

W dzisiejszym numerze dodatek

ZDROWIE&URODA

ogłoszenia

str. 11

str. 14

express

Czwartek, 25 maja 2017 r.
Nr 9 (184) NAKŁAD 10 000 EGZ.

POWIATU KARTUSKIEGO



Rozpoczynają budowę trasy S6

str. 3

Jest decyzja o realizacji drogi S6! Na razie powstanie tylko jeden odcinek, ale – jak podkreślają samorządowcy i przedsiębiorcy z powiatu kartuskiego – to dobry początek.

Dariusz Drelich
Wojewoda Pomorski

REKLAMA 66/2016/RL



TARTAK Łaska

łaty, konstrukcje dachowe, krawędziaki, impregnacja, suszenie drewna, indywidualne zamówienia



ul. Kartuska 30
83-322 Stężycza
tel. 58 684 33 52
fax. 58 684 35 46
kom. 608 584 520

Seniorzy na balu

KIEŁPINO | DO PÓŹNYCH GODZIN NOCNYCH TRWAŁ BAL SENIORA, KTÓRY ODBYŁ SIĘ W KIEŁPINIE.

Na balu bawiło się w około 140 osób, w tym wiele par. Czas seniorom umilił występ zespołu Top Dance, złożony z dziewcząt z kielpińskiej Szkoły Podstawowej, jak również zespół wokalo-instrumentalny Szubi Dubi.

Imprezę dla seniorów z sołectwa Kiełpino, współorganizowaną m.in. przez gminę Kartuzy, poprowadził sołtys Mirosław Paczoska. Burmistrza Kartuz reprezentowała

Sylwia Biankowska, jego zastępca.

Specjalne gratulacje otrzymali Małgorzata Blok oraz Stanisław Miłosz, najstarsi mieszkańcy sołectwa Kiełpino. Na seniorów czekało wiele atrakcji: były tańce, jazda na koniu, przejażdżka wozem drabiniastym. Oczywiście było też co wspominać i o czym rozmawiać, a wszystkim dopisywały świetne humory. /raf/



Fot. UM Kartuzy



Fot. UM Kartuzy

Napisz wiersz i wygraj!

KARTUZY | TOWARZYSTWO MIŁOŚNIKÓW KARTUZ SERDECZNIE ZAPRASZA MIESZKAŃCÓW KASZUB DO WZIĘCIA UDZIAŁU W KONKURSIE POETYCKIM NA NAPISANIE NAJPIĘKNIEJSZEGO WIERSZA O KARTUZACH.

Konkurs „Kartuzy w poezji mieszkańców Kaszub” skierowany jest do osób w każdym wieku. Podsumowaniem będzie wydanie publikacji zawierającej wyróżnione utwory.

– Warto ujawnić swój talent – zachęcają członkowie kartuskiego TMK. – Twórczość uczestników konkursu pozostawi trwały ślad w literaturze i wzbogaci bibliografię wierszy o Kartuzach, stolicy regionu.

Autorzy wierszy mogą rywalizować w trzech kategoriach: uczniowie szkół podstawowych; uczniowie szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych do 18 lat (rocznik 1999 i młodsi); dorośli.

Zasady uczestnictwa w konkursie: przedmiotem konkursu jest napisanie utworu poetyckiego w języku polskim lub kaszubskim na temat „Kartuzy w poezji mieszkańców Kaszub”. Uczestnik prezentuje wiersz własnego autorstwa, nienagradzany na innych konkursach oraz nie drukowany w czasopiśmie literackim ani w publikacjach książkowych. Każdy autor może przesłać jeden wiersz. Zgłoszenie do konkursu jest jednoznacznie zgodą autorów na publikację wiersza. Uczestnicy są zobowiązani dostarczyć utwór pocztą elektroniczną lub w formie wydruku komputerowego, seniorzy, w drodze wyjątku, mogą dostarczyć wiersz napisany odręcznie, czytel-



Fot. Piotr Kuchta/kartuzy.pl

nym pismem. Dane autora należy umieścić na odwrotnej stronie wiersza: imię i nazwisko, wiek, adres zamieszkania, telefon, e-mail, w kategorii dzieci i młodzieży podać nazwę szkoły.

Prace należy składać w kopertach z dopiskiem „Konkurs TMK” osobiście w biurze lub przesłać pocztą do 20 czerwca 2017 r. na adres Towarzystwo Miłośników Kartuz, 83-300 Kartuzy, ul.

Hallera 1 (osoba upoważniona do udzielania informacji na temat konkursu: Dagna Rek, tel. 503 070 969) lub za pośrednictwem poczty e-mail: tmkartuz@gmail.com.

Podsumowanie konkursu oraz promocja publikacji utworów nastąpi we wrześniu 2017 r. O dokładnym terminie wręczenia nagród uczestnicy konkursu zostaną powiadomieni telefonicznie lub drogą elektroniczną.

Prace oceni komisja konkursowa, która będzie oceniać: zgodność z tematem, wartość artystyczno-literacką utworu, oryginalność ujęcia tematu wiersza, niepowtarzalność pomysłu, interpretację, poprawność językową i ortograficzną.

W każdej kategorii zostaną przyznane nagrody za pierwsze miejsca oraz wyróżnienia, pozostali otrzymają dyplomy uczestnictwa. Najlepsze prace zostaną wyróżnione w formie publikacji, która zostanie przekazana do szkół, bibliotek i instytucji w powiecie kartuskim.

/raf/

Termin zgłoszenia: 20 czerwca

Oni wiedzą wszystko o Kaszubach

BORKOWO | NAJLEPSI MŁODZI ZNAWCY KASZUB STANĘLI DO RYWALIZACJI PODCZAS II WOJEWÓDZKIEGO KONKURSU WIEDZY O KASZUBACH „KASZUBSKI WIEC”.

Konkurs o zasięgu wojewódzkim odbył się w Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Borkowie już po raz drugi. Wzięło w nim udział 53 uczestników z 21 szkół (z 6 pomorskich powiatów). Uczestnicy rozwiązywali test zamknięty wymagający dogłębnej znajomości problematyki kaszubskiej.

Jak zauważył Józef Belgrau, dyrektor szkoły i pomysłodawca konkursu, konkurs cieszy się coraz większą popularnością. W tym roku po raz pierwszy wzięli w nim udział m.in. uczestnicy z powiatu gdańskiego, zaś powiat bytowski zgłosił chęć udziału w następnej edycji. Najdłuższą drogę przebyli już po raz drugi uczniowie z nauczycielką języka kaszubskiego z Katolickiej Szkoły Podstawowej im. Piotra Durnina z Chojnic.

Wszystkie szkoły otrzymały materiały - kompendium wiedzy o

Kaszubach, zawierające wiadomości z historii, literatury, geografii, rzemiosła i sztuki ludowej, symbole Kaszub, główne organizacje i instytucje kaszubskie czy wybrane słownictwo kaszubskie.

Zwycięzcą „Kaszubskiego Wiecu” został Hubert Leik ze Szkoły Podstawowej w Lisich Jamach. II miejsce zajęła Aleksandra Dosz z Pępowa, a III miejsce zajął Jakub Czoska z Miszewa. Ustny Quiz prowadził znany na Kaszubach dr Eugeniusz Pryczkowski. W komisji zasiadli przedstawiciele oddziału żukowskiego ZKP: Krystyna Rogalewska, Lidwina Kreft i Genowefa Zasada, oraz koordynator konkursu Józef Belgrau.

Patronat nad konkursem objęli m.in. Dariusz Drelich, wojewoda pomorski i Wojciech Kankowski, burmistrz gminy Żukowo.

/raf/



Fot. UG Żukowo

Start budowy Trasy Kaszubskiej

POMORZE | BUDOWA TRASY KASZUBSKIEJ (CZĘŚCI DROGI S6 OD CHWASZCZYNA DO GDYNI WIELKIEGO KACKA) STAJE SIĘ FAKTEM. PROCEDURA WŁAŚNIE SIĘ ROZPOCZYNA - TAKĄ DEKLARACJĘ ZŁOŻYLI WICEMINISTROWIE INFRASTRUKTURY I BUDOWNICTWA JERZY SZMIT I KAZIMIERZ SMOLIŃSKI.

Dla powiatu kartuskiego najważniejszy jest odcinek S6-ki od Chwaszczyzna przez Żukowo aż do połączenia z trasą nr 7. Niedawno prezes Kaszubskiego Związku Pracodawców pojechał do Warszawy, aby wręczyć ministrowi petycję z zebranymi podpisami o jak najszybsze rozpoczęcie realizacji Obwodnicy Metropolitalnej. W ciągu najbliższych dni na ręce ministra trafi druga petycja w tej sprawie – złożą ją wspólnie wszystkie związki pracodawców z całego województwa pomorskiego.

