express
# Rumski

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

Poniedziałek, 26 sierpnia 2019 r. | Nr 8 (18) NAKŁAD 7 500 EGZ.

# STADION po remoncie i z nową bieżnią

str. 2-3

**Zakończyła się modernizacja miejskiego stadionu w Rumi. Obiekt został gruntownie wyremontowany i zyskał nową bieżnię. Mieszkańcy mogą już z niego korzystać, zaś na początku przyszłego miesiąca planowane jest uroczyste, oficjalne otwarcie.**

express Rumski

# Skok do nowej epoki

**Z JOLANTĄ KRÓL, DYREKTOREM MIEJSKIEGO OŚRODKA SPORTU I REKREACJI W RUMI, ROZMAWIAMY O ZAKOŃCZONEJ NIEDAWNO MODERNIZACJI STADIONU I NOWEJ BIEŻNI.**

**DOBIEGŁA KOŃCA MODERNIZACJA STADIONU MIEJSKIEGO, A RUMIANIE MOGĄ JUŻ KORZYSTAĆ Z NOWEJ BIEŻNI. DLACZEGO TO TAK WAŻNA INWESTYCJA DLA MIESZKAŃCÓW MIASTA?**

- Ta inwestycja jest bardzo ważna nie tylko dla mieszkańców, ale także dla stowarzyszeń sportowych, które korzystają z obiektu. Po 40-tu latach doczekaliśmy się bieżni z prawdziwego zdarzenia, czyli tartanowej. Wreszcie jest możliwość prowadzenia treningów nie tylko na poziomie krajowym, ale także europejskim.

Standard znacznie się poprawił. Można powiedzieć, że to jak przeskok z jednej epoki do drugiej. Nie da się nawet porównać starej bieżni żużlowej do nowej, wykonanej z tartanu.

Ze zmodernizowanego stadionu chętnie korzystają trenerzy personalni z grupami osób, które zawodowo lub amatorsko uprawiają sport.

**WIELE ZMIENIŁO SIĘ NA LEPSZE. JAKI DOKŁADNIE BYŁ ZAKRES WYKONYWANYCH PRAC I CO ZYSKAJĄ DZIĘKI TEMU MIŁOŚNICY SPORTU W NASZYM MIEŚCIE?**

- Zmian na lepsze jest bardzo dużo. Posiadamy teraz bieżnię okólną 400 metrów z 4 torami i prostą o długości 110 metrów z 6 torami. To umożliwia profesjonalne treningi lekkoatletom z Rumskiego Klubu Sportowego. Udoskonalono skocznie w dal, które dają możliwość prowadzenia treningów zawodowych. Ponadto na obiekcie znajduje się profesjonalna rzutnia do pchnięcia kulą i skocznia do skoku wzwyż. Jest również możliwość rzutu oszczepem. Stadion został poszerzony i może być zweryfikowany na II ligę piłki nożnej.

Bardzo ważna kwestią było rozebranie starych trybun i usunięcie topoli, które zagrażały bezpieczeństwu trenujących osób. Zadbaliśmy o to, by drewno zostało w pełni wykorzystane – powstały z niego rzeźby dzikich zwierząt, które stoją obecnie w Parku Żelewskiego. Zostały wykonane podczas pleneru rzeźbiarskiego przez artystów z Polski i Ukrainy.

Oczywiście, zadbaliśmy także o istniejące trybuny, które zostały umyte i pomalowane.

fot. MOSiR Rumia

**ODNOWIONY OBIEKT TO RÓWNIEŻ NOWE ZASADY KORZYSTANIA Z NIEGO - TAK, BY SŁUŻYŁ WSZYSTKIM JAK NAJDŁUŻEJ, PRAWDA?**

- Każde użytkowanie obiektu sportowego rządzi się określonymi regułami i zasadami. Zawsze jako gospodarz ośrodka staraliśmy się, by stadion jak najlepiej służył mieszkańcom miasta. Po remoncie został opracowany regulamin korzystania z bieżni tartanowej oraz dostępnych urządzeń. Ważne jest, by użytkownicy posiadali odpowiednie obuwie sportowe.

Godziny otwarcia wyznaczyliśmy od 7.00 do 22.00. Jest to związane z godzinami pracy recepcji MOSiR-u Rumia.

Obiekt posiada 5-letnią gwarancję i musimy dbać o to, by utrzymać go w jak najlepszym stanie. Tak, by wykonawca nie mógł nam zarzucić, że stadion, czy bieżnia są użytkowane niezgodnie z ich przeznaczeniem.

Wejście przez recepcję pozwala wyeliminować możliwość wprowadzania psów, czy wjeżdżania rowerami, o co już dawno prosili nas pozostali użytkownicy obiektu. Mamy też prośbę do kibiców piłki nożnej, aby w trakcie meczów zachowywali się zgodnie z regulaminem stadionu.

**JAKIE PRACE ZWIĄZANE Z PRZEBUDOWĄ STADIONU I OKOLIC SĄ JESZCZE PLANOWANE W BLIŻSZEJ LUB DALSZEJ PRZYSZŁOŚCI?**

- Przede wszystkim po stronie szóstego toru do biegów powinna powstać trybuna ażurowa. Musimy postawić dwa kontenery: na sprzęt sportowy do treningów lekkoatletycznych oraz na sprzęt do sprzątania i konserwacji płyty boiska.

Moim marzeniem jest wybudowanie profesjonalnej rzutni do dysku i młota. Takiej rzutni jak do tej pory nie ma w całym powiecie wejherowskim! I oczywiście bardzo ważnym elementem jest dosadzenie drzew wzdłuż ogrodzenia stadionu.

**CHOĆ MIESZKAŃCY JUŻ BIEGAJĄ I ĆWICZĄ NA ODNOWIONYM OBIEKCIE, TO JEGO OFICJALNE OTWARCIE JEST PRZEWIDYWANE 13 WRZEŚNIA. JAKICH ATRAKCJI MOŻEMY SIĘ SPODZIEWAĆ W PROGRAMIE UROCZYSTOŚCI?**

- Zakończenie tak gruntownej modernizacji to niewątpliwie powód do radości i świętowania. Taka sytuacja wręcz wymaga uroczystego otwarcia. Tym bardziej, że nigdy takiej ceremonii nie było, gdyż 32 lata temu po prostu przejęliśmy stadion w zastanych warunkach.

Chcemy zrobić to w ramach 23 Sztafet Olimpijskich o Puchar Dyrektor MOSiR-u Rumia, przy udziale dzieci, młodzieży, mieszkańców miasta oraz zaproszonych gości – naszych sympatyków i przyjaciół.

**ŚWIĘTOWANIE PONOWNEGO OTWARCIA STADIONU NIEMALŻE ZBIEGA SIĘ Z WYJĄTKOWYM JUBILEUSZEM: 40-LECIA PANI PRACY ZAWODOWEJ, Z CZEGO 32 LATA TO PRACA NA RZECZ MOSIR-U RUMIA. TO DOBRA OKAZJA DO PODSUMOWAŃ I UKŁADANIA DALSZYCH PLANÓW...**

- Bardzo się cieszę, że otwarcie stadionu zbiega się z moim podwójnym jubileuszem. Na początku mojej kariery zawodowej przez dwa lata pracowałam jako mechanik diagnosta dla PP Polmozbyt w Krakowie, a przez kolejne sześć lat jako księgowa i zawodniczka WKS Wawel Kraków. Potem zmieniłam barwy klubowe z Wawelu Kraków na Flotę Gdynia. Tak trafiłam nad polskie morze i od razu związałam się z MOSiR-em Rumia. Półtora roku temu dostałam z rąk ministra sportu i turystyki złotą odznakę „Zasłużony dla Sportu", do której nominowała mnie Salezjańska Organizacja Sportowa SALOS Rumia.

Przez lata mojej pracy wraz z dyrektorem Janem Nowickim skupialiśmy się nad poprawą infrastruktury obiektów MOSiR-u Rumia. Kiedy 32 lata temu zaczynałam, stał tu skromny pawilon, a stadion porastała babka. Teraz możemy być dumni z naszych obiektów, a jest ich sporo. W zarządzie MOSiR-u znajduje się kompleks boisk SALOS przy ul. Bukowej, boisko przy ul. Gdyńskiej, kryta pływalnia przy ul. Rodziewiczówny oraz stadion z tartanową bieżnią i boiskiem bocznym. No i oczywiście hala widowiskowo-sportowa, która tętni życiem.

A cóż mi się marzy? Przebudowa hali o zaplecze hotelowe. Burmistrz Michał Pasieczny już zabiega o środki, które to umożliwią. Ponadto - przedłużenie hali o 4 metry i budowa nowej krytej pływalni, gdyż powstanie drugiego basenu w mieście jest marzeniem wielu mieszkańców Rumi.

EXPRESS RUMSKI

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

REDAKTOR NACZELNY:
**Piotr Ruszewski**
p.ruszewski@expressy.pl

DYREKTOR HANDLOWY:
**Rafał Laskowski**
r.laskowski@expressy.pl

DZIENNIKARZ:
**Rafał Korbut**
r.korbut@expressy.pl

OPRACOWANIE GRAFICZNE I SKŁAD:
**Łukasz Wick**

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.

BIURO REKLAM
**Danuta Bieszke,**
d.bieszke@expressy.pl, tel. 660 731 138

**DRUK** Polska Press, oddział w Bydgoszczy

**NAKŁAD** 7 500 egzemplarzy

Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawnictwa jest zabronione.

**ISSN: 2544-9699**

**WYDAWCA:**
PR MEDIA GROUP Sp z o.o Aleja Zwycięstwa 24, 80-219 Gdańsk
NIP 584-273-75-19

# Stadion całkowicie odnowiony

**MIESZKAŃCY MOGĄ JUŻ KORZYSTAĆ ZE STADIONU MIEJSKIEGO OŚRODKA SPORTU I REKREACJI. OBIEKT ZOSTAŁ GRUNTOWNIE ZMODERNIZOWANY, WYBUDOWANO TEŻ NOWĄ BIEŻNIĘ. WKRÓTCE ODBĘDZIE SIĘ OFICJALNE, UROCZYSTE OTWARCIE.**

fot. UM Rumia

Modernizacja stadionu Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Rumi dobiegła końca. Prace trwały kilkanaście miesięcy, a ich zakres był ogromny. Po zakończeniu obiekt przeszedł wszystkie niezbędne odbiory, co oznacza, że został oficjalnie przekazany do dyspozycji mieszkańców. Koszt inwestycji, dzięki której powstała m.in. nowa bieżnia i odwodnienie, to ponad 5 milionów złotych.

Jednym z powodów, dla których przebudowa stadionu była niezbędna, był brak odwodnienia. Każdorazowo po intensywnych opadach deszczu obiekt praktycznie nie nadawał się do użytku. Drugim poważnym mankamentem była bieżnia - żwirowa nawierzchnia utrudniała treningi lekkoatletyczne uczniom i zawodnikom lokalnych klubów sportowych.

Obydwa problemy zostały ostatecznie rozwiązane. Wykonano odwodnienie oraz wybudowano bieżnię od nowa. Teraz ma ona nawierzchnię z czerwonego tartanu, czyli specjalnego tworzywa poliuretanowego, które jest niezwykle odporne na ścieranie. Tartanu używa się nie tylko do wykładania bieżni, lecz także rozbiegów, rzutni i boisk sportowych. Powszechnie stosuje się go w obrębie obiektów lekkoatletycznych na całym świecie. Na dystansie 400 metrów bieżnia podzielona została na cztery tory, natomiast dodatkowe dwa tory pojawiły się na dystansie 100 metrów. W ramach inwestycji przebudowano także m.in. rozbieg do skoku w dal i trójskoku oraz rzutni do pchnięcia kulą. Obiekt doczekał się też częściowej modernizacji ogrodzenia oraz skarpy pod dawnymi trybunami. Powstało również nowe oświetlenie.

Realizacja inwestycji była możliwa, dzięki zdobytemu przez urząd dofinansowaniu. Miasto pozyskało na ten cel 900 tysięcy złotych z Ministerstwa Sportu i Turystyki oraz blisko 400 tysięcy złotych z Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

– Otwarcie nowej bieżni pozytywnie wpłynie na jakość treningów lekkoatletycznych oraz podniesie bezpieczeństwo i komfort trenujących – podkreśla Karol Zalewski, trener personalny, triathlonista i dwukrotny zwycięzca ultramaratonu „Ultra-Janosik”. - Z bieżni można korzystać za darmo, co z pewnością przełoży się na liczbę chętnych. W wielu miastach za korzystanie z takich obiektów trzeba zapłacić.

