

Chwaszczyno.pl

G A Z E T A
BEZPŁATNA
GRUDZIEŃ
NR 3/2013

Co raz mniej płyt "yomb"
dla Chwaszczyna.

Porządek wizyt duszpasterskich
- kołeda 2013/2014.

Tuchomka zlikwidowana
i włączona do Tuchomia

Lisie Błota, Czarne Błota, Rewerenda
i Kawle pozostają w Chwaszczynie

GOKKEN - II miejsce na
Mistrzostwach
Europy w karate!

**Dlaczego warto posyłać dzieci
do chwaszczyńskiej szkoły ?
- rozmowa z dyrektorem
Robertem Zochniakiem**

Chwaszczyno.pl



I miejsce dla KGW Chwaszczyno i III miejsce dla KGW Tuchom

Od redakcji

Drodzy Czytelnicy!

Oddajemy w Wasze ręce trzeci i zarazem ostatni w tym roku numer gazety stworzonej z myślą o mieszkańcach Chwaszczyna i najbliższych okolic.

Nadal prosimy o Wasze opinie, sugestie, propozycje oraz liczymy na wyrozumiałość, ponieważ nie jesteśmy zawodowymi dziennikarzami, lecz zapałonymi amatorami.

Zdajemy sobie sprawę, że w naszej miejscowości nie wszyscy mają dostęp do sieci Internet. Nasze pismo ma tę lukę informacyjną uzupełniać. Staramy się publikować to, co według nas jest ważne. Gazeta jest oparta w większości o artykuły publikowane na portalu Chwaszczyno.pl.

Chcemy docierać do jak największej liczby mieszkańców, w związku z tym gazeta jest bezpłatna. Koszty druku i utrzymania chcielibyśmy pokryć z reklam. Osoby zainteresowane zamieszczeniem reklamy proszę o kontakt, który znajduje się w stopce redakcyjnej.

Michał Witt



ul. Słowackiego 26, 80-209 Chwaszczyno (obok szkoły)
tel. 518 738 768
695 134 990

Godziny otwarcia:
pon- pia 11-22
sob 12-22
nd 12-20.30

PIZZERIA MIRENA

PIZZAPORTAL.PL



SALON URODY PRESTIŻ

SALON
FRYZJERSKO-KOSMETYCZNY
PRESTIŻ

GDYNIA
ul. Strzelców 11/D1
tel. 730 277 915

www.facebook.com/UslugiFryzjerskoKosmetyczne

Chwaszczyno.pl

Redaguje zespół:



Michał Witt,
michal@chwaszczyno.pl



Wojciech Albecki
wojtek@chwaszczyno.pl



Karol Krefta
karol@chwaszczyno.pl

współpraca
Joanna Dziewiatowska

Kontakt w sprawie reklamy:

tel. 790-477-868
e-mail: reklama@chwaszczyno.pl

Chcesz uczestniczyć w tworzeniu lokalnej gazety? Skontaktuj się z nami! Zapraszamy do współpracy.

Nadkład: 2000 egz.

STRONY INTERNETOWE

STWORZYMYS DLA CIEBIE:



- przyjazną witrynę internetową promującą Twoją firmę
- zaawansowany portal dla wymagających
- adres ([twoja_firma](http://twoja_firma.chwaszczyno.pl)).chwaszczyno.pl

www.tassel.pl
tel. 790-477-868
kontakt@chwaszczyno.pl

Rozmowa z dyrektorem szkoły Robertem Zochniakiem.

Proszę powiedzieć, jak to się stało, że trafił Pan do szkoły w Chwaszczynie?