O to, aby cała trasa S6 powstała, od lat apelują samorządowcy, przedsiębiorcy i mieszkańcy Pomorza. Konferencja, podczas której wiceministrowie Infrastruktury i Budownictwa złożyli pisemną deklarację o rozpoczęciu realizacji Trasy Kaszubskiej, odbyła się w ub. tygodniu w Wejherowie.

- Decyzja w sprawie S6 nie rozwiązuje wszystkich problemów, ale jest to bardzo ważny krok - powiedział Dariusz Drelich, wojewoda pomorski. - Jest to jedna z najbardziej potrzebnych i kluczowych decyzji. Wyliczenia wskazują, że ten odcinek będzie miał największe wskaźniki, jeśli chodzi o wykorzystanie. Trasa w bardzo newralgicznym punkcie rozwiąże wiele problemów mieszkańców. Jesteśmy przygotowani na wydanie niezbędnych zezwoleń na budowę, mam więc nadzieję, że cała procedura będzie przebiegała szybko i bez utrudnień. Rafał Korbut



Kazimierz Smoliński,
wiceminister Infrastruktury i
Budownictwa:

- Jako parlamentarzysta z Pomorza cieszę się, że po raz kolejny udowadniamy, że nie patrzymy na potrzeby lokalnej społeczności w sposób polityczny, ale realizujemy te inwestycje, które są potrzebne i możliwe do realizacji, zgodnie z oczekiwaniami społeczeństwa. W tej chwili zapadła decyzja odnośnie budowy Trasy Kaszubskiej, aby skierować inwestycję do drugiego przetargu w zakresie „projektuj i buduj”. Odcinek będzie liczył 42 km, wartość zadania to prawie 2 mld zł. To jedno z większych przedsięwzięć w Polsce, jakie rozpoczynamy realizować. Poza Obwodnicą Trójmiasta to chyba najbardziej oczekiwana i potrzebna droga.



Marcin Horała,
poseł na Sejm RP:

- Wbrew temu, co niektórzy mówili - że to rząd PiS zablokował budowę Trasy Kaszubskiej - podpisana właśnie decyzja pokazuje, że nic bardziej mylnego. Decyzja w sprawie budowy to wielomiesięczna praca wielu osób. Jakąś „cegiełkę” do tego dołożył Parlamentarny Zespół Przyjaciół Gdyni i Małego Trójmiasta Kaszubskiego, któremu mam przyjemność przewodniczyć. Udało się wywalczyć, aby przy brakujących środkach na realizację znacznej części programu dróg krajowych w Polsce jednak Trasa Kaszubska została skierowana do realizacji. Szczególnie dla mieszkańców powiatu wejherowskiego oraz Gdyni są to bardzo dobre wiadomości. Codzienne korki w Rumi i Redzie, codzienne problemy z dojazdem... temu wszystkiemu trasa ulży, a gdy powstanie Via Maris, to ostatecznie rozwiąże problemy drogowe.



Zbigniew Jarecki,
prezes Kaszubskiego Związku Pracodawców:

- Petycja, pod którą zbieraliśmy podpisy, dotyczyła Obwodnicy Metropolitalnej. Rozmawiałem na ten temat z Andrzejem Adamczykiem, ministrem Infrastruktury i Budownictwa; poinformował mnie, że kilka osób i jedna gmina złożyli protest odnośnie wydanej decyzji środowiskowej. I to jest obecnie podstawowy problem - sprawa jest bowiem w sądzie i inwestycji nie można rozpocząć. Minister zapewnił, że gdy kwestie formalne zostaną rozstrzygnięte, to inwestycja trafi do realizacji. To, że jest zielone światło do rozpoczęcia budowy Trasy Kaszubskiej (czyli odcinka drogi S6 od Gdyni Wielkiego Kacka do Bożego-pola) to oczywiście bardzo dobra informacja. Oznacza bowiem, że cała trasa S6 w końcu powstanie. Obydwa odcinki były przygotowywane praktycznie jednocześnie. Minister podczas spotkania wyjaśnił, że przystępują do budowy Trasy Kaszubskiej, gdyż nie ma sensu czekać, gdy nic nie stoi na przeszkodzie, żeby tę inwestycję zacząć realizować.

Będzie kanalizacja

GM. PRZODKOWO | TO DOBRA WIADOMOŚĆ DLA MIESZKAŃCÓW KILKU MIEJSCOWOŚCI GMINY PRZODKOWO. ROZPOCZYNA SIĘ BUDOWA KANALIZACJI.



„Rozwiązanie gospodarki ściekowej w gminie Przodkowo poprzez wybudowanie sieci kanalizacji sanitarnej w miejscowościach: Kobysewo, Kosowo, Osowa Góra, Smołdzino” to kolejny projekt, na realizację którego podpisano stosowne umowy z wykonawcami.

Pierwsza część inwestycji nosi nazwę „Budowa kanalizacji sanitarnej Kobysewo-Smołdzino”. Wykona ją lokalna firma ze Steżycy. Wartość zadania wynosi nie-

mal 1,16 mln zł. Druga część zadania - o nazwie „Budowa kanalizacji sanitarnej z przyłączami i przepompowniami ścieków w miejscowościach Kobysewo, Kosowo, Osowa Góra” - będzie kosztować niemal 2,75 mln zł.

Projekt realizowany będzie w ramach działania „gospodarka wodno-ściekowa” objętego Regionalnym Programem Operacyjnym Województwa Pomorskiego na lata 2014-2020.

Przedmiotem projektu jest

budowa kanalizacji sanitarnej grawitacyjno-tłocznej w miejscowościach: Smołdzino, Kobysewo, Kosowo, Osowa Góra na terenie aglomeracji Przodkowo o łącznej długości 9,4 km wraz z 4 przepompowniami sieciowymi i 5 przepompowniami przydomowymi.

Dzięki zrealizowaniu inwestycji poziom skanalizowania gminy wrośnie o 4,8 proc. i będzie wynosić już 74 proc. Roboty potrwać do 8 lipca br. /raf/

Nowa hala już w lipcu

GM. SIERAKOWICE | TRWA BUDOWA SALI GIMNASTYCZNEJ W RAMACH ROZBUDOWY ZESPOŁU SZKÓŁ W TUCHLINIE.



Fot. UG Sierakowice

Ta kosztowna - bo warta ponad 3,6 mln zł - inwestycja ostatecznie ma się zakończyć w marcu przyszłego roku (wówczas upływa termin rozliczenia umowy o dofinansowanie). Ale prace budowlane zostaną ukończone już w lipcu bieżącego roku.

Dofinansowanie, które gmina Sierakowice pozyskała z budżetu państwa z Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej w ramach programu Rozwoju Szkolnej Infrastruktury Sportowej, wyniosło ponad 826 tys. zł.

Wartość całkowita inwestycji

(wraz z obiektem dydaktycznym) wynosi ponad 3,6 mln zł, natomiast wartość całkowita budowy sali gimnastycznej to niemal 2,67 mln zł.

Inwestycja obejmuje rozbudowę Zespołu Szkół o pełnowymiarową, wielofunkcyjną salę gimnastyczną wraz z trybunami i z zapleczem socjalno-sanitarnym oraz obiekt dydaktyczny. W nowym budynku będą prowadzone zajęcia wychowania fizycznego oraz uprawiane będą różne dyscypliny sportu (m.in. gimnastyka,

lekkoatletyka oraz sporty drużynowe: piłka nożna, piłka ręczna, koszykówka, siatkówka itp.). Przy sali na poziomie piwnicy znajdują się pomieszczenia socjalno-sanitarne, składające się z: pomieszczenia magazynowego, 2 szatni, 2 łazienek, 2 toalet, 2 schowków i holu. Sala gimnastyczna będzie udostępniana klubom sportowym i innym zorganizowanym grupom po godzinach lekcyjnych.

Boisko będzie mieć wymiary areny sportowej, czyli 12,2 x 29,52 m, natomiast na trybunach dla widzów przygotowanych będzie 136 miejsc.

Obiekt stanowiący przedmiot wniosku o dofinansowanie jest elementem szerszego zadania inwestycyjnego podjętego przez gminę Sierakowice i polegającego na rozbudowie Zespołu Szkół w Tuchlinie o salę gimnastyczną z trybunami wraz z zapleczem socjalno-sanitarnym, lokal przedszkolny (dla 25 dzieci) oraz dwie sale lekcyjne o przeznaczeniu ogólnym.

/raf/

Termomodernizacja obiektów w Gminie Stężyca



Budynki Domu Pomocy Społecznej, Gminnego Przedsiębiorstwa Komunalnego oraz Ochotniczej Straży Pożarnej w Szymbarku zostały już ocieplone. Natomiast w pozostałych obiektach objętych programem termomodernizacyjnym - świetlice w: Gapowie, Łosienicach, Żurominie oraz Stężyckiej Hucie tam prace jeszcze trwają. Przedsięwzięcie dofinansowane jest ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Pomorskiego na

lata 2014-2020.

