



SŁUPSK • USTKA • DAMNICA • DĘBNICA KASZUBSKA • GŁÓWCZYCE • KOBYLNICA • KĘPICE • POTĘGOWO • SMOŁDZINO

ZBLIŻENIA

Nakład 10 000 egz.

www.zblizenia.pl

DWUTYGODNIK REGIONALNY

Nr 8 (139) • 23 maja 2014



str. 6

Nowa wizytówka miasta

Nowe Centrum Informacji Turystycznej w Ustce jest jednym z najnowocześniejszych tego typu obiektów na Pomorzu



str. 11

Szalona noc z kulturą

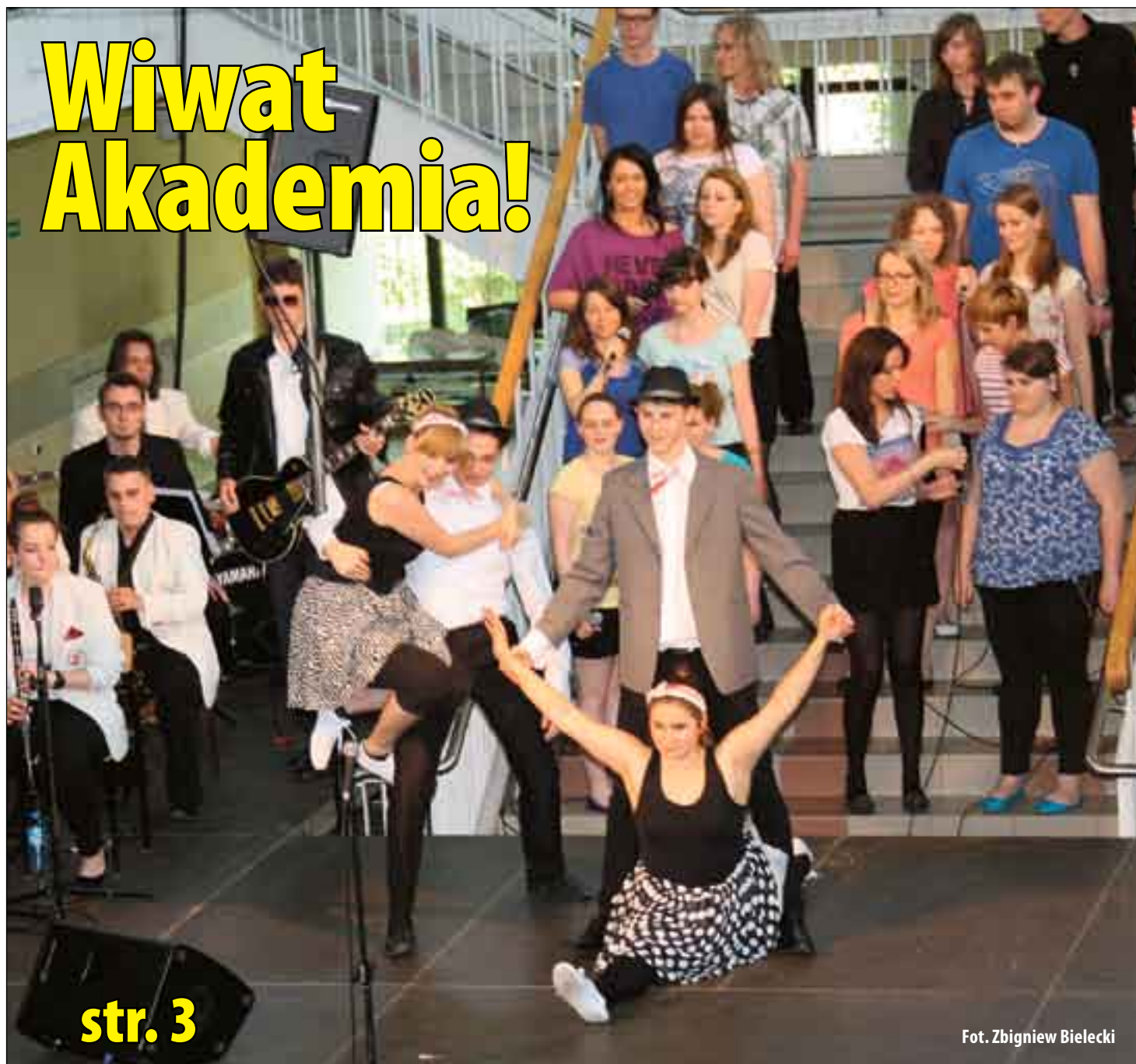
Z roku na rok coraz więcej placówek kultury i użyteczności publicznej, nie tylko muzealnych, włącza się w organizację „Nocy muzeów”



str. 15

Ekstremalnie na rowerze

Do niedawna pasją Romana Dobosza z Ustki były biegi na długich dystansach. Teraz przesiadł się na rower.



Wiwat Akademia!

str. 3

Fot. Zbigniew Bielecki



APTEKA
CENTRUM ZDROWIA

Słupsk, ul. Piłsudskiego 2
(koło przychodni Salus)

Poniedziałek-piątek

8⁰⁰ - 20⁰⁰

Sobota

9⁰⁰ - 18⁰⁰

DECATHLON
SŁUPSKGóra od kostiumu
Nahia**24^{zł}₉₉**Dół od kostiumu
Nahia**24^{zł}₉₉**Buty do wody
Tribord 100**39^{zł}₉₉**Zestaw
Karaiby 100**59^{zł}₉₉**Szorty kąpielowe
Hendaia**14^{zł}₉₉**Kurtka żeglarska
**Navistan
Raincoastal****129^{zł}₉₉** **TRIBORD**
DESIGNED BY WATER*Ciesz się
wodą*

Wiwat Akademia!

Słupska Akademia Pomorska obchodzi w tym roku jubileusz 45-lecia powstania uczelni. Z tej okazji zorganizowano wiele imprez. Jubileuszowe obchody zbiegły się w czasie z Bałtyckim Festiwalem Nauki, który cieszy się z roku na rok coraz większym zainteresowaniem wśród mieszkańców Słupska i regionu.

Z okazji jubileuszu w holu Wydziału Filologiczno-Historycznego otwarte zostały dwie wystawy okolicznościowe pn. „Zatrzymane w kadrze...” oraz „Byli wśród nas...”. Pierwsza z nich prezentuje ciekawe fotografie przedstawiające m. in. historyczną bazę naukowo-dydaktyczną uczelni, Juwenalia z lat 80-tych ubiegłego stulecia, ważne wydarzenia kulturalno-naukowe i sportowe minionych lat, czy prasę akademicką. Druga z wystaw „Byli wśród nas...” to

swoisty hołd złożony profesorom, którzy włożyli znaczący wkład w życie naukowe i organizacyjne uczelni. Głównym punktem jubileuszowych obchodów było Święto Uczelni, w trakcie którego odbyły się m. in. uroczyste promocje doktorskie, wręczenie medali i odznaki „Za zasługi dla Uczelni”. Uroczystość zakończył występ wokalo-taneczny w wykonaniu studentów Instytutu Muzyki AP.

Akademia Pomorska w Słupsku już po raz dwunasty zorganizowała

Bałtycki Festiwal Nauki. - *Podczas tegorocznego Festiwalu nie zabrakło ciekawych imprez: warsztatów, pokazów, wykładów, zajęć laboratoryjnych, czy konkursów, skierowanych do wszystkich lubiących odkrywać tajemnice otaczającego nas świata, poczynwszy od przedszkolaków, po uczniów szkół podstawowych, gimnazjalnych, ponadgimnazjalnych oraz dorosłych* – mówi **Katarzyna Mudryk-Praszcak**, rzeczniczka uczelni. - Zainteresowanie BFN z roku na rok wzrasta, a świadczą o tym chociażby zapisy na zajęcia dzieci i młodzieży z Malborka, Koszalina, Lęborka, czy Polanowa.

W pierwszym dniu Festiwalu odbywały się imprezy zorganizowane w poszczególnych instytutach, a drugiego dnia „Piknik naukowy”, w trakcie którego można było odkryć ciekawostki dotyczące kosmosu w mobilnym planetarium, obejrzeć pokazy słupskich fizyków, wykonać badania profilaktyczne, wziąć udział w zajęciach proekologicznych i prozdrowotnych. (LL)

Fot. Zbigniew Bielecki



Obecnie na Akademii Pomorskiej istnieją trzy wydziały: Filologiczno-Historyczny, Matematyczno-Przyrodniczy i Edukacyjno-Filozoficzny. W ich obszarze działa 10 instytutów i 3 katedry. Uczelnia posiada także Wydawnictwo Naukowe, Archiwum Uczelniane i Bibliotekę Główną oraz międzyuczelniane: Studium Praktycznej Nauki Języków Obcych, Centrum Sportowo-Rehabilitacyjne, Studium Informatyki.

W AP zatrudnionych jest około 400 pracowników naukowo-dydaktycznych, w tym 92 profesorów i 260 doktorów. Zajęcia prowadzone są także przez profesorów z innych naukowych instytucji krajowych i zagranicznych. Rektorem jest prof. dr hab. **Roman Drozd**. Prorektorem ds. kształcenia – prof. **Joanna Bernagiewicz**, prorektorem ds. programów europejskich i współpracy z gospodarką – prof. dr hab. **Zbigniew Osadowski**, prorektorem ds. nauki – prof. dr hab. **Tadeusz Sucharski**.

Na Akademii Pomorskiej studiuje obecnie 4300 studentów na 25 kierunkach i stu specjalnościach w systemie studiów stacjonarnych i zaocznych. Do tej pory mury uczelni opuściło ponad 52 tysiące absolwentów.



Apteka Centrum Zdrowia zatrudni kierownika apteki i magistra. Atrakcyjne warunki pracy.

Aplikacje prosimy przysyłać na adres:
praca@aptekacentrumzdrowia.pl

NISKIE CENY! SPRAWDŹ!

www.TwojeCentrumZdrowia.pl

DWUTYGODNIK



REGIONALNY

ZBLIŻENIA

Nakład: 10000 egz.
ISSN 138-0745

Wydawca:
AUH FOTECH
76-200 Słupsk
al. Sienkiewicza 1/2

Druk: „RONDO” Koszalin

Redaktor naczelna
Leokadia Lubiniecka

Redaguje zespół
Dyrektor wydawnictwa
Ewa Bielecka

Skład i grafika
Ilona Gostyńska-Rymkiewicz

Redakcja i Biuro Reklamy:

al. Sienkiewicza 1/2, 76-200 Słupsk
tel./fax 59 842 98 20
tel. kom 601 635 813, 697 855 000
e-mail: redakcja@zblizenia.pl
www.zblizenia.pl

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń.
Materiałów niezamówionych redakcja nie zwraca.

Kolportaż

Czasopismo kolportowane jest w gminach i miastach powiatu słupskiego. Dostępne także w redakcji.

Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych i zdjęć bez zgody wydawcy jest zabronione.