Obejmując funkcję dyrektora ZPG i SP w Chwaszczynie we wrześniu 2008 r., miałem świadomość wielu wyzwań, które przede mną stoją. Mam za sobą lata doświadczeń w każdym rodzaju szkół, a bezpośrednio przed objęciem stanowiska z Kuratorium Oświaty w Gdańsku. Mogę powiedzieć o sobie, że posiadam spore doświadczenie w sprawach oświatowych. Ale był moment w moim życiu, gdzie chciałem coś zmienić i postanowiłem porzucić pracę w oświacie. Była to chwila takiego wypalenia zawodowego, z którym często musi się zmierzyć wielu nauczycieli w czasie swojej kariery. Rozpocząłem pracę w firmie leasingowej, doradztwie finansowym. I choć nieźle szło, gdzieś w głębi zawsze była praca z uczniami. Większość moich znajomych jest nauczycielami, a więc siłą rzeczy ciągle rozmawialiśmy o szkole. Poproszono mnie wtedy o pomoc, abym na pół etatu zastąpił chorego nauczyciela, no i ... tak już zostało do dziś. Sądzę jednak, że te wszystkie doświadczenia były mi potrzebne po to, aby być lepszym nauczycielem, a od kilku lat stały się one pomocne w pełnieniu funkcji dyrektora szkoły w Chwaszczynie.

Jak zmienia się nasza szkoła? Co już udało się Panu zrobić i jakie są najbliższe plany na przyszłość?

Dzisiaj mogę stwierdzić, iż wiele udało się osiągnąć. Zmodernizowaliśmy teren wokół szkoły oraz poszerzyliśmy bazę dydaktyczną w placówce. Udało się wybudować nowoczesne boisko wielofunkcyjne, plac zabaw, ogród dydaktyczny, jadalnię, świetlicę szkolną, parking rowery. Wyremontowaliśmy wiele pomieszczeń, dach budynku szkolnego oraz wyposażyliśmy salę lekcyjną w nowoczesny sprzęt multimedialny. Mam jednak świadomość, iż szkoła ustawicznie wymaga różnorodnych remontów i modernizacji. Kolejnym wyzwaniem będzie remont łazienek w starej części szkoły i dostosowanie ich do potrzeb najmłodszych uczniów, jesteśmy w trakcie planowania tej inwestycji.

Jak można zachęcić niezdecydowanych rodziców, aby posyłali swoje dzieci do naszej szkoły?

Wspomniałem już o remontach. Ale szkoła to nie tylko budynek. Z roku na rok przychodzi do nas coraz więcej uczniów. Na przykład w roku szkolnym 2011/2012 było ich 474, a obecnie 520.

Taka sytuacja jest dla nas dużym wyzwaniem organizacyjnym, ale bardzo się cieszymy, że jesteśmy pozytywnie postrzegani w środowisku. Nasz zespół każdego roku realizuje wiele różnych przedsięwzięć, które przyczyniają się do podniesienia jakości pracy szkoły. Wiele z nich na stałe weszło do kalendarza pracy szkoły i stało się nierozłącznym elementem kształtowania naszej tradycji. Z pewnością należą do nich: Festyn Rodzinny z okazji Dnia Dziecka, Dzień Otwartej Szkoły, Giełda Szkół Ponadgimnazjalnych organizowana dla wszystkich uczniów z naszej gminy, Wojewódzki Mikołajkowy Turniej Mini Siatkówki Dziewcząt, Wojewódzki Noworoczny Turniej Mini Siatkówki Chłopców, Sprzątanie Świata, Dzień Kaszubski, Dzień Językowy, Dzień Patrona, Dzień Papieski, Dzień Seniora, Dzień Matki i Ojca, Dzień Sportu, Bal Przebierańców, Smacznie – niekoniecznie zdrowo, Dzień Ochrony Środowiska – To nie krasnoludki palą śmieci!, I Ty możesz zostać Św. Mikołajem, Dzień Drzewa, Dzień Ziemi. Bierzymy udział w projektach unijnych: Dydaktyka literatury i języka polskiego w gimnazjum w świetle nowej podstawy programowej, Indywidualizacja procesu nauczania i wychowania uczniów klas I-III szkoły podstawowej, Zajęcia pozalekcyjne z technik zapamiętywania, koncentracji i motywacji, Zdolni z Pomorza. Organizujemy wiele zajęć, dzięki którym nasi uczniowie mogą rozwijać swoje uzdolnienia i zainteresowania, ale pamiętamy o uczniach wymagających szczególnej pomocy w nauce. W szkole od kilku lat z powodzeniem funkcjonują klasy sportowe. Wspomagamy rodziców w wychowaniu swoich pociech, realizujemy w szkole program wychowawczy i profilaktyczny. Podejmujemy szereg działań, które mają zapobiegać niepożądanym zachowaniom, ale również ochronić nasze dzieci przed niektórymi zagrożeniami współczesnego świata. We współpracy z rodzicami staramy się rozwiązywać wiele trudnych sytuacji. Często też o pomoc zwracają się do nas sami rodzice. Są jednak i takie sprawy, z którymi szkoła musi sobie poradzić sama. Dlatego też cieszy nas fakt, iż od dwóch lat w placówce na pełnym etacie pracuje, oprócz pedagoga psycholog. Nie sposób wymienić wszystkich przedsięwzięć jakie realizują nasi nauczyciele, ale jest ich naprawdę dużo i to powoduje, że nasza szkoła jest naprawdę wyjątkowa. Aby

