

Express
gdynski

czwartek, 6 czerwca 2013 r.
Nr 21 (191) NAKŁAD 15 000 EGZ.

MŁODZI LUDZIE Z POMYSŁAMI NADZIEJĄ BIZNESU

Rozstrzygnięto 11. edycję konkursu „Gdynski Biznesplan”.
Spośród 761 projektów najlepszym okazał się „Bahati Rail”, którego autorem jest Kamil Hajduk. W nagrodę otrzymał m.in. 20 tys. zł.



Pieskie życie?

MIASTO | Jeszcze przed zimą czworonożni mieszkańcy schroniska dla bezdomnych zwierząt Ciapkowo wprowadzą się do nowego, ocieplanego pawilonu. Trwa modernizacja obiektu przy ul. Małokackiej. W Ciapkowie na co dzień mieszka 280 psów i 150 kotów. Każdy z nich marzy, by znaleźć właściciela. Jednak zanim się to stanie, zwierzęta z pewnością ucieszą się z poprawy warunków ich obecnego schronienia. A zmieni się sporo!

Rozpoczęły się prace modernizacyjne schroniska. Rozebrano już dotychczasowe boksy, które czasy świetności miały już dawno za sobą. - W ich miejsce powstanie duży, murowany i ocieplany pawilon dla stu zwierząt - cieszy się Katarzyna Kownacka, kierownik schroniska, które na zlecenie Gminy Gdynia prowadzi stowarzyszenie OTOZ Animals. - Znajdą się tam specjalne, osobne pomieszczenia dla psów chorych, starszych, ale też szczeniąt. Do każdego z powstających w budynku przestrzennych boksów przylegać będzie zewnętrzny wybieg. Koszt modernizacji - 1,5 miliona złotych - pokryje Miasto Gdynia. (ster)

Kamil Hajduk (na zdjęciu drugi z lewej), inżynier i projektant układów torowych, chciałby zastąpić wysokie ekrany akustyczne innymi sposobami na ograniczenie hałasu powodowanego przez transport szynowy. Dzięki temu, jadąc pociągiem, będzie można nadal spoglądać na drzewa, łąki, pola i lasy. Jednym z pomysłów jest zastąpienie wysokich ekranów akustycznych (od 3 do 6-metrowych), zakłócających estetykę i krajobraz otoczenia - mniejszymi, liczącymi od 1 do 2 m, które będą zlokalizowane bliżej źródeł hałasu.

Laureatką II miejsca została **Natalia Strzęciwiłk** (na zdjęciu w środku). Nagrodzono ją za projekt „MIS - miłość i świadomość”. Studentka inżynierii mechaniczno-medycznej na Politechnice Gdańskiej chce pomóc dzieciom niepełnosprawnym, zwłaszcza z porażeniem mózgowym, i ich rodzinom. Wpadła na pomysł, by można było zamówić niedostępny na rynku specjalny sprzęt medyczny, dostosowany do pacjentów z rzadkimi wadami - i to po rozsądnej cenie. Laureatka otrzymała m.in. nagrodę finanso-

wą w wysokości 15 tys. zł. III miejsce zajęli: **Aleksander Bielawski**, **Robert Kowalczyk** i **Dominik Sędzicki** (na zdjęciu po prawej), autorzy projektu „Aeon Form”. To wykształceni inżynierowie

i architekci, którzy mają w planach zrewolucjonizowanie branży funeralnej. Proponują indywidualnie projektowane nagrobki, trumny - np. w kształcie kryształu, urny, a nawet znicze. Laureaci otrzy-

mali m.in. nagrodę finansową w wysokości 10 tys. zł. Wyróżnienie otrzymała **Aleksandra Pilecka** (na zdjęciu pierwsza z lewej) za pomysł „Faro Sails - Rejsy, szkolenia, czartery”.

REKLAMA

TAXI HALLOExpress Hallo Express Taxi
Zrzeszenie Transportu Prywatnego w Gdyni

191-90 58 624 16 24
58 623 18 18
602 11 91 90

www.halloexpress.com
ztp.gdynia@wp.pl

REKLAMA

GETIN BANK DLA FIRM

KREDYTY DOPASOWANE DO POTRZEB TWOJEGO PRZEDSIĘBIORSTWA

Kredyt obrotowy z możliwością zabezpieczenia gwarancjami de minimis z Banku Gospodarstwa Krajowego.

LINIA GWARANCYJNA
Korzystanie z gwarancji na podstawie umowy.
Niskie prowizje za wydanie gwarancji.

Szczegóły oferty u doradcy.
Krzysztof Pabisiak 605 370 376
Marcin Sieroński 695 505 302
Katarzyna Sikorska 785 904 058

GWARANCJA

GET IN BANK

Jesteśmy częścią Getin Noble Bank S.A.

POGODA	PIĄTEK 21°C 10°C	SOBOTA 22°C 11°C	NIEDZIELA 22°C 9°C	PONIEDZIAŁEK 21°C 9°C	WTOREK 20°C 10°C	ŚRODA 18°C 10°C	CZWARTEK 21°C 9°C
---------------	-------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	------------------------------------	-------------------------------	------------------------------	--------------------------------

Znajdź na pomorski.info

- O co chodzi?
O pieniądze

Kiedy rynek mieszkaniowy otrząśnie się z marazmu? Jak „uclekać do przodu” przed coraz bardziej zdesperowaną konkurencją? Na te oraz inne pytania będą poszukiwać odpowiedzi uczestnicy trzeciej edycji Forum Rynku Nieruchomości, największego spotkania tej branży w skali kraju.

- Najcenniejsza firma na Pomorzu

Spółka, która ma największy wpływ na rozwój województwa Pomorza jest Grupa ENERGA. Jej wartość na Pomorzu czterokrotnie przewyższa budżet Gdańska, wynika z pierwszego raportu na temat roli przedsiębiorstw w rozwoju województwa przygotowanym przez PKPP Lewiatan.

- Złożył życzenia i okradł

Na początku maja podczas urodzin młoda kobieta zorganizowała w swoim domu przyjęcie urodzinowe. Zaproszony kolega wykorzystał okazję i ukradł z szuflady smartfon o wartości 2000 złotych. Za swoje postępowanie 17-latek odpowie przed sądem.

- Marszałek nagroził samorządy

Podczas odbywających się regionalnych obchodów Dnia Samorządu Terytorialnego marszałek Mieczysław Struk nagroził 23 pomorskie samorządy za ich aktywność w pozyskiwaniu i realizacji projektów dofinansowywanych ze środków Unii Europejskiej w latach 2007-2013.

- Czy jest to zaginiony ORP „Orzeł”?

Na dnie Morza Północnego zalega wrak okrętu. Dotychczasowe badania tego obiektu wskazują na jego zbliżone charakterystyki do zaginionego podczas II wojny światowej polskiego okrętu podwodnego ORP „ORZEŁ”.

- Ukradli, potem chcieli pomóc

35-letni napastnik ukradł 77-letniemu gdańszczaninowi dokumenty oraz kluczyki od auta i odjechał jego samochodem. Następnego dnia skontaktował się z pokrzywdzonym i zaproponował „pomoc” w odzyskaniu samochodu.

- Uratuj lato

Dla mieszkańców Trójmiasta szykuje się nie lada gratka! Dzięki współpracy kilkunastu przyjaźni nastawionych miejsc, udało się zorganizować niezwykle przedsięwzięcie - Gra Miejska „Uratuj Lato”, która planowana na 15 czerwca. Udział jest bezpłatny. Szansa na zdobycie atrakcyjnych nagród.

Jada, jada auta

POMORZE | Przedwojenny Aston Martin, z aluminiowym nadwoziem, kultowe Porsche 356, sportowy Triumph 2000 Roadster z 1949, czy słynny Mercedes „Pagoda”. To tylko niektóre z kilkudziesięciu starych pojazdów, które już w piątek pojawią się na drogach Żuław, Kociewia i Powiśla.

W ten sposób Pomorskie odzyska, po ponad dekadzie, Mistrzostwa Polski Pojazdów Zabytkowych. Zapraszamy jutro (środa) o 11, do Bramy Wyżynnej, na konferencję, prasową, która odbędzie się w wyjątkowy dzień – światowego święta autozabytków.

Cykl Mistrzostw Polski Pojazdów Zabytkowych jest serią znakomitych rajdów dla historycznych samochodów i motocykli, cenioną nie tylko w Polsce, ale i za granicami naszego kraju.

Poszczególne rundy MPPZ wpisane są do międzynarodowych kalendarzy FIVA (Fédération Internationale des Véhicules Anciens), a światowi eksperci oceniają je bardzo wysoko. Każda eliminacja to niezwykle prestiżowe święto motoryzacji, o które zabiegają największe polskie miasta i ośrodki turystyczne.

IV Runda MPPZ 2013 odbędzie się w dniach 6-9 czerwca 2013 na Żuławach i Powiślu. Uczestnicy tego wydarzenia będą mogli odbyć wyjątkową podróż wiodącą szlakami pełnymi pozostałości Gotów, Krzyżaków, pomorskich księży czy tajemniczych, przybyłych na te tereny z Holandii Menonitów.

Do bazy rajdu, położonej w Pruszczu Gdańskim przyjedzie ponad 30 pojazdów zabytkowych. Najciekawsze z nich to: Aston Martin z 1937 roku, Porsche 356 z 1959 roku, Triumph 2000 Roadster z 1949 roku, samochód filmowy „Świętego” czyli Volvo 1800 ES z 1972. Listę startową dopełniają



Cykl Mistrzostw Polski Pojazdów Zabytkowych jest serią znakomitych rajdów dla historycznych samochodów i motocykli, cenioną nie tylko w Polsce, ale i za granicami naszego kraju.



niemniej ciekawe auta takie jak Ford Eifel Cabrio (1937), Singer 9 Roadster (1939) czy też kilka najlepszych Mercedesów i Porsche z różnych lat ich produkcji.

Motoryzacyjny Creme de la Creme przybędzie do bazy rajdu w Pruszczu Gdańskim już w czwartek, 6 czerwca.

Dzień później, 7 czerwca, około godz. 9 rano załogi wyjadą z pruszczańskiej Faktorii, na ponad 100 kilometrową trasę, wiodącą przez Straszyn, Skarszewy, Starogard Gdański, Pelplin i Tczew. W Starogardzie Gdańskim samochody zaprezentują się przez pół godziny na rynku. Zakończenie pierwszego dnia odbędzie się w Tczewie. Od godziny 16 na Bulwarze Nadwiślańskim pojawi się cała stawka rajdowa, prezentując się w próbach sprawnościowych. Potem załogi zwiedzą miasto i Fabrykę Sztuk.

Sobota, 8 czerwca, to tak zwana „mała pętla”, wiodąca po Żuławach Gdańskich. Załogi wystartują ok. godz. 9 ze stadionu Centrum Kultury i Sportu w Pruszczu Gdańskim, aby po ponad 60 kilometrowej podróży po gminie Suchy Dąb i Gminie Wiejskiej Pruszcz Gdański, około 16 – tej powrócić na stadion przy ulicy Chopina w Pruszczu Gdańskim. Tutaj odbędzie się najbardziej widowiskowa część imprezy, czyli konkurs elegancji, w którym załogi – często w strojach z epoki – będą w atrakcyjny sposób prezentować swoje motoryzacyjne zabytki. Konkurs elegancji zakończy otwartą dla publiczności część pierwszej po 12 latach na Pomorzu, eliminację Mistrzostw Polski Pojazdów Zabytkowych. (miro)

Żar tropików w godzinie dla rodziny

AKCJA | Wakacje tuż tuż, dlatego już w najbliższą sobotę, 8 czerwca, w godzinach od 13 do 17 Centrum Handlowe Osowa zabierze swoich klientów na egzotyczne wyprawy na Oceanie Karaibskim. „Karaibski powiew” to kolejne spotkanie w ramach akcji „Godziny dla Rodziny”.

Powoli dobiegamy do półmetka podróży dookoła świata z Centrum Handlowym Osowa, ponieważ już 11 czerwca będzie mieć miejsce szósty przystanek naszej niezwykle wyprawy. Tym razem przeniesiemy się na gorące i piaszczyste plaże Karaibów, nazywane często rajem na

ziemi. Muzyka, śpiew i tańce to tylko niektóre elementy czerwcowego imprezowania w Centrum Handlowym Osowa.

Niezapomniane pokazy taneczne oraz występy zespołu grającego karaibskie rytmy na bębnach z pewnością przyciągną do CH Osowa miłośników słońca i dobrej zabawy i pozwolą wczuć w tropikalny klimat. Dzieci, które chcą zgłębić tajniki wybijania rytmów na bębnach będą mogły skorzystać z porad instruktorów i nauczyć się gry na tych instrumentach.

Dodatkowo, wszyscy klienci będą mogli wziąć udział w

Program „Karaibski powiew”

- 13.00-13.05 – krótkie wprowadzenie na temat karaibskiej kultury
- 13.05-13.15 – warsztaty ozdabiania kubków - kokosów karaibskimi akcentami
- 13.15-13.30 – występ zespołu grającego na bębnach karaibskie rytmy
- 13.30-13.40 – nauka gry na bębnach dla dzieci
- 13.40-13.50 – pokaz tańca
- 13.50-14.00 – nauka kroków dla gości Centrum
- 14.00-14.15 – tworzenie karaibskich girland z kwiatów
- 14.15-14.30 – przerwa techniczna
- 14.30-14.45 – warsztaty ozdabiania kubków - kokosów karaibskimi akcentami
- 14.45-15.00 – występ zespołu grającego na bębnach karaibskie rytmy
- 15.00-15.15 – nauka gry na bębnach dla dzieci
- 15.15-13.25 – pokaz tańca
- 15.25-15.40 – nauka kroków dla gości Centrum
- 15.40-16.00 – tworzenie karaibskich girland z kwiatów
- 16.00-16.15 – przerwa techniczna
- 16.15-16.30 – występ zespołu grającego na bębnach karaibskie rytmy
- 16.30-16.45 – pokaz tańca
- 16.45-16.55 – tworzenie karaibskich girland z kwiatów
- 16.55-17.00 – prezentacja hamaku, podziękowanie i zakończenie eventu

CH Osowa, 8 czerwca godz. 13:00 – 17:00

Witamy Karaiby w Osowej!

warsztatach związanych z kulturą Karaibów. Razem nauczymy się ozdabiać kubki-kokosy typowymi motywami wyspiarskimi oraz zaplatać kolorowe girlandy z kwiatów – tradycyjny element dekoracyjny Karaibów. Ponadto, wspólnymi siłami zaplecemy jak największy hamak, którego prezentacją zwieńczy sobotnie wydarzenie.