– Nowa bieżnia umożliwia prowadzenie treningów interwałowych czy rytmowych, a przede wszystkim organizację zawodów lekkoatletycznych wyższej rangi, niż te dotychczasowe – dodaje Grzegorz Grinholc, nauczyciel wychowania fizycznego, lekkoatleta i wicemistrz świata w chodzie sportowym na dystansie 10 km. – . Znalazły się tu także miejsca, w których można doskonalić technikę skoku w dal czy skoku wzwyż. Polecam korzystanie z obiektu zarówno profesjonalistom, jak i amatorom. Warto też pamiętać, że nawierzchnia tartanowa jest o wiele bardziej sprężysta niż kostka brukowa czy asfalt, dzięki czemu minimalizuje ryzyko urazów stawów. Biegając po nawierzchni tartanowej o wiele łatwiej kontrolować również prawidłową technikę biegu.

Co istotne, wejście na bieżnię jest możliwe wyłącznie przez recepcję hali MOSiR, natomiast tor numer 1 jest przeznaczony tylko do treningów specjalistycznych. Pełny regulamin obiektu można znaleźć na facebookowym profilu MOSiR-u.

Modernizacja stadionu, który został zbudowany w 1964 roku, umożliwi organizację ogólnopolskich imprez sportowych oraz zapraszanie najlepszych zawodników z kraju. Oficjalne, uroczyste otwarcie stadionu zaplanowane jest na 13 września. **/raf/**

### PROGRAM OFICJALNEGO OTWARCIA:

*Na piątek, 13 września, na godz. 10.00 przewidziano uroczyste otwarcie zawodów z zapaleniem znicza olimpijskiego i hymnem narodowym, kwadrans później - start zawodów.*
*Punktualnie o godz. 11.00 nastąpi ceremonia otwarcia Stadionu Miejskiego, z przecięciem wstęgi i poświęceniem obiektu. O godz. 11.20 rozpoczną się młodzieżowe biegi pokazowe na 600 m z udziałem najlepszych zawodników z całej Polski.*
*W południe odbędzie się wręczenie nagród dla medalistów wojewódzkich zawodów w roku szkolnych 2018/19 oraz najlepszych sportowców z rumskich szkół, a następnie dekoracje biegów pokazowych.*
*Potem zaplanowano ciąg dalszy Sztafet Olimpijskich, a ok. godz. 14.00 - zakończenie imprezy.*
*Ponadto w trakcie wydarzenia przewidziano dodatkowe atrakcje, m. in. mini akcent pirotechniczny oraz wypuszczenie 65-ciu gołębi na 65-te urodziny miasta.*

# Czysta energia z wiatru warta miliardy złotych

**Trzy pomorskie gminy (w tym Rumia) oraz przedstawiciele zarządu Portu Gdynia chcą, aby na Bałtyku stanęły farmy wiatrowe. Przedsięwzięcie w przyszłości mogłoby zaspokoić aż 1/5 zapotrzebowania na energię całego kraju!**

fot. UM Rumia

Jeśli doszłoby do realizacji pomysłu, będzie to jedna z największych inwestycji w historii polskiego przemysłu energetycznego. Niedawno list intencyjny w tej sprawie podpisali przedstawiciele trzech pomorskich gmin - Gdyni, Rumi i Kosakowa - oraz zarządu Portu Gdynia.

Obecnie Krajowy System Elektroenergetyczny w Polsce jest w ponad 70 proc. oparty na elektrowniach opalanych węglem. W najbliższych latach wycofane zostaną z użytku najstarsze bloki energetyczne i trzeba będzie je zastąpić innymi źródłami energii. Rozwiązaniem tego problemu ma być rozwój energetyki odnawialnej. Rząd przygotował strategię pozyskania energii z nowych źródeł, a jednym z nich jest wiatr. Najlepszym miejscem jego wykorzystania jest obszar morski, gdzie wiatr wieje przez około 330 dni w roku. Wiatraki miałyby zostać usytuowane w odległości ponad 20 kilometrów od linii brzegowej co nie zakłóci nadmorskiego krajobrazu polskiego wybrzeża.

Wyliczenia ekspertów pokazują, że zainstalowanie morskich farm wiatrowych o mocy 6 GW do 2030 roku stworzy 77 tysięcy miejsc pracy w całym kraju, wygeneruje około 60 miliardów złotych wartości dodanej do PKB i 15 miliardów wpływów z tytułu podatków CIT i VAT. Będą to gigantyczne inwestycje, warte miliardy złotych, do zrealizowania których potrzebny jest odpowiedni port oraz rozległe zaplecze przemysłowo-usługowe na lądzie.

Na terenie nadmorskich gmin miałoby działać lądowe zaplecze budowy farm wiatrowych. To spowodowałoby powstanie setek, a nawet tysięcy, nowych miejsc pracy.

– Mamy szansę przyciągnąć firmy, które będą bezpośrednio obsługiwały, zarówno inwestycyjnie, jak i w fazie eksploatacji, farmy wiatrowe – podkreśla Michał Pasieczny, burmistrz Rumi. – Wspólnie z Portem Gdynia i dwoma samorządami chcemy przygotować możliwie najbogatszą ofertę, żeby specjalizujące się w tym przedsiębiorstwa wybrały właśnie nasz region. Zwiększyłoby to dochody gminy z tytułu podatków, co pozwoli na realizację większej liczby działań społecznych.

– Dzięki wieloletniemu doświadczeniu jesteśmy gotowi do obsługi morskich farm wiatrowych, zarówno w fazie budowy, jak i eksploatacji – dodaje Adam Meller, prezes zarządu Morskiego Portu Gdynia.

Rozpoczęcie budowy farm wiatrowych planowane jest na 2022 rok.

express Rumski

# Przestrzenie publiczne z szansą na nagrodę

**ATRAKCYJNE, ESTETYCZNE I STWORZONE Z MYŚLĄ O MIESZKAŃCACH – TAKIE PRZESTRZENIE PUBLICZNE MAJĄ SZANSĘ NA NAGRODĘ W PRESTIŻOWYM, OGÓLNOPOLSKIM KONKURSIE. NA LIŚCIE NOMINOWANYCH ZNALAZŁA SIĘ TEŻ RUMIA.**

fot. UM Rumia

Poznaliśmy listę miejsc nominowanych w konkursie na najlepiej zagospodarowaną przestrzeń publiczną w Polsce. Teraz mają szansę zdobyć nagrodę. Na liście znalazło się aż pięć miejsc z województwa pomorskiego.

- Podstawowym celem konkursu na najlepszą zagospodarowaną przestrzeń publiczną w Polsce jest kształtowanie nowoczesnego wizerunku naszego kraju poprzez promocję najlepszych przedsięwzięć urbanistyczno-architektonicznych – wyjaśniają przedstawiciele Towarzystwa Urbanistów Polskich, które jest organizatorem konkursu.

Konkurs jest rozstrzygany etapami. W pierwszym przyjmowane były zgłoszenia od samorządów, osób fizycznych i prawnych. Kolejny etap to wyłonienie nominowanych do nagrody. Na tej liście znalazły się następujące realizacje:

Gdańsk – rewaloryzacja Parku Oruńskiego; Jaworzno – Wodny Plac Zabaw; Katowice – Muzeum Śląskie, otoczenie Łaźni Głównej i Stolarni na terenie dawnej kopalni Katowice; Kielce – Wzgórze Zamkowe, Instytut Dizajnu; Kowalewo Pomorskie – plac 700-lecia; Kraków – Ogrody Krakowian, parki kieszonkowe w Krakowie; Lublin – rewitalizacja części Śródmieścia, zmiana zagospodarowania placu Litewskiego i przebudowa istniejącego deptaka; Lubochnia – park gminny przy ul. Zapłotnia; Łódź – OFF Piotrkowska; Opole – plac Jana Pawła II; Pruszcz Gdański – rewitalizacja Parku z Gruszą; Pszczółki – ścieżka edukacyjna na terenie Obszaru Chronionego Krajobrazu Żuław Gdańskich w Skowarczu; Rumia – ciąg pieszo-rowerowy wzdłuż Zagórskiej Strugi; Skierniewice – Zalew Zadębie; Sosnowiec – kompleks wypoczynkowy Stawiki; Starogard Gdański – Park Nowe Oblicze; Szczecin – plac Literatury na Osiedlu Majowym.

– W tym roku do nagrody krajowej nominowanych zostało 17 przestrzeni publicznych, z tego aż pięć z naszego województwa. Tak się składa, że wszystkie realizacje były nagrodzone lub wyróżnione w ubiegłorocznym konkursie Najlepsza Przestrzeń Publiczna Województwa Pomorskiego – zaznacza Jakub Pietruszewski, dyrektor Pomorskiego Biura Planowania Regionalnego.

W ostatnim etapie konkursu zostaną wręczone nagrody. Ceremonia odbędzie się 16 września br. w czasie konferencji Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Towarzystwa Urbanistów Polskich oraz Narodowego Instytutu Architektury i Urbanistyki.

**/raf/**

# Park pełen dzikich zwierząt

**W janowskim parku na dobre zadomowiły się dzikie zwierzęta. Ale bez obawy – nie zrobią krzywdy spacerowiczom. Są bowiem wykonane z drewna.**

fot. UM Rumia

fot. UM Rumia

fot. UM Rumia

W miejskim parku Żelewskiego w Rumi Janowie od niedawna możemy natknąć się na orła, lisa, sowę, a nawet... niedźwiedzia, dzika i wilka! Zwierzęta zostały wyrzeźbione w drewnie przez artystów, którzy wzięli udział w plenerze rzeźbiarskim.

Skąd pomysł, aby takie ozdoby pojawiły się w przestrzeni publicznej? Stworzenie takich właśnie parkowych dekoracji zaproponowała już kilka lat temu Teresa Jałocha, przewodnicząca Komisji Kultury Rady Miejskiej Rumi poprzedniej kadencji. Wówczas jednak pomysł nie został zrealizowany, gdyż dopiero teraz pojawiły się ku temu odpowiednie okoliczności. Tymi okolicznościami była modernizacja stadionu Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji. Zakres prac spowodował konieczność wycinki drzew. I właśnie te ścięte drzewa zostały przeznaczone do obróbki przez artystów.

Plenerowe prace nad rzeźbami trwały przez kilka dni, pod koniec maja. Podjęło się ich sześcioro artystów. Pokłosiem rzeźbiarskiego pleneru było siedem rzeźb: 5 monumentów przedstawiających wilka, niedźwiedzie, sowy, dzika oraz orła, a także 2 ławki – jedna zdobiona podobiznami jeży, a druga wizerunkami wiewiórki i lisa.

Rzeźby w sierpniu na stałe stały się elementem miejskiego parku. Wcześniej wymagały czasochłonnej impregnacji, odpowiedniego zabezpieczenia oraz właściwego przytwierdzenia do podłoża. W ten sposób zostały w pełni przygotowane, by cieszyć oczy przechodniów.

– Park Żelewskiego to płuca dzielnicy, w której mieszka około 30 proc. mieszkańców całego miasta. Inwestujemy więc po to, by spędzanie tu czasu z rodziną było jeszcze przyjemniejsze – podkreśla Ariel Sinicki, przewodniczący rady miejskiej.

