski czynsz, duży balkon, tel. 600 457 172

3 POKOJE pierwsze piętro, 5 minut do kolejki i autobusu, Wejherowo, tel. 688 248 702

LOKAL 30 m, Orunia Górna, centrum handlowe na sklep biuro, usługi, 1650 miesięcznie plus liczniki, tel. 602 252 198

POSZUKUJĘ

MOTORYZACJA

SPRZEDAM

DAEWOO Matiz, rok prod. 2000 benzyna, stan bdb, cena: 3200, tel. 666 499 820

KUPIĘ

ABSOLUTNIE każde auto kupić!!!! Może być uszkodzone lub bez opłat, szybki dojazd, gotówka i umowa do reki, tel. 668 193 771

SKUP aut za gotówkę, każda marka i rocznik, także uszkodzone, umowa od ręki, dojazd gotówka, tel. 784 136 136

SKUP sprzedaż opon używanych, letnich, zimowych, wszystkich rozmiarów, 602 252 198 Gdańsk Siedlce, wulkanizacja

MERCEDESA W 115 Trapeza z lat 60 lub 70, tel. 602 252 198

INNE

ABSOLUTNIE każde auto kupić!!!! Może być uszkodzone lub bez opłat, szybki dojazd, gotówka i umowa do reki, tel. 668 193 771

REKLAMA EG/10/01/2011/R.L.

SKUP AUT RÓŻNE
SZYBKO GOTÓWKA
TRANSPORT HOLOWANIE
tel. 507-741-990

EDUKACJA

REKLAMA EG/4/2011/L.G.
KURSY ZAWODOWE
KOSMETYCZNE, MASAŻU I INNE
58 300 58 58
E-MAIL: OSWIATA-LINGWISTA@WP.PL

REKLAMA EG/4/2011/L.G.
KURSY ZAWODOWE
SPRZĘT CIĘŻKI ZIEMNY I DROGOWY, SPAWANIE, WÓZKI WIDŁOWE
58 520 18 00
E-MAIL: OSWIATA-LINGWISTA@WP.PL

KOREPETYCJE z fizyki i chemii w tym uczyć matematyki, Wejherowo, tel: 58 677 01 50

SPRZĘT ELEKTR.

KOMPUTERY

TELEFONY

INNE

TV PHILIPS 14" z pilotem sprzedam, Wejherowo, 100 zł, tel. 664 750 648

PRACA

DAM PRACĘ

PRZYJMĘ do pracy w myjni, tel. 501 069 760

OPIEKUNKI osób starszych - Niemcy, oferujemy legalną pracę, atrakcyjne zarobki, wyjazdy w sprawdzone miejsca, tel. 509 892 777

SZUKAM PRACY

USŁUGI

POZABANKOWE: chwilówki do 6000 zł, odłożenia i pożyczki pod hipotekę, Gdańsk, Do Studzienki 11, 601 832 048, 58 345 81 66

REKLAMA EG/58/2011/B.S.

NAPRAWA PRALEK, LODÓWEK
Gdynia, Gdańsk, Sopot
58 664 48 35
58 303 61 61
58 554 22 02
516 153 780
501 103 397

ABSOLUTNIE skuteczne i szybkie kredyty bez ograniczeń wieku, także pozabankowe, info - 886-575-054, (58) 682-53-36

REKLAMA EG/39/2012/B.S.

Asekor Group
BIURO DETEKTYWISTYCZNE
GDYNIA, ul. ZGODA 10/7
tel. +48 792 633 140
www.asekor.pl
biuro@asekor.pl
DZIAŁAMY NA TERENIE CAŁEGO KRAJU!

BIURO RACHUNKOWE "ZYSK"
Obsługa małych i średnich firm oraz klientów indywidualnych
Odbiór dokumentów od klienta
tel. 502 083 034
www.biurozysk.net

POŻYCZKI prywatne pod zastaw nieruchomości, tel. 510 908 900 www.pozyczk.com

TOWARZYSKIE

WOLNA pozna Pana w wieku 60-65 lat, bez żadnych nałogów, zmotoryzowanego, niezależnego finansowo i mieszkaniowo. Panom w separacji z 2K, szukających przygód dziękuję, Reda, tel. 696 387 143