Przypomnijmy Gmina Stężyca złożyła wniosek o dofinansowanie w sprawie wspólnej realizacji zadania w zakresie którego zostanie przeprowadzona kompleksowa modernizacja budynków użyteczności publicznej na terenie 4 gmin: Gminy Chmielno, Gminy Sulęcino, Gminy Linia i Gminy Stężyca. Projekt obejmuje 20 budynków dla których na bazie przeprowadzonych audytów energetycznych wybrano rozwiązania wpływające w najbardziej efektywny sposób na poprawę efektywności energetycznych. Inwestycja obejmuje kompleksowe działanie związane między innymi z: ociepleniem elewacji zewnętrznych budynku, wymianą elementów stolarki okiennej lub drzwiowej, poprawą jakości i sprawności instalacji grzewczej oraz w części budynków wymianą źródeł ciepła.



W ramach złożonego projektu na terenie Gminy Stężyca odremontowane zostaną następujące obiekty:

- świetlica wiejska w Gapowie,
- świetlica wiejska w Łosienicach,
- świetlica wiejska w Żurominie,
- świetlica wiejska w Stężyckiej Hucie,
- budynek OSP w Szymbarku,
- Dom Pomocy Społecznej w Stężycy,
- obiekty Gminnego Przedsiębiorstwa Komunalnego w Stężycy.

SIATKARKI W FINALE

WIEŻYCA STĘŻYCA ZAGRAŁA W WIELKIM FINALE MŁODZIEŻOWYCH MISTRZOSTW POLSKI W PIŁCE SIATKOWEJ.



Siatkarki GKS Wieżyca 2011 Stężyca zakończyły rozgrywki o mistrzostwo Polski. W turnieju finałowym rozegranym w Dębicy zanotowały dwa zwycięstwa i dwie porażki, zajmując ostatecznie siódme miejsce w kraju. W pierwszym meczu przegranym 2:1 z Dwójką Zawiercie stężyczanki nie wykorzystały swojego potencjału a mecz ten okazał się kluczowym w ostatecznym układzie tabeli. W drugim meczu z silną Ateną Warszawa mimo porażki Wieżyca zagrała dużo lepiej. Po zwycięstwie TKS Redy

Ciechocino nad Dwójką Zawiercie dla Wieżycy stworzyła się szansa awansu do strefy medalowej. Wieżyca musiała wygrać z TKS Redą a Warszawa z Zawierciem. Siatkarki ze Stężycy plan wykonały rewanżując się za finał wojewódzki TKS Redzie 2:1, niestety Atena Warszawa mając pewny awans do czwórki, wystawiła rezerwową skład ulegając Zawierciu 2:0. Wynik ten pozbawił zespół z Kaszub gry o medale. Kolejny pech o gorszy bilans małych punktów - 2 małe punkty zdecydowały

o tym, że mimo wygranej z Redą to ona zagrała o piąte miejsce a nam przyszło zagrać o siódme. W meczu tym Wieżyca pokonała Impel Wrocław 2:1.

W finale MOS Wola Warszawa pokonała Atenę Warszawa a w meczu o trzecie miejsce Energetyk Poznań wygrał z Dwójką Zawiercie.

Dużym sukcesem był sam awans wywalczony do wielkiego finału przez klub z małej miejscowości i możliwość rywalizacji z najbardziej utytułowanymi zespołami w Polsce. Niedosytem natomiast jest to, że mój zespół nie wykorzystał szansy w pierwszym meczu grając poniżej swoich możliwości. Wyrównany poziom zespołów o czym świadczy fakt, że nie było zespołu bez porażki dawał nadzieję na grę o najwyższy cel jakim było zdobycie kolejnego tytułu Mistrza Polski - podsumowuje trener Maciej Stefanowski.

Chciałbym podziękować nie tylko zawodnikom za bardzo udany sezon, również rodzicom, dyrekcji ZKiW w Stężycy, wyrozumiałym nauczycielom. Największe podziękowania należą się Wójtowi Gminy Stężyca który stworzył wyśmienite warunki dla rozwoju siatkówki, których mogą nam pozazdrościć nawet wielkie ośrodki.

DZIEŃ

DZIECKA

Stężyca - Amfiteatr

Niedziela 4 czerwca 2017
14:00 - 18:00

W programie:

- Konkurs Małej Miss i Mistra Lata 2017
- Mini Talent Show
- występy muzyczne,
- teatralne,
- pokazy małych artystów,
- plac zabaw dla dzieci.

ORGANIZATOR Gmina Stężyca

PATRONI MEDIALNI

Przedsiębiorcy na majówce

SZYMBARK | JUŻ PO RAZ 14. W SŁONECZNĄ SOBOTĘ W CENTRUM EDUKACJI I PROMOCJI REGIONU SPOTKALI SIĘ PRZEDSIĘBIORCY Z POMORZA.



Fot. mat. prasowe

Majówka Pomorskich przedsiębiorców na stałe wpisała się w kalendarz imprez organizowanych przez Kaszubski Związek Pracodawców, Gdański Klub Biznesu i CEPR. Patronatem honorowym imprezę obejmują trzej pomorscy marszałkowie: Mieczysław Struk oraz jego dwaj poprzednicy Jan Kozłowski i Jan Zarębski. Majówka Pomorskich Przedsiębiorców od początku kojarzy się m.in. z maczugami. To trofeum, które otrzymują co roku laureaci

tytułu Ambasador Kaszub w trzech kategoriach: przedsiębiorstwo (biznesmen), samorządowiec, osobowość roku. Od kilku lat wręczana też jest nagroda specjalna „Maczuga im. Daniela Czapiewskiego”. Majówka Pomorskich Przedsiębiorców odbyła się przy pięknej, słonecznej pogodzie. Jak powiedział na wstępie Zbigniew Jarecki, prezes Kaszubskiego Związku Pracodawców, zadzwonił wcześniej do Daniela Czapiewskiego i ten zapewnił go, że nie ma co

się martwić, pogoda będzie wspaniała. Ten żart prezesa przypomniał zmarłego inicjatora Majówki Kaszubskich Przedsiębiorców. Po jego śmierci, żona Lidia kontynuuje majówką tradycję i przedsiębiorcy z Pomorza nadal przyjeżdżają do CEPR, aby poznać kolejnych laureatów nagrody Ambasador Kaszub, wymienić się doświadczeniami i wspólnie bawić podczas biesiady integracyjnej.
Lucyna Puzdrowska

AMBASADOR ROKU

PRZEDSIĘBIORSTWO ROKU

BANK SPÓŁDZIELCZY W SIERAKOWICACH – nagrodę odebrał Tomasz Piask, dyrektor banku. Bank posiada ponad 100-letnią tradycję. Osiąga bardzo dobre wyniki finansowe, co lokuje placówkę w czołówce najlepszych banków spółdzielczych w Polsce. Jest też współzałożycielem Fundacji Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym „Uśmiech Dziecka”.

FIRMA TERMA – nagrodę odebrał Maciej Kowalski, pełnomocnik zarządu. Firma jest producentem urządzeń grzewczych, medycznych i budowlanych. Właściciel firmy, Edward Bryłowski, jest Kaszubem, pochodzi z Grzebieńca. Stawiając na innowacje, firma i jej właściciel pozostają wierni wartościom i tradycjom regionu.

ROCKFIN Z MAŁKOWA – nagrodę odebrał Marek Krzykowski, dyrektor ds. rozwoju. Projekty, produkty i serwis oferowane przez firmę, znajdują uznanie u klientów na całym świecie, promując Polskę i Kaszuby.

SAMORZĄDOWIEC ROKU

PAWEŁ ADAMOWICZ – prezydent Gdańska. Funkcję wójtka nad Motławą pełni od 1998 r. Jest zdobywcą tytułu Człowieka Roku w plebiscycie „Dziennika Bałtyckiego”. Był odznaczany odznaczeniami państwowymi przez Prezydenta RP oraz wieloma innymi nagrodami.

ALICJA ŻURAWSKA – starosta kościerski. Funkcję piastuje od 2014 r. Z pracą w samorządzie związana od blisko 20 lat. Jej priorytetem jest systematyczne dążenie do oddłużania powiatu kościerskiego i dzięki konsekwencji w działaniu efekty tej pracy są już bardzo widoczne, przynosząc wymierne korzyści. W pracy stawia na rozwój gospodarczy oraz współpracę z samorządami gminnymi.

ANDRZEJ POLAK – wójt gminy Nowa Karczma. Funkcję pełni od 2010 r. Jest absolwentem kilku wydziałów technicznych na Politechnice w Gdańsku. Konsekwentnie realizuje swoje i mieszkańców marzenia o nowoczesnej gminie.