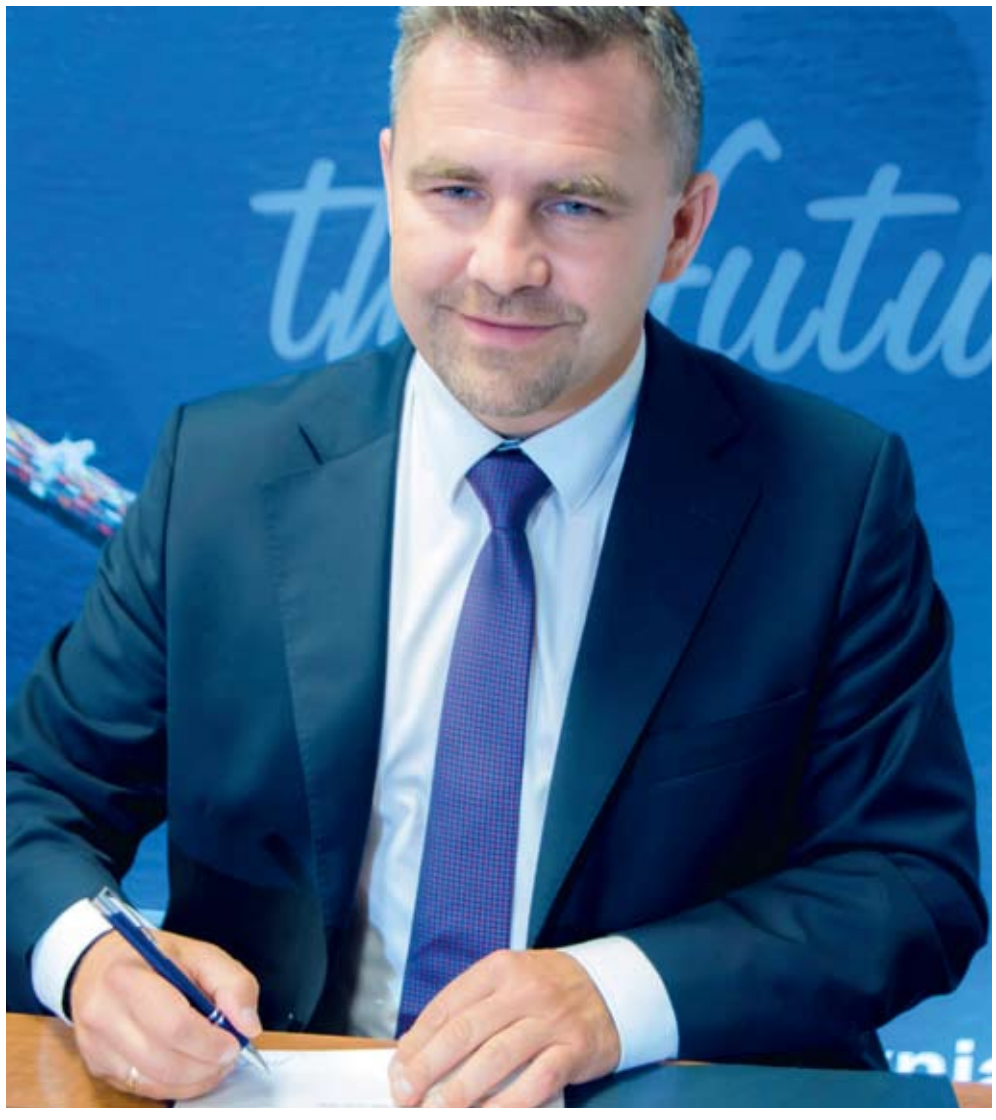
**/raf/**

# Samorządy postawione w bardzo trudnej sytuacji

Z MICHAŁEM PASIECZNYM, BURMISTRZEM RUMI, O BUDŻETACH SAMORZĄDÓW W KONTEKŚCIE WIELU ZMIAN WPROWADZANYCH I PLANOWANYCH PRZEZ RZĄD, ROZMAWIA RAFAŁ KORBUT.

**DECYZJE RZĄDU DOTYCZĄ ROZMAITYCH DZIEDZIN ŻYCIA I MAJĄ DUŻY WPŁYW NA DZIAŁALNOŚĆ SAMORZĄDÓW - TAKŻE NA BUDŻETY MIAST, GMIN I POWIATÓW. JAKIE ZMIANY (ZARÓWNO WPROWADZONE W OSTATNIM CZASIE, JAK I TE ZAPOWIEDZIANE NA NAJBLIŻSZĄ PRZYSZŁOŚĆ) DOTYCZĄ BEZPOŚREDNIO PIENIĘDZY, KTÓRYMI DYSPONUJĄ SAMORZĄDY?**

- Zdecydowanie największe znaczenie mają zmiany dotyczące większych kosztów oświaty, gdzie rząd daje podwyżki nauczycielom, nie dając na to obiecanych środków i w bardzo dużej części zrzuca to na urzędy gmin, miast oraz starostwa. Drugim elementem, który ma ogromne znaczenie na wysokość środków, którymi samorządy dysponują na działania dla mieszkańców, to wpływy z tytułu podatku PIT (który do gmin wraca w wysokości ok. 37 proc.). To kolejny przypadek gdy rząd coś daje, nie finansując tego w całości, a przerzuca znowu na samorządy. To szokująca postawa rządu. Prawie wszyscy radni, wójtowie, burmistrzowie, starostowie i prezydenci miast są jednomyślni w tej kwestii, iż jest to zabieranie środków finansowych samorządom, które będą musiały znacznie ograniczyć szereg działań dla swoich mieszkańców. Samorządowcy postępują inaczej – gdy dają coś swoim mieszkańcom, w 100 proc. finansują to zadanie. Rząd niestety tak nie postępuje. Według mnie, dążą do tego po przegranych wyborach, aby udowodnić za wszelką cenę, że wójtowie, burmistrzowie, starostowie z innych opcji politycznych są nieudolni, ponieważ coraz mniej będą budować, remontować i będą musieli ograniczać działania społeczne. A będzie to spowodowane zabraniem przez rząd dochodów z tytułu podatki PIT i dołożenie znacznie większych kosztów w oświacie.



**JAKI WPŁYW NA BUDŻETY SAMORZĄDÓW BĘDĄ MIEĆ TE ZMIANY?**

- Już od roku 2018 ograniczamy pomału część zadań społecznych dla mieszkańców, a inwestycje odkładane są na później z roku na rok. Obecnie od września w naszych rumskich szkołach będzie np. znacznie mniej dodatkowych zajęć, które w 100 proc. opłacał nasz samorząd od kilkunastu lat... To smutna rzeczywistość, ale my już musimy się znacznie ograniczać i bardzo często zaczynamy mówić naszym mieszkańcom „przepraszamy, ale nie jesteśmy w stanie tej fajnej propozycji zrealizować- brakuje nam środków, ponieważ na dochodach zabrano nam kwotę kilku milionów, a także musimy kilka milionów złotych więcej dołożyć da zadań oświatowych".

**JAK DUŻO MOGĄ STRACIĆ SAMORZĄDY? O ILE MNIEJ PIENIĘDZY BĘDZIE MIEĆ DO DYSPOZYCJI RUMIA?**

- Samorządy stracą bardzo dużo. Jak to działa: budżet Rumi to ponad 200 mln złotych, ale koszty stałe to też ok.200 mln. Zł, tak więc po opłaceniu wszystkich zadań w obecnym budżecie mieliśmy nadwyżkę operacyjną ok. 5 mln złotych. I dopiero te 5 mln złotych to kwota, którą możemy się posługiwać przy pomysłach na nowe inwestycje czy działania społeczne. Tak więc są to stosunkowo małe środki, którymi rocznie dysponujemy na inwestycje, duże remonty, czy nowe działania społeczne. I dopiero, kiedy starujemy w konkursach i pozyskujemy np. środki unijne, możemy realizować więcej zadań. Dlatego tak ważne jest pozyskiwanie dodatkowych środków zewn. W tym roku w lutym podwyżki dla nauczycieli w skali 5 proc. zostały przerzucone na samorządy. Efekt to 2,5 miliona złotych do znalezienia na ten cel! Tylko jak, skoro większość umów na realizację zadań w mieście już była podpisana na cały rok i nie możemy ich zerwać (np. ograniczyć kursy autobusów, rzadziej oczyszczać miasto, o zieleń mniej dbać, zredukować zajęcia dodatkowe, czy też np. nie wypłacić wynagrodzeń pracownikom MOPS-u, urzędu, MOSiR-u czy też szkół). W sierpniu i październiku z kolei będziemy mieli mniejszy dochód z tytułu obniżonego podatku PIT (Rumia ok. 5 – 8 mln. zł). No i wiemy, że jeszcze będziemy musieli również dołożyć do podwyżek nauczycieli, które mają wejść od września (to też kilka milionów zł). Sytuacja tak wygląda, że będzie brakowało środków finansowych na zadania, a dodatkowym efektem będzie jeszcze utrata zdolności kredytowej, co przełoży się na to, że już w przyszłym roku na największe zadania, które realizować mamy ze wsparciem środków unijnych (np. węzeł Janowo z tunelem, czy rewitalizację z aktywizacją Góry Markowca) nie będziemy mieli zdolności kredytowej! To może być prawdziwy kataklizm dla wielu samorządów, ponieważ zawsze przy takich inwestycjach trzeba się posiłkować kredytem. Zresztą m.in. po to w zeszłej kadencji oddłużyliśmy nasze miasto z 51 milionów na ok. 28 milionów, aby właśnie mieć zdolność kredytową na najważniejsze inwestycje dla mieszkańców, na które zdobyliśmy dziesiątki milionów złotych dotacji. Bez dotacji z kolei o tych inwestycjach możemy zapomnieć.

**SAMORZĄDY BĘDĄ MUSIAŁY ZATEM SZUKAĆ OSZCZĘDNOŚCI I OGRANICZAĆ WYDATKI NA INNE CELE. Z CZEGO BĘDZIE MUSIAŁA ZREZYGNOWAĆ RUMIA? CZY NAJWAŻNIEJSZE INWESTYCJE, KTÓRE SĄ REALIZOWANE BĄDŹ ZAPLANOWANE, SĄ ZAGROŻONE?**

- Wszystko będziemy szczegółowo analizować, z wielu rzeczy nie możemy rezygnować, bo ustawy wprost nam mówią, że to trzeba zrobić i wydać na poszczególne cele środki. Najbardziej zagrożone wydają się: dodatkowe zajęcia dla dzieci i młodzieży w szkołach (już z dużej części musieliśmy zrezygnować), darmowe przejazdy autobusami dla dzieci i młodzieży oraz ilość kursów autobusów, ponieważ gmina wszystkie linie autobusowe dotuje, gdyż bilety wystarczają obecnie na 1/3 kosztów linii autobusowych w Rumi. Bardzo zagrożone są dotacje dla wszystkich organizacji pozarządowych, a także wszystkie imprezy w mieście organizowane przez organizacje, które dostają na ten cel dotacje, przez MOSiR, MDK, Stację Kultura. Będziemy też zapewne ograniczać pielęgnację zieleni w mieście, nie wiadomo, czy nie będzie trzeba wrócić do rzadszego opróżniania koszy ulicznych (4 lata temu wprowadziliśmy dodatkowe opróżnianie koszy, aby w sobotę popołudniu i w niedzielę rano nasi mieszkańcy podczas spacerów nie widzieli wysypujących się śmieci). Jak byśmy wprowadzili te ograniczenia, może udałoby się zaoszczędzić ok. 3 - 4 milionów złotych, ale nawet to może nie starczyć na pokrycie wszystkich strat. Zagrożone inwestycje, oprócz tych największych, to przebudowa Ronda Jana Pawła II , dlatego że po 2018 roku, kiedy rząd zrzucił na nas dodatkowe miliony do dopłaty do zadań oświatowych, nie byliśmy w stanie tego sfinansować. Dodatkowo przesuwa się też realizacja budowy ścieżki rowerowej wzdłuż ulicy I DWP.

**TO JAKA MOŻE BYĆ NA TO RECEPTA? CZY JEST SZANSA, ABY SAMORZĄDY MIAŁY Z POWROTEM ŚRODKI NA POTRZEBY MIESZKAŃCÓW?**

- Jesienne wybory do parlamentu to rozstrzygną. Z jednej strony mamy obecny rząd, który centralizuje nasze państwo zabierając kompetencje oraz środki finansowe samorządom i sukcesywnie nasz kraj idzie w kierunku systemu totalitarnego, podporządkowanego jednej rządzącej partii, która ma nawet wpływ na sądy. A z drugiej strony mamy szeroką Koalicję Obywatelską, w tym wielu samorządowców i działaczy społecznych, którzy optują za demokratycznym krajem, gdzie to samorząd powinien decydować o lokalnych sprawach, ponieważ jest najbliżej ludzi. Łatwiej jest powalczyć o sprawę społeczną idąc do wójta czy burmistrza, czy jeżdżąc do Warszawy? Jeśli w urzędach nie będzie środków finansowych, to do kogo będziemy się zwracać z prośbą o postawienie ławeczki, o zorganizowanie imprezy, o dotację na zadania stowarzyszeń, o ładniejszą zieleń, o dodatkową linię autobusową, o budowę albo remont chodnika czy ulicy? A także o wsparcie na akcję charytatywną, aby np. MOSiR zorganizować finał WOŚP na hali?

# NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA

# NIEODPŁATNE PORADNICTWO OBYWATELSKIE

## Dla kogo pomoc?

Dla każdej osoby fizycznej, która złoży oświadczenie, że nie jest w stanie ponieść kosztów odpłatnej pomocy prawnej.