UCZCIWEGO pana po 60-tce chętnie z Kaszub pozna wdowa, tel. 607 542 393

CHŁOPAK 23 lata jestem z Sopotu, miły otwarty, zapraszam towarzyszy :) 696 454 028

WOLNA pozna Pana w wieku 55-65, bez zobowiązań, tel. 794 018 172

26 LETNI kawaler bez nałogów, okresowo II gr inwalidzka, pozna panią do 33 lat w celu założenia rodziny, Słupsk Trójmiasto, tel. 516 456 239

ZWIERZĘTA

ODDAM w dobre ręce kociętki przegowane szare z książeczkami zdrowia. Pruszcz, tel. 602 500 689

RÓŻNE

MIĘKKA mata dla dziecka do leżenia, przewijania i jako materac do zabawy, kolor pomarańczowy, 85cm x 75cm, dwustronna, z jednej strony 75 proc. bawełny i 25 proc. pollester, z drugiej 100 proc. bawełny, nowa, 20zł, tel. 505-567-034

KURTKI wiosenne dziewczęce, polarowa bezowa, rozm. 104, wiatrówka bezowa z kapturem, rozm. 98, jasnoróżowa z kapturem, rozm. 110, bezowa z haftem, rozm. 110, stan idealny, 10zł/szt, tel. 505-56-70-34

REGAL narożny, kolor biały, wymiary 26cm x 26cm, wysokość 180 cm, firmy Antado, posiada siedem przegród, nie używany, 50 zł, tel. 505-567-034

KURTKI skórzane, damskie, zamszowe, 4 kolory beżowy, brązowy, czerwony, jasny, zapinane na guziki lub zamek, krótkie i w formie płaszczka z paskiem, na podszewce, z kieszeniami, nie używane, 50 zł/sztuka, tel. 505-567-034

FOTEL na 4 obrotowych kółkach, kolor ciemnobrązowy, z weluru, 70cm x 65 cm, wys. 90cm, poręcz drewniane rzeźbione, nie używany, 40 zł, tel. 505-567-034

BIURKO drewniane, lakierowane na wysoki połysk, kolor brązowy, szer. 120 cm, dt. 60 cm, wys. 74 cm, po lewej stronie szafka na klucz z 3 szufladami, pod blatem 2 szuflady, stan idealny, 200 zł, tel. 505-567-034

PIECYK gazowy REM 450 CR do ogrzewania, przenośny, na kółkach, szer. 330 x wys. 760, waga 11 kg, 270 zł, tel. 512-875-955

KALOSZE dziewczęce, rozm. 28, kolor fioletowo-różowy w kwiatki, stan idealny, 10 zł, tel. 505-56-70-34

SPRZEDAM suknie ślubną roz. 38-40 cena 200 zł, tel. 508 274 302

KOZAKI skórzane, dziewczęce, rozmiar 27, kolor różowy z platyną, zapinane na zamek i praktyczny futerko, firmy Falcon, stan idealny, zadbane, 20 zł, tel. 505-56-70-34

SZKLANA butla do wina, szerokootworowa, w funkcjonalnym plastikowym koszu, łatwy i praktyczny do przenoszenia, pojemność 20 l, do domowej produkcji wina, 40 zł, 505-567-034

SPRZEDAM szafę, rozsuwana, brązowa, przód ozdobiony korkiem, 200 długa, 80 głęboka, 300 zł, tel. 513 644 032

SPRZEDAM duży, okrągły, czarny żyrandol, na małe żarówki, oraz podłżne

świece, kupiony w lkei, cena 70 zł, tel. 513 644 032

Wejherowo, tel. 784 808 700

KOMPLET wypoczynkowy i dwa fotele ze skóry, kolor kremowy, stan idealny, cena 2600 zł, tel. 509 409 365

SPRZEDAM piec c.o. na węgiel typu żrebiec z pompką na gwarancji, cena: 1000 zł, tel. 502 351 988

SPRZEDAM 2 oryginalne perfumy Lacoste Hot Play i Gucci Guilty po 120 zł,

ROWER wyścigowy (szosowy) KROS, osprzęt Shimano z roku 2010, cena: 1600 zł, tel. 509 409 365

Nadaj drobne ogłoszenie

SMS-em

Aby nadać drobne ogłoszenie należy wpisać kod ogłoszenia, a następnie podać jego treść. (Maksymalna długość sms-a bez kodu to 120 znaków)

W zależności od treści SMS-a należy wysłać go na numer:

72240 (2 zł + VAT)

lub 79986 (9 zł + VAT)

Przykład:

EXPROZ. Sprzedam kanapę narożną, tel. 123456789

Jeśli wyślesz SMS-a do poniedziałku godz. 24⁰⁰ Twoje ogłoszenie ukaże się w najbliższym wydaniu.