Zapraszamy wszystkich do udziału w ciekawych pokazach i warsztatach, które przybliżą tę niezwykłą wyspiarską kulturę i przeniosą do „małego rajku na ziemi” – mówi Agnieszka Wojtaszczyk, Dyrektor Centrum Handlowego Osowa.

Kolejne spotkanie z cyku odbędzie się 13 lipca – wówczas celem podróży będzie koloro-

wa Hiszpania. W programie przewidziano m.in. warsztaty flamenco, pokazy zonglerki piłkarskiej oraz degustację przysmaków kuchni hiszpańskiej.

Patronat medialny nad akcją „Godziny dla Rodziny” w 2013 roku objęły: Radio Gdańsk, portale Gogaga.pl, Osowa24.pl i Pomorski.info oraz Expressy.

Śniadanie przy trawie



REKREACJA | Od 1 czerwca w gdyńskim Parku Rady Europy będzie można zasiąść do 14-metrowego stołu i zjeść np. śniadanie. To początek nowego szlaku rekreacyjnego „Trawa do Rzeczy” wiodącego przez śródmiejskie skwery i stworzonego przez Centrum Designu Gdynia.

Nietypowy stół oprócz tego, że jest bardzo długi, ma aż trzy poziomy: bliżej trawy, klasyczny i na podwyższeniu. Można przy nim urządzić piknik, ale też dyskutować, czytać, rysować. To doskonałe miejsce na plenerowe warsztaty i zajęcia organizowane przez muzeum, szkołę, teatr, bibliotekę, ośrodek sportu czy centrum nauki. Stół zaprojektował Przemysław Pachut. Centrum Designu Gdynia

chce stworzyć całoroczny szlak rekreacyjny wiodący przez zielone skwery i parki. Zaproszeni artyści i projektanci zaproponują obiekty, które będą zachęcać do odpoczynku i zabawy na trawie, ponieważ trawa jest do rzeczy, a epoka tabliczek z zakazem „nie deptać trawników” dawno już minęła. Mają też być atrakcyjną częścią otwartych, zielonych przestrzeni śródmiejsca.

- Chcemy wykorzystać potencjał zielonych skwerów i parków w naszym mieście, stwarzając ludziom okazję do codziennego kontaktu z dobrym wzornictwem - mówi Michał Guć, wiceprezydent Gdyni. - Zależy nam, by powiązać design z relaksem i rekreacją, bliskimi wielu mieszkańcom czy turystom - dodaje. (waga)

Mistrzowie świata z Pogorza

EDUKACJA | Pogórze leży w gminie Kosakowo, niedaleko Gdyni. W końcu maja usłyszał o nim cały świat, dzięki dzieciom z tej miejscowości, które wygrały finał Odyssey Umysłu. Od kilku dni mistrzowie świata są już w domach.

Waldemar Gabis
w.gabis@expressy.pl

Odyssey Umysłu to program edukacyjny rozwijający umiejętność kreatywnego myślenia, realizowany w formie konkursu. Biorą w nim udział uczniowie szkół podstawowych, gimnazjalistów, licealiści i studenci. W tegorocznych finałach w USA uczestniczyło ponad 8 tys. dzieci i młodzieży z całego świata.

Z Polski startowało w tym roku kilkanaście zespołów, kilka z województwa pomorskiego (notabene odniosły największe sukcesy), które wcześniej wygrały ciężkie eliminacje krajowe.

Złoty medal i tytuł mistrzów świata zdobyli Odysseusze ze Szkoły Podstawowej w Pogórze. Mają od 9 do 12 lat. Przygotowaniem do udziału w Odyssei Umysłu poświęcała kilka godzin tygodniowo, często po lekcjach i podczas dni wolnych od nauki.

- My to lubimy a teraz widząc, że było warto - mówią



zgodnie.

Kilka dni temu wrócili z USA z okazałym złotym pucharem. W poniedziałek, 3 czerwca, przyjął ich Jerzy Władzik, wójt Kosakowa.

- Jestem dumny z naszych dzieci, wspieram ich starania o udział w konkursie i cieszę się, że ich wielka praca została doceniona - mówi Jerzy Władzik, który w nagrodę wręczył zwycięzcom tablety.

- Bardzo się wszyscy cieszymy ze zwycięstwa i tak wspaniałego przyjęcia, ale już teraz myślimy o przyszłorocznej edycji Odyssei Umysłu - uśmiecha się Elżbieta Czaja, trenerka Odysseuszy i dyrektor szkoły w Pogórze. - Chcemy obronić tytuł mistrzów świata. Najlepiej w USA wypadli uczniowie z Pogorza, ale to nie był jedyny polski sukces za oceanem. Były jeszcze czte-

ry inne medale: wszystkie z województwa pomorskiego. - Srebrny medal zdobyły drużyny z Ośrodka Twórczej Psychoedukacji DAMB z Gdańska, Stowarzyszenia TROP z Rumi oraz Powiatowego Zespołu Placówek Oświatowo-Wychowawczych z Wejherowa. Brąz zdobyła inna drużyna z Ośrodka DAMB w Gdańsku - wylicza Katarzyna Goch z fundacji Odyssey of the Mind Polska.

Wystawki przed wakacjami

MIASTO | Urząd Miasta Gdyni we współpracy z PRSP Sanipor Sp. z o.o. zdecydował o przeprowadzeniu jeszcze przed wakacjami zbiórki odpadów wielkogabarytowych, tzw. „wystawek”.

W pięć kolejnych sobót czerwca, we wszystkich dzielnicach Gdyni, zgodnie z ustalonym harmonogramem, będzie można pozbyć się bezpłatnie starych tapczanów, lodówek i itd.

Zasady odbioru odpadów są takie same jak w dotychczasowych edycjach wystawek: mieszkańcy poszczególnych dzielnic wystawiają odpady w soboty do godziny 12.00 przy pergoli śmietnikowej, przed własną posesją lub na chodniku przy krawężniku. Zbierane są wyłącznie odpady wielkogabarytowe pochodzące z gospodarstw domowych, takie jak: meble, sprzęt elektryczny i elektroniczny, armatura sanitarna, okna, drzwi, dywany, opony itp. Prosimy mieszkańców, aby nie wystawiali odpadów zmieszanych oraz niebezpiecznych. Do końca 2013 roku wszyscy mieszkańcy zabudowy jednorodzinnej otrzymywać będą bezpłatnie worki do gromadzenia odpadów selektywnych. Pierwszy zestaw worków na plastik, papier i szkło zostanie dostarczony do każdego domu jednorodzinnego pod koniec czerwca.

(miro)

8 czerwca - Chylonia, Cisowa, Grabówek, Leszczynki, Dziątki Leśne

MUNDUROWY DZIEŃ DZIECKA

zapraszamy do Miejskiego Ogrodu Zoologicznego w Gdańsku Oliwie
gdzie 8 czerwca (sobota) w godz. 10.00 - 15.00 odbędzie się festyn rodzinny.

Zapewniamy dobrą zabawę w tym m.in.:

- występy magików • konkursy dla dzieci i dorosłych z zakresu wiedzy o bezpieczeństwie • konkursy ekologiczne
- pokazy Aikido • bezpłatne badania profilaktyczne • pokazy ratownictwa • konkursy na temat zwierząt
- spotkanie z Dyrektorem Ogrodu Zoologicznego Panem Michałem Targowskim •

Wyjątkowa okazja! Aukcje portalu za10groszy.pl na żywo, do wygrania cenne przedmioty!

Będzie można obejrzeć sprzęt będący na wyposażeniu Policji, Służby Więziennej i Straży Państwowej, wspiąć się na silnik wspinaczkowy czy poskakać na trampolinie.

Dostępne będą również atrakcyjne oferty innych atrakcji.

Serdecznie wszystkich zapraszamy.

UZNANE
ZA NAJBARDZIEJ
OPINIOTWÓRCZE
RADIO REGIONALNE
W POLSCE

Radio Gdańsk

Radio Gdańsk
Polska
Tomasz Górnik
RADIO GDAŃSK

**KANCELARIA
RES COGITANS**

Windykacja należności.
Dochodzenie odszkodowań.
Kompleksowa obsługa prawna.

84-200 Wejherowo, ul. Wałowa 28 C
tel. 58 572 64 94 600 421 604

www.rescogitans.pl

**HODOWLA
KAKTUSÓW**
i innych sukulentów

Zapraszamy na otwarcie sezonu 2013
w kaktusiarni: 1-5 maja w godz. 9⁰⁰-17⁰⁰

Wiele atrakcji! M.in. pokaz zwierząt:
kury: silki o jedwabistym puchu, arukany,
zielononózki, gołębie, przepiórki, króliki i inne

przy ul. Partyzantów 2, **WSTĘP BEZPŁATNY**

WIĘCEJ NA STRONIE:
www.kaktusiarnia.pl

RUMIA
ul. Partyzantów 2
tel. 58 671 44 44

kaktusiarnia@kaktusiarnia.pl

Pożyczka w Banku BGŻ to raty bez wyrzeczeń

Wiosna to nie tylko zmiana pogody. To także często rosące wydatki w domowym budżecie – długie weekendy i wyjazdy wakacyjne.

Klientom poszukującym dodatkowych środków, Bank BGŻ proponuje pożyczkę gotówkową z ratami bez wyrzeczeń, którą można przeznaczyć na dowolny cel, a okres spłaty stałych, niskich rat może wynieść nawet 6 lat.

Atrakcyjne oprocentowanie sprawi, że miesięczna rata nie będzie obciążeniem dla domowego budżetu. Klienci, którzy założą konto osobiste w Banku BGŻ, nie zapłacą prowizji za udzielenie pożyczki gotówkowej.

Pożyczka oferowana jest wraz z bogatym pakietem ubezpieczeń, który obejmuje między innymi ubezpieczenie na życie i ubezpieczenie od utraty pracy. Jako dodatek, Bank proponuje Konto z Premią, pozwalające uzyskać dodatkowo nawet 600 zł rocznie.

– Mamy nadzieję, że z naszej oferty skorzystają nie tylko nasi obecni klienci, ale również pozostałe osoby, które poszukują dodatkowych środków – mówi Jan Małek, dyrektor oddziału w Gdyni. – Zadbaliśmy, aby nasza oferta



Jan Małek, dyrektor oddziału banku w Gdyni

była atrakcyjna cenowo i nie wymagała od klientów wypełniania zbyt wielu formularzy, a decyzja kredytowa została szybko podjęta.

Pożyczkę do 20 tys. zł klient może otrzymać na podstawie wypełnionego na miejscu oświadczenia o swoich dochodach, a maksymalna kwota

pożyczki to 255 550 zł.

Dużym atutem oferty jest niska i stała wysokość raty w całym okresie kredytowania, który może wynieść nawet 6 lat. Wnioskując o kredyt w Banku BGŻ klient może liczyć na błyskawiczną decyzję kredytową i szybką wypłatę środków. Wymienione wyżej cechy pożyczki gotówkowej to kolejny dowód na to, że Bank BGŻ konstruując swoją ofertę działa zgodnie z ideą „dobrze służy ludziom”, proponując produkty i usługi będące odpowiedzią na oczekiwania klientów.

Szczegóły na temat pożyczki można uzyskać w oddziale Banku BGŻ w Gdyni, przy ul. Armii Krajowej 25, telefonicznie pod numerem oddziału: 58 667 25 65.

Gdynia, ul. Armii Krajowej 25, tel. 58 667-25-52

Bank BGŻ

Nasza pożyczka to raty bez wyrzeczeń!

Dni otwarte 13-14 Czerwca

- niskie oprocentowanie
- 0 zł prowizji dla pożyczki z ubezpieczeniem dla posiadaczy konta osobistego

Przyjdź na dni otwarte po tanią pożyczkę gotówkową i żyj tak jak lubisz!

☎ 801 33 66 99 www.bgz.pl

WPSO na dzień 6.05.2013 r. dla reprezentatywnego przykładu wynosi 24,61% dla całkowitej kwoty kredytu 11 929,45 zł z ubezpieczeniem, spłacanej w 48 równych ratach po 332,01 zł roczna stała stopa oprocentowania 13,00%, całkowita kwota do zapłaty przez konsumenta 17 305,72 zł, w tym poza całkowitą kwotą kredytu: odsetki 4 906,82 zł, jedyny koszt ubezpieczenia 1 429,85 zł, opłata przygotowawcza (prowizja) 0 zł oraz opłata za prowadzenie konta osobistego „Konto Plus” 0 zł. Szczegóły oferty, w tym oprocentowanie, opłaty i prowizje, ogólne warunki ubezpieczeń są dostępne na www.bgz.pl oraz w placówkach Banku. Niniejszy materiał ma charakter reklamowy i nie stanowi oferty w rozumieniu Kodeksu cywilnego.

W jaki sposób sfinansować wakacje

Wyjazdy wakacyjne są dużym wyzwaniem dla domowego budżetu. Dlatego warto odpowiednio wcześniej zacząć odkładać na nie pieniądze. Co jednak zrobić jeśli w tym roku nam się to nie udało, a nie chcemy rezygnować z wyjazdu? Wtedy można oczywiście skorzystać z kredytu.

Gdy potrzebujemy szybko go zastrzyku gotówki na ekstra wydatki, zwykle korzystamy z kredytów i pożyczek gotówkowych. Ich zaletą jest prosta i dobrze znana konstrukcja. Na plus przemawia również to, że pieniądze otrzymujemy szybko, nierzadko nawet w dniu złożenia wniosku. Taka forma idealnie sprawdzi się więc np. gdy chcemy kupić wyjazd typu „last minute”.

Czym jest kredyt na koncie?

Innym rozwiązaniem jest limit kredytowy na rachunku. Co ważne, jeśli zaciągamy go raz, później możemy korzystać z niego wielokrotnie. Gdy spłacimy część zadłużenia, w razie potrzeby, możemy ponownie skorzystać z wpłaconych pieniędzy.

– Taki kredyt sprawdzi się więc, gdy chcemy kupić wakacyjny wyjazd latem, a później skredytować kolejny zimę – mówi Jarosław Sadowski,



główny analityk firmy Expander.