## Nieodpłatna pomoc prawna obejmuje:

- Poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym, przysługujących uprawnieniach i obowiązkach
- Wskazanie sposobu rozwiązania dotyczącego problemu prawnego
- Sporządzenie projektu pisma, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się już postępowaniu sądowym
- Sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub o ustanowienie pełnomocnika z urzędu

## Nieodpłatne poradnictwo obywatelskie obejmuje:

- Wsparcie w samodzielnym rozwiązywaniu problemu
- Poinformowanie o uprawnieniach lub obowiązkach
- Opracowanie planu działania i wsparcie w jego realizacji

Osobom ze znaczną niepełnosprawnością ruchową, które nie mogą stawić się w punkcie osobiście, oraz osobom doświadczającym trudności w komunikowaniu się, może być udzielana nieodpłatna pomoc prawna lub świadczone nieodpłatne poradnictwo obywatelskie, **także poza punktem albo telefonicznie**.

## Gdzie uzyskać pomoc?

| LP. | ADRES PUNKTU ŚWIADCZENIA | RODZAJ ŚWIADCZENIA | GODZINY PRZYJĘĆ |
|---|---|---|---|
| 1. | **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej**<br>ul. Kusocińskiego 17, 84-200 Wejherowo | nieodpłatna pomoc prawna | pn. - wt. 8:30 - 12:30<br>śr. - czw. 11:30 - 15:30<br>pt. 10:00 - 14:00 |
| 2. | **Urząd Miasta Redy**<br>ul. Gdańska 33, 84-240 Reda | nieodpłatna pomoc prawna | pn. - wt. 7:30 - 11:30<br>śr. 11:30 - 15:30<br>czw. 9:00 - 13:00<br>pt. 11:15 - 15:15 |
| 3. | **Urząd Miasta Redy**<br>ul. Gdańska 33, 84-240 Reda | nieodpłatne poradnictwo obywatelskie | pn. - wt. 11:30 - 15:30<br>śr. 7:30 - 11:30<br>czw. 13:00 - 17:00<br>pt. 7:30 - 11:30 |
| 4. | **Urząd Miasta Rumi**<br>ul. Sobieskiego 7, 84-230 Rumia | nieodpłatna pomoc prawna | pn. 9:00 - 17:00<br>wt. - pt. 7:30 - 15:30 |
| 5. | **Bolszewo**<br>ul. Reja 9, 84-239 Bolszewo | nieodpłatne poradnictwo obywatelskie | pn. 14:00 - 18:00<br>wt. - pt. 8:00 - 12:00 |
| 6. | **Urząd Gminy Choczewo**<br>ul. Pierwszych Osadników 17<br>84-210 Choczewo | nieodpłatne poradnictwo obywatelskie | pn. 10:00 - 14:00<br>pt. 10:00 - 14:00 |
| | **przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**<br>ul. Długa 42B, 84-218 Łęczyce | | wt. 8:00 - 12:00<br>śr. 10:00 - 14:00<br>czw. 8:00 - 12:00 |
| 7. | **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej**<br>ul. Obrońców Szemuda 2A<br>84-217 Szemud | nieodpłatna pomoc prawna | pn. 8:30 - 12:30 |
| | **Urząd Gminy Szemud**<br>ul. Kartuska 13, 84-217 Szemud | | czw. 11:30 - 15:30 |
| | **Urząd Gminy Linia**<br>ul. Turystyczna 15, 84-223 Linia | | wt. 11:30 - 15:30<br>śr. 9:00 - 13:00<br>pt. 9:00 - 13:00 |
| 8. | **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej**<br>ul. Pomorska 40/1, 84-250 Gniewino | nieodpłatna pomoc prawna | śr. 14:00 - 18:00<br>pt. 14:00 - 18:00 |
| | **Urząd Gminy Luzino**<br>ul. 10 Marca 11, 84-242 Luzino | | pn. 14:00 - 18:00<br>wt. 15:00 - 19:00<br>czw. 8:00 - 12:00 |

**Rejestracja wizyt Nieodpłatnej Pomocy Prawnej i Nieodpłatnego Poradnictwa Obywatelskiego**

**pod nr tel. 58 677 61 37**

od poniedziałku do piątku w godz. 16:00 - 20:00.

Aby dowiedzieć się więcej wejdź na **www.ms.gov.pl**

lub **www.powiatwejherowski.pl** **/powiatwejherowski**

# Partnerstwo szansą na rozwój miasta

**TO MOŻE BYĆ INWESTYCYJNE NOWATORSTWO I OGROMNA SZANSA NA ROZWÓJ MIASTA. WŁADZE RUMI CHCĄ ZREALIZOWAĆ OGROMNE INWESTYCJE W RAMACH PARTNERSTWA PUBLICZNO-PRYWATNEGO.**

Nowe drogi i osiedle (gdzie mają znaleźć się zarówno mieszkania, jak i punkty handlowo-usługowe), nowy budynek Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej i powiększenie bazy lokalowo-turystycznej poprzez rozbudowanie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji – te inwestycje są warte miliony. Tymczasem władze Rumi chcą je zrealizować bez wydawania pieniędzy z miejskiego budżetu. Jak to możliwe? Dzięki PPP, czyli Partnerstwu Publiczno-Prywatnemu. Ale po kolei. Koncepcja zakłada, że w mieście powstałaby nowa nawierzchnia drogowa oraz infrastruktura rekreacyjno-sportowa przy ulicy Topolowej, nowa siedziba MOPS-u oraz rozbudowany zostałby budynek MOSiR -u. Kto za to wszystko zapłaciłby? Inwestorzy, czyli prywatne firmy. Co miasto oferuje w zamian? Grunty, na których mogą stanąć budynki mieszkalne. Jest jeszcze jedna opcja: sprzedaż tych gruntów i realizacja inwestycji przez miasto za uzyskane w ten sposób pieniądze. Ale, jak wskazują wyliczenia, byłoby to znacznie mniej opłacalne dla miasta i prawdopodobnie znacznie bardziej czasochłonne.

W sprawie realizacji pomysłu w formule PPP odbyło się już spotkanie, w którym uczestniczyli burmistrz Michał Pasieczny, kierownik Referatu Partnerstwa Publiczno-Prywatnego Mateusz Szulc oraz przedstawiciele zainteresowanych przedsięwzięciem inwestorów.

– Wyłoniony w dialogu konkurencyjnym prywatny partner otrzyma działki pod zabudowę mieszkaniową i usługową w rejonie ulic Topolowej i Rajskiej. Jest to około 11 hektarów terenu, na którym, zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego, ma powstać nowoczesne osiedle, przede wszystkim domy jednorodzinne – wyjaśnia burmistrz Michał Pasieczny.

Przedsiębiorca na własny rachunek wybuduje osiedle mieszkaniowe wraz z częścią usługową oraz infrastrukturą towarzyszącą, dzięki czemu będzie czerpał dochody z tytułu najmu oraz sprzedaży tych lokali. Zanim to jednak nastąpi, strony będą musiały wspólnie przejść przez skomplikowaną procedurę.

– Obecnie jesteśmy na bardzo wstępnym etapie, ponieważ dialog techniczny oznacza sprawdzanie rynku i zainteresowania film deweloperskich. Muszę podkreślić, że jest to dość innowacyjne rozwiązanie w skali kraju, ponieważ jesteśmy chyba pierwszym samorządem, który w zamian za gminne działki chce zrealizowania pakietu inwestycji z myślą o mieszkańcach – podkreśla Mateusz Szulc. – Dialog może potrwać kilka miesięcy. Biorąc jednak pod uwagę sytuację finansową samorządów i chęć dalszego inwestowania w miejską infrastrukturę, PPP stanowi szansę na rozwój, więc zrobimy wszystko, żeby procedura zakończyła się sukcesem.

– Jest wiele przykładów w Polsce, gdzie tego typu przedsięwzięcia zakończyły się sukcesem – podsumowuje burmistrz Michał Pasieczny. – Dziś PPP stanowi alternatywę dla samorządów i możliwość dalszej realizacji bardzo potrzebnych inwestycji. Zwłaszcza w obliczu zrzucanych przez rząd na samorządy dodatkowych obciążeń finansowych związanych między innymi z oświatą.

**/raf/**

# Budżet Obywatelski wciąż na fali. Głosowanie już od 9 września

**Z Piotrem Wittbrodtem, zastępcą burmistrza Rumi, o tegorocznej edycji Budżetu Obywatelskiego oraz projektach zrealizowanych w ramach BO w ubiegłych latach, rozmawia Rafał Korbut.**

**KTÓRA TO JUŻ EDYCJA BUDŻETU RUMSKIEGO W RUMI I CZY TAKA FORMUŁA WYKORZYSTYWANIA PIENIĘDZY Z MIEJSKIEGO BUDŻETU SPOTKAŁA SIĘ Z ZAINTERESOWANIEM MIESZKAŃCÓW?**

- Jest to już szósta edycja BO. Myślę, że skalę zaangażowania i zainteresowania najlepiej pokazują statystyki, to one dają odpowiedź na to pytanie. Z roku na rok rośnie frekwencja, a właściwie liczba oddanych głosów – podczas edycji 2018 było ich ponad 12 300, natomiast podsumowując edycję 2019 naliczyliśmy ich o 1500 więcej. W tym roku wpłynęło też i zostało pozytywnie zweryfikowanych więcej projektów. To wszystko pokazuje, że mieszkańcy są coraz bardziej zainteresowani tą formą konsultacji społecznych i chcą wspólnie podejmować decyzje o miejskich wydatkach. Widzą też, że ich pomysły są z powodzeniem realizowane.

**JAKIE SĄ NAJISTOTNIEJSZE ZALETY BUDŻETU OBYWATELSKIEGO?**

- Nasi mieszkańcy biorą czynny udział w ulepszaniu funkcjonowania miasta, realizując swoje pomysły. Wśród najaktywniejszych wnioskodawców silnie zakorzenia się też postawa obywatelska. Dotyczy to również najmłodszych rumian, bo nie ma u nas żadnych ograniczeń wiekowych. To są chyba największe zalety BO.

**CZY ZAANGAŻOWANIE MIESZKAŃCÓW (ZARÓWNO JEŚLI CHODZI O ZGŁASZANE PROJEKTY, JAK I GŁOSOWANIE) ZMIENIA SIĘ Z ROKU NA ROK?**

- Tak jak wspomniałem odpowiadając na pierwsze pytanie, formuła się nie wyczerpała. Jest coraz lepiej.

**JAKIEGO RODZAJU INWESTYCJE UDAJE SIĘ REALIZOWAĆ DZIĘKI BUDŻETOWI OBYWATELSKIEMU?**

- Pojawiają się nowe boiska i różnorodne obiekty służące rekreacji, place zabaw, realizowane są remonty dróg, montowana jest sygnalizacja świetlna, dokonywane są też zakupy defibrylatorów. Na przestrzeni lat zebrało się tyle pomysłów, że nie sposób je wszystkie wymienić. Należy jednak pamiętać, że BO to nie tylko projekty inwestycyjne, ale i prospołeczne, czyli inicjatywy, takie jak: zajęcia edukacyjne, warsztaty, kursy, cykliczne wydarzenia, a nawet produkcje filmowe. Są one tak samo ważne, jak te trwałe inwestycje.

**JAKIE ZREALIZOWANE JUŻ PROJEKTY, KTÓRE UDAŁO SIĘ WYKONAĆ W RAMACH BO, UWAŻA PAN ZA NAJWIĘKSZY SUKCES?**

- Wszystkie projekty są wspólnym sukcesem mieszkańców, ale rzeczywiście kilka z nich wyjątkowo zapadło mi w pamięć. Wyróżniłbym miasteczko rowerowe przy ulicy Topolowej, które jest nie tylko bardzo estetyczne, ale przede wszystkim spełnia funkcję edukacyjną. Szczególnie bliskie są mi też projekty prospołeczne, które aktywizują lokalną społeczność, między innymi „Przez ruch do zdrowia" czy też „Pasja i życie po sześćdziesiątce".

**ILE PIENIĘDZY MIASTO PRZEZNACZA CO ROKU NA TEN CEL I JAKA JEST ŁĄCZNA KWOTA, KTÓRA ZOSTAŁA JUŻ WYDANA?**

- Już od pierwszej edycji było to 1,5 miliona złotych, więc mnożąc przez liczbę edycji otrzymujemy 9 milionów. Niemniej w trakcie realizacji okazuje się, że na poszczególne projekty wydajemy mniej bądź więcej pieniędzy niż zaplanowano, ale z reguły nie są to duże wahania.

**NA JAKIM ETAPIE JEST OBECNA EDYCJA BO (ILE PROJEKTÓW ZOSTAŁO ZGŁOSZONYCH, ZAKWALIFIKOWANYCH, JAKI JEST TERMIN GŁOSOWANIA)?**

- Jesteśmy już po weryfikacji projektów, komisja zaopiniowała pozytywnie 43 projekty, 4 zostały odrzucone ze względów formalnych, natomiast 3 zostały wycofane przez samych wnioskodawców. Jest to bardzo dobry wynik. Teraz wielkimi krokami zbliżamy się do głosowania, które rozpocznie się 9 września i potrwa równo dwa tygodnie.