dowiedzieć się więcej zapraszam na naszą stronę: <http://www.chwaszczyno.edu.pl>. Pragnę podkreślić wielką rolę naszych nauczycieli, którzy z pełnym zaangażowaniem i oddaniem pełnią swoje niełatwe obowiązki. Jestem przekonany, że tak wyjątkowej i pełnej pomysłów kadry pedagogicznej, ale również pracowników obsługi i administracji mogą nam zazdrościć inne placówki oświatowe. Jestem niezmiernie szczęśliwy, że mogę pracować w takim gronie i w tym miejscu pragnę im serdecznie za to podziękować.

Jak Pan uważa, co można by wskazać jako najważniejsze osiągnięcia szkoły?

Jak już wspomniałem, na pewno wzbogacenie bazy dydaktycznej, bazy sportowo – rekreacyjnej, ale osiągnięciem jest też funkcjonowanie od kilku lat klas sportowych, dzięki którym powstał Siatkarski Uczniowski Klub Sportowy Wilki. Dobrą współpracę z Radą Rodziców zwłaszcza przy organizacji różnych imprez i podejmowaniu przedsięwzięć także zaliczam do sukcesu.

Warto podkreślić, iż uczniowie klas VI szkoły podstawowej osiągają bardzo dobre wyniki na sprawdzianie zewnętrznym, natomiast wyniki egzaminu klas III gimnazjum sukcesywnie zwiększają. Mamy także liczne osiągnięcia w konkursach sportowych i przedmiotowych. Uczniowie naszej szkoły czują się w placówce bezpiecznie i chętnie uczestniczą we wszystkich proponowanych im formach aktywności, co daje nam pedagogom ogromną satysfakcję.

Dzięki licznym działaniom profilaktycznym i wychowawczym uzyskaliśmy ważne dla nas certyfikaty: Wojewódzki Certyfikat Szkoły Promującej Zdrowie, Szkoła bez przemocy.

Muszę nadmienić jednak, że wszystkie te działania nie byłyby możliwe bez wsparcia środowiska lokalnego, firm i instytucji z Chwaszczyna i okolic, Organu Prowadzącego i rodziców. Należy pamiętać, że obecnie nie mamy radnego gminnego z terenu Chwaszczyna, stąd cenimy bardzo dobrą współpracę z Burmistrzem Gminy Żukowo i Radnym Powiatowym z Chwaszczyna, na życzliwość których, zawsze możemy liczyć.

Dziękuję za rozmowę

Rozmawiał Wojciech Albecki

Lisie Błota, Czarne Błota, Rewerenda i Kawle pozostają w Chwaszczynie.

Wojciech Albecki

Podczas spotkania wiejskiego, które odbyło się w ZSPiPG w Chwaszczynie mieszkańcy sołectwa zadecydowali o tym, aby pozostawić 4 z 5 przysiółków w naszej miejscowości. Zlikwidowano natomiast Kacze Buki, których znaczna część wchodzi obecnie w skład Gdyni.

Wielu nowych mieszkańców nie zna nazw zwyczajowych oraz historycznych, które kiedyś obowiązywały na terenie



Chwaszczyna. Skoro nazwy te nie są obecnie powszechnie używane, to po co je utrzymywać?