AGENCJA WYDAWNICZO-REKLAMOWA

FOTECH

www.reklama.słupsk.pl
www.fotografia.słupsk.pl

30 maja
Startujemy godzina 19⁰⁰

ćwierćfinały
Disco Hit Festival
Kobylnica 2014

Zagrają dla was:
Ambulans, Bayera, Cu-Dens, Emer,
eXellent, Freestyle, Gesek,
Karol Hadrych, Kris Talisman,
Marsel, Next, One Moment, Rokets, X-Party

VOYAGER
Gwiazda wieczoru
legenda muzyki disco polo

EUROPEJSKI RODZINNY WEEKEND W KOBYLNICY

31 maja
Startujemy godzina 11⁰⁰

PIKNIK RODZINNY

- Konkursy, zabawy i animacje dla dzieci i młodzieży
- Rodzinne potyczki kulinarne
- Europejski turniej wiedzy
- Mecz gwiazd z udziałem: Jarosława Jakimowicza, Roberta Moskwy, Tomasza Bednarka oraz Marcina i Rafała Mroczek
- Koncert Oli Ost z zespołem
- Zabawa taneczna

Teren przy Gminnym Centrum Kultury i Promocji w Kobylnicy
Szczegóły na www.kobylnica.pl

Pułapka zadłużenia

Jak jej uniknąć albo jak z niej wyjść? Wiedzą to uczniowie II Liceum Ogólnokształcącego w Słupsku, którzy wspinają się po szczeblach konkursu organizowanego przez Fundację Narodowego Banku Polskiego.

W III edycji konkursu organizowanego w dniach 8-10 maja 2014 roku pod hasłem: „Pułapka zadłużenia: czym jest, jak jej uniknąć, jak z niej wyjść?” **Rafał Kwinta, Kinga Majchrzak, Katarzyna Minta, Seweryn Sałusz** oraz **Jakub Staśkiewicz** połączyli wiedzę z zakresu przedsiębiorczości oraz znajomości

reguł gry w piłkę nożną. Jak poinformował dyrektor szkoły **Mariusz Domański**, zachwycili jury konkursu, wykonując prezentację w konwencji meczu rozgrywanego pomiędzy drużyną rodziny i pułapek. Tym samym utorowali sobie drogę do Warszawy i będąc jedną z pięciu spośród setek innych drużyn wybranych do etapu

krajowego, zajęli zaszczytne II miejsce. Tym samym pobili wynik III miejsca z zeszłego roku. Oprócz nagród rzeczowych takich jak pióra i monety wybite z okazji 100 urodzin Jana Karskiego, uczniowie wraz z opiekunem mgr **Barbarą Gadomską** przywieźli nagrodę finansową dla szkoły. Uhonorowano również nauczyciela. (I)

Słupski Budżet Obywatelski 2015

W budżecie miasta Słupska na 2015 rok wydzielona zostanie kwota 2 miliony złotych, za którą zrealizowane zostaną zadania zgłoszone i wybrane przez słupszczan.

Władze miasta zapraszają mieszkańców do udziału w spotkaniach informacyjnych, które odbędą się 27 maja 2014 r. o godz. 17 w Słupskim Centrum Organizacji Pozarządowych i Ekonomii

Społecznej, ul. Niedziałkowskiego 6 oraz w Szkole Podstawowej nr 5, ul. Hubalczyków 7. Kolejne spotkania konsultacyjne zaplanowano na 29 maja 2014 r. o godz. 17 w Młodzieżowym Centrum Kultury, al. 3. Maja 22 oraz w

Słupskim Ośrodku Kultury, ul. Braci Gierymskich 1.

Szczegóły dotyczące Słupskiego Budżetu Obywatelskiego 2015 znajdują się na stronach internetowych www.slupsk.pl i dialog.slupsk.eu. (I)

tel. 602 666 195

Botrans
Bogdan Zautra

Świadczymy usługi na linii regularnej
KĘPICE - SŁUPSK - KĘPICE
oraz WYNAJMUJEMY AUTOKARY I BUSY
na wyjazdy okolicznościowe w kraju i za granicą.



ROZKŁAD JAZDY										
KĘPICE - KULESZEWO - SŁUPSK										
	F	F6	STL	F6	F	F67L	S	F67L	F	F
KĘPICE	4.40	5.40	6.30	8.10	11.40	12.40	14.25	16.25	18.10	21.00
OBŁĘŻE	4.46	5.46	6.36	8.16	11.46	12.46	14.31	16.31	18.16	21.06
BARCINO	4.50	5.50	7.00	8.20	11.50	12.50	14.35	16.35	18.20	21.10
KULESZEWO	5.00	6.00	7.10	8.30	12.00	13.00	14.45	16.45	18.30	21.20
KONCZEWO	5.05	6.05	7.15	8.35	12.05	13.05	14.50	16.50	18.35	21.25
SIERAKOWO	5.07	6.07	7.17	8.37	12.07	13.07	14.52	16.52	18.37	21.27
ŁOSINO	5.12	6.12	7.22	8.42	12.12	13.12	14.57	16.57	18.42	21.32
KOBYLNICA	5.16	6.16	7.26	8.46	12.16	13.16	<	<	18.46	21.36
pl. Dąbrowskiego SŁUPSK	5.22	6.22	7.32	8.52	12.22	13.22	<	<	18.52	21.42
ul. Dąbrowskiego	5.30	6.30	7.40	9.00	12.30	13.30	15.10	17.10	19.04	21.50
SŁUPSK - KULESZEWO - KĘPICE										
	S	F6	7L	F	F6	S	F	F67L	F67L	F
pl. Dąbrowskiego SŁUPSK	5.45	6.45	7.45	9.45	11.20	12.45	14.20	15.20	17.20	22.20
pl. Dąbrowskiego	5.53	6.53	7.53	9.53	11.28	12.53	14.28	15.28	17.28	22.28
KOBYLNICA	5.59	6.59	7.59	9.59	11.34	12.59	14.34	15.34	17.34	22.34
ŁOSINO	6.03	7.03	8.03	10.03	11.38	13.03	14.38	15.38	17.38	22.38
SIERAKOWO	6.08	7.08	8.08	10.08	11.43	13.08	14.43	15.43	17.43	22.43
KONCZEWO	6.10	7.10	8.10	10.10	11.45	13.10	14.45	15.45	17.45	22.45
KULESZEWO	6.15	7.15	8.15	10.15	11.50	13.15	14.50	15.50	17.50	22.50
BARCINO	6.23	7.23	8.23	10.23	12.00	13.25	15.00	16.00	18.00	23.00
OBŁĘŻE	6.29	7.29	8.29	10.29	12.04	13.29	15.04	16.04	18.04	23.04
KĘPICE	6.35	7.35	8.35	10.35	12.10	13.35	15.10	16.10	18.10	23.10

F - kursy w dni robocze od poniedziałku do piątku
S - kursy w dni wolne i święta
L - dla kursów 25 i 26 grudnia, 1 stycznia, w pierwszy i drugi dzień Świąt Wielkanocnych
6 - kursy w soboty
7 - kursy w niedziele

Botrans
802 666 195



„Słupski Chłopczyk” u prof. Bralczyka

W najnowszym, ilustrowanym leksykonie „Jeść!!!” profesora Jerzego Bralczyka, znanego językoznawcy hasło „ser” jest zilustrowane zdjęciem serka camembert „Stolper Jungen” czyli „Słupskiego Chłopczyka”.

– To ogromne wyróżnienie dla naszego lokalnego produktu – mówi **Malwina Noetzel-Wszal-kowska** z biura prasowego prezydenta Słupska.

W leksykonie pojawiło się prawie 200 „smacznych słów”. Nie jest to jednak przewodnik kulinarny, ale – jak przystało na znanego językoznawcę, Jerzego Bralczyka – książka skupiająca się na słowach, ich brzmieniu, urodzie i funkcji. Przy każdym słowie oprócz krótkiej charakterystyki etymologicznej znajdują się także zaskakujące skojarzenia, zwroty i powiedzonka. Książka pt. „Jeść” kierowana jest nie tylko do smakoszy.

Ser „Słupski Chłopczyk” jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych symboli miasta. Produkcję sera „Słupski Chłopczyk” rozpoczęto około 1925 roku. Już we wrześniu 1927 roku słynny słupski ser typu camembert dostał pierwszy medal na targach w Paryżu. W latach 20. i 30. minionego wie-

ku wizerunek „Słupskiego Chłopczyka” umieszczano między innymi na widokówkach z podpisem „Stolp – die Stadt des Stolper Jungchen”, czyli Słupsk – miasto Słupskiego Chłopczyka.

W roku 2004 narodziła się idea ponownego rozpoczęcia jego produkcji w Słupsku. W 2007 udało się uzyskać prawa do nazwy i receptury i rozpoczęto produkcję w mleczarni w Zielinie koło Słupska.

W 2010 roku „Słupski Chłopczyk” – jeden z produktów znajdujących się w „Słupskim Koszyku Regionalnym” – zajął pierwsze miejsce w ogólnopolskim konkursie na Najbardziej Oryginalny Gadżet Miejski. Jest też – obok Niedźwiadka Szczęcia – maskotką miejską, którą spotkać można podczas różnych uroczystości organizowanych w Słupsku oraz promocyjnych poza nim. (I)



Wraca świadczenie dla opiekunów

Nawet na 6000 zł wyrównania mogą liczyć opiekunowie osób niepełnosprawnych, którym odebrano prawo do świadczenia pielęgnacyjnego w ubiegłym roku. O ponowne ustalenie świadczenia opiekunowie mogą starać się już od połowy maja 2014 roku.

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Słupsku ocenia, że z wnioskami o ponowne ustalenie świadczenia wystąpi około 200 osób, które otrzymywały je do 30 czerwca 2013 roku i z mocy nowych przepisów utraciły je od 1 lipca ubiegłego roku. O ponowne przyznanie świadczenia pielęgnacyjnego mogą starać się na podstawie Ustawy z dnia 4 kwietnia 2014 r. o ustaleniu i wypłacie zasiłków dla opiekunów.

– Aktualne przepisy zaczęły obowiązywać od 15 maja i jest to termin, od którego MOPR zaczął przyjmować wnioski. Na ich złożenie osoby uprawnione do tej pomocy finansowej mają 4 miesiące, tj. do 15 września 2014 roku. Jeżeli w tym okresie wszczęte będzie postępowanie o wydanie orzeczenia

o niepełnosprawności lub ustaleniu jego stopnia osobie, nad którą sprawowana będzie opieka, wniosek można złożyć nie później niż w terminie 4 miesięcy od daty wydania orzeczenia o niepełnosprawności – informuje **Sebastian Ferens** z MOPR.

MOPR zgodnie z nową ustawą wysłał informacje do wszystkich pobierających świadczenie do 30 czerwca ubiegłego roku, o możliwości składania wniosków. Ponowne przyznanie świadczenia opiekunowi to wsparcie w kwocie 520 zł miesięcznie plus jednorazowe wyrównanie od lipca 2013 roku.

Pracownicy MOPR szacują, że kwota ta wraz z odsetkami będzie sięgać prawie 6000 zł.