Na numer 72240: (2 + VAT; 2,46 zł z VAT)

NIERUCHOMOŚCI:

Sprzedam: EXPNSP.
Kupię: EXPNKU.
Zamienię: EXPNZA.
Do wynajęcia: EXPNDW.
Poszukuję wynająć: EXPNPW.

MOTORYZACJA:

Sprzedam: EXPMSP.
Kupię: EXPMKU.
Inne: EXPMIN.

EDUKACJA:

EXPEDU.
SPRZĘT ELEKTRONICZNY:
Komputery: EXPSKO.
Telefony: EXPSTE.
Inne: EXPSPIN.

ZWIERZĘTA:

EXPZWI.
RÓŻNE: EXPROZ.
ŻYCZENIA: EXPZCZ.

Na numer 79986: (9 zł + VAT; 11,07 zł z VAT)

TOWARZYSKIE:

EXPTOW.
PRACA:
Dam pracę: EXPPDP.
Szukam pracy: EXPPSP.

USŁUGI:

EXPUSL.

Ogłoszenie ukaże się jeden raz we wszystkich naszych tytułach jakie są wydawane w danym tygodniu.

Regulamin ogłoszeń drobnych sms jest dostępny w siedzibie wydawnictwa i na stronie www.gwe24.pl

REKLAMA EG/85/2011/R.L.

DREWNO KOMINKOWE - OPAŁOWE
Drewno kominkowe liściaste w klockach i szczapach
Drewno kominkowe liściaste w wałkach
Drewno opałowe iglaste w klockach i szczapach
Drewno na palety
Sezonowe drewno kominkowe
tel. 604 950 214 ul. Leśna 11
e-mail: m.szulik@interia.pl 84-123 Mrzezino

REDAKCJA
Aleja Zwycięstwa 24, 80-219 Gdańsk
fax: 58 736 16 92
tel. 58 736 33 22

REDAKTOR NACZELNY:
Piotr Ruszewski
DYREKTOR HANDLOWY:
Rafał Laskowski

DZIENNIKARZE: Andrzej J. Gojke,
Łukasz Krzemiński, Rafał Korbut,
Daria Dunajska
Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczanych ogłoszeń.
SKŁAD: Alfa Skład Łukasz Bieszke

redakcja@expressgdynski.pl
www.expressgdynski.pl
ISSN 1899-6132
WYDAWNICTWO
NORDAPRESS PPHU, 84-200 Wejherowo, ul. Gniewowska 7, NIP 588-131-07-65
DRUK Agora SA (Piła)
NAKLAD 15 000 egzemplarzy

ELEKTRONICZNE WYDANIE:
www.expressgdynski.pl
BIURO REKLAM
reklama@expressgdynski.pl
Beata Stanałowska
b.stanałowska@expressy.pl
tel. 791 764 155
Rafał Laskowski
r.laskowski@expressy.pl

tel. 601 614 236
BIURO OGŁOSZEŃ
ogloszenia@expressgdynski.pl
Wejherowo 84-200, ul. Gniewowska 7
Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawnictwa jest zabronione.

Kalendarz za Gdyniankami



TERMINARZ | Już w najbliższą sobotę Vistal Łączpol Gdynia i SPR Lublin rozpoczynają rywalizację w półfinale Mistrzostw Polski. Na początek dwa spotkania odbędą się w Gdyni. Mecze numer jeden w sobotę o godzinie 13.00. Mecze numer dwa w niedzielę o godzinie 16.00. Następnie rywalizacja przeniesie się do Lublina. Mecze zaplanowano na 21 kwietnia.