OSOBOWOŚĆ ROKU

Ze względu na wagę tego tytułu, kapituła nagrody Ambasador Kaszub, postanowiła uhonorować tylko jedną osobę. Osobowość Roku został **prof. Edmund Wittbrodt** – profesor nauk technicznych, polityk. Kieruje katedrą mechaniki i mechatroniki. Był ministrem edukacji narodowej w rządzie Jerzego Buzka. Pięciokrotnie wybierany na senatora RP. Od 2016 r. jest prezesem Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego. Odznaczony wieloma odznaczeniami państwowymi.

MACZUGA IM. DANIELA CZAPIEWSKIEGO

Nagroda specjalna przyznawana przez Lidzię Czapiewską od śmierci męża, w tym roku wręczona została po raz ostatni. Otrzymał ją **Związek Sybiraków w Gdańsku. Nagrodę odebrali: Kordian Borejko, prezes związku oraz Zofia Kłoczko, Elżbieta Duklant i Irena Witort.** Nagrodę otrzymali m.in. za przekazywanie młodemu pokoleniu Polaków prawdy i miłości do ojczyzny.

REKLAMA

88/2017/RL

REKLAMA

41/2016/PS

SGB Spółdzielcza Grupa Bankowa
Bank Spółdzielczy w Sierakowicach

Kredyt Wiosenny 2017

Szczegóły w Centrali i Oddziałach Banku

8%

ul. Kartuska 13,
83-340 Sierakowice
tel./fax (058) 684-67-30;
www.bssierakowice.pl

WYNAJMIEMY

w Żukowie:
- lokal po punkcie bankowym 10m² ze stanowiskiem na bankomat,
- pomieszczenie biurowe w siedzibie spółdzielni 21m²,

w Chwaszczyźnie:
- wolnostojący pawilon handlowy 16m²,

w Baninie:
- lokal usługowy (po przedszkolu) 150m²,
- lokal mieszkalny 75m²

KONTAKT: +48 603 681 820 lub
e-mail: gs-zukowo@gs-zukowo.pl



JESTEŚMY RAZEM

Dzień Dziecka
i Dzień Rodzicielstwa
Zastępczego

Zarząd Powiatu Kartuskiego
Burmistrz Kartuz

zapraszają na wspaniałą zabawę rodzinną

Niedziela 28 maja 2017 od 16:00

Kartuzy - Kartuskie Centrum Kultury



- Bajka Pchła Szachrajka w Kartuzach
- Smakotyki dla wszystkich
- Animacje teatralne dla dzieci
- Malowanie koszulek
- Konkursy z nagrodami
- Wesole miasteczko (Park Solidarności)

Zmodernizują drogę

GM. PRZODKOWO | KOLEJNY WAŻNY CIĄG KOMUNIKACYJNY W GMINIE ZOSTANIE NIEDUGO WYREMONTOWANY.



Fot. UG Przodkowo

Umowę pomiędzy władzami gminy a wykonawcą wyłonionym w przetargu, który będzie realizował tę ważną dla gminy Przodkowo inwestycję, niedawno podpisano.

Chodzi o trasę Kobysewo – Kaliska. W ramach tego zadania zaplanowane jest wykonanie nowej nawierzchni z kostki betonowej w miejsce zniszczonej nawierzchni asfaltowej na całym odcinku drogi tj. 2,144 km, budowę chodników, a także odwodnienie pasa drogowego i kanału technologicznego. Ponadto wykonane będą dwie

zatonki przystankowe z kostki betonowej i zamontowanych zostanie 10 lamp hybrydowych.

Projekt będzie realizowany w ramach operacji „Budowa lub modernizacji dróg lokalnych” objętej Programem Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014-2020. Wartość zadania to niemal 3,63 mln zł.

Zgodnie z podpisaną umową roboty zakończą się 11 lipca br. Do tego czasu mieszkańcy muszą uzbroić się w cierpliwość i korzystać z przygotowanych objazdów.

/raf/

Wójt z absolutorium

GM. PRZODKOWO | JEDNOGŁOŚNIE RADNI GMINY UDZIELILI WÓJTOWI ABSOLUTORIUM ZA 2016 ROK. TO WYRAŻNY ZNAK POPARCIA DLA DZIAŁAŃ WŁODARZA.



Radni gminy pozytywnie ocenili wykonanie zeszłorocznego budżetu przez wójta.

Fot. UG Przodkowo

Podczas ostatniej Sesji Rady Gminy, która odbyła się w poniedziałek 22 maja, Rada Gminy Przodkowo jednogłośnie udzieliła wójtowi Andrzejowi Wyrzykowskiemu absolutorium za realizację budżetu gminy za rok 2016. Przed przystąpieniem do głosowania radni wysłuchali opinii Regionalnej Izby Obrachunkowej a także wystąpienia przewodniczących poszczególnych komisji rady gminy.

Jak podkreślił Andrzej Wyrzykowski, wójt gminy Przodkowo w swoim wystąpieniu, realizacja tych wszystkich zadań i osiągnięcie zamierzonych celów nie byłaby możli-

wa dzięki bardzo dobrej współpracy z wszystkimi instytucjami, radą gminy i sołtysami a przede wszystkim dzięki pracy urzędników i osób pracujących w jednostkach podległych gminie. Biorąc to wszystko pod uwagę wójt dziękując wręczył kwiaty Grażynie Ramczyk, skarbnikowi gminy oraz swojej zastępczyni Izabeli Kloskowskiej.

Podczas ostatniego posiedzenia radni podjęli też uchwały o nadaniu ulic w trzech miejscowościach gminy oraz przyjęli sprawozdanie ze współpracy z organizacjami pozarządowymi za rok 2016.

/raf/

REKLAMA 30/2017/ZM



WSAIB WYŻSZA SZKOŁA ADMINISTRACJI I BIZNESU
IM. E. KWIAŃKOWSKIEGO W GDYNI

#1 na rynku pracy

STUDIA PODYPLOMOWE

- Administracja Publiczna
- Agent Celny *nowość*
- Akta Stanu Cywilnego *nowość*
- HR Business Partner
- Life & Business Coaching
- Logistyka z elementami Zarządzania Produkcją
- Marketing i PR w Internecie
- Mediacje i Negocjacje Gospodarcze i Pracownicze
- NeuroBiznes
- Przywództwo w Biznesie *nowość*
- Rachunkowość i Podatki
- Social Media w Biznesie *nowość*
- Start-up w Biznesie *nowość*
- Transport i Spedycja *nowość*
- Trener Biznesu i Facylitator Grup *nowość*
- Zarządzanie Bezpieczeństwem Informacji
- Zarządzanie BHP
- Zarządzanie i Optymalizacja dla Branży BPO/SSC *nowość*
- Zarządzanie Jakością
- Zarządzanie Projektem – Menedżer Projektów *nowość*
- Zintegrowane Zarządzanie w IT
- Studia MBA Project Management

już dziś zapisz się wsaib.pl

58 660 74 28

podyplomowe@wsaib.pl

Gdynia, ul. Kielecka 7

REKLAMA 123/2017/DB

HOTEL SOPOT****



pilnie poszukuje pracowników na stanowiska:

POKOJOWA, POMOC KUCHENNA, PRACA NA ZMYWAKU, KUCHARZ/KUCHARKA, BARMAN/BARMANKA, RECEPCJONISTA/RECEPCJONISTKA

JEŚLI:

- szukasz pracy stałej bądź sezonowej,
 - jesteś energiczną osobą,
 - posiadasz doświadczenie,
 - chcesz pracować w młodym, dynamicznym i przyjaznym zespole,
 - jesteś odpowiedzialny i zaangażowany,
- SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI – praca@hotelsopot.eu, tel. 784 029 518

OFERUJEMY:

- stabilną formę zatrudnienia
- pracę w nowym, luksusowym hotelu
- możliwość zakwaterowania (w zależności od miejsca zamieszkania)
- przeszkolenie w zakresie obejmowanego stanowiska
- możliwość rozwoju

Prosimy o dodanie klauzuli:
"Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 roku o Ochronie Danych Osobowych; (tekst jednolity: Dz. U. 2016 r. poz. 922)."

Muzyczne szaleństwo!

STĘŻYCA | TO BYŁA NIEZAPOMNIANA IMPREZA! KILKADZIESIĄT TYSIĘCY PUBLICZNOŚCI, NAJBARDZIEJ ZNANE ZESPOŁY DISCO POLO



Fot. UG Stężyca

Stężyca w miniony weekend stała się stolicą disco polo. Już trzeci raz odbyła się tam największa na Pomorzu taka impreza. Szacuje się, że pod sceną bawiło się nawet 50 tys. osób, którzy do Stężycy zjechali się nie tylko z województwa pomorskiego, ale i z wielu znacznie odleglejszych regionów kraju.

- Podsumowując: impreza była bardzo udana, dotarło do nas bardzo wiele pozytywnych opinii od uczestników i sponsorów – mówi Tomasz Brzoskowski, wójt gminy Stężyca. – Najważniejsze, że ludzie doskonale się bawili i pokazali, że chcą słuchać tego rodzaju muzyki. Poza tym Przebojowa Majówka to doskonała promocja naszej gminy. Przyjeżdża do nas coraz więcej osób, a o Stężycy wiele osób usłyszało dzięki transmisji telewizyjnej.