(I)

Woda – dar natury

W Centrum Edukacji Ekologicznej spółki „Wodociągi Słupsk” odbyło się uroczyste podsumowanie VIII edycji konkursu „Woda – dar natury”. W konkursie uczestniczyły 3-osobowe zespoły z piętnastu szkół Słupska, Kobylnicy, Smołdzina, Sycewic, Niepogledzia, Kwakowa, Kończewa, Słonowic, Zagórzycy i Ustki. Konkurs adresowany był do uczniów szkół podstawowych z klas IV – VI.



Uczniowie mieli za zadanie przygotować plakat związany tematycznie z problematyką ochrony środowiska oraz scenkę rodzajową również związaną z ochroną wody, energii, klimatu, hałasu, transportu

itp. Scenki zostały zaprezentowane podczas finału konkursu w Centrum Edukacji Ekologicznej. Podczas finału uczestnicy wzięli też udział w quizie ekologicznym. Musieli odpowiedzieć na 30 pytań związanych między

innymi z gospodarką wodno-ściekową.

Wysiłki młodych ekologów oceniali jury w składzie: przewodniczący **Jakub Kazimierski** ze stowarzyszenia proekologicznego „Słupia” oraz: **Anna Kasprzak** z Parku Krajobrazowego „Dolina Słupi”, **Agnieszka Zwierz** z Wydziału Gospodarki Komunalnej, Mieszkaniowej i Ochrony Środowiska Urzędu Miejskiego w Słupsku, **Dorota Nieboj** i **Danuta Makowska** ze spółki „Wodociągi Słupsk”.

Pierwsze miejsce w konkursie wywalczył zespół ze Szkoły Podstawowej w Słonowicach w składzie: **Nikoła Latała**, **Kinga Piłśniak** i **Sandra Sorbian** pracujący



pod opieką **Ewy Zacharzewskiej**. Drugie miejsce zajęła ekipa ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Słupsku w składzie: **Adam Stodulski**, **Dominika Szyca**, **Paulina Kałuc**. Opiekun – **Irena Korczyńska**. Na miejscu trzecim uplasował się zespół ze Szkoły Podstawowej w Głobinie w składzie: **Marcelina Pokuć**, **Natalia Chmielewska**, **Patrycja Janeczek**. Opiekun – **Mazena Żywiecka**.

Zwycięskie szkoły otrzymały od organizatora kon-

kursu – spółki „Wodociągi a uczniowie tablety. (LL) Słupsk” – walizki badawcze,

Fot. Zbigniew Bielecki



Nowa wizytówka miasta

Nowe Centrum Informacji Turystycznej w Ustce zostało oficjalnie oddane do użytku na tegoroczną majówkę. Jest nie tylko wizytówką miasta, ale też jednym z najnowocześniejszych tego typu obiektów na Pomorzu.

Siedziba CIT mieści się w samym centrum Ustki, u zbiegu ulic Marynarki Polskiej i Kosynierów. Okazały budynek w charakterystyczną, szachulcową kratę swoją zabudową nawiązuje do architektury przedwojennego kurortu.

Na budowę CIT miasto otrzymało dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Operacyjnego Województwa Pomorskiego 2007-2013. Wartość projektu to ponad 1 milion złotych. Dofinansowanie wyniosło 80 procent. Projekt realizowany był w partnerstwie z powiatem słupskim i Lokalną Organizacją Turystyczną „Ustka i Ziemia Słupska”. W ramach wspólnych działań promocyjnych został opracowany i opublikowany folder promocyjny, a także zrealizowany film ukazujący „10 Cudów Ziemi Słupskiej”. Operatorem zarządzającym CIT, wyłonionym w drodze przetargu, jest Lokalna Organizacja Turystyczna „Ustka i Ziemia Słupska”.

- W budynku o powierzchni około 200 metrów, poza przestronnym pomieszczeniem dla klientów, znajdują się również: sala konferencyjna, przechowalnia bagażu,

serwis dla rowerów, a nawet kąpielisko dla matki z dzieckiem – mówi **Jacek Cegła**, naczelnik Wydziału Promocji i Komunikacji Społecznej Urzędu Miasta w Ustce. Na parterze znajduje się stumetrowa sala operacyjna CIT, urządzona modelowo, ze znajomością rzeczy. Tuż przy głównym wejściu stanowiska komputerowe dla klientów, którzy lubią obsłużyć się sami szukając informacji w sieci. W głębi długa lada, za którą uwijają się informatorki. Interesantów, w tym cudzoziemców, nie brak nawet przed letnim sezonem urlopowym. Bezpośrednią obsługą zajmują się **Karolina Surowiec**, specjalista ds. turystyki i stażystka **Małgorzata Gadomska**. Od początku czerwca do końca września zespół powiększy się do sześciu osób. Placówką kieruje Włodzimierz Wolski, który pełni funkcję dyrektora Biura LOT „Ustka i Ziemia Słupska”.



Oficjalnego otwarcia nowej siedziby CIT dokonali: burmistrz Ustki Jan Olech, przewodniczący Rady Miasta Adam Brzóska i prezes LOT „Ustka i Ziemia Słupska” **Jacek Traczyk**. W uroczystości uczestniczyli również **Jarosław Lichacy**, prezes Darłowskiej Lokalnej Organizacji Turystycznej „Darłot”, **Urszula Falba** i **Daria Wojtas** ze Starostwa Powiatowego w Słupsku, ustecy radni, członkowie LOT, mieszkańcy, a także turyści. - Ten budynek już stał się wizytówką miasta. Jestem przekonany, że turyści odwiedzający nasze miasto będą teraz obsługiwani jeszcze lepiej niż do tej pory - powiedział burmistrz **Jan Olech**. (I)

Fot. archiwum UM w Ustce

Imiennik Ustki na wodach zatoki

Na wodach Zatoki Gdańskiej odbyły się regaty TRójCup, organizowane przez stowarzyszenie gmin „Małe Trójmiasto Kaszubskie”. W tym sezonie żeglarskim pierwszy raz uczestniczył w nich jacht S/Y USTKA.

Jest to jacht wchodzący w skład floty jachtów Ośrodka Szkolenia Żeglarskiego Marynarki Wojennej w Gdyni. Ośrodek posiada nową flotę jachtów szkoleniowych, które noszą nazwę miast Trójmiasta i Małego Trójmiasta, a mniejsze jednostki nazwę dzielnic Gdyni. Jacht S/Y Ustka jest nową jednostką typu Delphia 40.3 wybudowaną w polskiej stoczni jachtowej w Olecku na Mazurach. To, że jacht nosi nazwę USTKA, jest zasługą obecnego komendanta Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej komandora **Roberta Kozackiego**, który jeszcze jako komendant Ośrodka Szkolenia Żeglarskiego doprowadził do tego, że Ustka, jako miasto trwale związane z Marynarką Wojenną RP, została uhonorowana w ten sposób.

Załogę miasta Ustka tworzyli: **Eugeniusz Marciniak** - kapitan, **Marek Wardecki** - I oficer, **Agnieszka Wardecka** - II oficer, **Andrzej Kuczun**, **Bernard Kowal-**

czyk, **Katarzyna Ostasiewicz**, **Marcin Palanis**. Załoga reprezentowała miasto, ale również instytucje oraz kluby, Radę Miasta Ustka, Urząd Miasta Ustka, Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce, Szkołę Podstawową nr 1, Szkołę Podstawową nr 2, Jacht Klub OPTY Ustka.

W pierwszym dniu regat odbyły się dwa biegi regatowe. Pierwszy po trójkacie w rejonie Gdyni, a następny z Gdyni na Hel. Pogoda była prawdziwie żeglarska. Załoga miała okazję zasmakować wszystkich warunków żeglugi, od silnego wiatru i ulewnego deszczu do flauty pod Helem. Spisywała się znakomicie, z wielką sprawnością obsługując żagle podczas manewrów, a Ustka dzielnie pru-



ła fale i w zwartej grupie wszystkich jachtów dotarła na metę na Helu. W drugim dniu regat załogi wszystkich jachtów stoczyły walkę z silnym wiatrem. Ustka, ostatecznie, przypłynęła na metę na szóstej pozycji.

Relację z regat przesłał kapitan jachtu S/Y Ustka **Eugeniusz Marciniak**. Teraz czekamy aż imiennik zawita do Ustki 15 sierpnia 2014 w dzień Święta Ustki i Wojska Polskiego.

Eliza Mordal

Ochotniczo w kamasze

250 elewów, kobiet i mężczyzn, rozpoczęło służbę przygotowawczą w Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce. To druga grupa ochotników w tym roku odbywająca czteromiesięczną służbę wojskową.



250 ochotników-elewów służby przygotowawczej, w tym 58 kobiet z różnych regionów kraju rozpoczęło czteromiesięczne szkolenie przygotowujące do pełnienia służby w Narodowych Siłach Rezerwowych oraz w korpusie szeregowych zawodowych. Komendant CSMW kmdr **Robert Kozacki** wręczył uroczystie broń czterem elewom, inaugurując tym samym szkolenie.

Pierwszym etapem pobytu kandydatów do służby w NSR jest trzymiesięczne szkolenie podstawowe, w trakcie którego żołnierze poznają budowę i zasady obchodzenia się z bronią, przechodzą szkolenie medyczne, saperskie, inżynieryjne, taktyczne i ogniowe. Przygotowano dla nich także zajęcia z obrony przeciwlotniczej, obrony przed bronią masowego rażenia, terenoznawstwa, ochrony środowiska, wychowania fizycznego, bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ochrony przeciwpożarowej. 30 maja elewi złożą uroczystą

przysięgę wojskową, która odbędzie się w usteckim porcie.

Po zdaniu egzaminów, przystąpią do szkolenia specjalistycznego w 25 specjalnościach wojskowych m.in. z zakresu obsługi stacji radiolokacyjnych, rakiet woda-woda, urządzeń elektrotechnicznych i nawigacyjnych, silników spalinowych, sprzętu łączności, min, trałów i bomb głębinowych, torped czy systemów wodno-paliwowych i powietrznych okrętu.

Okres służby przygotowawczej kończy się egzaminem, który będzie podstawą do ubiegania się o stanowiska służbowe w ramach Narodowych Sił Rezerwowych. Stanowi również przepustkę do ubiegania się o przyjęcie do zawodowej służby wojskowej w korpusie szeregowych. Służba przygotowawcza ma charakter całkowicie dobrowolny i dotyczy zarówno mężczyzn jak i kobiet.

Robert Biernaczyk
Fot. CSMW



Wyzwania i pułapki

Remont starego domu może stać się źródłem wspaniałych wzruszeń estetycznych, ale też źródłem wielu pułapek. Jeżeli to dom, który odziedziczyliśmy, zawsze można to potraktować jako dar, który inni potraktować mogą jako dopust. Natomiast jeżeli to dom, który kupiliśmy, to albo urzekł nas swoją architekturą, albo położeniem, albo otoczeniem.

W każdym razie to wyzwanie nie lada. Zarówno pod względem finansowym jak i organizacyjnym.