To rozwiązanie dobre dla osób, które zapożyczają się kilka razy do roku. Dzięki temu rozwiązaniu zamiast kilku prowizji zapłacimy tylko jedną.

– W dodatku niższą, gdyż prowizja za udzielenie kredytu w rachunku to zwykle 1-1,5%. W przypadku kredytów gotówkowych potrafi ona sięgać nawet 5%. Z drugiej strony należy

jednak pamiętać, że prowizję za kredyt w koncie płacimy co roku, a za kredyt ratalny tylko raz, przy jego uruchomieniu – tłumaczy Sadowski.

Kiedy opłaca się kredyt na koncie?

Jeśli natomiast możemy szybko spłacić zaciągnięty dług, to warto skorzystać z karty kredytowej. Zapewniają one bowiem

nieoprocentowany kredyt przez niemal 2 miesiące. Pamiętać jednak trzeba, że brak odsetek dotyczy jednak jedynie płatności dokonanych kartą. Nie obowiązuje natomiast wypłat gotówki.

– Nie można też zapomnieć, że odsetki nie zostaną naliczone tylko jeśli w terminie spłacimy całe zadłużenie. Kartę kredytową warto więc wykorzystywać np. jeśli brakuje nam nieco pieniędzy na

wakacje, a dług zamierzamy oddać po otrzymaniu najbliższego wynagrodzenia – dodaje Jarosław Sadowski z Expandera.

Ponadto wiele banków oferuje rozłożenie kredytu z karty na raty, a koszty takich kredytów są często niższe niż kredytów gotówkowych. Zdarza się również, że bank nie nalicza prowizji lub kredyt jest nieoprocentowany. W efekcie takie rozwiązanie okazuje się być najtańsze.

Gdynia, ul. Władysława IV 61

Tel. (58) 661 35 84, Faks (58) 661 35 64

Bankomat biometryczny 24h

Gotówka migiem na leciutkie 8% !

Kredyt gotówkowy na 8%

by marzenia z głową w chmurach,
spełniały się jak przyziemne potrzeby.



INFO: 801 372 772

www.pbsbank.pl

Bank młody od pokoleń

 **PBSbank**
Podkarpacki Bank Spółdzielczy

Warunki dotyczą kredytu do kwoty 3000 zł z maksymalnym okresem kredytowania 12 miesięcy. RRSO na dzień 10 kwietnia 2013 r. dla reprezentatywnego przykładu wynosi 11,43% dla całkowitej kwoty kredytu 3000 zł, spłacanej w 12 ratach kapitałowo - odsetkowych (mniejszej saldo) - 179,48 zł.
Stopa oprocentowania kredytu 8% w stosunku rocznym. Całkowita kwota do zapłaty wynosi 2117,01 zł w tym odsetki - 87,01 zł i prowizja - 30 zł.

Trzeci prom do Karlskrony

MORZE | Stena Line wprowadza kolejny prom na linię Gdynia-Karlskrona. Do pływających obecnie Steny Vision i Steny Spirit od 8 lipca dołączy jednostka typu ro-pax - Stena Allegra. Trzeci statek to odpowiedź na wciąż zwiększający się ruch między Polską a Szwecją. Nowy prom wyczerpano od siostrzanej firmy Stena RoRo. Dotychczas funkcjonował pod nazwą Norman Trader, jednak nową trasę będzie obsługiwać jako Stena Allegra. Tę prawie 180-metrową jednostkę zbudowano w 1998 roku. Jest to prom typu ro-pax, przeznaczony do przewożenia pasażerów i towarów.

Trzeci statek ma zaspościć rosnący popyt na przewozy towarowe między Gdynią a Karlskroną. Na początek Stena Allegra będzie odbywać trzy kursy tygodniowo, czym powiększy pojemność frachtową linii o 20%. W przyszłości, w zależności od popytu, istnieje możliwość rozbudowania rozkładu rejsów o dodatkowe zawinięcia.

Ruch na naszej linii różni się w ostatnim czasie. Potrzeba większej pojemności ładunkowej była oczywista, ponieważ już od dłuższego czasu pływaliśmy z pełnym ładunkiem samochodowym.

Teraz możemy poprawić obsługę zarówno naszych klientów towarowych i turystów, oferując im więcej wypłynięć - mówi Tony Michaelsen, dyrektor linii Gdynia-Karlskrona.

W 2012 roku liczba jednostek frachtowych (ciężarówki, naczepy itp.) przewiezionych na linii Gdynia-Karlskrona wzrosła o 7%, a liczba samochodów osobowych o 9% w porównaniu do roku poprzedniego. Tendencja rosnąca utrzymuje się nadal. W pierwszym kwartale 2013 roku liczba przewiezionych jednostek frachtowych wzrosła o 11%, a liczba samochodów osobowych o 8% w porównaniu do pierwszego kwartału roku 2012.

Rozwój gospodarczy w Polsce i Europie Wschodniej jest bardzo dobry, a my wierzymy, że zarówno liczba przewiezionych ładunków, jak i podróży prywatnych między Polską a Szwecją będzie wzrastać - prorokuje Michael McGrath, dyrektor ds. operacyjnych w Stena Line.

Stena Vision i Stena Spirit będą kursować zgodnie z dotychczasowym rozkładem rejsów. Stena Allegra będzie wypływać z Gdyni i Karlskrony trzy razy w tygodniu. (stan)

Stena Allegra

typ statku: RoPax (frachtowo-pasażerski)
rok budowy: 1998
pojemność ładunkowa: 1950 metrów ładunkowych
długość: 180 m
prędkość: 22 węzły
liczba kabin: 57
liczba pasażerów: 195

A jednak się kręci!

INWESTYCJE | Maszyna TBM ma na imię Damroka - tak jak pomorska księżniczka, córka Świętopełka II Wielkiego i już od poniedziałku, 3 czerwca, podjęła trud wgrzyzania się w ziemię pod Martwą Wisłą, aby w przyszłości, powstałym dzięki jej pracy tunelem, mógł ruszyć ruch samochodowy.

Do dyspozycji będą dwie równoległe nitki - każda dla innego kierunku ruchu, każda dwupasmowa, oddalone od siebie 25 metrów, ale co 130 metrów połączone ewakuacyjnymi kanałami bezpieczeństwa na wypadek jakiegokolwiek awarii. W ten sposób dwie dotąd rozdzielone rzeką części Portu Gdańsk zostaną połączone tunelem o długości ponad dwu kilometrów.

Maszyna TBM rozpoczęła wiercenie pod Martwą Wisłą od strony wyspy Stogi na wysokości nabrzeża Dworca Drzewnego, w odległości ok. 520 metrów od wschodniego brzegu rzeki. W najniższej położonej punkcie tunel znajdzie się przeszło 35 metrów pod lustrem wody.

Przewiercenie się pod Martwą Wisłą zajmie Damroce około 4-5 miesięcy, czyli jesienią powinniśmy ją powitać po drugiej stronie - na wysokości Dworca Wiślanego - ok. 370 metrów od zachodniego brzegu rzeki. Wtedy zostanie rozbudowana, przewieziona z powrotem na wyspę Stogi i po złożeniu przystąpi do drążenia drugiej nitki.

Uroczystość nadania maszynie imienia Damroka odbyła się 29 maja a matką chrzestną została Elżbieta Bieńkowska - minister Rozwoju Regionalnego. Czuliśmy dużą dumę, czy butelka szampana rozbije się od pierwszego razu, bo po-

wtwarzanie operacji oznacza pecha. Ale odwołanie się do świętej Barbary okazało się skuteczne. Pani Minister, jako osoba ze Śląska, ta patronka najlepiej się kojarzy, a poza tym takie wierzenie to przecie jest robota górnicza.

Wzruszenia i satysfakcji nie krył prezydent Gdańska Paweł Adamowicz:

- Ten dzień przejdzie do historii. Tak wielka, tak skomplikowana, tak innowacyjna maszyna po raz pierwszy w

Polsce zostaje użyta, by port gdański znów był morską bramą Rzeczypospolitej.

Z kolei minister transportu, budownictwa i gospodarki morskiej Sławomir Nowak podkreślał, że wprawdzie inwestycja kosztuje aż 1 mld 400 mln złotych, ale będą to pieniądze dobrze wydane, ponieważ unikalna, w skali nie tylko Gdańska i Pomorza ale też Polski, inwestycja stanowi domknięcie połączenia portu lotniczego z portem morskim

i do końca włącza ten drugi w istniejącą sieć komunikacyjną kraju.

Dzień ten był też wielkim świętem dla wykonawcy, czyli hiszpańskiej firmy OHL, którą tym razem reprezentował Manuel Viciano Pedroza - członek zarządu.

Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, koniec budowy nastąpi w jesieni 2014 roku, a pierwsze samochody przejadą tędy na początku 2015.

Anna Kłos



Fot. Jerzy Pinkas / www.gdansk.pl

Odwiedź nadmorską Gminę Kosakowo

Unikatowe położenie pomiędzy Zatokami Pucką i Gdańską oraz bliskość Aglomeracji trójmiejskiej przyciąga coraz więcej turystów. Na przestrzeni lat, wystątkowi mieszkańcy i dobrze zarządzający samorządowcy stworzyli dla gminy nowe możliwości.

W krajobrazie rolniczego i rybackiego charakteru gminy pojawiły się liczne inwestycje, atrakcje turystyczne i sportowe. Wszystko to stworzyło nowoczesną, dynamicznie rozwijającą się, dzisiejszą gminę Kosakowo.

Cypel i Aleja

Gmina posiada piękną, unikalną przyrodę. Na jej terenie znajdują się: Rezerwat Przyrody Beka, Mechlińskie Łąki, Klif w Mechlinkach, Czapliniec w Mostach, gdzie znaleźć można największe w Europie siedlisko Mikołajka Nadmorskiego oraz Czapli Siwej.

Najbardziej rozpoznawalnym miejscem jest jednak rozdzielający wody obu zatok piaszczysty wał usypany przez prądy morskie - Cypel Rewski, zwany po kaszubsku Szpęrkim. U nasady cypla znajduje się powstała w 2004 r. Ogólnopolska Aleja Zasłużonych Ludzi Morza im.



Marszałka Józefa Piłsudskiego oraz Krzyż Morski z ramionami w kształcie kotwicy.

Słońce i woda

Nadmorskie miejscowości gminy to wymarzone miejsce dla spragnionych kąpeli morskich i słońca.

Rewa posiada wyśmienite warunki do uprawiania sportów wodnych - ciepłe i płytkie wody Zatoki Puckiej w połączeniu z wiatrem stwarzają doskonałe warunki dla wind - i kitesurfingu oraz przyjemnego żeglowania.

W Mechlinkach możemy poddać się urokowi przystani rybackiej, gdzie częstym zwyczajem są obserwacje rybaków pracujących przy kutrach. A jak smakuje świeżo złowiona

rybka!

Imprezy i wydarzenia

Festyn Kaszubski oraz Dożynki Gminne to święta Kaszubów i rolników, ludzi pracy na lądzie i morzu. Te letnie imprezy folklorystyczne przyciągają rzesze sympatyków kultury, mowy, haftu i kuchni kaszubskiej oraz zwolenników swojskiej atmosfery i licznych atrakcji święta plonów. Samorząd i mieszkańcy gminy Kosakowo w tym czasie przedstawicieli przysiężonych gmin partnerskich.

Dobrym sposobem na spędzenie wolnego czasu jest bogata oferta imprez i wydarzeń. Są to m.in.: Dni Gminy Kosakowo, podczas których koncerty, konkursy, Kosakowska Noc

Kabaretowa i regaty żeglarskie skupiają uwagę mieszkańców i turystów - a to wszystko na łonie natury wśród unikatowych krajobrazów. Różnorodna oferta kulturalno-sportowa, zachęca do wspólnej zabawy.

Historia i teraźniejszość

Pamięć historyczna, oddawanie tradycji morskiej oraz kaszubskiej to priorytety, które w naszej gminie nie mogą być pomijane. Z tego też względu, jedną z najważniejszych uroczystości bogatego kalendarza imprez, jest uhonorowanie wyjątkowych ludzi w Ogólnopolskiej Alei Zasłużonych Ludzi Morza w Rewie imienia Marszałka Józefa Piłsudskiego.

Dorośli mieszkańcy realizują się tworząc stowarzyszenia promujące kulturę i obyczaje kaszubskie, zainteresowania sportowe, czytelnicze oraz promujące zdrowy styl życia. Sukcesywnie rozbudowywana infrastruktura kulturalna i sportowa, a przede wszystkim ludzie, dzięki którym ona działa są naszą wielką wartością.

Przez cały rok można korzystać z dobrego wpływu klimatu i wypoczywać w otoczeniu czystych plaż, wspaniałych krajobrazów, unikalnych form ukształtowania terenu i bogactwa przyrody. (stan)

NAJSEKSOWNIEJSZA KOMEDIA 2012



14.06 GDYNIA TEATR MUZYCZNY - NOWA SCENA



6.06 GDYNIA HALA GDYNIA

Bilety: eBilet.pl eventim empik www.MAKROCONCERT.pl

Rośnie atrakcyjność nieruchomości w pobliżu przystanków PKM

INWESTYCJE | Budowa Pomorskiej Kolei Metropolitalnej tworzy nową oś rozwoju, zapewniającą szybką, nowoczesną komunikację nowych osiedli i lotniska z historycznymi dzielnicami miasta. Do tej pory osią rozwoju Trójmiasta była linia SKM. Gwarantuje ona bowiem dobrą komunikację od Wejherowa po Pruszcz.

Przystanki PKM wpłyną na miejski krajobraz, odmieni się oblicze dzielnic położonych wzdłuż trasy. Staną się równie atrakcyjne, jak te położone wzdłuż SKM. Skróci się czas potrzebny na dojazd w kluczowe miejsca, zmaleje ruch samochodowy. Spowoduje to wzrost wartości nieruchomości położonych w zasięgu dojazdu pieszo do przystanku kolejki.

Wpisane w otoczenie

Przykładem może być tu Centralpark, kompleks apartamentowy z powierzchniami usługowymi realizowany przez Hossę. Położony jest zaledwie 500m od przystanku Brętowo, wyjątkowego na trasie PKM, bo integrującego kolejkę metropolitalną z komunikacją tramwajową.