Kolejna duża, dwudniowa impreza w Stężycy odbędzie się w sierpniu – organizowana będzie przy współpracy z Telewizją Polsat. /raf/



Fot. UG Stężyca



Fot. UG Stężyca



Fot. UG Stężyca



Fot. UG Stężyca

Stężyca w rytmie disco

...LO, DOSKONAŁA POGODA I MNÓSTWO DOBREJ ZABAWY. PRZEBOJOWA MAJÓWKA W STĘŻYCY OKAZAŁA SIĘ PRAWDZIWYM HITEM.



Fot. UG Stężyca



Fot. UG Stężyca



Fot. UG Stężyca



Fot. UG Stężyca



Fot. UG Stężyca

Kartuska Noc Muzeów

KARTUZY | W MINIONĄ SOBOTĘ W WIELU MIASTACH W POLSCE, W TYM W KARTUZACH, MIAŁA MIEJSCE NOC MUZEÓW.

Ta coroczna impreza cieszy się ogromnym powodzeniem wśród miłośników kultury, sztuki i rozrywki. To noc, kiedy muzea otwierają swoje drzwi dla zwiedzających za darmo lub za symboliczną złotówkę, organizowane są też inne atrakcje.

W tym roku w ramach Eu-

ropejskiej Nocy Muzeów w Kartuzach wiele atrakcji przygotowano w Muzeum Kaszubskim. Zagrała kapela Friko z Chojnic, a zebrani byli też świadkami przedstawienia plenerowego Teatru Snów Remus z Gdańska. Następnie odbył się koncert polskiej muzyki rozrywkowej w wykonaniu Konrada

Michałaka. Były też: pokaz czerpania papieru metodami tradycyjnymi, druk na tkaninie naturalnymi metodami i pokaz kowalski. Nie zabrakło grochówki i świetnej atmosfery. Do 1:00 w nocy można było zwiedzać izby muzealne i podziwiać zgromadzone w nich eksponaty. /raf/



Jedną z atrakcji był występ zespołu **FRIKO** z Chojnic

Fot. UM Kartuzy



DYNAMIC EVENT przedstawił program dla dzieci

Fot. UM Kartuzy



Fot. UM Kartuzy

GRAŁI W TERENIE, POZNAJĄC MIASTO

ŻUKOWO | MIEJSKA GRA TERENOWA WYMAGA OD UCZESTNIKÓW ORIENTACJI W TERENIE, KOJARZENIA FAKTÓW I LOGICZNEGO MYŚLENIA.

I właśnie w takiej grze 6 grup utworzonych przez uczniów i nauczycieli Gimnazjum nr 2 w Żukowie wzięło niedawno udział. Zabawa pod nazwą Fotograficzna Gra Terenowa opartą była na przestrzennym scenariuszu, który prowadzi przez wybrane miejsca Żukowa, pozwalając zobaczyć miasto z innej, niepowtarzalnej strony.

Gra przeznaczona jest zarówno dla turystów, chcących w alternatywny sposób poznać Żukowo, jak też mieszkańców i całych rodzin, którzy chcieliby w

atrakcyjny sposób spędzić wolny czas i odkryć inne oblicze swojego miasteczka. Uczestnicy mogą poznawać historię miasta, postaci z nim związane, architekturę, jego walory turystyczne. Ulice miasta stają się wtedy planszą gry, a zespoły uczestniczą w rozwiązywaniu zagadek nie tylko fotograficznych. Drużyny rywalizują na ulicach miasta, starając się wykonać postawione przed nimi zadania w jak najkrótszym czasie. Liczą się: szybkość, trafność, wiedza, kojarzenie faktów,

spostrzegawczość, praca zespołowa i orientacja w terenie. Celem gry jest rozwiązanie trzech typów zagadek: sfotografowanie miejsc/przedmiotów, zaznaczenie wskazanych punktów na mapie i zebranie naklejek ze wskazanych miejsc.

Wygrywa ta drużyna, która trafnie rozwiąże wszystkie zagadki i jako pierwsza zgłosi się na linii mety.

Niedługo ogłoszony zostanie termin następnej edycji, na którą tym razem ruszą zapisy.

/raf/



Fot. UM Żukowo

Nagrodzeni za najwyższą jakość

ŻUKOWO | GMINNA SPÓŁDZIELNIA „SAMOPOMOC CHŁOPSKA” W ŻUKOWIE JAKO JEDYNA GMINNA SPÓŁDZIELNIA W POLSCE KONSEKWENTNIE PODDAJE SWOJE PRODUKTY SUROWEJ OCENIE JAKOŚCIOWEJ W INSTYTUCIE BIOTECHNOLOGII PRZEMYSŁU ROLNO-SPOŻYWCZEGO W WARSZAWIE.

Gminna Spółdzielnia „Samopomoc Chłopska” w Żukowie jest spółdzielnią – można powiedzieć – konsumencką, gdyż główną działalnością jest handel detaliczny i przetwórstwo wspierające handel spożywczy. W dobie produkcji masowej i rozwoju konkurencji w postaci marketów, konkurowanie z tak dużymi podmiotami na rynku spowodowało, że spółdzielcy z Żukowa odpowiednio zdefiniowali swoje szanse rynkowe i skoncentrowali się na wykorzystaniu latami budowanego doświadczenia i fachowości swoich technologów i pracowników.

Wciąż rozwijają i dopracowują grypę wędlin „Premium”, czyli produktów o najwyższej jakości, których produkcja jest oparta na starych i kaszubskich recepturach.

Systematyczne działania skoncentrowane na rozwoju tego kierunku spowodowały, że z wielu targów i wystaw spółdzielcy wracają z nagrodami i certyfikatami

jakości. Z ostatniej chwili! Nie zawahali się poddać ocenie dwóch wyrobów: **Kiełbasy Chłopskiej Pieczonej i Połędwicy Drobiowej z Fileta** podczas organizowanego pod patronatem Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi przez Instytut Biotechnologii Przemysłu Rolno-Spożywczego im. prof. Wacława Dąbrowskiego w Warszawie konkursu „Produkty najwyższej jakości w przemyśle mięsny” Wiosna 2017.

Konkurs obejmował następujące grupy wędlin: kiełbasy, produkty blokowe, wędliny podrobowe, mięso kulinarne, kiełbasy suszone, wędliny surowe i wyroby garnażeryjne zgłoszone przez kilkudziesięciu producentów.

Między innymi: Zakłady Mięsne HENRYK KANIA S.A. w Pszczynie, Zakłady Mięsne „Łmeat_Łuków” S.A. w Łukowie, Zakłady Mięsne „Pekpol Ostrołęka” S.A. w Ostrołęce.

Żukowska Spółdzielnia od lat jest jedyną spółdzielnią „Samopomocy Chłopskiej”

w Polsce w tym gronie i 18 maja na „Wiosnie 2017” otrzymała specjalny dyplom za konsekwentne poddawanie swoich produktów surowej ocenie jakości.

Podstawą konkursowej oceny jakości wędlin jest ocena sensoryczna wykonana przez dwa zespoły rzeczoznawców oraz wyniki analiz chemicznych.

Produkty, które w ocenie sensorycznej uzyskują jakość ogólną na poziomie 4,5 do 5 punktów i wyróżniki chemiczne będą zgodne z deklarowaną normą (badania wykona laboratorium chemiczne Instytutu), zostają uznane za produkty najwyższej jakości.

Poza już wymienionym dyplomem, Tadeusz Pupacz, kierownik Masarni Gminnej Spółdzielni „Samopomoc Chłopska” w Żukowie, jako efekt kolejnej oceny odebrał Dyplom „Produkt Najwyższej Jakości w Przemysle Mięsnym” Wiosna 2017 dla **Kiełbasy Chłopskiej Pieczonej i Połędwicy Drobiowej z Fileta**.



NAGRODZONE WĘDLINY:

Kiełbasa Chłopska Pieczona

Należy do wędlin suchych i trwałych. Wędzono-pieczona, w osłonce naturalnej wieprzowej. Produkowana z wysokogatunkowego mięsa wieprzowego i wędzona w wędzarni tradycyjnej. Polecana do spożywania na zimno i ciepło.

Połędwica Drobiowa z Filetu

Jest wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, z wysokogatunkowego mięsa drobiowego - fileta z kurczaka. Jest produktem ścisłym, lecz kruchym podczas jedzenia, o kolorze jasnoróżowym. Wyrób parzony w osłonce o nietypowym kształcie.

www.expressbiznesu.pl

biuro@expressy.pl

Idealne rozwiązanie dla tych, którzy chcą być widocznymi wśród przedsiębiorców.