**W JAKI SPOSÓB W TYM ROKU MIESZKAŃCY MOGĄ GŁOSOWAĆ?**

To dobre pytanie, bo tutaj rzeczywiście zaszła istotna zmiana. Głosować można już nie tylko elektronicznie, ale i w wersji papierowej, we wskazanych punktach. Jest to bardzo ważne, ponieważ nie wszyscy, a zwłaszcza starsze osoby, potrafią i mają możliwość głosować elektronicznie. Myślę, że część mieszkańców skorzysta z tej możliwości, co pozytywnie wpłynie na frekwencję.

express POWIATU WILHELMOWSKIEGO

# ZDROWIE&URODA

## *Siłownia* – obalamy mity i stereotypy

**Krzysztof Kacnerski | Trener personalny i zawodnik Strongman Polska, o tym jak siłownia i jej stereotypy potrafią nas odstraszyć, zniechęcić, a przede wszystkim zmanipulować. A tak naprawdę kompletnie nie mają odzwierciedlenia w rzeczywistości.**

Jeśli siłownia kojarzy Wam się z miejscem, gdzie ćwiczą tylko ludzie o super-fit nienagannych figurach, to naprawdę jesteście w błędzie. Tymczasem obalenie stereotypów i wyeliminowanie najczęściej popełnianych błędów jest zupełnie proste.

Pierwszy mit - wiele osób myśli, że stali bywalcy śmieją się z osób początkujących. A jest zupełnie odwrotnie, jest wiele osób, które na siłowniach możecie poprosić o pomoc czy radę. Wytłumaczą, co trzeba robić, aby nikt nie zrobił sobie krzywdy. Urządzenia w siłowniach wbrew pozorom mogą się od siebie bardzo różnić, dlatego pytania o to, jak z nich korzystać, są zupełnie naturalne.

Druga sprawa - efektów oczekujemy natychmiast. A trzeba zrozumieć, że powinniśmy zacząć od podstawowych ćwiczeń, a dopiero później systematycznie zwiększać dystanse oraz powtórzenia i serie. Cierpliwości - wszystko w swoim czasie... Patrząc w lustro codziennie, różnic rzeczywiście możemy nie dostrzec. Jednak szybko zmieni się nasze samopoczucie, lepiej będzie się czuło nie tylko nasze ciało, ale i umysł.

Po trzecie - niektórzy twierdzą, że na siłowni większość towarzystwa jest „po prostu prymitywna". Zazwyczaj już po kilku sekundach można wyczuć, czy w konkretnym miejscu będziemy się czuć swobodnie. Skup się więc na sobie i nie zwracaj uwagi na innych. Do siłowni zaglądają kobiety, mężczyźni, pary, dzieci, grupy znajomych i osoby starsze. Każdy ma jakieś zadanie do wykonania – nie uda się ono, jeśli będziecie przejmować się np. tym, że ktoś na Was patrzy.

Czwarty stereotyp - im dłużej, tym lepiej. Nie w każdym przypadku! Jako początkujący powinniśmy trenować 2-3 razy w tygodniu. Nikt nie zna naszego organizmu lepiej, niż my sami. Musimy wsłuchiwać się w swoje ciało, by wiedzieć, na jakie obciążenia i na jak częsty trening jesteśmy w stanie sobie pozwolić.

Po piąte w końcu – nieważne, jak ćwiczę, ale ważne, że ćwiczę. Nic bardziej mylnego! Jest ogromna różnica, czy chcesz schudnąć, zbudować masę mięśniową, a może ćwiczenia mają być bardziej rehabilitacją? Te wszystkie światy są zupełnie inne, treningi planuje się indywidualnie i muszą być dostosowane do potrzeb każdej osoby. Pamiętajcie jednak, że niezależnie od pożądanych efektów powinniśmy zmieniać rodzaj wykonywanych ćwiczeń. To, dlatego, że nasze mięśnie się programują, przyzwyczajają i później potrzebują nowych bodźców.

Reasumując: tym, którzy jeszcze nie zaczęli, przypominam, że jest 7 dni w tygodniu i „kiedyś" nie jest jednym z nich.

REKLAMA U/2019/PR

AKTYWNE WAKACJE

PROMOCJA - KARNET OPEN
- karnet całodzienny (7-22), we wszystkie dni tygodnia
- wejście na wszystkie strefy:
SIŁOWNIA, CARDIO, FITNESS, SPINNING, SPA

fb.com/olimpwejherowo www.olimphotel.pl

HOTEL ★★★ OLIMP BUSINESS & SPA
Wejherowo, ul. I Brygady Pancernej WP 82,
tel. +48 (58) 677 04 04, tel. +48 506 748 644, e-mail: recepcja@olimphotel.pl

REKLAMA U/2019/PR

RESTAURACJA ZAMKNIĘTA W PUDEŁKU

- Catering dietetyczny
- Skuteczna dieta
- Tylko naturalne produkty
- Dieta dla aktywnych
- 5 zbilansowanych posiłków dziennie

FOOD & FIT catering dietetyczny

/FoodAndFit.catering dietetyczny

Food and Fit
Ul. Legionów, nr 112,
lok. 21
81-472, Gdynia

518 773 035
kontakt@foodandfit.pl

# Z *pięknym uśmiechem* do ludzi!

**Piękny uśmiech ma ogromną moc. Uśmiechając się do innych wysyłamy mnóstwo sygnałów: przyciągamy ich, stajemy się w ich oczach atrakcyjniejsi, otwarci i przyjaźni. Uśmiech nie tylko ułatwia kontakt z innymi, ale jest nieodzownym elementem, gdy chcemy odnieść sukces.**

fot. unsplash.com

Nie zawsze zdajemy sobie sprawę z tego, jak istotny jest uśmiech w codziennym życiu i w kontaktach międzyludzkich. Dzięki zdrowym zębom mamy ochotę się uśmiechać, a uśmiech jest najskuteczniejszym sygnałem, który przyciąga innych. Sprawia, że: jesteśmy pewni siebie, otwarci na poznawanie innych, wzbudzamy większe zaufanie, jesteśmy atrakcyjniejsi dla otoczenia, „zarażamy" dobrą energią oraz czujemy się akceptowani.

## ZRÓB DOBRE WRAŻENIE

Pierwsze wrażenie jest bardzo ważne – może pomóc lub zaszkodzić naszym dalszym relacjom biznesowym lub prywatnym. Jak się okazuje, jednym z ważniejszych elementów mowy ciała, który ma wpływ na nasze pierwsze wrażenie, jest uśmiech. Jeżeli się uśmiechamy ludzie odbierają Nas jako osoby pozytywnie nastawione do życia, pełne energii i wzbudzające zaufanie. Nam samym dodaje wdzięku i pewności siebie. Im więcej się uśmiechamy, tym pozytywniej ludzie na nas reagują.

## POZBĄDŹ SIĘ STRESU

Kiedy mamy jakieś problemy z zębami, niedoskonałości wstydzimy się tego. Unikamy kontaktów z innymi, zasłaniamy się. Każda relacja jest dla nas stresem . Ukrywamy się przed światem. Nie wspominając jaki dyskomfort i ból powodują nieleczone zęby. Czasami proste zabiegi mogą pozwolić cieszyć się zdrowym uśmiechem. To klucz do wyzbycia się kompleksów związanych z zębami.

## ZDROWIE I ESTETYKA

Możliwości dzisiejszej stomatologii pozwalają na poprawienie zarówno funkcji anatomicznej zębów jak i wysokiej estetyki. Dzięki zastosowaniu różnych metod leczenia, w krótkim czasie można cieszyć się pięknym uśmiechem. Często przy estetycznych odbudowach lub po leczeniu ortodontycznym zmienia się wygląd oraz rysy twarzy.

Uśmiech jest wystarczający, aby cały świat stał się piękniejszy.

## ZADBAJ O ZĘBY JUŻ DZIŚ

Nie potrzeba do tego dużo wysiłku. Regularna, odpowiednio wykonywana higiena jamy ustnej, stosowanie past z fluorem, odpowiednia metoda szczotkowania, używanie płukanek i nici dentystycznej - to pierwsze kroki do zdrowia jamy ustnej. Aby to wszystko dopełnić, należy regularnie odwiedzać gabinet stomatologiczny w celu kontroli i profilaktyki.

Umów się więc na kontrolę u stomatologa już dziś. Kompleksowe usługi na najwyższym poziomie, z wykorzystaniem najnowocześniejszego sprzętu, w przestronnych gabinetach i przyjaznej atmosferze oferuje klinika Dentx Centrum Zdrowego Uśmiechu w Wejherowie przy ul. Wałowej 30 lok. 1 (wejście od strony ronda), tel. (58) 736 47 07.

**/raf/**

REKLAMA U/2019/PR

REKLAMA U/2019/PR

express Rumski

Fot. MOSiR Rumia

Fot. MOSiR Rumia

Fot. MOSiR Rumia

# Świętowali dzień patrona miasta

**ANDRZEJ RYBIŃSKI ORAZ JOSZKO BRODA Z DZIECIĘCYM ZESPOŁEM TO GWIAZDY FESTYNU, KTÓRY ZORGANIZOWANO Z OKAZJI DNIA PATRONA MIASTA RUMI.**

Fot. MOSiR Rumia

Pamięci św. Jana Bosko, patrona Rumi, poświęcony był festyn, który odbył się w czwartek, 15 sierpnia. Data była nieprzypadkowa, ponieważ przypadała dokładnie w przeddzień 204-tej rocznicy urodzin Jana Bosko.

W programie festynu znalazły się atrakcje sportowe i kulturalne oraz mnóstwo dobrej rozrywki. Tuż po przywitaniu mieszkańców Rumi i obecnych gości, rozpoczął się występ Gdańskiej Orkiestry Ogrodowej, która specjalizuje się w muzyce popularnej, filmowej, biesiadnej, a także utworach ludowych z Kaszub i całego Pomorza.

Następnie odbył się turniej rugby tag i turniej piłki nożnej dla dzieci oraz gry i zabawy sportowo-rekreacyjne z nagrodami (prowadzone przez Tadeusza Odowskiego i wolontariuszy) w trzech konkurencjach. Będą to: rzuty ringo, piramida żywienia i unihokej na trawie – strzały do bramki. Jednocześnie trwał rodzinny konkurs rysunkowy z okazji 65-lecia Rumi.

Później na scenie pojawił się Andrzej Rybiński. Artysta to wybitny polski piosenkarz i muzyk, a także aranżer i kompozytor. Był członkiem zespołu Dwa Plus Jeden i jednym z założycieli zespołu Andrzej i Eliza. Jednym z jego największych przebojów jest piosenka „Nie liczę godzin i lat", za którą w 1983 r. na Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu zdobył główną nagrodę.

Kulminacyjną atrakcją sportową był mecz piłki nożnej. Do walki stanęły dwie drużyny: Samorządowcy Rumi (kapitan Michał Pasieczny, burmistrz miasta) kontra Reszta. Zwieńczeniem wieczoru był koncert Joszka Brody, który zagrał wraz z zespołem. Gwiazda wieczoru to polski muzyk, multiinstrumentalista, producent muzyczny i kompozytor. Gra głównie na licznych instrumentach ludowych, a karierę zaczął już w wieku... 4 lat. Nagrywał m. in. płyty z Arką Noego, koncertował w Polsce i na całym świecie. Zespół Joszka Brody tworzą jego własne dzieci oraz żona Debora, która jest autorką tekstów i muzyki, a także producentką i reżyserem teledysków.

Organizatorem imprezy na boisku przy ul. Bukowej był Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Rumi.

**/raf/**

**JOLANTA KRÓL,**
***dyrektor Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Rumi***

*- W tym roku braliśmy udział w Finale WOŚP już po raz 15. Osób, które włączają się w tę akcję, jest bardzo dużo. Często jest tak, że zgłasza się więcej chętnych, niż jest potrzebnych wolontariuszy. Wspierają więc nas nie tylko ci, którzy są zarejestrowani jako oficjalni wolontariusze, ale też inni, np. uczniowie szkół, którzy podczas Finału wystawiają stoiska, sprzedają swoje wyroby i w ten sposób pomagają zebrać pieniądze. Oni wszyscy czują tego ducha wolontariatu i pomagania innym, którego napędził Jurek Owsiak. To on pokazał, że niewiele potrzeba, aby pomagać innym – wystarczą tylko chęci. Kwota, jaką uzbierała WOŚP w tym roku też pokazuje, jak wiele osób musiało się zaangażować w organizację tej wspaniałej akcji. Oczywiście nadal będziemy działać - do końca świata i jeden dzień dłużej!*

# Lipiec pełen muzyki i rozrywki

ZAKOŃCZYŁA SIĘ TEGOROCZNA AKCJA „LIPIEC W RUMI". WYDARZENIA, KTÓRE ZORGANIZOWANO W JEJ RAMACH, PRZYCIĄGNĘŁY TŁUMY MIESZKAŃCÓW I TURYSTÓW.