Deweloper stawiając na wzrost wartości lokalizacji oferuje w Centralparku mieszkania w standardzie apartamentowym. Budynki wpisują się w otoczenie, a wartość ich potwierdza się, kiedy wchodzimy na teren Centralparku.

Pomiędzy budynkami znajduje się miejski park, który tworzą kilkunastoletnie drzewa. Wyglądają niezwykle malowniczo i okazale, jest ich blisko 30 i mierzą do 9 m wysokości. Jest to atrakcyjna przestrzeń do aktywnej rekreacji, którą uzupełnia plac zabaw. Park jest otwarty dla wszystkich, znajduje się ponad poziomem ulic, co zapewnia mieszkańcom Centralparku prywatność i spokój.

Z bliska przekonac się można, że użyto do wykończenia kompleksu najwyższej jakości materiałów – ceramikę na elewacji, stal nierdzewną, szkło hartowane, naturalny kamień na stopniach, attykach. Ale to dopiero wstęp do tego, co zobaczymy wewnątrz budynków.

150 m nad poziomem morza

Sposób wykończenia stref wejścia nie pozostawia żadnych wątpliwości co do wysokiego standardu. Łupek na podłogach, naturalne drewno na panelach ściennych,



lustra – tak wygląda budynek o nazwie Brema, który inspirowany jest architekturą gotycką starówki bremeńskiej.

W drugim budynku o nazwie Rotterdam widać inspirację malarstwem Mondria-

na – wszystko jest na wysokim połysk, białe, czerwone, niebieskie i żółte płaszczyzny oddzielone są od siebie czarnymi liniami podziału.

Potencjał tej inwestycji to również fakt, że są to najwy-

żej położone apartamenty w mieście, 17 kondygnacja znajduje się 150 m nad poziomem morza. Z okien apartamentów można podziwiać panoramę Gdańska, Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego – zieloną,

niezwykle malowniczą, gdzie spomiędzy zieleni wychylają się skupiska domów.

Prawdziwy rarytas to widok na Zatokę Gdańską. Widoczny wyraźnie Półwysep Helski, wzgórze Klifu Orłowskiego i Sobieszewo zamykają tę widokową kompozycję. Można obserwować ruch statków na zatoce oraz grę światłocieni przesuwających się po nadmorskiej części Trójmiasta.

Staranność i dobra komunikacja

Centralpark to zatem dobra inwestycja, która będzie procentować. Na wzrost jej wartości pracuje staranne wykonanie budynków i walory widokowe, ale przede wszystkim dostępność komunikacyjna czyli Pomorska Kolej Metropolitalna i sieć komunikacji publicznej. Skłania do tego wniosek obserwacja m.in. warszawskiego rynku nieruchomości.

Na Pradze, czy Targówku nastąpił wzrost wartości nieruchomości po rozpoczęciu budowy drugiej linii metra, ponieważ stały się one bardziej atrakcyjne komunikacyjnie. Budowa Pomorskiej Kolei Metropolitalnej ma podobne znaczenie dla komunikacji w Trójmieście co rozbudowa metra, dlatego należy spodziewać się analogicznej reakcji rynku nieruchomości.

NIEDŹWIADEK
HOTEL SPA & NATURA

NIEDŹWIADEK - NAJCHĘTNIEJ ODWIEDZANY HOTEL NA KASZUBACH

WAKACYJNE GRATISY

Hotel NIEDŹWIADEK - Wdzydze 32 | RECEPCJA: tel. + 48 58 686 13 13 | www.hotelniedzwiadek.pl

Drób w polskiej kuchni

KULINARIA | Sopot w czasie pierwszego czerwcowego weekendu był miejscem, w którym Polski Związek Zrzeszeń Hodowców i Producentów Drobiu, pod kierownictwem prezesa zarządu Andrzeja Danielaka i sekretarz Aldony Łoś, zorganizował „Paradę Drobiu”.

Na sopockim moło przekonywano społeczeństwo, że warto - dla zdrowia tudzież dobrego smaku - przyrządzać i konsumować produkty oraz potrawy z drobiu.

Najpierw, czyli w sobotę, w hotelu Haffner odbyła się konferencja popularnonaukowa podczas której prof. Jarosław Dumanowski z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu

rozprawił się z mitami na temat kuchni staropolskiej, mówiąc o autentycznej, z czasów Rzeczypospolitej Obojga Narodów, czyli przedrozbiorowej.

Otóż nie była ona ani tłusta, ani oparta na wieprzowinie, ani mda. Wieprzowiny nie spożywano, bo to mięso uchodziło za trefne i poślednie. Natomiast, zarówno bogaci jak ubodzy, jedli przede wszystkim drób domowy i ptactwo dzikie. Na drugim miejscu była cielęcina i wołowina, jagnięta i owce oraz wszelaka dziczyzna.

Katedra prof. Dumanowskiego postanowiła ocalić od zapomnienia dawne przepisy kulinarne i wydała trzy zapomniane już książki kucharskie. Jedną z nich zawiera przepisy kucharza Radziwiłłów. W oparciu o nie Maciej Nowicki - mistrz kuchni z Wilanowa - przygotowuje dzisiejsze wersje dawnych receptur, np. kapłona jagiellońskiego (bo według przepisu Anny Jagiellonki) - z winem, muszkatołowym lub małmazją, z goździkami, cynamonem i migdałami.

Zachowały się też tzw. recepty, czyli spisy potraw podawanych w latach 1695-1996 na stół Jana III Sobieskiego. Były to nawet trzy stoły: królewski, królewski-



Organizatorzy sopockiej akcji: Parada Drobiu - Aldona Łoś i Bogdan Donke

Staropolski stół a na nim: półgęsek wędzony, chleb na zakwasie, swojskie masło, paszтет z wątróbek kapłona, domowe marynaty, jajka od zielononóżki kuropatwianej



czów i dworzan. Serwowano dużo drobiu, dania z niego uważano za najsmaczniejsze i prestiżowe. Była tego ptactwa duża różnorodność, np. kapłony karmne i kapłony dworowe, kaczki swojskie i dzikie, gołębie, drobie, jarzębie, przepiórki, kuropatwy, bażanty.

Dość późno pojawiły się w kuchni staropolskiej „jendyki”, które bo pochodzą z Ameryki, więc dopiero po wyprawach Krzysztofa Kolumba. Przyjmowały się w Polsce z oporami. Bogaci hodowali je w przypałacowych parkach jako ptactwo ozdobne, chłopci bywało, że je nawet zabijali - ale nie w celu spożycia, tylko uważali je za wcielenie szatana.

Ostatnim hitem Pomorza, szczególnie województwa kujawsko-pomorskiego jest gęś, która ma tam swój pomnik. W miejscowości Kołuda Wielka funkcjonuje Zakład Doświadczalny hodowli tego ptactwa, o którego doświadczeniach mówiła dr Halina Bielińska.

Na zakończenie konferencji nastąpiła prezentacja Stołu Staropolskiego, na który potrawy przygotowała restauracja METAMORFOZA, mieszcząca się w Gdańsku przy ul. Szerokiej.

Czegoż tam nie było: bulion z kapłona, kielbaski z dzikiego ptactwa, jajka sous-vide zielononóżki kuropatwianej, półgęski wędzone, gęsie pipki, paszтет z wątróbek kapłona, gęsia okrasa, ogródek z kiszonych warzyw, domowe marynaty, swojski chleb na zakwasie i pyszne wiejskie masło.

O picie zadbał Damian Godek - wielki znawca i miłośnik regionalnych pomorskich napojów. Serwował podpiwek i nalewkę na gryczanym miodzie.

Anna Kłos

DORADZTWO FINANSOWE

- kredyty hipoteczne
- kredyty gotówkowe
- kredyty dla firm



601 216 418

Polacy wciąż nie doceniają kaszy

ZDROWIE | Regularnie, czyli kilka razy w tygodniu, kaszę je tylko 9 procent Polaków. Tak wynika z badania przeprowadzonego na potrzeby kampanii „Lubię kaszę...”. Ma ona zachęcić Polki i Polaków do częstszego spożywania kaszy i wprowadzenia jej na stałe do codziennej diety.

Produkty zbożowe stanowią podstawę piramidy żywienia, co oznacza, że powinny pokrywać przynajmniej 50-60% dostarczonej w ciągu dnia energii. Tymczasem są często pomijane w codziennym jadłospisie na rzecz produktów wysokobiałkowych. A przecież kasze to fundament zdrowej, zbilansowanej diety - są doskonałym źródłem błonnika pokarmowego i dostarczają wielu cennych składników mineralnych oraz witamin.

Jak wynika z badań przeprowadzonych przez agencję badawczą Inquiry (zostało ono zrealizowane w lutym 2013 roku metodą sondażu internetowego na próbie N=1000 wśród Polaków od 15 roku życia) na zlecenie Federacji Branżowych Związków Producentów Rolnych, tylko 9% badanych je kaszę kilka razy w tygodniu. Rzadziej niż raz w tygodniu spożywa ją... aż 57%, a 9% nie spożywa jej

Na potrzeby kampanii powstała strona internetowa www.lubiekasze.pl, dzięki której można poznać różne rodzaje i walory zdrowotne kaszy



wcale.

Różnice między kobietami a mężczyznami są minimalne. Zaobserwowano jednak istotną zależność od wieku respondentów. Młodzież sięga po kaszę tylko 2,5 raza w miesiącu.

Ogólnopolska kampania „Lubię kaszę - kasza na stół, na zdrowie, na co dzień” ma przekonać Polki i Polaków, że warto jeść kaszę częściej i uwzględnić ją w codziennej diecie.

- Mimo, że Polacy rzadko jedzą kaszę, wiedzą, że jest zdrowa - 77 procent spożywa ją właśnie z tego powodu. Za smaczną

uznaje ją natomiast 76 procent badanych - mówi Agnieszka Falba, Dyrektor Biura Federacji Branżowych Związków Producentów Rolnych, inicjatora ogólnopolskiej kampanii „Lubię kaszę...”. W kampanii będziemy zatem informować nie tylko o walorach zdrowotnych i smakowych kaszy, ale także o tych kulinarnych. Chcemy zmienić jej wizerunek i fakt kojarzenia jej z nudnymi i trudnymi w przygotowaniu daniami. Prezentując nowoczesne oblicze kaszy i możliwości, jakie stwarza w dzisiejszej kuchni, pragniemy odpowiedzieć, jak wprowadzić ją do codziennych posiłków.

Na potrzeby kampanii powstała strona internetowa www.lubiekasze.pl, dzięki której można poznać różne rodzaje i walory zdrowotne kaszy, dowiedzieć się, jak przekonać do niej dzieci oraz zamieszczać własne przepisy na dania z kaszą.

Wkrótce będzie można również wziąć udział w konkursach oraz wypróbować nowe przepisy kulinarne. W ramach kampanii zaplanowano także w kilku miastach w Polsce spotkania kulinarne dla kobiet „Pod znakiem kaszy”.

Organizatorem działań, sfinansowanych ze środków Funduszu Promocji Ziarna Zbożów i Przetworów Zbożowych, jest Federacja Branżowych Związków Producentów Rolnych.

(waga)

Rowerem wzdłuż alei Zwycięstwa

Waldemar Gabis
w.gabis@expressy.pl

MIASTO | Już wkrótce na dwóch kółkach pojedziemy ze Wzgórza św. Maksymiliana do Pomorskiego Parku Naukowo-Technologicznego. Trwa budowa ścieżki rowerowej wzdłuż alei Zwycięstwa.

Nowy odcinek drogi rowerowej, którego długość będzie miała 876-metrów, ma być gotowy w pierwszej połowie lipca. Ścieżka

pobiegnie wzdłuż jednej z głównych arterii komunikacyjnych miasta, czyli alei Zwycięstwa – od wysokości ulicy Redłowskiej do Węzła Wzgórze, gdzie połączy się z istniejącą drogą rowerową.

Rowerzystów z pewnością ucieszy fakt, że nowa ścieżka będzie miała mineralno-bitumiczną nawierzchnię koloru czerwonego – tak lubianą przez amatorów dwóch kółek.

Ścieżka powstaje w ramach projektu „Rozwój ko-



munikacji rowerowej Aglomeracji Trójmiejskiej”. Koszt budowy zamknie się w kwocie 864 938 zł. Prace wykonuje firma MTM.

Trwa przygotowanie przetargu na kolejny odcinek, który połączy budowaną właśnie ścieżkę z tą, zrealizowaną w ramach rozbudowy Pomorskiego Parku Naukowo-Technologicznego.

KOMENTUJ na stronie
pomorski.info

INTERNET

Bez limitu

YouTube i zwykłe strony www!

- Nielimitowane przeglądanie YouTube, ipla.tv oraz zwykłych stron www na nowoczesnym tablecie lub laptopie!
- Możliwość testowania superszybkiej technologii LTE przez 7 dni!

Plus Internet – najczęściej wybierany internet mobilny w Polsce!

zestaw:
tablet Modecom
+ router ZTE MF60

od 1 zł

Lider technologii LTE

Ma być więcej rowerzystów



Fot. Krzysztof Romański

Certyfikat rowerowy BYPAD dla Gdyni

MIASTO | Kilkunastooosobowa grupa radnych, urzędników i mieszkańców sprawdziła warunki jazdy na rowerze w Gdyni. Pokonała 75 km w różnych dzielnicach, a w pracy pomagali jej audytorzy, którzy następnie opracowali raport. Opracowanie diagnozy obecnego stanu polityki rowerowej oraz planu działania trwało dwa miesiące. Audyt wykonała firma Inspro, która wskazała m.in. na dużą liczbę dróg i ścieżek rowerowych, jednak zaznaczyła, że wiele z nich nie łączy się ze sobą.

Problem sprawiają też występujące ciasne łuki czy drogi rowerowe odsunięte od wlotów na skrzyżowania, co powoduje słabą widoczność dla rowerzystów oraz kierowców i może prowadzić do kolizji.

Jako dobre praktyki warte rozpowszechnienia firma wskazała przemyślaną strategię promocji roweru, adresowaną zwłaszcza do osób jeżdżących do pracy, zwracanie uwagi na kwestie rowerowe przy sporządzaniu miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego czy powołanie oficera rowerowego o jasnym zakresie obowiązków.