Może się okazać, że czego nie sprawdzimy, nadaje się do wymiany lub remontu. Na początek zorientujmy się, czy konieczne remonty nie będą wymagać specjalnych pozwoleń oraz czy dom nie jest pod szczególną opieką architekta lub konserwatora zabytków.

Zacznijmy od dachu. W jakim stanie jest drewniana więźba dachowa, czy nie wymaga gdzieś wymiany lub konserwacji przeciw wilgoci lub grzybom. Sprawdzamy stan kominów, czy nie wymagają uszczelnienia lub naprawy ubytków. Jeżeli dach nie posiada żad-

nych zabezpieczeń, kwestię ocieplenia warto wziąć pod uwagę, gdyż górą ucieka najczęściej ciepła. Pierwszy dylemat czym ocieplamy: wełna mineralna czy wata, czy potrzebne będą okna dachowe, czy poddasze jest na tyle wysokie, że okna mieszczą się w ścianie. Przy okazji sprawdzamy instalację odgromową.

Teraz zajmijmy się dołem. Jeśli jest piwnica, sprawdzamy, czy nie ma w niej wilgoci. Jeśli nie ma piwnicy, sprawdzamy elementy położone na ziemi, pod tym samym kątem. Może warto odsłonić część murów, aby dokonać ich zabezpieczenia przeciw wilgoci.

Czas na środek. Zacniemy od oceny wyglądu zewnętrz-

nego. Tynki całe do wymiany, wystarczy uzupełnić, czy wszystko w porządku. Dalej w środku domu. Ocenę zaczniemy od instalacji.

Woda. Instalacja stara czy nowa, baterie stare czy nowe. Kanalizacja sprawna czy do przeczyszczania. Prąd. Instalacja sprawna, czy do wymiany. Częściowo czy całość kabli od a do z.

A może wystarczy tylko osprzęt. W tynku czy w rurkach. Instalacja antenowa, kable innego rodzaju. Odkryte, czy może ukryte.

Jeszcze nie sprawdziliśmy stanu ścian. Farba emulsyjna czy klejowa. A może tapety. Ogrzewanie centralne czy podłogowe. Piec centralny na gaz czy na opał. A może kominek. Podłogi. Do wymiany czy tylko do odnowienia. Parkiet czy klepka. A może deski, a może panele. Kafelki na ścianach, na podłogach, wanna czy prysznic?

Okna są całe, czy do wymiany? Skrzynkowe do odnowienia i wyregulowania, czy do całkowitej wymiany na nowoczesne?

Pytań rodzi się coraz więcej i lista opisująca remont starego domu zapewne nie została zakończona.

Współczesna technika budowlana oferuje tyle możliwości, że przyprawić to może o zawrót głowy.

Zapewne podstawowym kryterium będą środki, jakimi dysponujemy. Potem uwzględniamy, czy mamy

pomoc odpowiedniej ekipy, czy skazani jesteśmy na pracę samodzielną, licząc na własne umiejętności i doświadczenie. Innym kryterium jest ilość posiadanego czasu. Czy chcemy się tam wprowadzać jak najszybciej, czy mamy dużo czasu na wykonanie koniecznych prac. Z pewnością znajdzie się kilka rzeczy, których nie byliśmy w stanie przewidzieć, a które mogą zablokować prace.

(opr. LL)

FABRYCZNY PUNKT SPRZEDAŻY

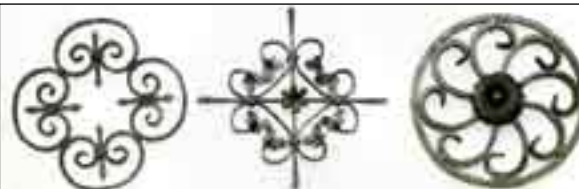


Sławno
ul. Powst. Warszawskich 3
tel. 59 810 20 12

Ustka
ul. Grunwaldzka 39f
tel. 59 814 19 61
kom. 507 087 122

DRUTEX

NAJLEPSZE OKNA



www.hurtowniarzemiosla.slupsk.pl

Nasz asortyment to przede wszystkim:
blachy, rury, płaskowniki, pręty
zebrowane i gładkie, pręty
kwadratowe, kształtowniki zimnocięte
i walcowane, profile zamknięte,
akcesoria i automatyka do bram
przesuwanych, elementy kute do krat,
plotów i balustrad



Hurtownia Stali RZEMIOSŁO
Słupsk • ul. Przemysłowa 19 A
tel. 59 841 11 66 • 606 107 301
biuro@hurtowniarzemiosla.slupsk.pl

AUGUSTYNIAK KOTŁY GRZEWcze

Kotły grzewcze typu August

Kotły grzewcze typu UKM

Kotły grzewcze typu UKWd



Zakład Ślusarsko - Kotlarski Zdzisław Augustyniak

ul. Ogrodowa 8, 84-351 Nowa Wieś Lęborska
tel./fax 59 8612 268, tel. kom. 503 362 871
e-mail: kotlyaugust@op.pl, www.kotlyaugust.pl



PRODUCENT WYROBÓW BETONOWYCH



tel. 693 523 300

Włynkówko, ul. Rzemieślnicza 2

tel. 59 842 66 97

Kępice, ul. Kruszką 1

www.budodom.pl



PORZĄDNY BETON, A NIE BABKI Z PIASKU!

Kolorowe aranżacje

Tkaniny dekoracyjne są sposobem na różne aranżacje salonu. Aby zmienić główny kolor pokoju nie zawsze trzeba wymieniać meble i malować ściany. Szybka i tania metamorfoza wnętrza można przeprowadzić za pomocą zasłon lub rolet. Można do tego dorzucić obrus, poduszki czy pokrowiec na fotel z tej samej tkaniny i mamy całkiem nowe wnętrze.

Czasami, zwłaszcza wiosną, mamy nieodpartą potrzebę zmian aranżacji salonu lub innego pokoju w mieszkaniu. Nie zawsze mamy pomysł jak to zrobić, obawiamy się czy efekt będzie dobry, czy dysponujemy wystarczającym budżetem. Najszybszą, efektywną, taną i mało ryzykowną metamorfozą jest zmiana tkanin dekoracyjnych.

Szczególnie spektakularny efekt daje zmiana wystroju okna – w zależności od tego jaki typ dekoracji i jakie tkaniny wybierzemy – osiągniemy inny rezultat. Zasłony okienne mogą wisieć luzem lub zostać upięte. W zależności od oczekiwanego efektu możemy otrzymać aranżację bardziej nowoczesną – wieszamy rolety i zasłony jednokolorowe lub w modernistyczne

wzory, a jeśli zależy nam na ociepleniu pomieszczenia – zdecydujemy się na tkaniny we wzór kwiatowy lub kraty charakterystyczne dla domów angielskich, klasycznych i rustykalnych.

Tkaniny dekoracyjne dają nam nieograniczone możliwości aranżacji wnętrza – w zależności od pory roku, nastroju czy innych potrzeb – można łatwo zmieniać i kreować naszą przestrzeń.

Ciekawa dekoracja okna przykuje uwagę nie tylko odwiedzających nas gości, ale również wpływa na przebywających w jej otoczeniu domowników. To prosty sposób na szybką, łatwą a zarazem efektowną metamorfozę wnętrza. Dlatego warto zatroszczyć się o to, by z przyjemnością przebywać w pięknym otoczeniu. (I)

Luksus za małe pieniądze

MAGIA DŹWIĘKU powstała w roku 2003, od początku istnienia oferując usługi realizacji dźwiękowych. Stopniowo poszerzaliśmy zakres swojej działalności zajmując się projektowaniem i wykonawstwem instalacji systemów nagłośnieniowych, oświetleniowych, audiowizualnych oraz konferencyjnych.

Nasze rozwiązania można spotkać w domach, salach teatralnych, salach konferencyjnych, studiach koncertowo-nagraniowych, pubach, restauracjach, hotelach i obiektach sportowych.

W ofercie posiadamy również KINO DOMOWE, PILOTY UNIWERSALNE, TELEWIZJE HD, systemy INTELIGENTNY

DOM oraz systemy telewizji przemysłowej, które dopełniają naszą ofertę zapewniając bezpieczeństwo pracowników i gości, a także nadzór i ochronę mienia. Rozwiązania te należą do grupy najbardziej zaawansowanych technologicznie systemów obserwacyjnych o wyjątkowo prostej obsłudze i wyjątkowo atrakcyjnych cenach.

W najnowszej, wiosenno-letniej odsłonie inspirująca seria telewizorów UQ10 firmy Sharp przenosi jakość obrazu na nowy poziom, pozwalając wyświetlać szczegóły niedostępne dla technologii Full HD. Współczesne telewizory służą nie tylko do oglądania filmów i programów – są także brama świata online. Seria telewizorów UQ10 firmy Sharp jest w pełni kompatybilna z siecią, co pozwala zintegrować ją z tabletami i smartfonami. Nowy, możliwy do dostosowania do indywidualnych potrzeb interfejs użytkownika zapewnia wygodny dostęp do nieograniczonej ilości materiałów online. Seria UQ10 została przetestowana i otrzymała certyfikat zgodności ze standardami THX Display firmy THX Ltd., co gwarantuje najwyższą jakość i wydajność obrazu. Co więcej, takie rozwiązanie przygotowuje nasz telewizor do wymagań technologicznych przyszłości.

Zapraszamy do salonu przy Żółkiewskiego 16 w Słupsku. Jesteśmy do Państwa dyspozycji od poniedziałku do piątku w godz. 10.00 – 18.00.

ARCAM BIG PROMO!

AVR380
AVR450 +
AVR750

Blu-ray BDP-300

Kup jeden z amplitunerów: AVR380, AVR450 lub AVR750 a Blu-ray BDP-300 o wartości 5490 zł otrzymasz za 1 zł!

1 Teraz Blu-ray 1 zł!

magia dzwieku.PL

Najlepszy Dźwięk i Obraz!

Połącz najlepsze brzmienie z najostrzejszym obrazem telewizorów **SHARP**. Najniższe ceny tylko w Magii Dźwięku (Słupsk, ul.Żółkiewskiego 16) lub na **sklep.magiadzwieku.pl**

Zapraszamy od pon. do pt. 10.00 - 18.00

Oferta ważna od 01.06.2014 do 30.06.2014 r. lub do wyczerpania zapasów w autoryzowanych salonach sprzedaży. Promocja nie łączy się z innymi promocjami. Oferta nie stanowi oferty handlowej w rozumieniu kodeksu cywilnego. Lista autoryzowanych punktów sprzedaży www.arcam.pl

Elewacja – zdobi i chroni

Tynk, jako element wykończeniowy zdobi budynek i nadaje mu odpowiedni charakter oraz zapewnia estetykę, między innymi dzięki różnorodnej strukturze oraz różnorodności barw. Rodzaj tynku stosowanego na elewacji budynku dobiera się w zależności od rodzaju zastosowanej izolacji cieplnej.