Mecz numer dwa w niedzielę o godzinie 16.00

Jeśli po tych trzech spotkaniach rywalizacja nadal nie będzie rozstrzygnięta (gramy do trzech wygranych spotkań) wtedy o awansie do finału Mistrzostw Polski zadecydują mecze nr cztery i pięć. Pierwszy odbędzie się w Lublinie 22 kwietnia a ostatni w Gdyni 25 kwietnia i to jest dobra informacja dla sympatyków Vistal Łączpol. Prawdopodobnie bowiem zanosi się na długą rywalizację. Kto wie, czy nie będziemy świadkami właśnie pięciu pojedynków. (luK)

Pozostawić serducho na boisku

WYWIAD | Katarzyna Koniuszaniec twierdzi, że pełne zaangażowanie na boisku da zwycięstwo w dwumeczu z SPR Lublin. Skrzydłowa najbardziej nie lubi przegrywać.

Jakie są słabe i mocne strony Katarzyny Koniuszaniec?

- Jestem spod znaku Koziorożca, a cechy tego znaku zodiaku idealnie do mnie pasują. Poza tym jestem optymistką i to jest jedna z najmocniejszych moich cech charakteru. Jeśli chodzi o słabe strony to zdradzę tylko jedną... nie umiem przegrywać.

Czym spowodowana była ostatnia porażka w Pucharze Polski?

- Wiele aspektów złożyło się na tę porażkę, ale moim zdaniem, głównym powodem było brak konsekwencji w defensywie, brak zespołowości i brak Patrycji Mikszo w bramce - jest ona silnym punktem w naszym zespole. Na pewno wszyscy sobie wyobrażali całkowicie inne zakończenie Final Four, ale niestety w tym meczu Lublin był lepszy. W weekend dwa pierwsze mecze gramy u siebie i jeśli spełnimy założenia, jakie ustaliśmy przed meczem to jestem pewna, że wyjdziemy z tej rywalizacji zwycięsko.

Jak oceniasz szanse na zdobycie mistrzostwa w obecnym sezonie?

- Szanse są duże, trzeba tylko grać według ustalonych zasad i pozostawić serducho na boisku.

Jakie emocje towarzyszą Ci, gdy wychodzisz na salę pełną kibiców?

- Wspaniale gra się na sali wypełnionej kibicami. Dla mnie to dodatkowa motywacja i mobilizacja na mecz. Jakby ktoś mi skrzydła doczepił.

Jakie jest Twoje marzenie związane z piłką ręczną?

- Chciałabym zagrać na jakiejś wielkiej imprezie sportowej z orzełkiem na piersi. Może IO w 2016 w Brazylii.

Jak to się stało, że zaczęła Pani grać w piłkę ręczną?

- Podczas zawodów prelezyjnych szkół podstawowych w Elblągu podeszła do mnie



Katarzyna Koniuszaniec w efektywnej akcji

moja pierwsza trenerka Ewa Maruszak i zaproponowała mi bym przyszła na trening piłki ręcznej. Wtedy nie wiedziałam co to jest w ogóle za dyscyplina, lecz po kilku treningach postanowiłam, że zacznę trenować piłkę ręczną i już w następnym roku szkolnym przepisałam się do szkoły sportowej.

Jeśli chodzi o słabe strony to zdradzę tylko jedną... nie umiem przegrywać.

Jeżeli miałaby Pani zrezygnować z gry w Vistalu Łączpol Gdynia, to jaka byłaby to drużyna?

- Do drużyny Vistal Łączpol Gdynia jestem bardzo przywiązana. Spędzam tu swoje najlepsze lata. Trójmiasto to miejsce, gdzie chciałabym mieszkać już na stałe, ale niestety w naszej pracy nigdy nie wiadomo jak będzie wyglądać przyszłość, dlatego też na razie postaram się zrobić wszystko by zdobyć z moim zespołem upragniony krążek, a co dalej... los pokaże.

Dwa klucze do finału

PLAY-OFF | Sobotni i niedzielny mecz mogą okazać się kluczem do tak wymarzonego w Gdyni finału Mistrzostw Polski.

Gdynianki są w najbardziej komfortowej sytuacji od lat. Dwa pierwsze spotkania półfinału play-off rozegrają przed własną publicznością. To oczywiście jeszcze nie gwarantuje odniesienia sukcesu, ale może znacznie pomóc drużynie Vistal Łączpol Gdynia. Możemy być pewni, że podopieczni Tomasa Orneborga zagrają zupełnie inaczej niż w finale Pucharu Polski, tak do-

tkliwie przegranym właśnie z SPR Lublin. - Nie takiego zakończenia finału oczekiwaliśmy - mówiła po spotkaniu finałowym Monika Głowińska. - Liczyliśmy, że nawiążemy równorzędną walkę. Okazałyśmy się zespołem zdecydowanie słabszym od SPR-u. Rywalki zagrały doskonale zawody i nie pozostaje mi nic innego niż pogratulować.