ANTASTYCZNE GRODY

Projektowanie ogrodów 3D

Pielęgnacja ogrodów
Nawadnianie
Gabiony Redhen
Oświetlenie ogrodowe
Kamieniarstwo
Tunele foliowe
Tarasy
Kostka brukowa
Odśnieżanie

600 160 888

www.fantastyczneogrody.pl

Wejherowo, ul. Kopernika 21
Gdynia, ul. Plk. Dąbka 51

express ZDROWIE&URODA

Podstawa dobrego samopoczucia?



PORADNIK | WSZYSCY KOCHAMY WEEKEND ZA NIESPIESZNE PORANKI. WYSPANI, TRYSKAMY KREATYWNOŚCIĄ, PRZYGOTOWUJĄC KRÓLEWSKIE ŚNIADANIE. NALEŚNIKI, SAŁATKI I SMOOTHIE SMAKUJĄ TYM LEPIEJ, ŻE MOŻEMY ZJEŚĆ JE BEZ POŚPIECHU, W TOWARZYSTWIE BLISKICH. O ŚNIADANIU NALEŻY JEDNAK PAMIĘTAĆ TAKŻE W CIĄGU TYGODNIA.

O tym, że śniadanie to najważniejszy posiłek dnia słyszymy od dziecka. Mimo to rezygnujemy z niego. Często ciepłe, wartościowe dania zastępujemy jedynie tykiem kawy. W efekcie przez cały dzień towarzyszy nam uczucie głodu i związany z nim spadek energii. Paradoksalnie im bardziej spieszymy się do pracy, tym jesteśmy w niej mniej efektywni.

Jak wyjść poza ten schemat?

(Pełno) wartościowy start

Osoby jedzące regularnie śniadanie, a nie tylko w weekendy, mają wyrównany poziom glukozy i insuliny we krwi. Dzięki temu ryzyko wystąpienia cukrzycy czy choroby wieńcowej jest dużo mniejsze. Co jeść, aby dobrze rozpocząć dzień i dodać sobie energii?

-Posiłek, który nas pobudzi, wzmocni odporność oraz rozgrzeje powinien zawierać porcję węglowodanów. Znajdziemy je w

ciemnym pieczywie, granioli i musli. Węglowodany muszą wystąpić każdorazowo w duecie z pełnowartościowym białkiem w postaci jaj, mleka, jogurtu, wiejskiego masła. Istotnym i smacznym dodatkiem są oczywiście świeże owoce i warzywa – najlepiej korzystać z tych sezonowych – mówi dietetyk Paulina Domagała.

Poszukując inspiracji na śniadanie, warto czytać etykiety. Znajdują się tam informacje na temat tego, jaką ilość kalorii i ważnych składników odżywczych zawiera porcja danego produktu. – Świadome, uważne podejście do kwestii odżywiania to nie tylko regularność posiłków. Ważne są również wybory podejmowane przy półce sklepowej. Lektura etykiety powinna wejść nam w krew – dodaje dietetyk.

Radość z jedzenia... od rana!

Śniadanie może być źródłem przyjemności (i zdrowia) również od poniedziałku do piątku. Wystarczy, że dzień wcześniej poświęcimy kilkanaście minut na przygotowanie czegoś pysznego. Istnieje wiele propozycji, które – przygotowane wieczorem – smakują doskonale rano. Przykładem jest

pudding chia ze świeżym mlekiem wiejskim 2% od OSM Piątnica i dodatkiem ulubionych owoców oraz orzechów. Podobnie jest z owsianką lub chrupiącą granolą. Na śniadanie możemy wybrać również klasyki – domowy chleb i wiejskie masło. Co istotne, te zupełnie bazowe produkty o unikalnym smaku możemy wykonać samodzielnie w weekend. Przepis na pachnący bochenek znajdziemy na kulinarnych blogach.

Uwaga! Do masła możemy dodać ulubione przyprawy. Ten duet świetnie smakuje zarówno w postaci kanapek, jak i grzanek. (MP)

Śniadanie może być źródłem przyjemności (i zdrowia) również od poniedziałku do piątku. Wystarczy, że dzień wcześniej poświęcimy kilkanaście minut na przygotowanie czegoś pysznego.



Grill w słodkim wydaniu

CHOĆ GRILL NA SŁODKO NADAL DLA WIELU BRZMI DOŚĆ EGZOTYCZNYM, WARTO WZBOGACIĆ SWOJE GRILLOWE MENU O OWOCE. SĄ PYSZNE I ŁATWY W PRZYGOTOWANIU.

Podczas wspólnego grillowania większość z nas stawia zwykle na dania mięsne i warzywne. Tymczasem, by zaskoczyć naszych gości nietuzinkowym, grillowanym deserem na bazie świeżych owoców, wystarczy pamiętać o kilku zasadach ich przyrządzania.

Czas, przyprawy i nie za dużo cukru – klucz do sukcesu. Grillować możemy w zasadzie wszystkie owoce. Wybierając te, które trafią na ruszt pamiętajmy, by były one dojrzałe, ale nie zbyt miękkie. Poddawane grillowaniu owoce szybko miękną, dlatego by ich nie przypalić trzeba często je odwracać i uważnie obserwować. Ryzyko przypalenia się owoców możemy zmniejszyć, jeśli przed grillowaniem dobrze wymoczymy je w zimnej wodzie. Zdecydowana większość owoców pod wpływem opiekania na grillu staje się jeszcze bardziej słodka, dlatego nie musimy ich dosładzać przed umieszczeniem na ruszcie. Ich smak i aromat wydobędą natomiast dodatki, takie jak cynamon i wanilia. Owoce, podobnie jak mięsa, można marynować! Świetnie nada się do tego słodkie wino lub sok z cytryny z niewielkim dodatkiem miodu. W grillowaniu owoców najważniejszy jest jednak czas, w jakim pozostają na grillu – różni się on w zależności od tego, jak delikatny jest poddawany obróbce termicznej owoc.



Kluczem jest marynata

Arbuz kojarzony jest z orzeźwiającymi napojami, zaspokajającymi pragnienie w upalne dni. Ale arbuz z grilla? Jak najbardziej! Wystarczy zaledwie 2-3 minuty konieczne na mocno rozżarzonym grillu, by uwolnić niezwykle aromatyczny smak tego owocu. Pamiętajmy jednak o pilnowaniu procesu grillowania – arbuz ze względu na swoją delikatną strukturę potrzebuje zaledwie kilku chwil na ruszcie, ale tyle samo wystarczy, by uległ spaleni! – Kluczem do niepowtarzalnego smaku grillowanego arbuza jest jego marynata, w roli której świetnie sprawdzi się sos balsamiczny i kilka kropel soku z cytryny – zauważa Wiktor Kowalski z Dan Cake. Dymno-karmelowy posmak grillowanego arbuza sprawia, że tak przyrządzony owoc idealnie pasuje do letniej sałatki z rozszponką i liśćmi botwinki, na którą sezon łada chwila się zacznie oraz z kulkami sera mozzarella. – Chrupiącym akcentem idealnie komplementującym się ze smakiem sałatki z arbuzem będą nasze Bagietki do odpieku, które zostały już wstępnie podpieczone, co oznacza, że potrzebują zaledwie kilku minut na grillu, by zyskały złocisty kolor i chrupkość – radzi ekspert Dan Cake.



Ananasowy deser

Ananas to idealny owoc na grill, a czas jego przygotowania to ok. 6-10 minut. Przed wrzuceniem na ruszt trzeba obrać go ze skórki, wydrążyć twardy środek, pokroić na kilkucentymetrowe krążki i zamarynować, np. w mleku kokosowym, wiórkach kokosowych i cynamonie. – Owoc ten możemy także zgrillować bez marynaty i doprawić dopiero po zdjęciu z grilla – mówi Wiktor Kowalski z Dan Cake – W takiej formie ananas może stanowić idealny dodatek do naszych gotowych Gofrów. Wystarczy, że na chrupiącym gofrze podgrzanym na grillu położymy plaster ananasa, obsypimy brązowym cukrem lub polejemy miodem i dodamy kilka listków świeżej mięty – dodaje ekspert Dan Cake.

Przydymiona słodycz na chrupiącym toście

Obok ananasa, arbuza, czy banana świetnie grillującym się owocem jest też brzoskwinia. Owoc wystarczy przekroić na pół i pozbawić pestki, a każdą połówkę doprawić cynamonem i otartą skórką z cytryny. Pamiętajmy, że brzoskwinie należy grillować do 10 minut pod przykryciem, skórką do dołu, bez przewracania. W ten sposób naturalny sok, wydzielający się z grillowanej brzoskwini, wymiesza się z cynamonem i skórką z cytryny, zgromadzi w miejscu po wydrążonej pestce i nada słodczy całemu owocowi.

-Tak przygotowana brzoskwinia będzie świetnym dodatkiem do grillowanego tosta, przygotowanego na bazie naszego Chleba tostowego pszennego – mówi ekspert Dan Cake. – Wystarczy dodać kilka listków bazylii, kawałki sera koziego i delikatny dressing na bazie octu balsamicznego, by przygotować ciekawą przekąskę grillową albo śniadaniowe danie.