- Raport pomoże jasno powiedzieć, co jest najważniejsze, najpilniejsze do zrobienia, co stanie się w krótkiej perspektywie, a co za kilka lat - zaznaczył Zygmunt Zmuda-Trzebiatowski, pełnomocnik prezydenta miasta ds. komunikacji rowerowej. Plan działania obejmuje

37 pomysłów, które będą realizowane przez 30 miesięcy, od stycznia 2014 r. do czerwca 2016 r. W tym czasie Miasto uzupełni najważniejsze braki w ciągłości istniejących dróg rowerowych. Ścieżki mają powstać przy ul. Wielkopolskiej i al. Zwycięstwa, a jakość tych istniejących przy ul. Morskiej ma być poprawiona do bardziej zgodnej ze standardami.

Ruch wokół szkół oraz na wybranych ulicach Śródmieścia zostanie uspokojony, aby rowerzyści mogli bezpiecznie poruszać się jezdnią. Zmiany w infrastrukturze uzupełni informacja i promocja, w tym drogowskazy dla rowerzystów oraz szkolenia z jazdy w ruchu miejskim.

Plan zakłada, że co roku 1% gdynian będzie przesiadać się na rower. W ten sposób w 2023 r. rowerzyści mają stanowić 10% uczestników ruchu drogowego.

- Dokument jest poważnym zobowiązaniem. Chcemy realizować politykę rowerową, budując ją w sposób świadomy, stawiając wysoko poprzeczkę - powiedział prezydent Wojciech Szczurek.

Gdynia jest trzecim polskim miastem, po Tczewie i Gdańsku, które przeszło audyt BYPAD. To wszechstronne, partycypacyjne badanie jakości polityki rowerowej. Metodologia opiera się na ocenie systemu zarządzania jakością według standardu ISO. Do tej pory została wdrożona w ponad 170 miastach i regionach w 24 krajach. (miro)

Przyjdź i sprawdź!

Gdynia
C.H. Batory, II piętro
ul. 10 Lutego 11
tel. 58 661 81 21

Gdynia
C.H. Wzgórze
ul. K. Górskiego 2
tel. 58 669 64 01

Zabezpiecz swój rower



BEZPIECZEŃSTWO |

Coraz więcej osób jeździ na rowerach. Nie wszyscy jednak pamiętają o prawidłowym zabezpieczeniu swoich jednośladów, które padają łupem złodziei. Co robić, by tego uniknąć?

Aby zmniejszyć ilość kradzieży rowerów, należy pamiętać, że złodziej najczęściej wykorzystuje pozostawienie roweru bez dobrego zabezpieczenia na balkonie, na klatce schodowej, przed sklepem, barem, budynkiem mieszkalnym.

Oto kilka porad, jak ostrzec się przed kradzieżą:

- postaw na profesjonalne zabezpieczenie, warto skorzystać z mocnych i profesjonalnych blokad, nawet najprostsze zabezpieczenie może utrudnić kradzież,
- dwa zabezpieczenia są lepsze niż jedno: im więcej czasu zabierze czasu złodziejowi pokonanie zabezpieczeń, tym mniejsze prawdopodobieństwo, że stracisz swój rower,
- stosujmy linki rowerowe zawsze: odchodząc nawet na chwilę przypnijmy rower do nieruchomej części otoczenia. Linka powinna trzymać nie koło, które łatwo zdjąć, ale ramę z kołem, dobrym zabezpieczeniem jest tzw. „U-LOCK”, czyli blokada w kształcie literki U.
- zadbajmy o jak najlepsze zabezpieczenia naszej piwnicy: złodzieje goni czas, więc dobrze zabezpieczone piwnice będzie omijał,

- miejmy oczy otwarte na to, kto wchodzi do naszej klatki schodowej. Często bez sprawdzenia, po usłyszeniu przyciśnięcia guzika domofonu, wpuszczamy do środka budynku różne osoby, wśród których może znaleźć się złodziej.
- o wszystkich podejrzanych osobach zauważonych w otoczeniu naszego bloku, które na przykład coś wynoszą z piwnicy, wchodzą lub wychodzą z niej bez powodu, zawiadomiamy policję.

Dobrze jest sfotografować jednoślad, aby w przypadku jego kradzieży móc przekazać zdjęcie oraz dowód zakupu policjantom. W przypadku kradzieży niezwłocznie należy powiadomić o tym policjantów! Jeśli skradziony rower zostanie znaleziony przez policjantów, jest szansa, że taki jednoślad wróci do właściciela. Co zrobić jeśli ukradną ci rower?

- zadzwonić na policję, podając miejsce kradzieży i wygląd roweru
- przyjść do najbliższej jednostki policji i o ile to możliwe - z dowodem zakupu roweru lub kartą gwarancyjną z numerami ramy. Droższe modele zwykle posiadają niepowtarzalny numer przypisany do samej ramy lub całego roweru - wliczając policjanci
- jeśli np. zauważysz, że na aukcji internetowej do sprzedaży wystawiony jest twój rower, natychmiast powiadom o tym policję (ster)

Projekt badawczo- edukacyjny dla uczniów

Waldemar Gabis
w.gabis@expressy.pl

EDUKACJA | Pod hasłem „Mądre żywienie, zdrowe pokolenie” ruszył projekt badawczo-edukacyjny w szkołach gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Jego celem jest zbadanie wiedzy oraz stanu odżywienia młodzieży i promowanie racjonalnego odżywiania oraz zdrowego stylu życia.

Placówki w woj. pomorskim mogą zgłaszać się do projektu na www.zdrowepokolenie.ptd.org.pl, by wziąć udział w ogólnopolskim badaniu wiedzy żywieniowej i stanu odżywienia, które obejmie aż 12 000 nastolatków.

Organizatorzy przygotowali też materiały dydaktyczne dla nauczycieli oraz atrakcyjny konkurs na hasło i logo programu, w którym nagrody wygrać mogą szkoły, wychowawcy i całe klasy. Wszystko to w trosce o dobrą kondycję i dietę nastolatków z pomorskiego i pozostałych województw.

Program „Mądre żywienie, zdrowe pokolenie” ma zwrócić uwagę młodzieży na ważną kwestię zdrowego stylu życia



i racjonalnej diety oraz przekonać, że aktywność fizyczna to nieodłączny, dający radość i satysfakcję element każdego dnia. Wszystko to w przystępnej i atrakcyjnej formie konkursów dla młodzieży oraz scenariuszy interaktywnych lekcji, przygotowanych przez dietetyków z PTD, trenera rozwoju osobistego i metodyka.

Na najbardziej kreatywne szkoły i klasy czekają atrakcyjne nagrody w konkursie na logo i hasło programu. Ale uważaj – czasu do końca semestru

o rozstrzygnięciu konkursu już niewiele!

- Każdego dnia jako dietetycy dostrzegamy wyzwania i problemy młodych ludzi związane z nadwagą, zaburzeniami odżywiania, brakiem wystarczającej edukacji w tym zakresie czy niedostatkami aktywności fizycznej – mówi Dr Danuta Gajewska, prezes Polskiego Towarzystwa Dietetyki. - Problemy te widzą też dyrektorzy placówek oświatowych. Chcemy więc dać im narzędzia pomagające kształtować świadomość zdrowotną

młodych ludzi. Badanie uczniów w zgłoszonych szkołach umożliwi nam opracowanie aktualnych rekomendacji w zakresie zasad racjonalnego żywienia dla współczesnej młodzieży.

We wrześniu 2013 r. w 100 szkołach, wybranych losowo spośród zgłoszonych placówek gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych, przeszkoleni eksperci Polskiego Towarzystwa Dietetyki przeprowadzą ciekawe, interaktywne zajęcia oraz test wiedzy żywieniowej dla młodzieży, a także zrealizują nieinwazyjne badania antropometryczne, obejmujące pomiary wzrostu, masy ciała, obwodów pasa i ramienia.

Wyniki badania posłużą do stworzenia raportu oraz wytycznych Polskiego Towarzystwa Dietetyki odnośnie prawidłowej diety polskiego nastolatka. Dodatkowo w szkołach, które wezmą udział w badaniu, specjaliści z PTD będą prowadzić nieodpłatne poradnictwo dla młodzieży z problemami wynikającymi z nadwagi lub niedowagi.

Zachęcamy dyrektorów gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych z woj. pomorskiego do zgłaszania placówek na stronie www.zdrowepokolenie.ptd.org.pl.

O czym należy pamiętać planując podróż?

ZDROWIE | Podróże w tropikalne części świata lub do krajów rozwijających się związane są z narażeniem na egzotyczne drobnoustroje. Największe zagrożenia dla turystów stanowią m. in.: zakażenia meningokokowe, wirusowe zapalenie wątroby typu A i typu B, czyli tzw. żółtaczka pokarmowa i wszczepleniowa oraz malaria.

Aby uniknąć przykrych niespodzianek przed wyjazdem warto skorzystać z konsultacji u lekarza medycyny podróży, który pomoże dobrać odpowiednią profilaktykę i podpowie, jak skompletować podróżną apteczkę. Do takiej wizyty warto się przygotować i ustalić jej termin 6-8 tygodni przed planowanym wyjazdem.

Meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych to choroba ośrodkowego układu nerwowego wywołana

przez groźne bakterie – meningokoki. *Neisseria meningitidis* to grupa bakterii, które mogą wywoływać meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych oraz posocznice (sepsę) poważnie zagrażające życiu.

Przebieg choroby jest nieprzewidywalny i trudno jest ją rozpoznać we wczesnym stadium (objawy często są mylone z grypą). Dlatego tak ważna jest szybka diagnoza i podjęcie odpowiedniego leczenia.

Każdego roku ponad milion osób na całym świecie zapada na zapalenie opon mózgowych wywołanych przez bakterie, w tym meningokoki. Największe zagrożenie występuje w krajach położonych w tzw. *meningitis belt* – tj. od Senegalu do Etiopii – w czasie pory suchej (od listopada do czerwca).

Zwiększone ryzyko zachorowania może występować w przypadku przebywania w du-

żych skupiskach ludzi (z tego względu np. pielgrzymujący do Mekki w Arabii Saudyjskiej objęci są obowiązkowym szczepieniem ochronnym).

WZW A jest chorobą występującą praktycznie na całym świecie. Do zakażenia może dojść poprzez bezpośredni kontakt z chorym lub przez spożycie skażonej wirusem żywności lub wody.

Stuprocentowej gwarancji ochrony nie daje nawet zakwaterowanie w ekskluzywnym hotelu i zachowanie podstawowych zasad higieny, ponieważ do zakażenia wystarczy umycie rąk w zainfekowanej wodzie lub spożycie jej w postaci lodu w drinku. Optymalną formą profilaktyki WZW A są szczepienia ochronne.

WZW B to jedna z najgroźniejszych chorób zakaźnych na świecie. Zakażenie następu-

je przez krew i płyny ustrojowe m.in. podczas kontaktów seksualnych lub w wyniku zabiegów medycznych wykonanych nieprawidłowo wysterylizowanym sprzętem.

Wirus wywołujący WZW B jest 100 razy bardziej zakaźny niż wirus HIV.

Malaria (zimnica) – to choroba przenoszona jest przez komary. Każde ukłucie niesie za sobą poważne ryzyko zachorowania. Po ukąszeniu owada pasożyty wędrują z krwią do wątroby i rozprzestrzeniają się po całym organizmie.

Malaria to najpowszechniejsza choroba rejonów tropikalnych, która każdego roku zabija około miliona osób na całym świecie. Według szacunków Światowej Organizacji Zdrowia, każdego dnia na malarię umiera blisko 3 tys. dzieci.

REKLAMA EG/RED/04

SUPERSTAL
Producent garaży blaszanych oraz bram garażowych

TYPY I NA ZAMÓWIENIE

TANIO I SZYBKO

RATY

52/520-44-97 oraz 667-561-233

www.blaszaczki.pl

REKLAMA ED/RED/04

...ciepło!
...jakość!
...ekologia!

FAKO

KOTŁY WODNE I PAROWE

FABRYKA KOTŁÓW „FAKO” S.A.
ul. Stoczniewców 8,
84-230 Rumia,
tel. 58 671 70 80
fax 58 671 69 40

www.fako.pl

REKLAMA ED/RED/04

SOKÓŁ
Kancelaria Windykacyjna

KANCELARIA PRAWNO-WINDYKACYJNA SOKÓŁ
Joanna i Krzysztof Sokołowscy

WINDYKACJA POLUBOWNA I SĄDOWA
W OBRODZIE GOSPODARCZYM

DZIAŁ CYWILNO-PRAWNY I
OBŚŁUGI SPRAW KARNYCH

OCHRONA MIENIA I OSÓB
WYWIADOWNIA GOSPODARCZA

POŚREDNICTWO HANDLOWE
NA RYNKACH WSCHODNICH

tel. 604 313 502
www.kancelaria-windykacyjna.webd.pl

tel./fax 58 778 00 26

Trójmiejskie uczelnie

ranking „Polityki”

NAUKA | Oceniano jakość uprawianej na uczelniach wyższych nauki. Uniwersytet Gdański zajął 4 miejsce wśród 19 uniwersytetów i 6 miejsce wśród 86 akademickich szkół wyższych w Polsce. To najwyższe miejsce w regionie pomorskim.

W podziale na specjalizacje Uniwersytet Gdański zajął 4 miejsce wśród 19 polskich uniwersytetów klasycznych (według tzw. indeksu Hirscha). Pierwsza trójka to uniwersytety Warszawski, Jagielloński i Wrocławski.

W rankingu zbiorczym zostało ocenionych 86 uczelni akademickich w Polsce (posiadających co najmniej dwa uprawnienia nadawania stopnia naukowego doktora). W zestawieniu wszystkich uczelni Uniwersytet Gdański zajął 6 miejsce za Uniwersytetem Warszawskim, Uniwersytetem Jagiellońskim, Politechniką Warszawską, Uniwersytetem Wrocławskim i Warszawskim Uniwersytetem Medycznym.

Naukowy ranking „Polityki” został zbudowany na podstawie mierzalnych parametrów, używanych przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego oraz przez Narodowe Centrum Nauki i Rozwoju. Brane były zatem pod uwagę m.in. zarówno wielkość uczelni, liczba zatrudnionych naukowców, czas istnienia uczelni i liczba publikacji w uznanych czasopiśmie. Opracowanie „Polityki” jest efektem pracy zespołu naukowców z Uniwersytetu Zielonogórskiego i stanowi pierwszy kompletny ranking naukowy uczelni akademickich w Polsce.