Doping SPR miał we własnej hali wspaniały i widać, że mimo wcześniejszych problemów finansowych w klubie jest zapotrzebowanie na piłkę ręczną z Lublinie. - Cieszymy się, że to my tu wygrałyśmy i taka super publiczność pomogła nam w osiągnięciu tego celu - komentowała zadowolona po spotkaniu Małgorzata Stasiak, zawodniczka SPR.

Prawdopodobnie do Gdyni na dwa pierwsze mecze wybierze się grupa sympatyków SPR. Dla gdyńskich kibiców to jeszcze większa motywacja by z całych sił dopingować Vistal Łączpol w walce o finał. Dobre otwarcie półfinałowej rywalizacji będzie kluczem do awansu, tak zgodnie komentują zarówno w Lublinie jak i Gdyni.

L. Krzemiński



Fot. L. Krzemiński

Sponsorzy:



Partnerzy klubu:



Patroni medialni:



Flis symbolem ofensywnej Arki

ZAPOWIEDŹ | Młody zawodnik jest na wiosnę w wysokiej formie. To on może poprowadzić Arkę do awansu.

Łukasz Krzemiński
l.krzemiński@expressy.pl

Teza może i trochę na wyrost, ale po pierwszych wiosennych spotkaniach należy wyróżnić Bartosza Flisa. Młodzieżowiec prezentuje się na wiosnę bardzo dobrze. Potrafi rozegrać piłkę, dokładnie podać, celnie strzelić. W końcu trener Petr Nemeč nie ma problemu z młodzieżowcami. Flis jest niezwykle ruchliwy, przez co ciężko go upilnować. Potrafi wyskoczyć tuż za plecami obrońcy, wygrać pojedynek jeden na jeden. Przyjemnie jest patrzeć jak ten zawodnik rozwinął się pod okiem czeskiego szkoleniowca. Kolejne spotkanie, w którym Flis i cała Arka będą chciały potwierdzić swoją dobrą dyspozycję już w najbliższą sobotę. Na Olimpijską przyjedzie Flota Świnoujście. Faworytem oczywiście będzie Arka, której siłę ofensywną docenił szkoleniowiec Ruchu Radzionków, po ostatnim meczu.

- Przegrana mojego zespołu świadczy o sile ofensywnej Arki – powiedział Artur Skowronek, trener Ruchu. W zwycięstwo w kolejnym



Flis jest niezwykle ruchliwy, przez co ciężko go upilnować

spotkaniu wierzają piłkarze z Gdyni.

- Koncentrujemy się na sobie. Na inne wyniki w I lidze staramy się nie patrzeć – komentował Radosław Pruchnik. – Bez naszych zwycięstw w następnych meczach będzie lipa, więc nie ma co patrzeć na innych. Flota Świnoujście ostatnie trzy spotkania zremisowała a

na wiosnę nie odniosła jeszcze zwycięstwa. Punkt z Zawiszą Bydgoszcz uratowała w 90 minucie za sprawą Wojciecha Okińczycy a w ostatniej kolejce prowadząc 2:0 dała sobie wydrzeć zwycięstwo w drugiej połowie.

Wcześniej Flota zremisowała bezbramkowo z GKS Katowice a w pierwszej wiosennej

kolejce uległa wysoko 2:5 bogdanie Łęczna. W tabeli Flota znajduje się na siódmym miejscu i w tym sezonie nie grozi jej ani awans ani spadek. Początek spotkania w sobotę o godzinie 17.30

KOMENTUJ na stronie
www.GWE24.pl

Wystarczy sił?



Fot. www.arka.gdynia.pl

KOMENTARZ | Tu o Arkę możemy być spokojni. Nawet takie nagromadzenie spotkań, ciężkich spotkań nie jest w stanie załamać żółto-niebieskich. Pamiętajmy, bowiem, że trener Petr Nemeč słynie z dobrego przygotowania fizycznego. Ciężka praca podczas zimowych treningów teraz się opłaca. Gdynianie mogą skutecznie rywalizować nie tylko na I ligowym froncie, ale również w Pucharze Polski. Nie przeszkadzają im także trudne warunki atmosferyczne i ciężkie boiska.