OGŁOSZENIA

Nadaj **drobne ogłoszenie** SMSem **już od 2 zł**

NIERUCHOMOŚCI

SPRZEDAM

SPRZEDAM siedlisko na działce 4800 m kw w malowniczej okolicy, tel. 695 469 389

SPRZEDAM działkę budowlaną 600 m kw, z dobrym ogrodzeniem murem, ul. Krzywa, Wejherowo, tel. 513-005-898

SPRZEDAM lub wynajmę działkę, 434 m2, nad morzem w Karwińskich Błotach, 1 km do pięknej plaży, z prawem budowy, media przy drodze, tel. 661 582 483

SPRZEDAM niezabudowaną działkę budowlaną, 821 m2, w Mieroszynie koło Jastrzębiej Góry, do morza ok. 3 km, tel. 793 903 536

SPRZEDAM dom murowany, podpiwniczony, dobra lokalizacja, garaż, ogród, możliwość dwóch oddzielnych mieszkań, ul. Pontonowa 10, Gdynia, tel. 508 261 157

POSZUKUJĘ WYNAJĄC

JESTEM zainteresowana wynajęciem garażu w okolicach ul. Rejtana / osiedle Chopina, długoterminowa umowa, tel. 665 117 489

STARSZY, samotny Pan, bez nałogów, szuka kawalerki, ewentualnie pokoju gościnnego w domu jednorodzinnym, tel. 503 590 203

OGŁOSZENIA W RAMCE

już od **10 zł** za emisję!

więcej: reklama@expressy.pl

SZUKASZ PRACOWNIKA?

Wyślij ogłoszenie SMS-em:

EXP.PDP. treść Twojego ogłoszenia

na numer: **79567**

ZAMIENIĘ

KUPIĘ

KUPIĘ mieszkanie za gotówkę, w Trójmieście, do remontu, zadłużone, tel. 572 48 55 29

MOTORYZACJA

SPRZEDAM

KUPIĘ

SKUP aut, kasacja, pomoc drogowa, auto części, Wejherowo, Trójmiasto, tel. 789 345 593

INNE

JAWA 350TSV tylko koła 16"p/tył, cena: 179 zł, Tczew, tel. 735 001 684 sprzedam

EDUKACJA

LEKCJE dodatkowe z fizyki i chemii, w tym zadania oraz matematyka, nauczyciel emeryt, Wejherowo, tel. 58 677 01 50

SPRZĘT ELEKT.

SPRZEDAM komputer, dysk 120 GB, klawiatura Vobis, monitor LCD TV Samsung z pilotem, 1000 zł, 505-56-70-34

PRACA

DAM PRACĘ

POSZUKUJĘ osobę do prac dociepleniowych, tel. 782 993 120

USŁUGI

POŻYCZKI, chwilówki, bez bik, dojazd do klienta, tel. 530 203 182

USŁUGI dekarstwo - ciesielskie, tel. 697 753 504

OPAKOWANIA jednorazowe, tel. 501 175 330

PROFESJONALNA fotografia okolicznościowa: śluby, wesela

sesje plenerowe, chrzty, komunie, tel. 697 442 013

KOTŁOWNIE, instalacje, wod-kan, gazowe, pompy ciepła, całe Trójmiasto i okolice, tel. 601 677 964

TOWARZYSKIE

SZUKAM Panią, lat 60, zadbaną, tel. 503 590 203

SINGLE 35l., modelowy typ urody, szukam Pani, 28 - 52 l., miłej spon-sorki, Gdynia, Sven, tel. 735 001 684

SEX-sex-sex to lubię, gorąca blondi pozna panów sponsorów, tel. 514 120 213 Sopot

WDOWA pozna Pana w wieku 63-65 lat, bez nałogów, zmotoryzowanego, na SMSy nie odpowiadam, tel. 881 237 164

RÓŻNE

SPRZEDAM rowery nowe i używane, przyczepki rowerowe, tel. 603 661 240

SPRZEDAM rower składak, duże koła, 220 zł, tel. 695 230 080

KUCHNIA elektryczna, blat ceramiczny, biała, 240 zł, tel. 695 230 080

SPRZEDAM piłę tarczową 2.0 kw, 380 W, samorobną z kółkami, 600 zł, tel. 695 230 080

DREWNO opałowe, buk, sosna i gałęziówka, porąbane, ułożone, możliwy transport, tel. 506 250 477

SIANO, słoma w balotach, 120x150,

siano kostka z magazynu. Możliwość transportu, tel. 506 250 477

SPRZEDAM rowery; używane i nowe, męskie i damki. Od 300 zł, tel. 603 661 240

MATA dla dziecka do leżenia i przewijania, kolor pomarańczowy, wym. 85 cm x 75 cm, nowa, 20 zł, 505-567-034

SPRZEDAM łyżwy figurowe, białe, rozm. 30, nowe, 50 zł, Wejherowo, tel. 505-567-034

SPRZEDAM ubranka dla dziewczynki, rozm. 122-128, czapki, szalik, buty, stan idealny, Wejherowo, 505-567-034

SPRZEDAM mydła włoskie Nesti Dante, 250 gram, różne zapachy, duży wybór, tel. 660 731 138

SKUPUJEMY stare militaria w bardzo dobrych cenach, (mundury, dokumenty, części zabytkowych pojazdów, odznaczenia, wyposażenie wojskowe), **Oldmilitaria.pl**, tel: 666 025 860, mail: ekwipunekwojskowy@gmail.com

SPRZEDAM kurtkę narciarską, damską, rozm. L, kolor biała, czarne wstawki, stan idealny, cena: 350 zł, Wejherowo, tel. 660 731 138

ZŁOTA rączka, drobne naprawy, sprzątanie obejścia, piwnic, transport, prace w ogrodzie, okolice Luzina, Wejherowa, tel. 693 737 381

SPRZEDAM szafę 2-drzwiową, na obuwiu i kurtki, 135x135, brązowa, bardzo tanio, tel. 517 782 024

SPRZEDAM rowerek treningowy orbitrek, bardzo tanio, tel. 517 782 024

SPRZEDAM krzeselko do karmienia dziecka, zielone, 150 zł, Wejherowo, tel. 505 567 034

SPRZEDAM dwa krzesła kuchenne metalowe, 100 zł, Wejherowo, tel. 505 567 034

Szeroki kolportaż

gwarantuje dotarcie Twojego ogłoszenia do **wielu odbiorców**

PROWADZISZ BIZNES?

Zareklamuj się pod kategorią **USŁUGI**

Wyślij ogłoszenie SMS-em:

EXP.USL. treść Twojego ogłoszenia na numer: **79567**

WYKAZ KATEGORII:

na nr **79567** (9 zł + VAT)

TOWARZYSKIE:	EXP.TOW.
DAM PRACĘ:	EXP.PDP.
SZUKAM PRACY:	EXP.PSP.
USŁUGI:	EXP.USL.

na nr **72051** (2 zł + VAT)

NIERUCHOMOŚCI SPRZEDAM:	EXP.NSP.
NIERUCHOMOŚCI KUPIĘ:	EXP.NKU.
NIERUCHOMOŚCI ZAMIENIĘ:	EXP.NZA.
NIERUCHOMOŚCI DO WYNAJĘCIA:	EXP.NDW.
NIERUCHOMOŚCI POSZUKUJĘ WYNAJĄC:	EXP.NPW.
MOTORYZACJA SPRZEDAM:	EXP.MSP.
MOTORYZACJA KUPIĘ:	EXP.MKU.
MOTORYZACJA INNE:	EXP.MIN.
EDUKACJA:	EXP.EDU.
SPRZĘT ELEKTRONICZNY KOMPUTERY:	EXP.SKO.
SPRZĘT ELEKTRONICZNY TELEFONY:	EXP.STE.
SPRZĘT ELEKTRONICZNY INNE:	EXP.SIN.
RÓŻNE:	EXP.PROZ.

BAUHAUS®
zatrudni od zaraz na budowy
na terenie Trójmiasta BRYGADY CIEŚIELSKIE, ZBRÓJARSKIE oraz pojedynczych cieśli.
Oferty prosimy składać na adres: **BAUHAUS Sp. z o.o.**, ul. Tatrzańska 19, 81-815 Sopot lub e-mail: mo@bauhaus.com.pl tel. 662 031 916

SKUP AUT
GOTÓWKA!
DOJAZD!
KAŻDY STAN!
788 558 401

REDAKCJA
Wejherowo 84-200,
ul. Gniewowska 7

REDAKTOR NACZELNY:
Piotr Ruszewski

DYREKTOR HANDLOWY:
Rafał Laskowski

DIENNIKARZE: Rafał Korbut, Anna Walk

SKŁAD: Michał Dopke

SEKRETARZ DS. ADMINISTRACYJNYCH:
Magdalena Chmielewska
tel. 796 600 155
m.chmielewska@expressy.pl

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczanych ogłoszeń.
ISSN 2080-7430
WYDAWNICTWO
NORDAPRESS PPHU, 84-200 Wejherowo,
ul. Gniewowska 7, wNIP 588-131-07-65

BIURO REKLAM
Małgorzata Mielewcyk,
m.mielewcyk@expressy.pl,
tel. 793 311 155
tel. 58 736 33 22
reklama@expressy.pl

DRUK Express Media Bydgoszcz

NAKLAD 10 000 egzemplarzy

Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawnictwa jest zabronione.