Wszyscy jesteśmy Polakami, wielu z nas jest Kaszubami - to jest nasza tożsamość, nasze dziedzictwo. Historia miejscowości, w której mieszkamy i to czy się utożsamiamy z nią i z jej przeszłością,

patrząc jednocześnie na przyszłość świadczy o naszej świadomości regionalno-narodowej. Geografia i historia miejsca, w którym mieszkamy, kształtuje nasze postawy, a to czy się będziemy z nimi identyfikować, świadczyć tylko będzie o nas. Ojczyznę należy budować zaczynając od miejsca w którym się mieszka, a jeśli to się zaniedba, to tak jak by zapomniało się o swoim akcie urodzenia. [słowa autora]

W jakim celu utrzymywać nazwy części miejscowości Chwaszczyno takie jak Lisie Błota, Czarne Błota, Rewerenda i Kawle? Każda z tych



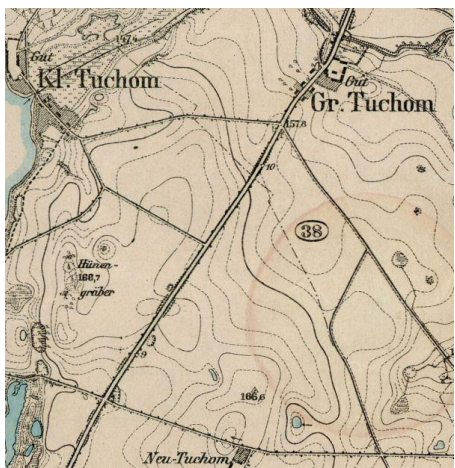
części Chwaszczyna ma swoją historię, etymologię nazwy - gdy tak po prostu ją zlikwidujemy kolejne pokolenie nie będzie już wiedziało gdzie to jest to Czarne Błota.

Mieszkańcy Chwaszczyna jak zwykle dopisali niską frekwencją: na 2596 osób uprawnionych do głosowania na zebranie przyszło jedynie 27 osób, co stanowi około 1 % uprawnionych. Za zniesieniem miejscowości Kacze Buki opowiedziało się 17 osób, 2 były przeciwko, a 6 wstrzymało się od głosu.

Tuchomka zlikwidowana i włączona do Tuchomia.

Wojciech Albecki

W dniu 26 listopada odbyło się zebranie wiejskie w Tuchomiu. Celem zebrania było przeprowadzenie konsultacji społecznych dotyczących części wsi Tuchom nazywanej przez mieszkańców



Tuchomek, a figurującej w spisie nazw miejscowości prowadzonych przez MAiC jako Tuchomka. Mieszkańcy w głosowaniu opowiedzieli się za zlikwidowaniem Tuchomka.

Mieszkańcy postawili dwa wnioski formalne. Jeden z mieszkańców Tuchomka postawił wniosek, aby wyodrębnić miejscowość Tuchomek z Tuchomia, jednakże pozostawić ją w ramach jednego sołectwa. Z kolei jeden z mieszkańców Tuchomia postawił wniosek, aby nazwa Tuchomek pozostała do celów historycznych - domyślnie zapewne chodzi, o to, aby nadal widniała na mapach, jako część wsi Tuchom, ale położona nad jeziorem Tuchomskim.

Sekretarz gminy Brygida Markowska zapewniła mieszkańców, że odbędą się kolejne konsultacje społeczne w sprawie „Tuchomka”. Obecnie nazwa ta nie istnieje.

Nasza redakcja dotarła do archiwalnych map na których Tuchomek widnieje jako



„Tuchomko” wcześniej jako „Klein Tuchom”, czyli „Mały Tuchom”. Pierwsza z map jest z roku 1935 natomiast druga z 1900. Część Tuchomia znajdująca się po prawej stronie jadąc w kierunku Żukowa DK 20 pomiędzy jeziorem a DK 20 nosi nazwę „Mogily” z niemieckiego „Hünengräber” w tłumaczeniu dosłownym „megalit”, czyli duży głaz.

Uwaga absolwenci SZKOŁY PODSTAWOWEJ w Chwaszczynie.

Dnia 6 czerwca 2014 r. z okazji 55-lecia nadania imienia szkoły odbędzie się Zjazd Absolwentów z lat 1958-1991.

Zapisy wraz ze składką w wysokości 130zł od osoby przyjmować będą do dnia 28 lutego 2014r.: Maria Machalińska – Biblioteka w Chwaszczynie, Elżbieta Kolka – w sklepie ABC w Chwaszczynie, Alojzy Tella – ul. Sienkiewicza 13A, Chwaszczyno

Koleżanki, Koledzy! Wiadomość o Zjeździe przekazujcie sobie wzajemnie, tak by każdy zainteresowany miał możliwość uczestnictwa, w tym wydarzeniu. Imienne zaproszenia wraz z programem Zjazdu zapisani uczestnicy otrzymają w maju 2014r.