Niezależnie od wyboru tynku każdy z nich pełni taką samą rolę, przede wszystkim chroni elewację przed działaniem czynników atmosferycznych, a poza zdobi budynek. Na elewację możemy stosować zarówno tynki tradycyjne jak i cienkowarstwowe, do których należą tynki: akrylowe, mineralne, silikatowe oraz silikonowe. Zastosowanie konkretnej izolacji cieplnej ma późniejszy wpływ na rodzaj zastosowanego tynku. Do izolacji ze styropianu stosujemy tynki mineralne, akrylowe oraz silikatowe i silikonowe. Do izolacji z wełny mineralnej stosujemy tynki mineralne, silikatowe i silikonowe.

Tynki dostępne są zarówno w różnych fakturach jak i kolorach.

Tynki tradycyjne – stosuje się na ścianach wykonywanych metodami tradycyjnymi tzn. z cegieł, z pustaków oraz

drewnianych. Sam tynk składa się z trzech warstw – obrzutki, narzutu i gładzi. Grubość takiego tynku wynosi około 2 cm. Trzeba je malować. Na wykonanie tego rodzaju tynku potrzeba znacznie więcej czasu niż na tynki cienkowarstwowe, co może powodować większe koszty.

Tynki mineralne – są popularnym rozwiązaniem, stosuje się je w połączeniu z wełną mineralną, ze względu na ich paroprzepuszczalność. Są trwałe, nadają się do malowania farbami silikonowymi jak i silikatowymi. Taki tynk jest dość tani. Wybór kolorów nie jest zbyt imponujący, zazwyczaj mamy do dyspozycji paletę kolorów pastelowych.

Tynki akrylowe – używa się ich w połączeniu ze styropianem. Nie są zbyt drogie, rozwiązaniem. Producenci zadbałi o duży wybór kolorów, dlatego też przy ich



stosowaniu mamy duży wachlarz możliwości mając do dyspozycji setki kolorów jak i wiele różnych faktur. Tynki te są odporne na zabrudzenia i uszkodzenia mechaniczne. Mają małą nasiąkliwość.

Tynki silikonowe – są dość ciężkie do nakładania. Do ich zalet zalicza się dużą odporność na uszkodzenia mechaniczne, zabrudzenia (tworzy się specjalna powłoka, z której przy opadach deszczu zmywane są zanieczyszczenia). Zważywszy na dobrą paroprzepuszczalność,

poleca się je w połączeniu z izolacją z wełny mineralnej. Podobnie jak w przypadku tynków akrylowych producenci zadbałi o szeroką paletę kolorów i faktur.

Tynki silikatowe – są podobne do tynków silikonowych, choć w odróżnieniu od nich są dużo droższe. Są łatwe w nakładaniu, a do ich malowania stosuje się farby akrylowe, silikatowe lub silikonowe. Ich dodatkową zaletą jest odporność na działanie glonów czy grzybów.

Krzysztof Kowalski

Mini ogród na balkonie

Dla mieszkańców miast balkon jest często jedynym miejscem, gdzie mogą uprawiać rośliny i w ich otoczeniu spędzać wolny czas. Co roku z nadejściem wiosny szukamy nowych pomysłów na tworzenie balkonowych ogrodów. Kwitnące sadzonki w sklepach ogrodniczych zachwycają barwami, a my zastanawiamy się, które z nich kupić.

Gama roślin, którymi można zdobić nasze balkony, jest ogromnie bogata. Dotąd najczęściej na naszych balkonach rosły pelargonie, szalwie, aksamitki, begonie, bratki, heliotropy, lobelie, stokrotki, żeniszki, petunie i werbeny. Od kilku lat w sprzedaży są jednak nowe odmiany pięknych dekoracyjnych roślin. Najlepiej wybierać rośliny o długim okresie kwitnienia, które będą dekoracyjne od wiosny do jesieni. Należą do nich rośliny jednoroczne: żeniszek meksykański, begonia stale kwitnąca, nasturcja większa, niecierpek, waleriana, petunia ogrodowa, smagliczka nadmorska, lobelia przylądkowa, aksamitka rozpierzchna i wąskolistna. Długim okresem kwitnienia charakteryzują się też rośliny wieloletnie, np. pelargonie ogrodowe i bluszczolistne, fuksja, begonia bulwiasta, dalia, bakopa, heliotrop, złocień krzewiasty.

Na balkonach najczęściej rośliny sadi się do skrzynki balkonowych, ale można wykorzystać także donice ustawiane na podłodze oraz wiszące kosze i inne pojemniki. Aby stworzyć w skrzynce, wiszącym koszu lub donicy harmonijną kompozycję, należy uwzględnić barwę kwiatów. Połączmy żółcie i odcienie czerwieni z odcieniami fioleto i koloru niebieskiego, spróbujemy złączyć kolor granatowy z żółtym czy też pomarańczowy z niebieskim. Połączmy obficie kwitnącą lobelię, fioleto-woniebieski żeniszek, werbenę, kannę o dużych ozdobnych liściach i egzotycznych kwiatach. Zwróćmy uwagę na fioletoowy heliotrop, cynamonowo pachnącą maciejkę, czy trzykrotkę. (I)

Zalety ogrzewania gazowego

Nie bez przyczyny ogrzewanie gazowe jest najczęściej rozważane w pierwszej kolejności. Wynika to z faktu, że gaz ziemny jest paliwem dość tanim. Spośród paliw i nośników energii umożliwiających korzystanie z bezobsługowych źródeł ciepła (gaz ziemny, olej opałowy, energia elektryczna) jest z całą pewnością najtańszy.

Gaz często bywa też wykorzystywany do gotowania, więc w domu nierzadko przewiduje się ułożenie instalacji gazowej. Jeśli tak, warto to paliwo użyć również do ogrzewania a także do przygotowania ciepłej wody użytkowej.

Na obszarze Polski mamy dość dobry dostęp do gazu ziemnego, polskie miejscowości są dość dobrze zgazyfikowane. Problem z dostępem do gazu jest jedynie na obszarach wiejskich lub w dzielnicach, które w ostatnim czasie dynamicznie się rozwijały. Ale nawet wtedy zakładom gazowniczym może się opłacić podłączenie większych osiedli do sieci gazowej.

Gaz ziemny w eksploatacji jest paliwem bezobsługowym. Nowoczesne kotły na gaz nie wymagają praktycz-

nie w ogóle obsługi (z wyjątkiem przeglądu przez kompetentnego serwisanta raz do roku), a jedynie terminowego opłacania faktur za gaz. I, w razie potrzeby, regulowania parametrów pracy samej instalacji grzewczej. Nie ma konieczności zamawiania nowej dostawy paliwa, pilnowania rozładunku węgla z ciężarówkami, dosypywania go do kotła albo zasobnika. Kocioł wyposażony jest w element, który służy do zainicjowania płomienia. Może to być iskra elektryczna, może być to kawałek metalu rozżarzany przez przepływający prąd. Kiedyś wykorzystywano palniki pilotowe, które paliły się przez cały czas, ale rezygnuje się z nich, bo zużywają sporo gazu...

Ze względu na swoje fizyczne właściwości, gaz jest paliwem łatwym w przesyle

i użyciu, a także możliwy do bardzo czystego, efektywnego spalania. Nie zawiera on bowiem siarki ani cząstek niepalnych, przez co z kominu nie wydobywają się tlenki siarki ani pyły. Tlenki azotu, niestety, owszem.

Ogrzewanie gazowe jest też czyste, nie ma popiołu i pyłu węglowego). Kocioł gazowy jest do tego stopnia niekłopotliwy w użytkowaniu, że można go z powodzeniem zamontować również w pomieszczeniach typowo użytkowych, np. łazience czy kuchni. Co się z tym wiąże, nie ma potrzeby przeznaczania specjalnego pomieszczenia na kotłownię, ani na magazyn opału. To pozwala oszczędzić niekiedy kilkanaście tysięcy złotych na etapie budowy domu o kilka metrów kwadratowych mniejszego. (I)



**USŁUGOWY ZAKŁAD
INSTALATORSTWA
GAZOWEGO, SANITARNEGO
I OGRZEWANIA**

Ślupsk, ul. Bauera 4, tel. 59 84 44 293, kom. 604 374 277

- Wykonawstwo instalacji sanitarnych
- Montaż kolektorów słonecznych
- Montaż klimatyzacji
- Serwis urządzeń gazowych i olejowych



Więcej niż ciepło...



KOMPUTERY SKLEP - KOMIS - SERWIS

76-200 Słupsk, ul. Sienkiewicza 1
tel. 59 840 20 80

KOMPUTERY NOWE I UŻYWANE, MODERNIZACJA KOMPUTERÓW, NAPRAWA,
WYMIANA SKUP I SPRZEDAŻ CZĘŚCI UŻYWANYCH, KOMIS KOMPUTEROWY
DORADZTWO (SPECJALNOŚĆ: ZESTAWY DLA GRACZY I KARTY GRAFICZNE)



Z tym kuponem
15% rabatu
na cały
asortyment!

Wszystko
do łazienki...
Płytki, kabiny, wanny,
zabudowa...
i nie tylko.
Tarasy, kuchnie,
salony, przedpokoje.



Poczuj się wyjątkowo

76-251 Kobylnica, ul. Główna 2B, tel. 59 841 53 66

R-Product

Kamienie dekoracyjne
Płyty dekoracyjne
Elementy sztukaterii



www.r-product.pl

Słupsk, Grottgera 19, tel. 535 548 157, 725 159 658, biuro@r-product.pl



SPRZEDAŻ BEZ POŚREDNIKA!!!

Na sprzedaż posiadam dom jednorodzinny z garażem dwu stanowiskowym o pow. 155,18m² w zabudowie parterowej z możliwością adaptacji poddasza w Dębnicy Kaszubskiej w stanie surowym zamkniętym z instalacją elektryczną, na działce o pow. 905m², wybudowane w technologii tradycyjnej: ściany z bloczków H+H, kominy systemowe, strop drewniany, więźba dachowa krokwiowa, dach pokryty dachówką cementową, stolarka okienna PCV w kolorze złoty dąb, profile 6-komorowe, 3-szybowe, drzwi wejściowe antywłamaniowe, brama garażowa "HORMAN" z napędem elektrycznym w kolorze złoty dąb.

Media: woda, kanalizacja, prąd w budynku. **Lokalizacja:** Dębica Kaszubska, 13 km od Słupska. Dom usytuowany w jednym z najwyższych punktów otoczony lasami, droga dojazdowa gminna utwardzona płytami betonowymi 350 m od centrum miejscowości.

tel. 501 405 181, e-mail: ark-bud@wp.pl

Schody – jakie wybrać?

Schody wewnętrzne możemy wykonać i wykończyć różnymi materiałami. Schody drewniane nadal pozostają jednym z częściej stosowanych rozwiązań, z uwagi na ich urodę, możliwości konstrukcyjne i łatwość montażu. Aby jednak schody cieszyły nas przez lata i stanowiły wizytówkę naszego domu, szczególnie jeśli znajdują się w reprezentacyjnej jego części, drewno musi być odpowiednio zabezpieczone. Co wybrać? Lakier czy olej do drewna?