- Boisko było dramatyczne, na dodatek cały czas padał deszcz i dlatego momentami ten mecz robił się dla nas bardzo ciężki – komentował po meczu w Radzionkowie Marcin Bochynek, obrońca Arki. Wczoraj gdynianie grali bardzo trudny mecz w półfinale Pucharu Polski w Warszawie z Legią. To spotkanie kosztowało ich sporo sił, ale świadomości o Ekstraklasę żółto-niebiescy dadzą z siebie wszystko. (luK)

Pewne prowadzenie rezerw

ARKA II | Drugi zespół Arki Gdynia pewnym krokiem zmierza do III ligi. Żółto-niebiescy zaliczyli kolejne udane spotkanie wysoko pokonując Pomorzanie Malbork 5:2. Dwie bramki Fabiana Słowińskiego i dwie Mateusza Szwocha oraz trafienie w końcówce Róga dały podopiecznym Dariusza Mierzewskiego pewne zwycięstwo. W ligowej tabeli na dziesięć kolejek przed zakończeniem sezonu Arka II ma dziesięć punktów przewagi nad trzecią w ta-

beli Więcisią Skarszewy. Kolejne spotkanie już w najbliższą niedzielę. Tym razem na Narodowym Stadionie Rugby gdynianie będą gościć Murkam Przodkowo, prowadzony przez Macieja Cieślaka, trenera związanego przez kilka lat z Arką. Murkam w ostatniej kolejce zwyciężył, dzięki czemu awansował na 10 miejsce w tabeli. Arka II na pewno znów otrzyma posiłki z pierwszego zespołu i to gdynianie będą faworytem. Początek meczu o godz. 11.00. (luK)

Arka zamieni się z Lechią?

ANALIZA | Znow Trójmiejskie drużyny piłkarskie Lechii i Arki mogą minąć się i derbów nie będzie.

Arka na razie wykonuje plan powrotu do ekstraklasy bardzo dobrze. Nie dość, że odbiera szybko straty do prowadzących zespołów to dodatkowo może liczyć na potknięcia głównych rywali. Dzięki temu Arka traci już pięć oczek do zespołów znajdujących się premiowanych awansem miejscach. Wydaje się, że wszystko zależy od podopiecznych Petra Nemeča,

Awans do ekstraklasy może jeszcze nie zagwarantować derbów

którzy awans mają już tylko we własnych nogach. Wszyscy rywale mają większe, bądź mniejsze problemy a żółto-niebiescy prezentują się najbardziej solidnie.

Awans do ekstraklasy może jeszcze nie zagwarantować derbów. W bardzo zły, ale jeszcze nie tragicznej sytuacji znajduje się bowiem Lechia Gdańsk. Zespół Pawła Janasa przegrał w poniedziałek z

Zagłębiem Lubin, czym tylko pogorszył swoją już i tak złą sytuację. Dodatkowo biało-zielonym nie sprzyja terminarz. Pojedyńki z Lechem, Legią, Ruchem, Śląskiem i Widzewem nie napawają optymizmem. To jednak tylko luźne dywagacje, ponieważ i tak wszystko zweryfikuje boisko. Oby tylko derbów Trójmiasta nie było w I lidze.

L. Krzemiński



Fot. www.arka.gdynia.pl

SPONSOR GŁÓWNY

ZŁOTY PARTNER

SREBRNY PARTNER

BRAZOWY PARTNER

ŻÓŁTO-NIEBIESCY

PARTNER TECHNICZNY

PATRON MEDIALNY



Nabór do Akademii

Akademia Piłkarska 16 organizuje nabór chłopców z roczników 1999-2006. Zawodnicy mają możliwość trenowania na boiskach gdyńskiej Checzy znajdujących się przy ulicy Zamenhova. Treningi odbywają się w czterech grupach w godzinach popołudniowych. Zajęcia prowadzą trenerzy Grzegorz Niciński (były piłkarz m.in. Arki Gdynia) i Krzysztof Wesołowski. Chętnych obaj trenerzy proszą o kontakt telefoniczny: Grzegorz Niciński nr tel. 509 388 408, Krzysztof Wesołowski 665 227 280. Akademia zaprasza również na swoją stronę internetową: twojaligami-strzow.futbolowo.pl.