Fot. UM Rumia

Fot. UM Rumia

Fot. UM Rumia

Fot. UM Rumia

Zaczęło się od sporej dawki doskonałej muzyki. Muzycznego otwarcia „Lipca w Rumi" dokonali instrumentaliści i wokaliści z Polskiej Orkiestry Muzyki Filmowej pod batutą Przemysława Pasternaka, Akademicki Chór Uniwersytetu Morskiego oraz słynna liderka zespołu Bajm – Beata Kozidrak. Koncerty to nie wszystko - mieszkańcy oraz goście mogli skorzystać z różnorodnych atrakcji. Na terenie boiska przy ul. Bukowej czekały restauracje na kółkach, animacje dla dzieci, miejskie stoisko z gadżetami, a także kamper partnera wydarzenia – dewelopera Orlex Invest, który w ramach konkursu oferował między innymi lot balonem na uwięzi.

Drugą atrakcją, którą przygotowano na kolejny lipcowy weekend, był Festiwal Światła. Park Starowiejski w Rumi na jedną noc stał się magiczną krainą. W ramach festiwalu można było zobaczyć wyjątkowe pokazy laserowe, teatr ognia oraz świetlne iluminacje. Dzięki zastosowaniu nowoczesnego sprzętu oświetleniowego, niecodziennych kolorów nabrały liczne drzewa, staw, rzeka, młyn, most, a także siedziba MDK-u. Wydarzenie przyciągnęło tysiące osób, wiele z nich stwierdziło, że zastosowane efekty świetlne powinny pozostać w tych miejscach już na zawsze.

Główną częścią tego wydarzenia był kilkunastominutowy pokaz laserowy, wzbogacony o efekty pirotechniczne. Został on poprzedzony teatrem ognia w wykonaniu artystów z gdańskiej Akademii Artystycznej. Obie atrakcje zostały nagrodzone licznymi owacjami.

Dodatkowo chętni mogli skorzystać z oferty gastronomicznej oraz wziąć udział w zabawie przygotowanej przez pracowników urzędu miasta, w której nagrodami były gadżety z rumskim akcentem.

Trzecim wydarzeniem, które zakończyło tegoroczną kampanię „Lipiec w Rumi", był dwudniowy zlot food trucków połączony z koncertem C-BooLa. Za sprawą food trucków Park Starowiejski już po raz drugi stał się miejscem spotkań kuchni z różnych zakątków świata. Tym razem można było spróbować m.in. włoskiego panini, amerykańskich burgerów i hot dogów, tajskiego pad-thaia, belgijskich frytek, węgierskich langosze, japońskiego ramenu, chińskich pierożków czy niemieckiego wursta. Głównym punktem weekendowego wydarzenia był koncert - na scenie przed rumską publicznością zaprezentował się Grzegorz Cebula, czyli DJ znany w Polsce i za granicą pod pseudonimem C-BooL. Podczas ponad półtoragodzinnego występu artysta zabrał publiczność w muzyczną podróż, której towarzyszyły efekty świetlne i pirotechniczne.

Nie brakowało też dodatkowych atrakcji, jak dmuchańce, mini plac zabaw, gry planszowe oraz stoiska przygotowane przez pracowników Miejskiego Domu Kultury oraz urzędu miasta, gdzie czekały gadżety.

**/raf/**

**ARIEL SINICKI**
***przewodniczący Rady Miejskiej Rumi***

*– Kampania po raz kolejny zakończyła się ogromnym sukcesem. Świadczą o tym tysiące zadowolonych mieszkańców i setki pozytywnych opinii. Każda z naszych imprez cieszyła się ogromnym zainteresowaniem. Rumię po raz kolejny odwiedziły gwiazdy polskiej sceny muzycznej, ponadto po raz pierwszy zorganizowaliśmy festiwal światła, który również przyciągnął tysiące widzów. Mam nadzieję, że cięcia, które czekają samorządy w związku z narzucaniem nowych obowiązków przez Warszawę, nie będą miały wpływu na kolejne edycje „Lipca w Rumi", chociaż z pewnością będzie to bardzo ciężkie.*

express Rumski

# Rodzinny Jarmark Kaszubski

**I CI NAJMŁODSI, I CI NIECO STARSI, I SENIORZY – DOSŁOWNIE KAŻDY MÓGŁ ZNALEŹĆ DLA SIEBIE COŚ CIEKAWEGO PODCZAS 26. JARMARKU KASZUBSKIEGO, KTÓRY ZORGANIZOWANO W RUMI.**

Jarmark Kaszubski to cykliczne wydarzenie, które na stałe wpisało się w kalendarz rumskich imprez. Co roku jarmark chętnie odwiedzają mieszkańcy i goście, którzy przyjeżdżają tu całymi rodzinami, by ciekawie i miło spędzić czas.

Atrakcji jak co roku nie brakowało. Jarmark to przede wszystkim stoiska z rękodziełem i występy artystyczne, ale także tradycyjne konkursy i zabawy, specjały regionalnej kuchni, koncerty oraz wiele innych. A wszystko to w nawiązaniu do regionalnej, kaszubskiej kultury.

Tegoroczny jarmark przy Miejskim Domu Kultury odwiedziły setki osób. Oficjalnego otwarcia dokonali wiceburmistrz miasta Piotr Wittbrodt oraz przedstawiciele rumskiego oddziału Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego. Chwilę później za sprawą chóru „Rumianie" wybrzmiał kaszubski hymn. Od tego momentu można już było korzystać z atrakcji przygotowanych przez organizatorów. Na chętnych czekały różnorodne stoiska z kaszubskim rękodziełem i pamiątkami, regionalna kuchnia, a także atrakcje dla całych rodzin – w tym dmuchane zjeżdżalnie, turniej kaszubskiej baśki oraz konkursy polegające na skutecznym wbijaniu gwoździa, wspólnym namalowaniu obrazu czy zwinnym wchodzeniu na słup.

Na scenie nieustannie pojawiali się różni artyści. Przed publicznością wystąpili finaliści projektu „Rumski wokal 2019", zespół wokalno-muzyczny „Fala" z Gdyni, zespół „Kaszubianki" z Władysławowa, kabaret „Purtce", zespół „Kosakowianie" z Kosakowa oraz gwiazda wieczoru, czyli „Cała Góra Barwników" – grupa tworząca muzykę reggae i ska, znana między innymi z występów w programie X Factor. Na zakończenie scenę letnią przejął DJ.

Organizatorami wydarzenia byli pracownicy Miejskiego Domu Kultury oraz przedstawiciele Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego oddział w Rumi.

**/raf/**

Fot. UM Rumia

Fot. UM Rumia

Fot. UM Rumia

**PIOTR WITTBRODT, *zastępca burmistrza Rumi:***

*– To cykliczne wydarzenie jest świetną okazją do prezentacji dorobku kaszubskiej kultury. Poza tym uczestniczą w nim całe rodziny, a zatem różne pokolenia, co bardzo nas cieszy. Mimo że frekwencja dopisała, to mam nadzieję, że za rok spotkamy się w jeszcze większym gronie.*

# Ogromna popularność letniego kina

**Można by powiedzieć, że „sala dosłownie pęka w szwach", gdyby nie to, że w tym kinie nie ma sali! Filmy wyświetlane są bowiem pod gołym niebem, a na każdy z seansów przychodzi kilkaset osób.**

Fot. UM Rumia

Rumskie kino letnie, które funkcjonuje w sierpniowe weekendy, okazało się strzałem w dziesiątkę. Od pierwszego pokazu każdy z wyświetlanych filmów obejrzał tłum mieszkańców i turystów. Projekcje odbywają się na terenie dwóch miejskich parków: Starowiejskim lub Żelewskiego. W przypadku wystąpienia intensywnych opadów deszczu mogą zostać przeniesione do hali Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Rumi.

W każdy sobotni i niedzielny wieczór sierpnia miłośnicy kinematografii mają okazję obejrzeć ciekawe ekranizacje. Jako pierwsze wyświetlono tytuły „Cudowny chłopak" oraz „Bohemian Rhapsody". Kolejne to „Biały Kieł", „Green Book", „Najlepszy" oraz „Nasze najlepsze wesele".

Rumska odsłona plenerowego kina jest dość nietypowa, ponieważ repertuar nie jest z góry narzucony – wybierają go sami mieszkańcy. Głosowanie, podczas którego internauci typują najlepsze propozycje filmowe, co roku odbywa się na facebookowym profilu urzędu miasta. Ponadto podczas seansów do dyspozycji oglądających jest bezpłatny popcorn, siedziska oraz koce. Tegoroczna edycja „Kina letniego w Rumi", realizowanego w takiej formule, jest już trzecią.

W najbliższy weekend będzie można obejrzeć dwa ostatnie w tym roku filmy. Pierwszy to „Balerina", zostanie on wyświetlony 30 sierpnia o godz. 20:45 w parku Żelewskiego. Film opowiada o osieroconej dziewczynce, która marzy, by zostać baletnicą. Ucieka z rodzinnej, wiejskiej Bretanii do Paryża, gdzie podaje się za kogoś innego i wstępuje do wielkiego świata opery. Film przeznaczony dla widzów w każdym wieku. Rodzaj - familijny, przygodowy, animowany.

Z kolei 31 sierpnia chętni będą mogli obejrzeć „Kręcisz mnie". Początek seansu – o godz. 20:45 w parku Starowiejskim. Bohaterem tego filmu jest niepoprawny podrywacz, który postanawia uwieść atrakcyjną kobietę, udając niepełnosprawnego. Gdy poznaje jej siostrę, która również porusza się na wózku, musi kontynuować maskaradę. Film przeznaczony dla widzów od lat 15. Gatunek - komedia romantyczna.

**/raf/**

# Odpoczynek na zielonej wyspie

**TO ŚWIETNA WIADOMOŚĆ DLA MIŁOŚNIKÓW JAZDY NA ROWERZE - POWSTANIE SUBREGIONALNA TRASA ROWEROWA, KTÓRA STANIE SIĘ ELEMENTEM MIĘDZYNARODOWEJ SIECI TRAS EUROVELO.**

Fot. UM Rumia

Co to takiego „zielone wyspy"? W skrócie można powiedzieć, że są to miejsca, gdzie mieszkańcy w ciszy, spokoju i w otoczeniu zieleni mogą odpocząć od miejskiego zgiełku. W mieście zostały stworzone na razie dwie takie wyspy – przy ul. Topolowej oraz przy ul. Różanej.
- Główne założenie było takie, że mają to być miejsca sprzyjające wypoczynkowi; tereny rekreacyjne, gdzie znajduje się dużo zieleni – wyjaśnia Maria Lipiak z wydziału Inżynierii Miejskiej rumskiego urzędu miasta. - Jeśli chodzi o teren przy ul. Różanej, najpierw był tu wybudowany plac zabaw, ale później okazało się, że pojawiły się projekty unijne, do których miasto mogło zgłosić swój akces. Dostosowaliśmy więc dokumentację do tych programów i w ten sposób powstał projekt „Zielona wyspa – rozwój terenów zielonych na terenie Gminy Miejskiej Rumia w celu poprawy jakości środowiska miejskiego". Realizacja stała się możliwa dzięki unijnemu dofinansowaniu. Koszt inwestycji wyniósł ponad 1,7 mln zł, z czego aż 85 proc. stanowią środki pochodzące z europejskiej wspólnoty. Pieniądze te umożliwiły Rumi stworzenie dwóch zielonych i nowoczesnych kompleksów rekreacyjnych. Pierwszy z nich pojawił się w październiku 2017 roku przy ulicy Różanej. Przy placu zabaw ustawiono leżaki, nasadzono zieleń (m.in. krzewy i drzewa), zainstalowano szachownicę, trampolinę dla dzieci, wytyczono alejki i stworzono mini park. Wokół kompleksu zbudowano ścieżkę rowerową. Obecnie trwają dodatkowe prace polegające na dodatkowych nasadzeniach zieleni, przede wszystkim krzewów.
Z kolei przy ul. Topolowej utworzona została strefa rekreacyjna dla młodzieży i dorosłych (ogólnodostępna siłownia) oraz strefa wypoczynkowo- parkowa (z układem ścieżek i elementami małej architektury). Ponadto teren został przystosowany do potrzeb osób niepełnosprawnych. Znalazły się tam również elementy wyposażenia z przeznaczeniem dla ptaków i owadów, takie jak karmniki, poidełka, budki lęgowe dla ptaków czy domki dla owadów.
- Tu także trwają dodatkowe nasadzenia zieleni – dodaje Maria Lipiak. - Wszystkie prace mają zakończyć się do 10 września. Na razie stworzyliśmy w mieście dwie zielone wyspy, ale możliwe, że będzie ich więcej, ponieważ zostały nam jeszcze środki finansowe.
**/raf/**