Kadra naukowa Uniwersytetu Gdańskiego prowadzi badania naukowe na światowym poziomie. W efekcie rozwijania więzi między działalnością naukową a praktyką gospodarczą na Uniwersytecie Gdańskim powstaje duża liczba ekspertów i opinii, mających formę opracowań chronionych ustawą o prawach autorskich. Dzięki działaniom kadry naukowej UG uczelnia staje się inkubatorem przedsiębiorczości w takich dziedzinach, jak biotechnologia, biologia czy chemia. W rankingu po PG dopiero na 60. miejscu pojawia się Akademia Morska w Gdyni, na 65. Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku, a na 73. Akademia Marynarki Wojennej w Gdyni. **POR**

Spełnienie marzeń pokoleń chemików

Uroczystość otwarcia nowego gmachu Wydziału Chemii UG rozpoczęła się od odsłonięcia umieszczonej przed wejściem do budynku tablicy, poświęconej ojcom założycielom Wydziału Chemii Uniwersytetu Gdańskiego, Profesorom: Tadeuszowi Jasińskiemu, Gotfrydowi Kupryszewskiemu, Edmundowi Kwiatkowskiemu, Bogdanowi Liberkiowi, Januszowi Sokołowskiemu, Jerzemu Szychlińskiemu. Obecna na uroczystości Minister Nauki i Szkolnictwa Wyższego prof. Barbara Kudrycka pogratulowała społeczności akademickiej Uniwersytetu Gdańskiego, zwłaszcza Wydziałowi Chemii UG tak wspaniałego, nowoczesnego budynku, który stwarza nowe szanse na rozwój dydaktyczno-naukowy. – Dzięki takim inwestycjom i całemu nowoczesnemu kampusowi, Uniwersytet Gdański staje się konkurencyjny wobec uczelni wyższych w Europie i świecie – podsumowała minister Kudrycka.

Kompleks obiektów wchodzących w skład nowej siedziby Wydziału Chemii, to zintegrowany zespół budynków o przeznaczeniu dydaktycznym, naukowo-badawczym oraz warsztatowo-magazynowym. Cał-



kowita powierzchnia nowej siedziby wynosi 28 572 m², na którą składają się nowoczesne laboratoria naukowo-badawcze oraz dydaktyczne, sale seminaryjno-wykładowe oraz zespoły audytoriów. Nowoczesna infrastruktura zespołu audytoryjnego pozwala na organizację wieloseesyjnych konferencji. W niedalekiej przyszłości uruchomiona zostanie

hala technologiczna, w której można będzie prowadzić badania naukowe oraz zajęcia dydaktyczne z zakresu inżynierii chemicznej i środowiskowej. Istotnym elementem inwestycji jest przestrzeń dla ogólnuczelnianych pracowni pomiarów fizykochemicznych, możliwych dzięki zgromadzeniu nowoczesnej aparatury badawczej.

Koszt budowy nowej siedziby Wydziału Chemii wraz z wyposażeniem wyniósł około 136 mln zł, a koszt Wydziału Biologii – ponad 98 mln zł. Jest to jedna z największych inwestycji w Polsce w zakresie szkolnictwa wyższego.

KOMENTUJ na stronie **pomorski.info**

Piknik Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego

Bezpłatne badanie poziomu cukru i cholesterolu we krwi, nauka samobadania piersi, porady jak rzucić palenie, nauka zasad udzielania pierwszej pomocy, przeglądy stomatologiczne, badanie EKG, USG tarczycy, konkursy rysunkowe dla dzieci to tylko niektóre z atrakcji przygotowanych przez Gdański Uniwersytet Medyczny na tegoroczny Piknik na Zdrowie.

Impreza odbędzie się 8 czerwca w godz. 11-16 w Zielonym Parku, położonym przy al. Zwycięstwa. Nie zabraknie też cieszących się co roku dużym powodzeniem pokazów ratownictwa medycznego, aerobiku oraz wspólnego ćwiczenia jogi. W tym roku po-



raz pierwszy chętni będą mogli zatańczyć zumbę oraz pobiec w wyścigu charytatywnym. Gościem Pikniku będzie Pomorskie Centrum Słuchu i Mowy Medincus, którego przedstawiciele będą wykonywać przesiewowe badania słuchu oraz udzielać porad logopedycznych i psychologicznych. Podczas „Pikniku na Zdrowie” mieszkańcy Gdańska w wieku 18 – 60 lat, którzy dotychczas nie byli leczeni w kierunku wirusowego zapalenia wątroby typu C, będą mogli skorzystać z bezpłatnych badań anty – HCV. Akcja realizowana jest w ramach kampanii „Cichy Zabójca WZW C. Działaj w ukryciu. Twoja niewiedza utrzymuje go przy życiu”. **red.**

SOPOCKIE SZKOŁY MEDYCZNE
www.sopockie.edu.pl

Dobry zawód zaczyna się od dobrego wykształcenia

Sopockie Szkoły Medyczne

Kierunki kształcenia:
Asystentka stomatologiczna – 1 rok
Higienistka stomatologiczna – 2 lata
Opiekun medyczny – 1 rok
Technik sterylizacji medycznej – 1 rok – NOWOŚĆ!

© Własny, doskonale wyposażony gabinet ćwiczeniowy
 © Uprawnienia szkoły publicznej
 - słuchacze nie płacą za materiały w pracowni

ZAPRASZAMY NA: **facebook**

Sopot, ul. Kolberga 15; tel. 58 342 24 80, sekretariat@sopockie.edu.pl

Dzieci urodzone w domu

SPOTKANIE | W Chwaszczynie odbyło się I Pomorskie Spotkanie Dzieci Urodzonych w Domu. W spotkaniu uczestniczyli trójmiejscy położnicy z wieloletnim doświadczeniem w przyjmowaniu porodów domowych oraz 20 rodzin, co łącznie z dziećmi stanowiło ponad 70 osób.

Porody domowe są legalną i możliwą drogą narodzin dziecka. Są to porody bezpieczne ale nie wszyscy mogą się na taki poród zdecydować. Kwalifikując kobietę do porodu położna lub lekarz biorą pod uwagę czynniki zdrowotne, psychospołeczne, przebieg ciąży, a nade wszystko emocjonalne przygotowanie do narodzin dziecka i poczucie bezpieczeństwa wszystkich uczestników porodu. Od ponad 2 lat, z chwilą uchwalenia Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 7 kwietnia 2011 roku o tzw. standardzie okołoporodowym porody domowe powinny być refundowane, jednakże do dziś brakuje przepisów wykonawczych. W wielu krajach Europy porody domowe są finansowane przez państwo, a w Holandii około 40 proc. wszystkich porodów odbywa się w domu. W Polsce zdecydowanie wieloletniość przeważa wśród rodzin, które decydują się rodzić w domu. Rodziny te zwykle też



Wśród gości znaleźli się: dyplomowana położna Elżbieta Capieryńska oraz lekarze ginekolodzy Zbigniew Jankowski i Roman Jankowski

wybierają pro ekologiczne rodzicielstwo, o czym była mowa podczas spotkania, jak również o edukacji domowej, noszeniu dzieci w chustach czy naturalnej higienie niemowląt. W spotkaniu w Chwaszczynie uczestniczyli trójmiejscy położnicy z wieloletnim doświadczeniem w przyjmowaniu porodów domowych. Wśród gości znaleźli się: dyplomowana położna Elżbieta Capieryńska oraz lekarze ginekolodzy Zbigniew Jankowski i Roman Jankowski. Swoją obecnością zaszczyliła rodziny również znana i bardzo ceniona w Trójmieście położna - doradca laktacyjny Bogumiła Kielbratowska. Organizatorzy mają świadomość, że nie udało się dotrzeć z informacją o spotkaniu do wszystkich rodzin, które w województwie pomorskim rodziły w domu. Przybyłe rodziny, to przede wszystkim te, których dzieci przychodziły na świat w ostatnich kilkunastu latach. Jest jednak nadzieja, że za rok zorganizowana druga edycja spotkania powiększy grono rodzin i będzie jeszcze większa. D.Dunajska

Wyróżnione kliniki z Trójmiasta

STOMATOLOGIA | Trójmiasto może pochwalić się aż dwoma gabinetami nominowanymi w plebiscycie Top Design - gabinety stomatologiczne, który nagradza najlepiej zaprojektowane, bezstresowe lokale dentystyczne. To bardzo dobry wynik biorąc pod uwagę fakt, że w konkursie bierze udział jedenaście wyselekcjonowanych gabinetów spośród ponad 22 tys. z całej Polski. Nagrodę przyznaje co roku m.in. prestiżowy magazyn Dobre Wnętrze oraz architekci i projektanci wnętrz. Zwycięzcy zostaną ogłoszeni we wrześniu.



Jak wykazały badania, Polacy bardziej niż inni Europejczycy, boją się chodzić do dentystry. Najbardziej obawiamy się

bólu oraz specjalistycznych narzędzi, którymi posługują się dentyści. To prowadzi do sytuacji, w której u dentysty

zjawiamy się już, gdy ból jest nie do zniesienia. Wychodzący naprzeciw dentofobii, coraz więcej stomatologów w Polsce

chce sprawić, aby ich gabinety były przyjazne pacjentowi i obniżały jego stres oraz strach przed dentystrą. Pomoc w tym ma nowoczesna technologia oraz odpowiednie wnętrza. Takim stomatologiem jest dr n. med. Jacek Wyszkowski z gabinetu z Gdyni, nominowanego w tegorocznym plebiscycie. Drugim nominowanym gabinetem z Trójmiasta jest Centrum Stomatologiczne Euro Dent z Gdańska. Odpowiednio dobrana kolorystyka wnętrz, wygodna i przestronna poczekalnia oraz regulowana temperatura w pomieszczeniach - to wszystko ma wpływ na poziom stresu pacjentów. Kliniki od lat starają się, aby wnętrza, personel, a przede wszystkim leczenie były dla pacjenta bezstresowe. D.Dunajska

Zmiany w NFZ

TRÓJMIASTO | 4 czerwca odbyło się posiedzenie nowo wybranej Rady Pomorskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ. Przewodniczącym wybrano wicewojewodę pomorskiego Michała Owczarczaka. Do zadań rady należy m.in. opinowanie projektu planu finansowego oddziału wojewódzkiego NFZ, a także uchwalanie planu jego pracy. Rada opiniuje również sprawozdania z wykonania planu finansowego oddziału wojewódzkiego za dany rok. Monitoruje prawidłowość postępowania w

sprawie zawarcia umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej oraz realizację tych umów. Do zadań rady należy ponadto kontrolowanie bieżącej działalności oddziału wojewódzkiego Funduszu oraz dokonywanie okresowych analiz skarg i wniosków wnoszonych przez ubezpieczonych, z wyłączeniem spraw podlegających nadzorowi medycznemu. Kadencja rady oddziału wojewódzkiego funduszu trwa cztery lata, licząc od dnia pierwszego posiedzenia. (DD)

ASTMA

ZAPROSZENIE

DLA DOROSŁYCH PACJENTÓW Z ASTMĄ
W RAMACH AKCJI ASTMA POD KONTROLĄ

Jeżeli leczysz się z powodu astmy, zapisz się na:

- BEZPŁATNĄ spirometrię
- BEZPŁATNĄ konsultację lekarską

KRÓTKIE TERMINY ■ BEZ SKIEROWANIA ■ BEZ KOLEJKI

ul. Władysława IV 59, Gdynia
tel. 58 712 80 00

www.ZaostrzenieAstmy.pl

Kłopoty Bałtyku Gdynia

PIŁKA NOŻNA | Z klubem pożegnał się już wcześniej dyrektor sportowy Jacek Grembocki. Teraz na wylotie znaleźli się piłkarze i trener Szymona Hartman.



Szymon Hartman (po prawej) nie poprowadzi już Bałtyku Gdynia, ale nadal będzie pracował w klubie

nych rezultatów – informują na oficjalnej stronie internetowej klubu włodarze Bałtyku.

Zespół pod wodzą Hartmana uzbierał 38 punktów w 27 meczach i aktualnie zajmuje 7 miejsce w tabeli. Od początku sezonu nie mógł jednak przebić się do ścisłej czołówki. Nie pierwszy już sezon okazało się, że gdynianie sporo punktów tracą na własnym boisku. Myśląc o awansie nie można u siebie przegrać czterech meczów a kolejnych czterech zremisować. Jedynym usprawiedliwieniem może być plaga kontuzji, która przez długi czas przesłaadowała drużynę. To na pewno nie ułatwiało pracy Hartmanowi.

W ostatnich trzech meczach drużynę z ławki rezerwowych prowadził będzie Marcin Martyniuk.

O obsadzeniu pozycji pierwszego trenera więcej informacji będzie można uzyskać w czwartek – informuje klub.

Sezon zakończył się już także dla Michała Danilczyka. W poniedziałek zarząd klubu postanowił rozwiązać kontrakt z piłkarzem.

Powodem jest naruszenie wewnętrznego regulaminu i zwolnienie musiało być natychmiastowe – podaje strona internetowa klubu.

Oslabiony Bałtyk ma jeszcze

do rozegrania trzy mecze ligowe. Już w najbliższy piątek w Gdyni o godzinie 19.00 biało-niebiescy podejmą Błękitnych Stargard Szczeciński, a więc zespół, który pewnym krokiem zmierza do II Ligi. Lider aktualnie ma 11 punktów przewagi nad Kotwicą Kołobrzę, choć rywale mają jedno spotkanie rozegrane mniej.

Do końca sezonu przed Bał-

tykiem jeszcze starcie z Gryfem Słupsk, który już przeżywał się z III Ligą a także prestiżowy mecz z Arką II Gdynia. Dla kibiców na pewno ważny będzie wynik tego spotkania, który może chociaż trochę osłodzić przegrany sezon.