KOSZYKÓWKA

Start zaczyna play-off

GDYNIA | Dwa pierwsze spotkania play-off w najbliższy weekend rozegrają koszykarze I ligowego Startu Gdynia. Nad morze przyjedzie AZS Kutno. Faworytem rywalizacji są oczywiście gdynianie. Pierwszy mecz w sobotę o godz. 15.00, drugi w niedzielę o godz. 17.00. (luK)

Walka o finał rozpoczęta

KOSZYKÓWKA | W półfinale Ford Germaz Ekstraklasy Lotos Gdynia mierzy się na wyjeździe w Polkowicach z miejscowym zespołem CCC. Stawką meczu jest wielki finał.

Łukasz Krzemiński
l.krzeminski@expressy.pl

Sezon zasadniczy pokazał, że rywalizacja pomiędzy drugim i trzecim zespołem FGE potrafi dostarczyć wielu emocji, a przewaga parkietu nie daje gwarancji zwycięstwa. Pierwsze spotkanie pomiędzy tymi dwoma drużynami rozegrane zostało w Polkowicach. Mecz rozpoczął się po myśli gospodyń, jednak odrodzenie, które nastąpiło w drugiej kwarcie pozwoliło naszej drużynie na odrobienie strat i wyjście na prowadzenie, którego gdynianki nie oddały już do końca spotkania. Dzięki znakomitej postawie Aneiki Henry (22 pkt, 14 zb) oraz Geraldine Robert (12 pkt, 10 zb) Lotos pokonał zespół prowadzony przez Arkadiusza Rusina 62:54. Jeszcze więcej emocji dostarczyło drugie spotkanie pomiędzy gdyńskim Lotosem a CCC Polkowice. Ten mecz miał zadecydować o tym, który zespół zajmie drugą lokatę przed zbliżającymi się

Kto znajdzie się w wielkim finale? W tej chwili na pewno ciężko to powiedzieć



Fot. www.lotos.gdynia.pl

play-offami. Jako że foteł wicelidera dawał przewagę parkietu w półfinale, oba zespoły walczyły przed całe 40 minut. Jednopunktowe zwycięstwo odniosły statecznie przyjezdne 84:83. Jednak sezon zasadniczy już za nami. Kto znajdzie się w wielkim finale? W tej chwili na pewno ciężko to powiedzieć.

Rozgrywki play-off toczą się własnymi prawami. W półfinale, który rozgrywany jest do 3 zwycięstw. Nie da się ukryć, że z tej rywalizacji zwycięsko wyjdzie zespół, który jest lepiej przygotowany do tak ciężkiej walki. Zespół prowadzony przez trenera Rusina jest drużyną kompletną. Zbilansowany skład na pewno sprawi, że gdy-

nianki czeka ciężka rywalizacja, a kluczem do zwycięstwa może okazać agresywna obrona i zatrzymanie Sharnee Zoll oraz Agnieszki Bibrzyckiej. Pierwsze spotkanie rozegrano wczoraj (po oddaniu gazety do druku). Dziś mecz numer dwa. Początek o godzinie 18.00 a transmisję przeprowadzi TVP Sport.

Trójmiasto pełne emocji



KALENDARIUM | Praktycznie od środy drużyny z Trójmiasta walczą w decydujących fazach poszczególnych rozgrywek. W weekend przed nami kolejne derby koszykarzy. W Sopocie Trefl podejmie Asseco Prokom i emocji na pewno nie zabraknie. Początek spotkania w sobotę o godzinie 19.00. Fani piłki nożnej na pewno udadzą się na Arkę, ale będą śledzić także ważny mecz Lechii Gdańsk w Poznaniu z Lechem. Ważny mecz także przed Bałtykiem Gdynia, który udaje się do Tych. Początek meczu już w piątek o godz. 16.00. Sympatycy żużla w niedzielę nasłuchiwać będą wieści z Torunia, gdzie wybiera się Lotos Wybrzeże. Na zakończenie nie można zapomnieć o rugbistach. Biało-zieloni podejmą w własnym stadionie Budowlanych Łódź w szlagierowym spotkaniu. Arka Gdynia zagra także z Budowlanymi, ale z Lublina i to na wyjeździe. (luK)

Planujesz budowę domu, podjazdu, ogrodu?
Poszukujesz profesjonalnego wykonawcy?