# Makieta i modele zabytkowych kolejek

**Modele pociągów z minionych dekad oraz olbrzymią makietę można było oglądać w hali rumskiego MOSiR-u.**

Fot. MOSiR Rumia

Tegoroczna edycja zorganizowana była się pod hasłem „vintage", co oznacza, że pokazano modele zabytkowe – głównie o pociągi towarowe, osobowe i pospieszne, które jeszcze kilkadziesiąt lat temu jeździły nie tylko po polskich torach. Na miejscu znalazło się wiele eksponatów z lat 60, 70 i 80-tych, m. in. plastikowych modeli z NRD oraz staroci, które zazwyczaj są głęboko ukryte w prywatnych kolekcjach, a tym razem ujrzały światło dzienne.
W hali przygotowano także kącik modelarza, gdzie można było obejrzeć miniaturowe samoloty i kącik „Starego Radia" z zabytkowymi radioodbiornikami. Na pasjonatów historii czekała też prezentacja multimedialna i wystawa fotografii dawnej Rumi.
Wydarzenie patronatem objął Michał Pasieczny, burmistrz miasta, a organizatorami byli ForumTT.pl oraz MOSiR Rumia.
Dodajmy, że „TT-Weekend" to cykliczna impreza kolejkowa, której pierwsza edycja miała miejsce w 2008 r. Pierwotnie odbywała się w Sopocie, a od ubiegłego roku przeniosła się do rumskiego MOSiR-u.
Wydarzenie jest co roku przygotowywane przez rumskich i trójmiejskich pasjonatów kolejek elektrycznych w skali „TT", skupionych wokół ForumTT.pl, przy udziale Pomorskiego Towarzystwa Miłośników Kolei Żelaznych (PTMKŻ). Co roku przyjeżdżają tutaj goście z całego kraju oraz z Czech i Niemiec.
- Naczelną zasadą wydarzenia jest chęć zabawy w „prawdziwą kolej" – tłumaczą organizatorzy. - Makieta kolejowa składana jest z wielu segmentów, zbudowanych przez różnych autorów, zwiezionych z różnych części kraju w jedno miejsce i połączonych w całość. Niektóre z makiet to prawdziwe perełki modelarskie. Różny stan zaawansowania prac modelarskich na modułach pozwala na podpatrzenie procesu tworzenia oraz technik modelarskich.
**/raf/**

REKLAMA U/2019/PR

express Rumski

# Kolejny rekord na rynku pracy

**Tak dobrze jeszcze nie było - bezrobocie na Pomorzu znów spadło i wynosi o niemal 1 proc. mniej, niż w skali całego kraju.**

Fot. pixabay.com

Stopa bezrobocia w całej Polsce utrzymuje się na poziomie 5,2 procent (w czerwcu było to 5,3 proc.). Natomiast bezrobocie w województwie pomorskim w czerwcu br. roku wyniosło 4,4 proc. Nigdy do tej pory nie było tak niskie - tym samym został pobity rekord z ub. roku, kiedy to wynosiło 4,8 proc.

Jak wynika z danych Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej na przestrzeni ostatnich 28 lat wskaźnik bezrobocia w czerwcu nie osiągnął tak niskiego poziomu, jak obecnie. Prawdopodobnie w lipcu wynik był jeszcze lepszy, ale dowiemy się tego pod koniec sierpnia, gdy Główny Urząd Statystyczny poda swoje wyliczenia.

Systematyczny spadek stopy bezrobocia w województwie pomorskim (jak i w całym kraju) obserwowany jest od kilku lat, jednak dynamika tego spadku od zeszłego roku maleje. Wynika to ze zmniejszającej się liczby zarejestrowanych w urzędach pracy osób bezrobotnych, które coraz trudniej zachęcić do powrotu na rynek pracy. Jednocześnie w regionie pozostaje duża grupa osób tzw. „biernych zawodowo", która nie wykonuje pracy zawodowej i nie widnieje w ewidencji powiatowych urzędów pracy.

– Patrząc na liczby i dane statystyczne można by uznać niską stopę bezrobocia za synonim doskonałej kondycji gospodarczej – mówi Mieczysław Struk, marszałek województwa pomorskiego. – Powinniśmy jednak przyjrzeć się wskaźnikom bezrobocia również pod innym kątem, a nawet przyznać, że nie jest to wyłącznie efekt poprawy koniunktury gospodarczej w regionie, czego oczywiście byśmy sobie życzyli. Decyduje o tym też wiele innych czynników, jak demografia, okres wakacyjny, sprzyjający wyjazdom do pracy za granicę, a także podejmowanie prac sezonowych w rolnictwie, turystyce, hotelarstwie, gastronomii i budownictwie. Z radością obserwujemy ten spadek, ale nie ustajemy w aktywizacji osób, zwłaszcza długotrwale bezrobotnych.

Według danych aż 70 proc. osób długotrwale bezrobotnych stanowią kobiety, a 2/3 z nich nie podjęło zatrudnienia po urodzeniu dziecka.

Niskie bezrobocie generuje sporo problemów kadrowych w pomorskich firmach. Samorządowe służby zajmujące się w regionie rynkiem pracy podejmują działania, które wspierają pracodawców w efektywnej rekrutacji, rozwoju i zatrzymaniu pracowników w firmach. Jedną z tegorocznych inicjatyw, cieszących się powodzeniem wśród pracodawców, jest cykl Pomorskie. Dobre miejsca pracy, który realizuje Wojewódzki Urząd Pracy w Gdańsku. Od początku roku w spotkaniach udział wzięło 200 pracodawców.

**/raf/**

# 1,5 mln wypożyczeń i powrót rezerwacji

W PIERWSZEJ POŁOWIE SIERPNIA PADŁ KOLEJNY REKORD ROWERÓW MIEJSKICH MEVO – ZANOTOWANA ZOSTAŁA OKRĄGŁA LICZBA PÓŁTORA MILIONA WYPOŻYCZEŃ. OD 14 SIERPNIA, NA RAZIE TESTOWO, DOSTĘPNE SĄ BEZPŁATNE REZERWACJE – 3 RAZY DZIENNIE NA 5 MINUT.

Fot. Rafał Korbut

Fot. pixabay.com

System rowerów IV generacji Mevo, funkcjonuje na terenie Obszaru Metropolitalnego Gdańsk - Gdynia - Sopot od 26 marca br. Przez ten czas rowery miejskie na stałe wpisały się w krajobraz miast i gmin, zyskując przy tym sympatię wielu mieszkańców. Przeciętny użytkownik spędza na rowerze Mevo 24 minuty i 12 sekund.

– Półtora miliona wypożyczeń w tak krótkim czasie to zdecydowany rekord w skali Polski. Cieszymy się, że mieszkańcy OMGGS tak chętnie korzystają z Mevo. Rower okazał się znakomitym i skutecznym uzupełnieniem transportu publicznego – powiedział Paweł Orłowski prezes Nextbike Polska.

Do dyspozycji użytkowników jest 1224 rowerów dostępnych w całym systemie. Tradycyjnie jednoślady najchętniej wypożyczane są ze stacji molo Sopot. Z pojazdów stacjonujących w tym miejscu skorzystało już ponad 17 tysięcy osób.

Z metropolitarnych jednośladów najchętniej korzystają osoby w wieku 19 - 40 lat. Na „mewach" jeżdżą też seniorzy – najchętniej między 16.00 a 17.00. Łącznie rowerzyści miejscy Mevo przejechali ponad 5 milinów kilometrów, a najaktywniej korzystają w środy i piątki.

Od momentu uruchomienia Mevo, tj. od 26 marca do końca lipca, w systemie zarejestrowało się ponad 142 tys. użytkowników. Był to także czas testów i sprawdzania, jakie rozwiązania są dla wypożyczających satysfakcjonujące, a co należy poprawić. Jedną z funkcjonalności, wymagających ulepszenia okazał się sposób rezerwacji. 14 sierpnia, testowo, przywrócono funkcję rezerwacji, która pozwoli na skorzystanie z tego udogodnienia trzy razy dziennie. Jednoślady będą czekać na użytkownika przez 5 minut. Zgodnie z rodzajem taryfy maksymalna liczba zarezerwowanych rowerów to odpowiednio 1, 2 lub 5 przy każdej z rezerwacji.

**/raf/**

# Pomorzanie pokochali kolej

**Statystyczny Pomorzanin jeździ pociągiem prawie 25 razy w roku. To najwięcej w całym kraju.**

Kolejny rok z rzędu województwo pomorskie jest tym regionem, w którym statystyczny mieszkaniec najczęściej korzysta z kolejowych przewozów pasażerskich. Średnio Pomorzanie jeżdżą trzy razy częściej, niż statystyczny Polak. Nasz region jest jedynym, który może się pochwalić wzrostem wykorzystania kolei w 2018 roku.

Co roku wyliczeniem wskaźnika zajmuje się Urząd Transportu Kolejowego. Z danych UTK wynika, że statystyczny Pomorzanin jechał w ubiegłym roku pociągiem 24,8 razy. Tak zwany „wskaźnik wykorzystania kolei" to średnia liczba przejazdów, jaką w danym roku wykonuje mieszkaniec danego województwa. Na tle reszty kraju wynik Pomorza jest bardzo wysoki. Drugie miejsce w zestawieniu osiągnęło województwo mazowieckie ze wskaźnikiem 18,2. Trzeci jest Dolny Śląsk (9,4) a czwarta Wielkopolska (8,4). Średni wskaźnik dla całej Polski to 7,9.

– Prawie 25 podróży pociągiem w ciągu roku to bardzo wysoki wynik również w skali europejskiej. Pomorzanie podróżują koleją chętniej niż Szwedzi, Francuzi czy Węgrzy, a prawie tak samo często, jak Brytyjczycy – cieszy się Mieczysław Struk, marszałek województwa pomorskiego. Wszyscy przewoźnicy kolejowy w województwie pomorskim przewieźli 57,6 mln pasażerów.

Najwięcej pasażerów przewija się na dworcach w Gdańsku (33 proc. użytkowników kolei), Gdyni (23 proc.), Sopocie (9 proc.), Wejherowie (6 proc.) i w Rumi (6 proc.). Pozostałe stacje to łącznie 25 proc. pasażerów w województwie pomorskim. Udział przewozów regionalnych i aglomeracyjnych to 93 proc. Natomiast 7 proc. to przewozy dalekobieżne.

– Konsekwentnie realizujemy wizję Pomorza, jako regionu pro-kolejowego. Te miliony pasażerów, którzy korzystają z pociągów, są najlepszym potwierdzeniem dobrze obranego kursu – mówi Mieczysław Struk.

Kolejowa rewolucja na Pomorzu nie miałaby szans powodzenia, gdyby nie projekt Pomorskiej Kolei Metropolitalnej.

– Linia PKM nie tylko spowodowała znaczny wzrost liczby pasażerów, ale stała się generatorem wielkich zmian nie tylko w metropolii trójmiejskiej, ale w całym regionie Kaszub – zaznacza wicemarszałek Ryszard Świlski.

W pierwszym pełnym roku funkcjonowania (2016) linii pociągi przewiozły ponad 2 mln pasażerów, rok później było ich już ponad 3 mln. W kwietniu tego roku linią przejechał 10-milionowy pasażer.

Samorząd województwa nie zamierza zaprzestać na samym wybudowaniu linii Pomorskiej Kolei Metropolitalnej. Linia od początku była planowana do elektryfikacji. Elektryczne składy powinny pojechać przez Kaszuby w 2023 roku.