KOMENTUJ na stronie pomorski.info

RAPORT LIGOWY:

Mecze do rozegrania:

7.06 – g.19.00 Bałtyk Gdynia – Błękitni Stargard Szczeciński

15.06 – g.19.00 Bałtyk Gdynia – Arka II Gdynia

22.06 – g.17.00 Gryf Słupsk – Bałtyk Gdynia

Ostatni mecz:

Cartusia Kartuzy – Bałtyk Gdynia 1:0 (0:0)

Bramka: Piceluk (78')

Cartusia 1923 : Tułowicki- Andrychowski, Karasiński, Gładczuk, Wiech- Kowalkowski (63' Dawidowski), Puczyński, Domjan, Sidor (58' Nurek Dominik), Formela (58' Piceluk)- Hejden (70' Rymarczyk);

Bałtyk Gdynia : Yehia- Adamus (80' Szostek), Wasielewski, Kokosiński, Pionk (56' Piekrański)- Wojciechowski, Klawikowski, Prusaczyk, Drzymała- Kudyba, Danilczyk (50 Preizner);

Tabela III Ligi:

1. Błękitni Stargard Sz.	27	57	17	6	4	51-24
2. Lechia II Gdańsk	27	46	13	7	7	40-21
3. Kotwica Kołobrzeg	26	46	13	7	6	29-24
4. Drawa Drawsko Pom	27	43	13	4	10	39-37
5. Gwardia Koszalin	27	39	11	6	10	49-33
6. Cartusia Kartuzy	27	38	10	8	9	23-27
7. Bałtyk Gdynia	27	38	10	8	9	29-27
8. Arka II Gdynia	27	37	11	4	12	34-40
9. Pogoń Barlinek	27	37	10	7	10	34-34
10. Pogoń II Szczecin	27	36	10	6	11	41-44
11. Korona Dębica	26	33	8	9	9	24-28
12. Energetyk Gryfino	27	32	8	8	11	29-37
13. Chemik Police	26	31	8	7	11	33-30
14. Polonia Gdańsk	26	30	8	6	13	41-42
15. Dąb Dębno	26	30	8	6	12	34-42
16. Gryf Słupsk	27	17	4	5	18	21-61

Łukasz Krzemiński
l.krzeminski@expressy.pl

Przed sezonem w klubie z Gdyni zapowiadano, że biało-niebiescy będą walczyć o powrót na szczybel centralny rozgrywek w Polsce. Rzeczywistość okazała się brutalna. Bałtyk od początku sezonu nie prezentował się tak jakby tego oczekiwali kibice i dzia-

łaże. Przychodzi więc czas na pierwsze rozliczenia.

Na początek już pod koniec maja odszedł dyrektor sportowy. Jacek Grembocki pożegnał się z tym stanowiskiem i jak czytamy w oświadczeniu klubu narazie nie jest planowane obsadzenie wakat. Po przegranej z Cartusią Kartuzy klubie prawdopodobnie pozostanie trener Szymon

Hartman, ale nie będzie już pełnił funkcji pierwszego trenera. Szkoleniowiec podał się do dymisji.

– Trener uzasadnia swoją decyzję brakiem wyników sportowych i ma nadzieję że drużyna widząc sytuację zagra w ostatnich meczach dla siebie i dla kibiców. W kończącej sezon potężna jest zmiana podejścia zespołu w celu uzyskania zadowalają-

Piłkarki Checzy w I Lidze



Fot.L. Krzemiński

PIŁKA NOŻNA | Po siedmiu sezonach w II lidze Checz Gdynia wreszcie wywalczyła upragniony awans o szczybel wyżej! Stało się tak, dlatego, że drużyna GSS Grodzisk Wlkp. oddała mecz walkowerem i tym samym już teraz podopieczni Mateusza Bieszke mogą rozpocząć świętowanie

– Nie w taki sposób wyobrażaliśmy sobie awans piłkarek do I Ligi. Liczyliśmy na mecz, w którym pokażemy klasę i dopiero po zwycięstwie na boisku będziemy mogli rozpocząć świętowanie. Cieszymy się jedna, tym co jest. Dziękuję dziewczynom za sezon, za walkę, i za to, że dzięki

ich pasji, zaangażowaniu i ciężkiej pracy, wywalczyliśmy mistrzostwo II Ligi – powiedział trener Mateusz Bieszke.

Drużyna GSS Grodzisk Wlkp. w sobotę poinformowała, że ze względów kadrowych nie dotrze na niedzielne spotkanie do Gdyni. Tym samym piłkarki Checzy otrzymały punkty walkowerem i awansowały do I Ligi. – Niedzielne plany nie uległy jednak zmianie. W niedzielę na godz. 15:00 na boisku przy ul. Zamenhafa 17, przybyli kibice aby wspólnie świętować awans do I Ligi – mówią przedstawiciele klubu.

Ł. Krzemiński

Wyniki 17 kolejki spotkań:

Victoria Sianów - GOSRIT Luzino 6:3 (2:0)
Tucholanka Tuchola - Błękitni Stargard Szczeciński 2:5 (0:0)
Checz Gdynia - GSS Grodzisk Wlkp. 3:0 vol.

Tabela I Ligi:

1. Checz Gdynia	15	39	13	0	2	71-22
2. Victoria Sianów	16	37	12	1	3	82-23
3. KKP II Bydgoszcz	15	36	12	0	3	64-14
4. Juvenia Stargard Sz.	15	32	10	2	3	60-31
5. Tucholanka Tuchola	15	18	6	0	9	32-60
6. GOSRIT Luzino	16	15	5	0	11	28-83
7. GSS Grodzisk W.	14	13	4	1	9	29-68
8. Lechia Zielona Góra	16	9	3	0	13	18-46
Pogoń II Szczecin	16	3	1	0	15	9-52

JR Pogórze nie do zatrzymania

PIŁKA NOŻNA | Kolejna drużyna nie była w stanie zatrzymać rozpędzonej drużyny JR Pogórze. Lider tabeli tym razem w meczu pokonał zespół Ejsmond Club 5:4.

Do wtorkowego meczu obie drużyny przystępowały z zupełnie innego pułapu. JR Pogórze w dziewięciu meczach tylko raz zremisowało (w derbach z KKS), a wszystkie inne mecze zakończyły się na korzyść ekipy z Pogorza. Natomiast Ejsmond notował passę trzech przegranych z rzędu i dla zespołu była to okazja do przełamania.

Spotkanie zaczęło się kapitalnie dla Ejsmond Club. Już pierwsza akcja przyniosła bramkę. Piłkę w pole karne głową zgrał Krzysztof Wesołowski a Dariusz Hebel sprytnym strzałem zewnętrzną częścią stopy pokonał bramkarza. Odpowiedź JR była jednak bardzo szybka. Łukasz Dąbrowski zbiegł z piłką z lewego skrzydła do środka boiska i płaskim strzałem po ziemi pokonał Kędę.

Wydawało się, że szybko będą istnia kanonadę. Tymczasem przez długi czas piłka nie mogła znaleźć drogi do bramki. Obie drużyny stwarzały sobie sytuacje podbramkowe, ale brakowało precyzji, albo na posterunku byli bramkarze.

Prowadzący grę w pierwszej połowie Ejsmond Club zdołał jednak objąć prowadzenie jeszcze przed gwizdkiem kończącym pierwsze 25 minut gry. Grzegorz Niciński płaskim strzałem



Fot.L. Krzemiński

lewą nogą pokonał bramkarza JR i to Ejsmond schodził na przerwę w lepszych humorach. Mobilizacja w obozie lidera poskutkowała zaraz po zmianie stron.

W 30 minucie Paweł Mazurek doprowadził do wyrównania, choć piłka dość szczęśliwie minęła interweniującego Kędę. Chwilę później żółto-czarni wyszli na prowadzenie. Łukasz Godlewski włączył się do ofensywnej akcji swojego zespołu. Minał zwodem zawodnika Ejsmond i strzałem z 15 metrów wyprowadził JR na prowadzenie.

Ejsmond jednak się nie poddał. Po zamieszczeniu gola karnym Hebel strzałem głową doprowadził do wyrównania. Wynik 3:3 nie utrzymał się jednak długo. Już chwilę później JR ponownie przewodził. Piłkę próbował ratować przed autem Wesołowski, ale zagrał tak nieszczęśliwie, że futbolówka trafiła wprost pod nogi

Jacka Pieprzyka, który pięknym strzałem pokonał Kędę. To w ogóle nie był dobry okres dla Ejsmond Club, bo po kilku minutach stracił kolejnego gola. Tym razem w polu karnym znalazł się Bartosz Zieliński i JR prowadził już 5:3.

W końcówce ekipa z Pogorza maćdrze się broniła, ale miała też trochę szczęścia. W poprzek trafił Wesołowski, dobrych okazji nie wykorzystał Niciński i Hebel. Na 5 minut przed końcem meczu na 4:5 trafił Maciej Faltyński po podaniu Macieja, ale na więcej tego wieczoru Ejsmond już nie było stać. Co prawda w ostatniej akcji meczu piłka po uderzeniu z autu przez Faltyńskiego wpadła do bramki, ale nikt futbolówki nie dotknął i sędzia gola nie mógł uznać.

Ł. Krzemiński

KOMENTUJ na stronie pomorski.info

Wyniki 4-5 czerwca
EJSMOND CLUB - JR POGÓRZE 4-5
EJSMOND - Dariusz Maciej-1, Grzegorz Niciński-1, Dariusz Hebel-2
JR - Bartosz Pieprzyk-1, Jacek Pieprzyk-1, Łukasz Godlewski-1, Paweł Mazurek-1
BUĐOKOR - ROCK SHOX 3-3
BUĐOKOR - Paweł Małeck-1, Bartłomiej Behmke-1, Arek Borawski-1
ROCK - Paweł Suszek-1, Arkadiusz Goluński-1, Sławomir Melka-1

MOJA MONA VIE - SPARTAKUS 3-6
MOJA - Mariusz Gwardys-1, Maciek Maciejewski-1, Wacek Kotowski-1
SPARTAKUS - Stanisław Strękowski-1, Jan Strękowski-1, Andrzej Grochocki-3, Dawid Nowak-1

BATORY - ŁUKTEL 2-4
BATORY - Adam Rogala-1, Rafał Morawski-1
ŁUKTEL - Michał Janiak-2, Michał Fierka-1, Wojtek Malinowski-1

KKS POGÓRZE - FC ORŁOWO 5-4
KKS - Tomasz Kędzior-1, Grzegorz Zielonka-1, Marek Kwaśnik-3
FC ORŁOWO - Maciej Leśniczak-1, Maciej Rutkowski-1, Karol Nikiel-1, Krystian Pobłocki-1

WS. STUMET - NORTHPOL WEJHEROWO 2-15
WS STUMET - Sebastian Skarłak-1, Patryk Wychowski-1
NORTHPOL - Rafał Szlas-6, Łukasz Król-5, Patryk Szlas-2, Damian Partyka-2

AB POLSZY - ROCK SHOX 8-1
AB - Marek Grzesiuk-3, Wojciech Sangowski-1, Maciej Bagiński-2, Andrzej Boczek-2
ROCK - Arkadiusz Goluński-1

THE DOCKERS - Adam DZIUBA 7-1
THE DOCKERS - Adam Dziuba-1, Łukasz Rentfles-1, Mariusz Kiliński-1, Michał Surowiec-4
FC OBLUŻE - Jakub Marczyński-1

BABILON UNITED - TURBINKI 6-10
BABILON - Damian Bojar-1, Kamil Wilkopec-1, Paweł Stepień-1, Mateusz Denkwicz-1, Wojtek Wisłowski-1, Radosław Rosa-1
TURBINKI - Michał Stoiński-1, Kamil Protosawidzki-2, Arkadiusz Łajewski-1, Adam Czaus-1, Łukasz Jarmolowicz-2, Bartosz Łajewski-2, Marcin Ołkowski-1

SWAG HYDROBOX - MANAMANA 4-3
SWAG - Dominik Czarniecki-1, Michał Bercal-1, Paweł Wenta-2
MANAMANA - Łukasz Bochorodzicz-1, Adam Głaniński-1, Marcin Kozub-1

Pierwsze rozliczenia w Arce. Sikora zostaje

ANALIZA | Nawet 10 piłkarzy może pożegnać się z Arką Gdynia w przerwie letniej. Wiadomo już także, że żółto-niebieskich nadal prowadził będzie Paweł Sikora.

Łukasz Krzemiński
l.krzeminski@expressy.pl

To efekt bardzo dobrej w wykonaniu Arki rundy wiosennej. Praca Pawła Sikory została doceniona i szkoleniowiec otrzymał kredyt zaufania na kolejny sezon. Pod wodzą Sikory żółto-niebiescy w rundzie rewanżowej spisywali się co najmniej przyzwoicie. Szczególnie końcówka sezonu była bardzo dobra. Gdynianie grali skutecznie, ogrywali kolejnych przeciwników i gdyby nie to, że jesienią potracili głupio punkty to mogliby nawet walczyć o awans do Ekstraklasy.

Sikora pozostając w Gdyni wie, że stoi przed nim zadanie zbudowania zespołu na miarę walki o Ekstraklasę. Takie są na pewno apetyty kibiców, którzy mają już dość gry na zapleczu elity. Na początek sztab szkoleniowy postanowił pożegnać się z niektórymi piłkarzami.

Na pierwszy ogień poszła piątka – trzech doświadczonych i dwóch młodych zawodników. W Arce nie zobaczymy już Macieja Szlaga. Bramkarz, który wydawał się pewniakiem w składzie w drugiej części sezonu przegrał rywalizację z młodymi



Piotr Kukis opuszcza Arkę. Oprócz niego kontraktów nie przedłużyło jeszcze czterech innych zawodników

golkeeperami Jakubem Miszczukiem i Michałem Szromnikiem. Szlaga nie powinien mieć jednak problemów ze znalezieniem nowego pracodawcy, gdyż przez cały pobyt w Gdyni zebrał pochlebne recenzje i kilka razy pokazał, że dysponuje niezłymi umiejętnościami.

W żółto-niebieskiej koszulce

nie zobaczymy już Piotra Kuklisa i Rafała Grzelaka. Szkoła szczególnie tego pierwszego. Kuklis potrafił zrobić różnicę. Umie zdobyć bramkę a także dograć piłkę do partnera. Nawet wchodząc z ławki rezerwowych mógłby być przydatny zespołowi.

Z Arką żegnają się także Łu-

kasza Zwoliński, który nie mógł przebić się do składu a także nękany od dłuższego czasu przez kontuzje Krystian Żołnierewicz. To jednak zapewne nie są ostatnie osoby, które latem mogą opuścić Olimpijską. Po udanym sezonie w ofertach, także tych z Ekstraklasy, będzie mógł przebierać Marcus da Silva. Zdobyte bramki i dobra gra to znakomita karta przetargowa dla Brazylijczyka, a Arce może być trudno sprostać oczekiwaniom piłkarza.