Zapraszamy!!!

KUNIK
FIRMA DROGOWO BUDOWLANA

Wejherowo ul. Tartaczna 9

tel. 501 538 744

tel. 502 548 702

www.kunik.com.pl

marcin@kunik.com.pl

OFERUJEMY:

Prace budowlane:

- budowa domów i obiektów przemysłowych
- układanie kostki i kamienia
- budowa ogrodzeń i innych obiektów



Prace ziemne:

- wykopy, niwelacja terenu
- zakładanie ogrodów i pielęgnacja zieleni
- budowa przydomowych oczyszczalni ścieków - szamb
- przyłącza wod-kan



Prace porządkowe:

- mycie kostki brukowej i elewacji
- impregnacja polbruku
- odśnieżanie

Sprzedaż: **Nowość!**

- kostki brukowej
- kamienia
- ziemi urodzajnej
- żwir, piasek, kruszywo

Dostawa gratis

Sprzedaż:

509-255-730 halina@kunik.com.pl / www.kostka-kamien.pl

Zmarnowane rozgromiły obrońcę trofeum

PIŁKA NOŻNA | Tego nikt się nie spodziewał. We wtorek Zmarnowane Talenty zagrały kapitalne zawody i aż 10:1 pokonały Ejsmond Club, a więc zespół, który broni tytułu najlepszej drużyny. To już druga porażka Ejsmond w wiosennej edycji i do liderującej drużyny Skok Stefczyka traci już sześć punktów. Wszystko dla tego, że Skok wygrał we wtorek kolejne spotkanie pokonując Joga Bonito 5:4. To najważ-

MECZE CZWRATKOWE:

Ekstraklasa: g. 19.30 JR Pogórze-Chopina Wejherowo
Ekstraklasa: g. 20.30 Blaugrana-FC Chylonia
Ekstraklasa: g. 21.30 Classic -KKS Pogórze
II Liga gr.A: g. 19.00 Fanatycy Chylonia-Starzy Vikingowie
II Liga gr.A: g. 20.00 Hattrickowcy-System Wciąża
II Liga gr.A: g. 21.00 Pub Checz-Nowa Energia

niejsze poświęteczne rozstrzygnięcia w Ekstraklasie Gdyńskiej Ligi 6. W innych ligach niepokonaną drużyną nie jest już Fenix Stars, który uległ eki-

pie Spartakus 3:5. Więcej informacji można znaleźć na stronie internetowej www.gdynskali-ga6.futbolowo.pl. Ł.Krzemiński

Rusza Deichmann

PIŁKA NOŻNA | Od 21 kwietnia do 10 czerwca na gdyńskiej Checzy rozgrywany będzie turniej piłkarski Deichmann Minimistrzostwa Europy. Cztery drużyny wystawi także Akademia Piłkarska 16.

To V edycja ogólnopolskiego wiosennego turnieju piłkarskiego zainicjowanego z myślą o wszystkich dzieciach, które czerpią radość z gry w futbol niezależnie od tego czy grają tylko na podwórkach, osiedlowych boiskach, czy w szkółkach i klubach. Cztery dotychczasowe edycje DMME przyciągnęły już ponad 15 500 dzieci. Tylko w 2011 roku w rozgrywkach wystąpiło ponad 5000 młodych zawodników i zawodniczek w 14 miastach z całej Polski! Uczestnicy rywalizują w



dwóch kategoriach wiekowych – grupa młodsza 7-9 lat (dzieci z roczników: 2003, 2004, 2005 i ew. młodszych) oraz grupa starsza 10-11 lat (grupa starsza obejmująca dzieci z roczników: 2001 i 2002) Tegoroczna edycja Deichmann Minimistrzostwa Europy 2012 rozgrywana będzie w

2 trójmiejskich miastach Gdynia: TKKF CHECZ, ul. Zamenhova 17; Gdańsk: Boiska AWFis, ul. Wiejska 1. W rozgrywkach weźmie udział także Akademia Piłkarska 16. - Wystawimy cztery drużyny – informuje trener Grzegorz Niciński.

Ł.Krzemiński