**/raf/**

# OGŁOSZENIA

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

## NIERUCHOMOŚCI

### SPRZEDAM

**SPRZEDAM** Jastrzębia Góra, 2 pokoje, góra po remoncie, osobna kuchnia, ładne miejsce, bardzo dobra lokalizacja 238 000 tel. 505 454 919

**SPRZEDAM** 2 działki budowlane, Kębłowo Nowowiejskie, 3km od Lęborka, 1033 m, cena 45 000, tel. 602 306 210

### WYNAJMĘ

**WYNAJMĘ** niedrogo garaż z działką o pow. 616m$^{2.}$ Reda, 12 Marca, tel. 602 306 210

### POSZUKUJĘ WYNAJĄĆ

**POSZUKUJĘ** wynająć 2 pokojowe mieszkanie, Wejherowo i bliskie okolice, tel. 605 966 593

### KUPIĘ

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

## MOTORYZACJA

### SPRZEDAM

**SKUP**, kasacja aut, pomoc drogowa, tel 789 345 593

**PIAGGIO**/Vespa Ciao, skuter, 1 os. , 2T, 1995 r., czarny, cena 1666 zł, Tczew, tel. 574 797 077

### KUPIĘ

### INNE

## 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, 500 zł, 505-56-70-34

## USŁUGI

**USŁUGI** dekarsko – ciesielskie, tel. 697 753 504

**OPAKOWANIA** jednorazowe, tel. 501 175 330

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

**PROFESJONALNA** fotografia okolicznościowa: śluby, wesela, sesje plenerowe, chrzty, komunie, tel. 697 442 013

## TOWARZYSKIE

**SEX**-sex-sex to lubię, gorąca Blondi pozna Panów Sponsorów, Sopot, tel. 514 120 213

## RÓŻNE

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

**LAWA** na kółkach, lodówka duża, chodnik dyw. Ekspres - tanio, tel. 885 557 151

**KUPIĘ** kapsle piwne i niepiwne, tel. 607 653 006

**SPRZEDAM** betoniarkę w dobrym stanie, tel. 511 841 826

**SPRZEDAM** butle do wina 50 l, 50 zł, rower różne, materac rehabilitacyjny, tel. 603 661 240

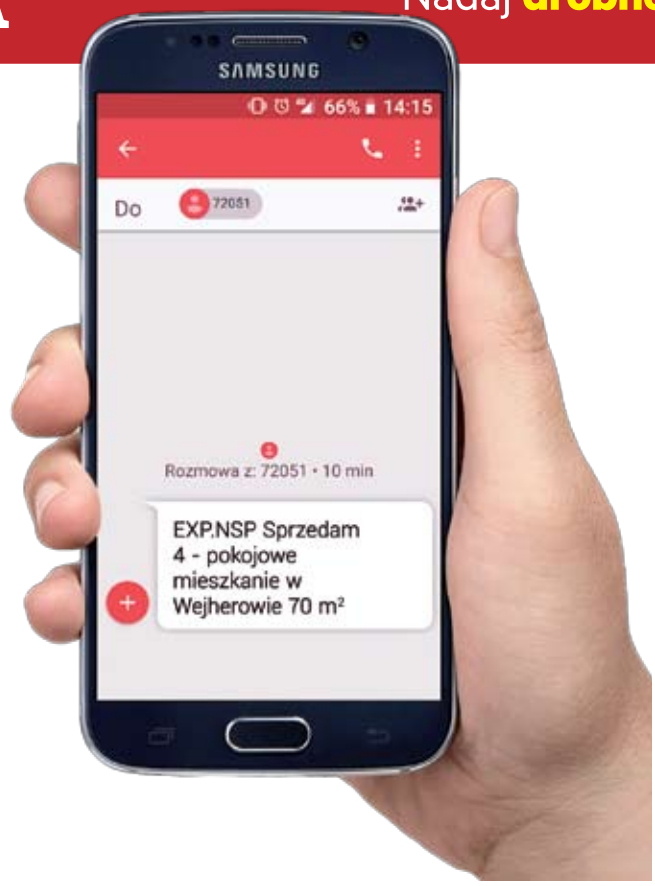
**ZŁOTA** rączka, drobne naprawy, sprzątanie obejścia, piwnic, transport, prace w ogrodzie, okolice Luzina, Wejherowa, tel. 693 737 381

**SPRZEDAM** lodówkę, dwudrzwiową, typ daewoo, cena do uzgodnienia, stan idealny, tel. 885 557 151, tel. 58 714 41 54

**SPRZEDAM** materac rehabilitacyjny, grzejnik z lampą karbonową, moc. 900 W, nowa, tel. 502 647 767

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

**SPRZEDAM** grobowiec w Pierwoszynie, 4osobowy, tel. 607 291 564




**WYKAZ KATEGORII:**

| **na nr 79567** (9 zł + VAT) | |
|---|---|
| TOWARZYSKIE: | **EXP.TOW.** |
| DAM PRACĘ: | **EXP.PDP.** |
| USŁUGI: | **EXP.USL.** |
| **na nr 72051** (2 zł + VAT) | |
| NIERUCHOMOŚCI SPRZEDAM: | **EXP.NSP.** |
| NIERUCHOMOŚCI KUPIĘ: | **EXP.NKU.** |
| NIERUCHOMOŚCI DO WYNAJĘCIA: | **EXP.NDW.** |
| MOTORYZACJA SPRZEDAM: | **EXP.MSP.** |
| MOTORYZACJA KUPIĘ: | **EXP.MKU.** |
| MOTORYZACJA INNE: | **EXP.MIN.** |
| EDUKACJA: | **EXP.EDU.** |
| SPRZĘT ELEKTR. | **EXP.SIN.** |
| RÓŻNE: | **EXP.ROZ.** |


Nieważne, co *Ty* czytasz, ważne, kto czyta *o Tobie!*

PRENUMERATA:
**p.ruszewski@expressy.pl**

ONLINE:
issuu
**/ Express Biznesu**



**MIEJSCE NA TWOJĄ REKLAMĘ**

660 731 138
d.bieszke@expressy.pl


## ZAADOPTUJ

**Chooper**
uwielbia długie spacery i kontakt z człowiekiem. Jest z nami od 4 maja 2018 roku

**Ravello**
Ravello jest psem w typie labradora, i jak na labradora przystało jest wiecznie uśmiechniętym.

**Jazz**
Jazz nie chce być już dłużej sam. Pokochaj jego samotne, spragnione miłości serduszko.

**Lukas**
Jego beztroskie życie legło w gruzach. Nikt go nie chciał, nikomu nie był potrzebny.

**OTOZ ANIMALS**
Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Dąbrówce k. Wejherowa
Dąbrówka Młyn 30, 84-242 Luzino

**Telefon adopcyjny:** 607-540-557
**Telefon interwencyjny:** 721-933-280
Adres e-mail: dabrowka@otoz.pl

Nr konta dla darczyńców: *PKO BP:*
**74 1020 1853 0000 9602 0068 7616**

**POMÓŻ NAM POMAGAĆ**
Jeśli nie możesz adoptować psa, kota – adoptuj wirtualnie, przekaż 1% podatku (Krajowy Rejestr Sądowy: **KRS 0000069730** w celu szczegółowym „Schronisko w Dąbrówce k. Wejherowa")


**BĄDŹ NA BIEŻĄCO!**
/Expressy.pl



FOTOGRAFIA NAGROBKOWA

FOTOGRAFIA NAGROBKOWA WYKONYWANA JEST NA WYSOKIEJ KLASY PORCELANIE I WYPALANA W BARDZO WYSOKIEJ TEMERATURZE, CO ZNACZNIE PRZEDŁUŻA JEJ TRWAŁOŚĆ.

ZDJĘCIA DO WYKONANIA PORCELANKI PRZYGOTOWYWANE SĄ GRAFICZNIE, A PO RETUSZU I POPRAWKACH UDOSTĘPNIANE NASZYM KLIENTOM DO AKCEPTACJI.

NAWET STARE I PODNISZCZONE ZDJĘCIA MOŻNA GRAFICZNIE POPRAWIĆ I PRZYWRÓCIĆ IM PIERWOTNY BLASK I JAKOŚĆ. ISTNIEJE TAKŻE MOŻLIWOŚĆ ZAMIANY UBRANIA.

ZAPRASZAMY
DO NASZEGO ATELIER FOTOGRAFICZNEGO
GDYNIA UL. MORSKA 111
(NAPRZECIWKO MARKETU KAUFLAND)
W GODZINACH 9:00 - 17:00

TELEFONY: 58 523 74 52 - ATELIER
+48 698 167 100 - ANDRZEJ
+48 507 347 357 - MONIKA

express Rumski

# Kaszuby znów w biegu

**393 OSOBY STANĘŁY NA STARCIE ZAWODÓW ROZGRYWANYCH W RAMACH CYKLU „KASZUBY BIEGAJĄ", KTÓRE ZORGANIZOWANO W SZEMUDZIE.**

Fot. Mat. organizatorów

Fot. Mat. organizatorów

Fot. Mat. organizatorów

W Szemudzie w miniony weekend odbyły się kolejne zmagania w ramach cyklu „Kaszuby Biegają 2019" - Bieg Lesoków. Na startach stanęło łącznie 393 zawodników z całej Polski. Biegali zawodowcy, amatorzy oraz całe rodziny w biegach towarzyszących.

Pierwszy na metę Kaszubskiego Biegu Lesoków, spośród 323 startujących, wbiegł Łukasz Kujawski. Za nim kolejno Tomasz Bagrowski z Gdańska oraz Grzegorz Kujawski z Pucka. Wśród Pań zwyciężyła Izabela Paszkiewicz z Terespolu. Na 2. miejscu znalazła się Patrycja Włodarczyk z Terspolu, zaś miejsce 3. zajęła Alicja Misiak z Suszu.

- Pierwszy raz znalazłam się na tej trasie i raczej nie ostatni. Bardzo fajna trasa, organizacja na „piątkę", na pewno tu wrócę - skomentowała Aleksandra Bartsch z Gdyni.

Organizatorzy na czele z Henrykiem Miotkiem, dyrektorem „Kaszuby Biegają", składają ogromne podziękowania wszystkim, którzy wsparli tę inicjatywę.

- Dziękuję służbie medycznej, straży pożarnej z gminy Szemud, niezastąpionym wolontariuszom, mediom oraz włodarzom gminy – podsumował Henryk Miotk.

Kaszubski Bieg Lesoków był ósmą spośród dwunastu imprezą tegorocznego, VII Cyklu Kaszuby Biegają. Kolejny etap Największej Imprezy Biegowej Polski Północnej już w najbliższą niedzielę w Bąkowie (gmina Kolbudy), Tam odbędą się również zmagania w ramach cyklu Małe Kaszuby Biegają.

**/raf/**

# Międzynarodowe zawody strongmanów

**W stolicy powiatu zmierzyli się najsilniejsi Polacy i Ukraińcy podczas Międzynarodowego Pucharu Strongman Polska kontra Ukraina.**

Fot. Powiat wejherowski

Trzech zawodników z Polski i trzech z Ukrainy rywalizowało indywidualnie oraz drużynowo. Mężczyźni dawali pokaz swojej siły w sześciu konkurencjach. Można ich było ich obserwować podczas „yoka" i „nosidła", podnoszenia belki, „uchwytu Herculesa", martwego ciągu, „zegara" oraz umieszczania kul na podestach.

Niekwestionowanym mistrzem turnieju był Robert Cyrwus, pseudonim Kropek. W towarzystwie wiwatów i dopingu publiczności zwyciężał w kolejnych konkurencjach, finalnie zdobywając 32 punkty, które zapewniły mu najwyższe miejsce na podium. Obok zwycięzcy stanęło dwóch zawodników z Ukrainy. Na drugim miejscu uplasował się Oleksandr Kocherhin z 27 punktami, a na trzecim Pawel Kordiayak z 24 punktami. Poza podium znaleźli się Konrad Karwat, Jury Ogonovskiy oraz Krzysztof Kacnerski. Jako drużyna zwyciężyli goście, pokonując zawodników z Polski zaledwie jednym punktem.

Dodatkowo podczas turnieju odbywały się konkursy dla publiczności, w których można było wygrać gadżety, odżywki, a także karnety na siłownię. Dorośli widzowie mogli sprawdzić swoją siłę podczas „wagi płaczu", a dzieci poćwiczyć z instruktorką zumby.

Podczas przerw między konkurencjami odbywały się licytacje. Zebrana kwota przeznaczona była dla Mareczka Miszke. Widzowie chętnie wsparli zbiórkę, odkupując koszulki i gadżety z autografami polskich sportowców.

**Katarzyna Jagłowska**

Nieważne, co *Ty* czytasz,
ważne, kto czyta *o Tobie!*

PRENUMERATA:
**p.ruszewski@expressy.pl**

ONLINE:
issuu
**/ Express Biznesu**