Pewne jest także odejście jednego ze stoperów, gdyż ich ilość w kadrze jest zbyt duża. Najprawdopodobniej nowego klubu będzie musiał sobie szukać Peres. Nie wiadomo również co z Januszem Surdykowskim. Napastnik wprawdzie przebudził się w ostatnich meczach, ale to może być zbyt mało, aby przekonać do siebie sztab szkoleniowy.

- Rozmowy z kolejnymi zawodnikami będą kontynuowane. Część z nich przebywa na zgrupowaniu U-20 (Michał Szromnik, Mateusz Szwoch, Michał Rzuchowski). Kilku nie będzie miało także w tym tygodniu jeszcze urlopow, gdyż mogą być brani pod uwagę do gry w drużynie rezerw. Są to: Marcin Dettlaff, Paweł Brzuzy, Piotr Pietkiewicz i Maciej Szlaga – informują w klubie.

W czwartek spotkanie z kibicami!

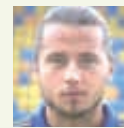
W czwartek 6 czerwca o godz. 18.00 w restauracji „Olimpijska 5 Sports Bar& Restaurant” odbędzie się otwarte spotkanie z kibicami podsumowujące rundę wiosenną.

Obecni będą Prezes Wojciech Pertkiewicz, wiceprezes ds. sportowych Michał Globisz, trener Paweł Sikora.

Oni pożegnali się już z Arką:



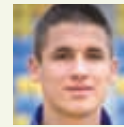
Maciej Szlaga - rozegrał w Arce 34 pełne mecze. Debiutował 21 września 2011, ostatni mecz rozegrał z Bogdaną w Łęcznej 23 marca 2013. Wielokrotnie przeżywał w Arce swoje dobre dni, tak jak przy awansie w Pucharze Polski w ub. sezonie. Dojście po 30 latach do półfinału Pucharu Polski to także jego duża zasługa.



Piotr Kuklis - rozegrał w Arce w 2 etapach 60 spotkań, z tego 32 w pełnym wymiarze. Zdobył 15 bramek. Zapisał się do historii będąc autorem gola nr 900 w 1 lidze. Zakończył meczem w Żąbkach grając do 68 minuty.



Rafał Grzelak - Zdołał jednak rozegrać 12 spotkań w tym tylko 3 w pełnym wymiarze. Debiutował z Wartą Poznań, a zakończył sezon występem w Katowicach.



Łukasz Zwoliński - nie udało mu się przekonać do siebie sztabu szkoleniowego, który dał mu szansę w 11 meczach. Lepiej wiodło mu się w rezerwach gdzie zdobył 4 bramki w 5 meczach.



Krystian Żołnierewicz - zawodnik w ostatnich sezonach „po przejściach” i zmagający się z kontuzjami. Promykiem nadziei były występy i złoty medal Mistrzostw Polski, a także powrót wiosną na boisko i gra w rezerwach. Niestety skończyło się na 3 meczach, w których zdobył 2 bramki. Potem niestety wróciły problemy z kolanem.

Dzień Dziecka z Arką



Fot. www.arka.gdynia.pl

ZABAWA | Jak co roku z tej okazji na maluchy czekały w Gdyni żółto-niebieskie atrakcje. Dzieci udające się na środowy mecz, obchodziły swój dzień już 29 maja, gdyż przed stadionem na dwie godziny przed rozpoczęciem meczu, czekała na nie moc atrakcji. Impreza swoją kontynuację miała w niedzielę na obiektach gdyńskiej Checy. Stowarzyszenie Kibiców

Gdyńskiej Arki zorganizowało gry i zabawy, w których do wygrania były żółto-niebieskie gadżety, a także poczęstunek dla wszystkich obecnych dzieci. Dopisała frekwencja, pogoda i humor. Także i tutaj pojawili się nasi zawodnicy. Tego dnia do dyspozycji najmłodszych kibiców byli: Marcin Dettlaff, Wallace Peres Benevente, Paweł Brzuzy i Piotr Pietkiewicz. (luK)

2001 wygrywa w Płocku

MŁODZIEŻ | Zwycięstwem rocznika 2001 Stowarzyszenia Inicjatywa Arka, zakończył się V Turniej Papięski im. Jana Pawła II, który odbył się 31 maja na obiektach sportowych klubu Wisła Płock. W finale młodzi „Arkowcy” pokonali Jagiellonię Białystok. Najlepszym zawodnikiem został wybrany Szymon Czyż.

WYNIKI GRUPOWE ARKI:

Lech Poznań 2002 1:0
Stomil Olsztyn 2:0
Pegaz Drobin 4:1
Varsovia Warszawa 3:0

FINAŁ

Arka Gdynia - Jagiellonia Białystok 2-1 (Talaśka, Antkowiak) (red.luK)



Fot. www.arka.gdynia.pl

Skład Arki: Antkowiak Kacper, Michniewicz Mateusz, Brodnicki Marcel, Bohm Oskar, Czyż Szymon, Gibaszek Igor, Janczak Miłosz, Jahn Rafał, Faltyński Krystian, Kowalski Marcin, Kokociński Mateusz, Krampa Olaf, Szejko Paweł, Talaśka Kamil, Wiśniewski Kacper
Trenerzy: Marek Leszczyński, Jacek Sachajko

SPONSOR GŁÓWNY

ZŁOTY PARTNER

SREBRNY PARTNER

BRAZOWY PARTNER

ŻÓŁTO-NIEBIESCY

PARTNER TECHNICZNY

PATRON MEDIALNY

Muszyńska z trzema medalami



Fot. materiały prasowe

SPORTY WALKI | Wyjazd do Warszawy na Mistrzostwa Polski w Wushu dobrze wspomnianą będzie Monika Muszyńska. Na 10 Grand International Wushu Festival zdobyła trzy medale.

Jest to największa w Polsce impreza sportowa związana z chińskimi sztukami. W ramach Festiwalu rozegrano Międzynarodowe Mistrzostwa Polski. Wzięła w nich udział Monika Muszyńska, która startowała w trzech konkurencjach form tradycyjnych zdobywając trzy medale (złoto - formy ręczne północne, złoto - formy z kijem oraz brąz - formy z mieczem).

Monika na co dzień trenuje w Shaolin Kung Fu

- Sekcja Chińskich Sztuk Walki, której trenerem i założycielem jest Krzysztof Brzozowski - brązowy medalista Mistrzostw Świata Wushu z 2010 roku. Od początku działalności Sekcji jej zawodnicy wracali z medalami i międzynarodowych. Startowali oni w konkurencjach tradycyjnych form wushu jak również w konkurencjach walk Qingda (niepełny kontakt) i Sanda (pełny kontakt). Ponadto fighter z powodzeniem brał udział w galach zawodowych K1 i MMA. (luK)

Informacje o zapisach:
Krzysztof Brzozowski
tel. 608 707 362
e-mail: sekcja2004@wp.pl
http://skf-sekcja.w.interia.pl

Uwaga!

Od września rusza grupa początkująca dla dzieci. Przyjętych zostanie tylko 10 osób. Shaolin Kung Fu - Sekcja Chińskich Sztuk Walki jako jedyna w Trójmieście należy do Polskiego Związku Wushu i posiada jego rekomendację.

Misiuk zostaje, Zientara odchodzi

KOSZYKÓWKA | Kolejne ruchy kadrowe w Centrum Wzgórze Gdynia. Z klubu odchodzi Magda Zientara, natomiast na gdyńskim pokładzie zostaje Małgorzata Misiuk.

Łukasz Krzemiński
l.krzeminski@expressy.pl

-Magda jest obiecującą zawodniczką młodego pokolenia. Przez trzy sezony wielokrotnie pomogła naszej drużynie odnosić zwycięstwa i liczyliśmy, że będzie z nami również w przyszłym sezonie. Jednak najważniejsze jest dla nas dobro zawodniczki. Zespół z Koszyc w przyszłym sezonie będzie naszczył wyższe cele niż nasz drużyna, dlatego też podjęliśmy decyzję o rozwiązaniu kontraktu i umożliwieniu dalszego rozwoju Magdzy i naszego klubu. Słowacka drużyna w niedawno zakończonym sezonie zdobyła tytuł mistrza kraju i zajęła czwarte miejsce w Eurolidze Kobiet. Po osiągnięciu korzystnych dla obu klubów warunków, władze BI SSA podjęły decyzję o transferze zawodniczki.

Od połowy maja gdyński klub negocjował przejście reprezentacyjnej rzucającej do zespołu Gdzianek Koszyc. Słowacka drużyna w niedawno zakończonym sezonie zdobyła tytuł mistrza kraju i zajęła czwarte miejsce w Eurolidze Kobiet. Po osiągnięciu korzystnych dla obu klubów warunków, władze BI SSA podjęły decyzję o transferze zawodniczki.

- Słowacki zespół jest bardzo dobrze znany gdyńskim kibicom. Nieraz spotykaliśmy się w ramach rozgrywek Euroligi, dlatego też nikt nie ma wątpliwości, że jest to znakomity zespół. Ostatnie ich sukcesy pokazały, że liczą się dla nich najwyższe cele i myślę, że Magda skorzysta na przejściu do Koszyc pod względem koszykarskim, a w przyszłości wielokrotnie o niej usłyszymy! Być może kiedyś wróci do nas i razem będziemy walczyć o najwyższe cele - dodaje.

Tej ostatniej możliwości nie wyklucza również sama zawodniczka: - Trzy lata w Gdyni były ważnym okresem w moim życiu prywatnym i zawodowym. Staram się nie palić za sobą mostów. Być może za kilka lat wrócę tu. W końcu Gdynia to zawsze będzie MOJE (drugie) MIASTO - mówi była już zawodniczka gdyńskiego klubu. - Chciałabym podziękować Prezesa, pracownikom Klubu oraz



Magda Zientara z numerem 7



Małgorzata Misiuk z numerem 25

Trenerom, z którymi miałam okazję współpracować - za danie mi szansy na polskich i europejskich parkietach. Jest to bardzo cenne doświadczenie w

przypadku młodych zawodniczek. Niemniej jednak chciałabym się dalej rozwijać i grać w zespole euroligowym, a zespół z Koszyc daje mi taką możli-

wość - dodaje. - Chciałabym również podziękować informację, że mój kontrakt z zespołem z Centrum Wzgórze Gdynia nie został rozwiązany z powodu braku płatności. Takie rzeczy nie miały miejsca, a podpisując nowy kontrakt kierowałam się tylko i wyłącznie możliwością dalszego rozwoju. Cieszę się także, że kluby się dogadały, bo bez tego mój transfer do Koszyc stałby pod znakiem zapytania.

- W związku z tym, że moja przygoda z Gdynią obecnie się kończy, chciałabym również podziękować kochani kibice, za te trzy lata, pełne emocji, a także wloty i upadki. Mimo, że nie zawsze było tak jak byście chcieli, to pokazaliście, że jesteście z drużyną nie tylko wtedy, gdy idzie. Obojętnie gdzie będę grać, będę o Was pamiętać, śmiało mogę powiedzieć, że jesteście moimi najlepszymi kibicami w Polsce - mówi Magda.

W Gdyni występować będzie natomiast nadal Małgorzata Misiuk.

22-letnia skrzydłowa, która reprezentuje barwy gdyńskiego klubu już od 3 sezonów pozostaje na kolejnym roku:

- Cieszę się, że zostaję w Gdyni. Do podjęcia takiej decyzji bardzo namawiał mnie trener, który widział mnie dalej w zespole. Czuję się tutaj jak w domu. Mam wsparcie ze strony przyjaciół oraz rodziny, która również namawiała mnie do pozostania w Gdyni - mówi Małgorzata Misiuk. Mam nadzieję, że zbliżający się sezon będzie lepszy w naszym wykonaniu. Ja osobiście wiem, że mogę grać lepiej i pomóc bardziej zespołowi. Dlatego też nie boję się wyzwania, jakim jest pozostanie w Gdyni, w tych na pewno cięższych czasach dla koszykowni - dodaje.

W poprzednim sezonie, Małgorzata Misiuk notowała średnio 9,7 pkt oraz miała 6,2 zbiórki średnio w każdym meczu.

Dodajmy, że obecnie ważne kontrakty z gdyńskim klubem mają Natalia Małaszewska, Marzena Marciniak, Kinga Bandyk, oraz Anna Jakubiuk.

KOMENTUJ na stronie
pomorski.info

Wzgórze Streetball Challenge Gdynia 2013 – trwają zapisy

KOSZYKÓWKA | Trwają zapisy do 17. edycji Turnieju Koszykówki ulicznej. Turniej odbędzie się w dniach 15-16 czerwca 2013 roku.

Podobnie jak w ubiegłym roku, rywalizacja toczyć się będzie na boiskach ustawionych na parking przy Centrum Handlowym „Wzgórze” przy ul. Górskiego 2 w Gdyni.

Można się zgłaszać do 6 kategorii wiekowych. Panie rywalizować będą w kategoriach do lat 14 oraz w kate-

gorii OPEN, zaś mężczyźni zmierzają się w kategoriach do lat 13, 15 i 17 oraz w kategorii OPEN.

Wolisz komputer? Zgłoś się do turnieju NBA PS3 2013! - turniej na konsolach PS3!

Sobota - 15 czerwca 2013 roku, Centrum Handlowym Wzgórze! - start g. 10:00

Zgłoszenia do streetballa oraz turnieju na konsolach dostępne na www.bigdynia.pl

Oprócz tego, w sobotę w Centrum Handlowym Wzgórze Mirek Trymbulak i Jola

Słoma zapraszają na wegetariański pokaz kulinarny Poza samym graniem - mnóstwo konkursów i niespodzianek.

- Gwarantujemy dużo zabawy oraz wspaniałe nagro-

dy! Zgłoszenia można wysłać mailowo na adres basketgdynia@gmail.com bądź faxem : 58 622 17 25 - informują organizatorzy. (luK)



KOSTBET
ZAKŁAD PRODUKCJI
KOSTKI BRUKOWEJ

KRAWĘŻNIKI I OBRZEŻA

PLYTY CHODNIKOWE

PLYTY AZUROWE

KOSTKI BRUKOWE

Twój pewny krok.

Miszewko 39 tel.: 58 684 85 43
80-297 Banino kom: 602 655 356

e-mail: kostbet@kostbet.com.pl