Drewniane elementy we wnętrzu są pełne uroku, pamiętajmy jednak, że aby długo cieszyły nasze oczy należy o nie odpowiednio dbać. Drewniane schody najczęściej wykonane są z buku, jesionu, dębu, klonu, modrzewia. Coraz popularniejsze, choć oczywiście droższe, są również gatunki drewna egzotycznego, np: merbau, teak czy jatoba. Tanie schody drewniane wykonamy z sosny lub ze świerku. Drewno takie nie powinno być jednak stosowane, gdy nasze schody są bardzo często eksploatowane, np. jeśli mamy schody w salonie, które łączą obie kondygnacje.

Bez względu na to, jaki gatunek drewna wybierzemy, wewnętrzne schody drewniane możemy zabezpieczyć na dwa sposoby, stosując olej lub lakier. Zanim wybierzemy jedną z metod, warto zapoznać się z ich charakterystyką, gdyż każda z nich posiada swoje wady i zalety, a także właściwości, które nadają powierzchni schodów nie zawsze oczekiwany przez nas efekt.

Drewno pokryte warstwą lakieru jest odporne na promienie UV, a ewentualne zabrudzenia na jego powierzchni są dużo łatwiejsze do usunięcia. Trwałość powłoki stworzonej przy pomocy lakieru wynosi od kilku do kilkunastu lat. Wadą lakieru jest to, że odnowienie fragmentu konstrukcji wymaga położenia warstwy lakieru na całej powierzchni. Bardzo ważny jest wybór odpowiedniego lakieru do drewna – wybierzmy taki, który jest odporny na ścieranie i można go wykorzystać do powierzchni mocno eksploatowanych.

Na rynku dostępne są dwa typy lakierów – rozpuszczalnikowy oraz wodny. Pierwszy jest tworzony na bazie rozpuszczalników ropopochodnych, zaś drugi na bazie wodnej pitnej. Zarówno lakiery rozpuszczalnikowe, jak i lakiery wodne mogą występować w wariacie matowym, jak i połyskującym, tworząc na powierzchni schodów oczekiwaną powłokę. Lakier połyskujący jest zdecydowanie bardziej efektowny i pasuje do

eleganckich, nowoczesnych wnętrz, należy jednak pamiętać, że wszelkie zarysowania i niedoskonałości jego powierzchni będą podwójnie widoczne.

W odróżnieniu od lakierów, oleje do drewna zabezpieczają powierzchnię nie od zewnątrz, a od środka, nie tworzą więc na stopniach charakterystycznej dla lakierów powłoki. Jest to więc dobra propozycja dla osób, które wysoko cenią naturalny wygląd drewna. Olejowane schody drewniane są cieplejsze, a w dotyku również zachowują szlachetność naturalnego surowca. Idealne są więc do wnętrza urządzonego w stylu klasycznym czy rustykalnym. Dodatkową zaletą olejowania jest fakt, że ewentualne zarysowania powierzchni drewna są dużo mniej widoczne niż na powierzchni, która została polakierowana. Jeśli jednak się pojawią, powierzchnię wystarczy ponownie przetrzeć olejem, by zniknęły, odnawiając nawet niewielki fragment. Jednak aby olejowanie było skuteczne, należy je regularnie powtarzać, przeprowadzając remont schodów co 6 czy 12 miesięcy.

(opr. LL)



OSIEDLE NAD STAWEM

Mieszkania, w których drzemią uczucia...



Najlepsza lokalizacja.

Super ceny !

OKTAN INVESTMENT

SPRZEDAŻ
MIESZKAN
tel. 662 200 340

www.oktaninvestment.pl

Ich prace

Warsztat Terapii Zajęciowej przy Polskim Związku Niewidomych w Słupsku zaprasza na otwarcie wystawy prac uczestników WTZ PZN. Będzie to trzynasta edycja z cyklu „ICH PRACE” zorganizowana przy współpracy ze Stowarzyszeniem Bibliotekarzy Polskich Oddział w Słupsku oraz Miejską Biblioteką Publiczną w Słupsku.

Uroczyste otwarcie odbędzie się 29 maja 2014 roku. Początek spotkania zaplanowano na godz. 11.15 w Filii nr 8 MBP przy ul. Braci Gierzyńskich w Słupsku. W programie montaż słowno-muzyczny „X-lat integracji Polski z UE” przygotowany przez pracownię muzyczno-teatralną WTZ PZN.

Podczas wystawy będzie istniała możliwość zakupu prac. Dochód z aukcji będzie wsparciem funduszu wycieczki dla uczestników wraz z opiekunami. W tym roku placówka planuje na zakończenie

lata 5-dniowy pobyt w Ośrodku „Leśna Chata” w Jastrowiu nad zalewem rzeki Gwda.

Warsztat Terapii Zajęciowej Polskiego Związku Niewidomych znajduje się przy ulicy M. C. Skłodowskiej w Słupsku. Jest placówką realizującą zadania rehabilitacji społecznej poprzez terapię zajęciową. Działa na terenie miasta oraz powiatu nieprzerwanie od 1997 roku. Spośród 90 osób niepełnosprawnych, które skorzystały z oferty placówki, 9 osób wstąpiło na rynek pracy i podjęło zatrudnienie. (I)



Szalona noc z kulturą

Z roku na rok coraz więcej placówek, nie tylko muzealnych, włącza się w organizację „Nocy muzeów”. Ta niezwykła impreza, zapoczątkowana w 1997 roku w Berlinie, cieszyła się tak dużym powodzeniem, że w jej ślad poszło wiele innych europejskich miast. W Polsce po raz pierwszy „Noc muzeów” zorganizowało w 2003 roku Muzeum Narodowe w Poznaniu.

Obecnie nie ma już chyba u nas takiej placówki muzealnej, która nie włączyłaby się w organizację „Nocy”, udostępniając zwiedzającym za darmo lub za symboliczną złotówkę swoje zbiory. „Noce” organizują równolegle biblioteki, galerie sztuki, teatry, kina, a obiekty użyteczności publicznej, takie jak np. Belweder czy Kancelaria Prezesa Rady Ministrów, są udostępniane do zwiedzania.

„Noc muzeów” w Słupsku także cieszyła się wielką popularnością. Do Muzeum Pomorza Środkowego przybyły tłumy mieszkańców chcących zobaczyć zbiory, w tym także te na co dzień niedostępne. Wśród zwiedzających było bardzo dużo ludzi młodych i dzieci, co cieszy szczególnie. A MPŚ przygotowało naprawdę bogaty i ciekawy program.

W „Czerwonym spichlerzu”, nowym obiekcie placówki, Michał Giedrojc i Tomasz Giczewski zaprezentowali widowisko pn. „Usłyszeć i zobaczyć Witkacego”. Na ścianie spichlerza odsłonięto wielkoformatowy portret autorstwa Witkacego przygotowany przy współpracy grupy „Witkacy cacy cacy”

W Zamku Książąt Pomorskich można było obejrzeć obrazy Witkacego, wystawę poświęconą historii kolejnictwa na Pomorzu, a także zbiory stałe, poznać dzieje

dawnego cechu słupskich garncarzy. W Sali Rycerskiej dyrektor MPŚ **Marzena Mazur** wraz z byłym dyrektorem muzeum **Mieczysławem Jaroszewiczem** podziękowali ponad 40 darczyńcom za przekazane placówce w ubiegłym roku obiekty zabytkowe. Gościem honorowym słupskiej „Nocy muzeów” był śpiewak operowy Maciej Witkiewicz, stryjeczny wnuk Stanisława Ignacego Witkiewicza – Witkacego, który wystąpił z krótkim recitalem.

(LL)

Fot. Bartosz Arsyński

Koncert rodzinny

W tym roku z okazji Dnia Dziecka Polska Filharmonia Sinfonia Baltica w Słupsku postanowiła zorganizować wyjątkowe wydarzenie dla całych rodzin.

Zaprasza na koncert rodzinny, który będzie nie tylko ciekawym pomysłem na spędzenie niedzielnego popołudnia, lecz także ucztą dla uszu. W wykonaniu orkiestry pod batutą jej dyrektora – **Bohdana Jarmołowicza** usłyszymy melodie znane z przebojów światowego kina. Koncert



będzie połączeniem programów Jack Sparrow i inni bohaterowie filmowi w muzyce oraz Kocham kino.

Wykonawcami będą: **Jacek Kotlarski** – śpiew, **Bohdan Jarmołowicz** – dyrygent, Orkiestra PF Sinfonia Baltica, **Małgorzata Stecz** – prowadzenie. Koncert odbędzie się 1 czerwca (niedziela) o godzinie 16. (KB)

Projekt: Osiecka

Słupska Filharmonia włączyła się w nową inicjatywę Młodzieżowego Domu Kultury, a ściślej, działającego tam pod kierunkiem Krzysztofa Plebana Studio Piosenki „Przystań Artystyczna”.



tystycznej: **Ola Cybula**, **Diana Gliniecka**, **Wanessa Dyś**, **Maja Mędrak**, **Małgorzata Mijewska**, **Julia Nawacka**, **Justyna Piotrowska**, **Klaudia Medwid**, **Adriana Paprocka**, **Klaudia Janus**, **Marlena Filipczak** i **Ola Gudlewska**.

Artystkom będzie akompaniował zespół wytrawnych słupskich muzyków pod kierownictwem **Krzysztofa Plebana**

Projekt: Osiecka, bo tak nazywa się proponowany program, to kilkanaście piosenek do tekstów Agnieszki Osieckiej. Są wśród nich m. in. tak znane przeboje, jak Okularnicy, Małgośka, Sing Sing, Ballada wagonowa, Damą być i Niech żyje bal.

Wykonawcami utworów będą młode wokalistki skupione w słupskiej „Przystani Ar-

banka w składzie: **Krzysztof Plebanek** – fortepian, **Mariusz Mojsiuk** – gitara, **Andrzej Guziński** – gitara basowa oraz **Jacek Bochenek** – perkusja. Projekt: Osiecka po raz pierwszy został zaprezentowany na scenie Restauracji Et Cetera w marcu b.r. Najbliższy koncert odbędzie się 28 maja (środa) o godz. 19. (KB)



Gabinet Stomatologiczny

Agnieszka Koczerga

Specjalista Chirurgii Stomatologicznej

Ślupsk, ul. Henryka Pobożnego 4/2, tel. 59 842 86 57
Zapraszamy: poniedziałek–piątek 9.00-18.00
www.koczerga.pl

Wiele osób unika wizyt u stomatologa uważając, że skoro nie boją ich zęby, to nie potrzebują dentysty. Ich problemy zaczynają się jednak dużo wcześniej niż wtedy, gdy pojawia się ból. Wczesna diagnostyka umożliwia rozpoczęcie leczenia, zanim pojawią się dokuczliwe dolegliwości, a ponadto zwykle oznacza też znacznie mniejsze wydatki.

Przegląd uzębienia to okazja, by stwierdzić, czy nie pojawiają się problemy. Pacjenci niekiedy unikają takich diagnostycznych wizyt, obawiając się wydatków z nimi związanych i tego, że lekarz zmusi ich do kolejnych, kosztownych wizyt. Z tego powodu oferujemy bezpłatne przeglądy stomatologiczne z diagnostyką bez dalszych zobowiązań ze strony pacjenta.