REDAKCJA GDAŃSK:
Aleja Zwycięstwa 24,
80-219 Gdańsk,
tel. fax. 58 55 333 40

REDAKCJA LĘBORK:
Plac Pokoju 3, piętro II, pokój 7,
84-300 Lębork,
tel. fax. 59 843 42 71

PARTNEREM EXPRESSU JEST: SPORTNAKASZUBACH.PL, SERWIS INTERNETOWY O SPORCIE I AKTYWNYM WYPOCZYNKU W POWIECIE KARTUSKIM

Bizewski i Mateja wygrywają

SPORTY WALKI | NA GALI FEN 2017 BALTIC STORM POWIAT KARTUSKI REPREZENTOWALI DWAJ ZAWODNICY. WYGRALI ONI SVOJE WALKI.

Walka Artura Bizewskiego z Marcinem Szrederem była ozdobą gdyńskiej gali. Już od pierwszych sekund walka była bardzo otwarta – rywale ruszyli na siebie i nie bawili się w kalkulacje. Jeszcze w pierwszej rundzie potężny prawy sierpowy Szredera posłał zawodnika ze Skrzyszewa na deski i odbyło się liczenie, ale Bizewski nie zamierzał się poddać. W drugiej rundzie obaj badali się, szukali celnych ciosów, aż w końcu Bizewski zbliżył się do Szredera i prawym sierpowym sprawił, że przeciwnik padł na deski i sędzia nie pozwolił kontynuować pojedynku, co dla reprezentanta naszego powiatu oznaczało zwycięstwo.

Kamil Mateja walczył z

bardziej doświadczonym i wyższym o 10 cm Alanem Kwiecińskim. Zawodnik z Kartuz został przez Kwiecińskiego szybko zepchnięty do defensywy, ale później Mateja zaczął odgryzać się rywalowi i nie dawał się mu zdominować. Szybkie kopnięcia z czasem zaczęły dawać zawodnikowi z Kartuz przewagę. Po trzech bardzo ciekawych rundach sędziowie jednogłośnie decyzją uznali zwycięstwo Matei.

Organizacja Fight Exclusive Night nagrodziła Artura Bizewskiego za najlepszy nokaut gali. Doceniony został także Kamil Mateja – dzięki świetnej walce z Alanem Kwiecińskim podpisał on kontrakt na następne walki na galach FEN. (KG)



AWANSU NIE BĘDZIE

PIŁKA NOŻNA | OSTATNIE STRACONE PRZEZ GKS PRZODKOWO PUNKTY PRZEKREŚLIŁY SZANSE ZESPOŁU NA AWANS DO II LIGI.



Oznacza to, że wszystkie drużyny z powiatu pozostaną w swoich ligach. Kolejka po awans do II ligi jeszcze niedawno była bardzo długa, lecz teraz o pierwsze miejsce dające promocję walczą już tylko Lech II Poznań, Bałtyk Gdynia i Gwardia Koszalin. Z wyścigu odpadł GKS Przodkowo, który nie wygrał żadnego z ostatnich dwóch spotkań. Najpierw podopieczni Sebastiana Letniowskiego po bramce straconej w doliczonym czasie gry przegrali u siebie z Wdą Świecie 1-2, a w ostatni weekend znów nie wykorzystali atutu własnego boiska i zremisowali 0-0 ze Świttem Skolwin. Rywale odskoczyli GKS-owi i pomimo tego, że do końca rozgrywek zostało 5 kolejek już teraz można powiedzieć, że piłkarze z Przodkowa marzenia o awansie muszą odłożyć na kolejny sezon. Grający w tej samej lidze piłkarze KS Chwaszczyno są za to właści-

wie pewni utrzymania – dwa ostatnie zwycięstwa (2-1 z Leśnikiem Manowo i 1-0 z Górnikiem Konin) dają im spokój w ostatnich meczach sezonu.

Cartusia w dobrym stylu zbliża się do końca czwartoligowych rozgrywek. Piłkarze z Kartuz są niepokonani od 1. kwietnia, ostatnio wygrali 2-0 z Gryfem Słupsk i zasłużenie zapewnili sobie utrzymanie. Wiosną zdobyli już 19 punktów, co daje nadzieję, że następny sezon będzie w ich wykonaniu lepszy, niż obecny.

GKS Przodkowo i KS Chwaszczyno w najbliższą sobotę o 17:00 zagrają na wyjeździe, odpowiednio: z KKS-em Kalisz i Pogonią Lębork. Czwartoligowa Cartusia o kolejne punkty zagra również na wyjeździe. W sobotę o 16:00 zmierzy się z Centrum Pelplin.

KASZUBY TŁUMNIE POBIEGŁY

LEKKOATLETYKA | WIELE RÓŻNYCH DYSTANSÓW DLA DZIECI ORAZ TYTUŁOWA, 15-KILOMETROWA TRASA PRZYCIĄGnęŁY TŁUMY.

Sierakowicka '15, która stanowiła trzecią odsłonę imprezy Kaszuby Biegają. Trudną, zawierającą liczne podbiegi i nierówności trasę pokonało w niedzielę 339 osób. Dla dzieci zostały przygotowane różne dystansy – najmłodszy mogli pójść na 100 m, ale także spróbować swoich sił w biegu m.in. na milę.

Najlepsi byli biegacze z Gdyni. Pierwszy na metę przybiegł Adam Głogowski, który pokonał 15 km w czasie 00:54:22, kończąc dystans z przewagą prawie minuty nad drugim zawodnikiem. Wśród kobiet naj-

lepsza była Aleksandra Baranowska-Trzasko z czasem 01:04:10. Metę przekroczyła wraz z Moniką Czapiewską, której zapisany został ten sam czas.

Kolejny start z cyklu Kaszuby Biegają to XXX Bieg Stoletni, który odbędzie się w Gniewinie 3. czerwca. Dystans trasy to 7 km.

Najlepsi byli biegacze z Gdyni. Pierwszy na metę przybiegł Adam Głogowski



fot. Bartosz Cirocki / sportnakaszubach.pl

Walczyli na dwóch frontach

ZAPASY | OBFITY W STARTY WEEKEND MIELI KADECI I JUNIORZY – GKS CARTUSIA KARTUZY.

Mistrzowie Polski – Krzysztof Niklas oraz Aleksander Mielewczyk w ramach przygotowania do Mistrzostw Europy, startując w reprezentacji Polski zmierzyli się ze swoimi zagranicznymi konkurentami na turnieju w Bukareszcie w Rumunii.

Obaj nasi reprezentanci zajęli miejsca w pierwszej

piątce – Krzysztof Niklas walczył w kat. 74 kg junior i poniósł 2 porażki i dwukrotnie zwyciężył swoich przeciwników, co dało mu piąte miejsce i miejsce tuż za podium. Drugi reprezentant Cartusii, Aleksander Mielewczyk dotarł do strefy medalowej w kat. 63 kg kadet, po porażce w pierwszej walce z zawodnikiem Buł-

garii odniósł zwycięstwa z reprezentantami Chorwacji oraz Rumunii zdobywając brąz. Jest to jego drugi turniej międzynarodowy z dorobkiem medalowym.

Pozostali zawodnicy startowali w Mistrzostwach Polski LZS zdobywając trzy medale. Wicemistrzami Polski zostali – Damian Metza

w kat. 74 kg oraz Rafał Formela w kat. 120 kg, natomiast brąz zdobył Sebastian Bir – kat. 74 kg. Pozostali reprezentanci Cartusii zajęli miejsca, Nikodem Drewna – miejsce 8. Michał Ducher – miejsce 11. Jakub Hildebrandt – miejsce 8. W klasyfikacji drużynowej Cartusia zajęła 2. miejsce.



ZOO
CHARLOTTA

Dolina Charlotty zaprasza rodziny oraz wycieczki szkolne.

**Zapraszamy do miejsca,
w którym nauka bawi,
a zabawa uczy.**

ZOO, wodne ZOO safari, Fokarium, Dmuchawce, Park linowy, Kajaki



Dolina Charlotty Resort & SPA
Strzelinko 14, 76-200 Słupsk

+48 59 847 43 41
+48 667 711 261

atrakcje@charlotta.pl
www.dolinacharlotty.pl