Zapraszamy!

BEZPŁATNE PRZEGŁĄDY będą się odbywać do końca maja 2014.

Prosimy o wcześniejsze umawianie się telefoniczne na bezpłatny przegląd zębów pod numerem: **59 842 86 57**

BEZPŁATNE PRZEGŁĄDY
STOMATOLOGICZNE.
Bez zobowiązań.



Gabinet Stomatologiczny

Agnieszka Koczerga

Specjalista Chirurgii Stomatologicznej

- Wybielanie zębów • Protetyka • Leczenie zębów
- Protetyka komputerowa CAD/CAM • Implanty
- Pełny zakres zabiegów z chirurgii stomatologicznej
- Diagnostyka radiologiczna (cyfrowe RTG punktowe zęba, cyfrowe RTG pantomograficzne)

Ślupsk, ul. Henryka Pobożnego 4/2, tel. 59 842 86 57
Zapraszamy: poniedziałek–piątek 9.00-18.00
www.koczerga.pl

Odbudowa protetyczna jest projektowana komputerowo. W gabinecie stomatologicznym można wykonać odbudowy pełnoceramiczne (korony, mosty, inlay, onlay, licówki), odbudowy na tlenku cyrkonu oraz wysoce estetyczne uzupełnienia tymczasowe.

Pacjent może zobaczyć na ekranie komputera, jak będzie wyglądało jego uzębienie, co ułatwia współpracę i pozwala zrozumieć diagnozę.

Odbudowa protetyczna jest wykonana z materiału pełnoceramicznego - bez podbudowy metalowej, co zapewnia doskonałą estetykę, zęby uzyskują dzięki temu naturalny wygląd.

Technologia CAD/CAM zmienia cały proces. Uzębienie pacjenta jest skanowane, program komputerowy tworzy trójwymiarowy obraz zębów na monitorze komputera.

Zaakceptowany projekt trafia do frezarki numerycznej, gdzie zostaje wycięty z ceramicznego bloczka.

W systemie CEREC 3D pacjent może brać czynny udział w projektowaniu kształtu swoich zębów.

Precyzja uzupełnień protetycznych jest dużo wyższa, zaś wytrzymałość materiału z którego są one wykonane 3-4-krotnie większa niż tradycyjne korony i mosty.

Koszt korony pełnoceramicznej w systemie CEREC nie jest wyższy niż innych koron pełnoceramicznych. Znaczenie ma estetyka, precyzja i czas wykonania pracy.

Nowość

Cyfrowa
protetyka
3D
w technologii
CAD/CAM



„Zrzuć” toksyny na wiosnę!

Każdy człowiek posiada efektywny system samooczyszczania organizmu, który ukształtował się na przestrzeni wielowiekowej ewolucji. Ta sama ewolucja jednak, poza szeregiem technologicznych i przemysłowych dobrodziejstw, przyniosła niezliczone ilości toksyn. Ich nadmiar przenikający do organizmu z wielu stron zbyt mocno nadwyręża jego działanie, a w wielu przypadkach wręcz uniemożliwia samodzielne oczyszczenie organizmu. W ciągu roku nasz organizm gromadzi nawet do 8 kilogramów toksyn! Ludzki ustrój nie jest na to gotowy i potrzebuje realnego wsparcia.

Źródłami toksyn mogą być: domowe detergenty (chemikalia do sprzątania domu i prania), powietrze (spaliny, dym tytoniowy), woda pitna, żywność (alkohol, papierosy). Za oczyszczanie organizmu z toksyn odpowiedzialna jest wątroba. To właśnie tu trafiają substancje chemiczne pochodzące z pokarmów, leków, alkoholu czy nawet kosmetyków. Ludzka wątroba w erze cywilizacyjnego postępu potrzebuje oczyszczania tak samo, jak każdy inny organ naszego ciała, np. jelito. W ciągu jednej minuty przez wątrobę przepływa nawet do 1,5 litra krwi, która czeka na oczyszczenie.

Badania naukowe dowodzą, że niektóre substancje pochodzenia naturalnego mają zbawienny wpływ na oczyszczanie wątroby z toksyn, co realnie wspiera jej pracę. Substancją taką jest np. chlorofil, którego najbogatszym znanym źródłem jest chlorella, jednokomórkowa alga. Chlorofil korzystnie oddziałuje na błony śluzowe przewodu pokarmowego stanowiące naturalną barierę przed przedostawianiem się substancji toksycznych z przewodu pokarmowego bezpośrednio do krwiobiegu. Ponadto ściana komórkowa chlorelli zawiera sporo polinę, unikalną substancję,

k która wiąże metale w sposób nieodwracalny i w ten sposób jest wydalana z organizmu.

Doskonałym wsparciem wątroby jest też wyciąg z karczocha. Zawarte w liściach karczocha substancje aktywne stymulują wytworzenie żółci i działają ochronnie na komórki wątroby. Dzięki czemu przyspieszają usuwanie toksycznych produktów przemiany materii z organizmu. Również cholina pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu wątroby. Ponadto, wspomagając metabolizm lipidów, zapobiega stłuszczeniu się wątroby.

- Przy stresującej pracy, niezdrowej diecie i braku aktyw-

ności fizycznej niemożliwe jest uchronienie się przed negatywnym skutkiem wszechobecnych toksyn. Dlatego warto wspomóc wątrobę poprzez dostarczenie jej substancji, które realnie pomogą w oczyszczaniu organizmu, takich jak cholina, substancje zawarte w chlorelli i wyciągu z karczocha – mówi dr inż. Katarzyna Okręglika, specjalista w zakresie żywienia człowieka i dietetyki, pracownik naukowy w Zakładzie Medycyny Zapobiegawczej i Higieny Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.

Katarzyna Pęcherska

PRODUCENT GARAŻY BLASZANYCH
ZHPU „ALICJA” 86-170 Nowe, ul. Gdańska 26
Transport & montaż >>> **GRATIS!!!** <<<
Hale -
Kontenery -
Garaże blaszane -
Bramy garażowe -
Garaże ocieplane -
TEL. 601-193-777
TEL. 58-535-15-96
www.garazyki.pl

PROMEDICA24
Opiekujemy się ludźmi
PRACUJ JAKO OPIEKUNKA W NIEMCZECH!
ODDZIAŁ W SŁUPSKU
ul. Tuwima 9/1
tel. 59 715 79 11, 509 892 644
www.promedica24.pl
Tylko teraz **WIOSENNE BONUSY!**

Recepta na zdaną sesję?

Odpowiednio zbilansowana dieta powoduje, że nasz organizm prawidłowo funkcjonuje i rozwija się. Dobrze dobrana dieta wpływa korzystnie na pracę naszego mózgu. Jak się odżywiać, żeby dobrze zdać wszystkie egzaminy? Podpowiada Agnieszka Piskała, starszy specjalista ds. żywienia Nestlé Polska S.A. oraz koordynatorka III edycji konkursu dla studentów NHW.



Jak odżywiać się miesiąc przed egzaminem?

- Miesiąc przed egzaminem dieta powinna być bogata przede wszystkim w produkty bogate w pełnowartościowe białko, np. jajka, chude mięso, tłuste ryby czy produkty nabiałowe. Białko warunkuje prawidłową budowę układu nerwowego – sprawia, że odpowiednio funkcjonuje, a jednocześnie zapamiętywanie wiedzy jest o wiele wydajniejsze.

Czy spożywanie odpowiednich posiłków np. dwa tygodnie

przed egzaminem, nadal może nam pomóc w nauce?

- Oczywiście, że tak! Dwa tygodnie przed sesją w naszej diecie powinny zagościć produkty zasobne w kwasy tłuszczowe omega-3. Ich najlepszym źródłem są przede wszystkim tłuste ryby morskie, ale również orzechy i tłuste nasiona oleiste, czyli np. pestki dyni lub słonecznika, które możemy podjadać w umiarkowanych ilościach podczas nauki.

Czy w dzień egzaminu możemy zjeść coś, co pomoże nam

przypomnieć sobie materiał, którego się uczyliśmy?

- Dzień przed egzaminem dieta powinna być bogata w węglowodany złożone – kasze, ryż, ziemniaki czy makaron, ponieważ skrobia w nich zawarta rozkładana jest do glukozy i szybko dochodzi do naszego mózgu, a co za tym idzie jest zastrzykiem energetycznym. W dniu egzaminu warto zjeść małe słodkie co nieco, ponieważ szybki strzał energii sprawi, że łatwiej przypomnimy sobie niektóre fakty,

a jednocześnie trochę się uspokoiemy.

Czego nie powinniśmy jeść przed egzaminem? Co może nam zaszkodzić?

- Produkty, które na pewno nie ułatwią nam przyswajania wiedzy, to produkty ciężkostrawne – np. bigos, zawiesiste zupy, produkty tłuste oraz żywność typu fast food.

Czy płyny, jakie pijemy podczas nauki, mogą wpłynąć na proces przyswajania wiedzy?

- Mogą i wpływają. Ucząc się, często zapominamy o odpowiednim nawodnieniu organizmu. Napoje energetyzujące czy alkohol nie pomogą nam w szybszym przyswojeniu wiedzy. Najlepszym napojem podczas nauki jest woda. Powoduje ona zachodzenie prawidłowych procesów metabolicznych w naszym organizmie, a jednocześnie pamię-

tajmy, że już 2-3% odwodnienie sprawia, że jesteśmy ospali, mamy problemy z koncentracją i logicznym myśleniem. Dobrym rozwiązaniem jest również sięganie po świeżo wyciskane soki owocowe i warzywne.

Wśród studentów bardzo popularne są napoje energetyczne – czy są zdrowe?

Napoje energetyczne, które dostarczają takich składników aktywnych jak guarana, tauryna czy kofeina, dają jedynie pozorne i krótkotrwałe wrażenie wzrostu energii. Powinniśmy zastąpić je wodą mineralną. W diecie osób intensywnie uczących się może pojawić się delikatny napar herbaty i ziół. Wyciąg z rumianku działa kojąco na przewód pokarmowy dla osób, które bardzo stresują się nadchodzącymi egzaminami, a melisa z tyzyczką miodu działa uspokajająco i pomaga smacznie przespać noc tuż przed trudnym sprawdzianem.

Żaneta Hiszpańska

APTEKA

N A K O P E R N I K A

ZAPRASZAMY

pn.- pt. 8:00-21:00
sob. 9:00-16:00

dawny budynek RDT
Słupsk, ul. Kopernika 37

APTEKA

N A H U B A L C Z Y K Ó W

ZAPRASZAMY

pn.- pt. 8:00-20:00
sob. 9:00-16:00

pasaż Czerwona Torebka
Słupsk, ul. Hubalczyków 13, lok. B

APTEKA

N A G I E R Y M S K I C H

ZAPRASZAMY
JUŻ WKRÓTCE!

Słupsk, ul. Kossaka 23B, lok. B



Jantar może mrozić szampana!

Rozmowa z Piotrem Piszko, trenerem piłkarskiego zespołu Jantara Ustka, trenerem koordynatorem, a zarazem nauczycielem w Szkole Mistrzostwa Sportowego w Słupsku.



Rozgrywki w Słupskiej Klasie Okręgowej zakończą się dopiero 21 czerwca. Jednak „Zbliżenia” już teraz, składają trenerowi Piotrowi Piszce gratulacje z okazji awansu Jantara Ustka do IV ligi. Piłkarze z Ustki mają tak dużą przewagę nad przeciwnikami, że już nikt nie jest w stanie im przeszkodzić w odniesieniu sukcesu. Zatem szampan może się mrozić.

Zapewne ma pan ogromną satysfakcję z awansu Jantara o klasę wyżej. Rzemiosła piłkarskiego uczył się pan w Jantarze, grał pan w różnych kategoriach wiekowych, a teraz w charakterze szkoleniowca uzyskuje pan z drużyną IV ligową premię.

- Uważam, że dopóki piłka jest w grze należy się wstrzymać z gratulacjami. Jednak faktycznie, mamy tak dużą przewagę, że tylko kataklizm mógłby sprawić, żebyśmy ją roztrwonili. Nie możemy już na to pozwolić i wierzę, że niebawem będziemy świętować. Z awansu cieszę się z wielu powodów. W Jantarze przeszedłem wszystkie szczeble, od trampkarza

do trenera pierwszego zespołu seniorów. Usteckie piłkarstwo znam od podszewki.

Czy siła obecnego składu zespołu wystarczy na IV-ligowe zmagania, czy sięgnie pan po wzmocnienia?

- Wierzę w siłę tego zespołu. Stanowią zgrany i dobrze działający team. Jednak skłamałbym, gdybym powiedział, że drużynie grającej o klasę wyżej niepotrzebne jest wzmocnienie. Chciałbym 2-3 nowych piłkarzy, najchętniej na pozycji środkowego obrońcy, napastnika i szybkiego skrzydłowego. W zespole mamy wielu świetnie wyszkolonych i doświadczonych piłkarzy, jak chociażby Bartłomieja Gronosika, Grzegorza Rzakiewicza, Pawła Waleszczyka, Dawida Jędrzejaka, Michała Mytycha czy Szymona Kozere i Rafała Jaskólskiego. Wielu z nich ma na koncie nawet występy w II-ligowych zespołach. Jest jeszcze kilku młodych dobrze się zapowiadających zawodników. W IV-ligowych rozgrywkach z tymi piłkarzami w składzie nie powinniśmy mieć problemów. Będziemy chcieli dobrze wystartować i na dłużej się zatrzymać w tej klasie rozgrywek.

To świetnie, że stanowicie zgrany i rozumiejący się zespół na murawie. Patrząc jednak na bazę szkoleniową Jantara nie wygląda to najlepiej. Zdewastowany stadion przy ul. Sportowej jest tego dowodem.

- Ja odpowiadam za wyniki drużyny, które nie są złe skoro awansowaliśmy do IV ligi. Jeżeli chodzi

o bazę, to rzeczywiście najbardziej odczuwamy brak boiska ze sztuczną nawierzchnią, szczególnie przydatnego w porze zimowej. Za każdy trening zimą w obiektach słupskiego Gryfa mającego taką płytę, nasz klub musi płacić. Na każdy trening w hali też potrzebne są pieniądze.

W IV lidze wzrosną też wymagania finansowe drużyny. Zdecydowanie wydłużą się wasze podróże na mecze wyjazdowe. Za zwycięskie mecze piłkarze też będą oczekiwać na premie. Skąd na to znajdziecie pieniądze?

- Nigdy nie mieliśmy problemów z dotarciem na zawody. Liczę zatem, że teraz będzie podobnie. Owszem, za udane występy klub stara się nagradzać piłkarzy, ale są to jedynie symboliczne gratyfikacje. Najważniejsze, że w klubie jest dobra atmosfera, a to połowa sukcesu.

Na stronie internetowej Jantara w systemie organizacyjnym klubu znalazłem Radę Partnerów. Jest to grupa mających ludzi i spółek. Zatem drużyna musi się starać, aby nie stracić ich zaufania. Nikt nie da pieniędzy dla zespołu pałającego się w ognie tabeli.

- To prawda. Wokół naszej drużyny jest wielu ludzi dobrej woli. Nie oznacza to, że opływamy we wszystkim. Każdy pomaga na ile go stać. Postaramy się, aby ich nie zawieść. Zdajemy sobie sprawę, że gdy nie ma wyników, wszyscy się odwracają.

Dziękuję za rozmowę i życzę tylko zwycięstw.

Ryszard Mazur
Fot. autor

Ekstremalnie na rowerze

Do niedawna pasją Romana Dobosza z Ustki były biegi na długich dystansach. Wielokrotnie pokonał 100-kilometrowy supermaraton. Jednak zmienił swoje upodobania. Przesiadł się na rower. Jeździ dużo i też wybiera trudne dystanse.

O wyczynach pana Romana na rowerze górskim informowaliśmy wielokrotnie. Uczestniczył on w wielu trudnych crossach MTB na dystansach do 20 kilometrów. Jakś czas temu ustczanin spróbował swoich sił w maratonie rowerym w Połczynie Zdroju, gdzie rozpoczął się cykl Wielkopolskiej Ligi Bike Cross. Jak się okazało, wypadł świetnie. W swojej kategorii wiekowej dojechał do mety w czołówce.

- Wystartowałem na dystansie minimaratonu, czyli trasie o długości ponad 50 kilometrów. Była to bardzo trudna trasa, na której nie brakowało ciężkich prób pod względem technicznym i fizycznym. Maratoński szlak najeżony był wieloma trudnymi podjazdami. Wiele odcinków tej ekstremalnej trasy wiodło przez lasy, doliny i potoki. Niektóre podjazdy były niesamowicie strome. Wielokrotnie trzeba było zsiąść z roweru i pokonywać



Roman Dobosz na karkołomnym zjeździe.

wiele odcinków pieszo, co również nie było łatwym zadaniem. Szkoda, że w Ustce ani w okolicach nie ma podobnych terenów. Zapewne wielu wielbicieli MTB chętnie skusiłby się do treningu w takich warunkach – zwierzył się po wyścigu pan Roman.

(rym)

Fot. archiwum kolarza

Tauron Basket Liga

Czarni już na wakacjach

Dla koszykarzy Energi Czarnych Słupsk rozgrywki w Turon Basket Lidze zakończyły się na ćwierćfinałach fazy play off. Rywalizację o półfinał podopieczni trenera Andreja Urlepa przegrali z Treflem Sopot.

Wprawdzie koszykarski team ze Słupska odpadł z rozgrywek play off, ale to samo mogło spotkać drużynę Trefla Sopot. Oba zespoły w pojedynkach ćwierćfinałowych szły łeb w łeb. Dwa spotkania w Sopocie wygrał Trefl, a w rewanżu w Słupsku wygrali Czarni. Tym samym o wszystkim miał zdecydować piąty mecz w Sopocie, co bardziej do zwycięstwa przybliżyło drużynę z Trójmiasta. Atutem Trefla był własny parkiet i kibice. Czarnym natomiast pozostała już tylko ogromna wola zwycięstwa i szczęście. O ile tej pierwszej cechy graczom Czarnych nie brakowało, o tyle szczęście ich opuściło w najważniejszych momentach tego pojedynku. W tym jakże niezwykle emocjonującym i zaciętym pojedynku słupska drużyna postawiła wszystko na jedną kartę. To właśnie Czarni w dwóch pierwszych kwartach dominowali na parkiecie, kończąc pierwszą połowę meczu z przewagą 9 „oczek”. Jak na tak ważny mecz, to przewaga ta nie była aż tak wysoka, ale napawała optymizmem, że w drugiej odsłonie będzie jeszcze lepiej.

Najgorzej nie było, ale faktem

pozostało, że Trefl włączył piąty bieg i walka rozgorzała na dobre. Kosz padał za koszem, więc żaden z zespołów nie był w stanie odebrać się na bezpieczną ilość punktów. W czwartej kwarcie kibice Czarnych pomału odbezpieczali zawory butelek z szampanem. W grupie ponad 300 kibiców, będących z drużyną w Sopocie nikt nie wierzył, że Czarnym może przydarzyć się nieszczęście. I gdy prowadzili kilkoma punktami, a do końca meczu pozostawało kilkadziesiąt sekund stało się coś najgorszego. Świetnie grający w Treflu Adam Waczyński dobił Czarnych rzutami z dystansu, które dały prowadzenie Treflowi i upragniony awans do półfinału. Niestety, Czarnym przeszło przełknąć gorycz porażki. Drużyna Energi Czarnych Słupsk zdecydowanie słabiej wypadła w rozgrywkach niż zakładałem. Na wieść, że w sezonie 2013/2014 zespół poprowadzi trener Andrej Urlep liczyłem, że osiągnie on z drużyną półfinał i wyjdzie z niego co najmniej z brązowym medalem. Niestety, stało się jednak inaczej.

Ryszard Mazur

Najlepsi w województwie

Kolejny sukces odnieśli sportowcy ze Słupskiego Ośrodka Szkolno- Wychowawczego. Zdobyli złoty medal podczas mistrzostw województwa OSW ZS „Sprawni-Razem”.

W obiektach bytowskiego „Orlika” odbyły się mistrzostwa województwa pomorskiego w „piątkach” piłkarskich.

W zawodach uczestniczyło 5 najlepszych zespołów wyłonionych drogą eliminacji w trzech turniejach regionalnych. W zawodach uczestniczyły drużyny Specjalnych Ośrodków Szkolno-Wychowawczych Stowarzyszenia Sportowego „Sprawni- Razem”. Nie zawiedli piłkarze ze Słupskiego OSW, którzy

z trzema zwycięstwami i jednym remisem zajęli w imprezie 1. miejsce. Zespół prowadzony przez nauczyciela wychowania fizycznego Wiesława Romańskiego pokonał: SOSW Lębork 3:0, zremisował z ZSS Czersk 1:1, zwyciężył 3:0 swoich kolegów z OSW Bytów, a w meczu decydującym o złotym medalu pokonali 2:0 drużynę ze ZSS Kwidzyn.

(rym)

Fot. archiwum ośrodka



Zwycięzcy turnieju OSW Słupsk

Dla nas jakość jest najważniejsza

A co dla Ciebie jest ważne?



www.oktanpomorze.pl



**Zapraszamy
na nasze
stacje:**

-  Słupsk, ul. Portowa
-  Słupsk, ul. Westerplatte
-  Słupsk, ul. Wrocławska
-  Ustka, ul. Słupska
-  Sławno, ul. Gdańska
-  Nowa Dąbrowa

OKTAN
Każda kropla ma znaczenie!



FIMAL

ZAPRASZA NA

TARGI BUDOWLANE



niedziela 25 maja 2014

Słupsk, ul. Bałtycka 3 w godz. 10.00 - 16.00