Za Komitet Organizacyjny
Przewodniczący Jan Samp



Szkoła tętniąca życiem. Przegląd wydarzeń w ZSPiPG w Chwaszczynie.

- W bieżącym roku szkolnym klasy pierwsze edukacji wczesnoszkolnej przystąpiły do programu edukacyjnego „Klub Bezpiecznego Puchatka”, który ma na celu poprawienie bezpieczeństwa najmłodszych uczniów klas podstawowych. Nauczyciele klas pierwszych przeprowadzili zajęcia na temat bezpieczeństwa w drodze do szkoły, w szkole, w domu. 21 listopada uczniowie klas trzecich przystąpili do ogólnopolskiego Testu Bezpieczeństwa.

- 22 października 2013 odbyła się transmisja internetowa spektaklu „Calineczka” z Teatru Juliusza Osterwy w Gorzowie Wielkopolskim. Odbiorcami z naszej szkoły byli uczniowie klas pierwszych i drugich. Internetowy Teatr TVP nie jest skierowany tylko do młodszej widowni. 7 listopada uczniowie klas trzecich gimnazjum obejrzeli „Antygone” Sofoklesa, wystawioną na deskach Teatru im. S. Żeromskiego w Kielcach.

- 24 października 2013r. szkoła uzyskała przedłużenie Certyfikatu Wojewódzkiego Pomorskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie.

- 24 października 2013 roku odbyła się uroczystość ślubowania i pasowania dzieci na uczniów SP im. A. Mickiewicza. Pierwszaki powtarzały słowa ślubowania na Sztandar Szkoły. Później

symbolicznym ołówkiem pasowania dokonał dyrektor Robert Zochniak. Wychowawczynie wręczyły dzieciom dyplomy pasowania na ucznia.

- 6 listopada Burmistrz Gminy Żukowo objął honorowym patronatem konkursy organizowane przez szkołę: Konkurs plastyczny na wykonanie ekslibrisu okazjonalnego z okazji 55-lecia nadania szkole imienia Adama Mickiewicza; Konkurs recytatorski – utwory Adama Mickiewicza; Konkurs multimedialny – Gotuj z Mickiewiczem.

- 12 listopada 2013 r. na sali gimnastycznej odbyły się uroczyste akademie z okazji 95-tej rocznicy odzyskania Niepodległości przez Polskę. Montaż słowno-muzyczny przygotowali uczniowie. Oprócz faktów historycznych, przedstawionych w formie utworów poetyckich i prezentacji multimedialnej, uczniowie mogli usłyszeć pieśni patriotyczne wykonane przez uczniów klasy III AG i szkolny chór.

- 13 listopada 2013r. konsultant programu edukacyjnego „Od dziewczynki do kobiety” przeprowadziła z uczennicami klasy pierwszej gimnazjum zajęcia w ramach wychowania do życia w rodzinie. Zasadniczym celem lekcji było dostarczenie trzynastoletnim dziewczętom wiedzy na temat wielu aspektów dojrze-

wania, właściwej higieny osobistej oraz krzewienia nawyków prozdrowotnych. Gimnazjalistki poszerzyły swoją wiedzę dotyczącą budowy anatomicznej ciała, prawidłowości rozwojowych okresu dojrzewania, cyklu miesięczkowego, profilaktyki raka piersi i prawidłowego stosowania środków higienicznych.

- 18 listopada 2013 roku odbyła się akcja pod hasłem „Dzień Czystego Powietrza”, mająca na celu wdrożenie społeczności szkolnej do ogólnopolskich działań na rzecz ochrony środowiska i uwrażliwienie na zagrożenia, jakie wynikają ze spalania odpadów w paleniskach domowych. Klasy zaprezentowały przygotowane hasła i transparenty oraz liczne prace plastyczne związane z tematem.

- 21 listopada 2013 roku po raz drugi odbył się Dzień Językowy. W tym roku hasłem przewodnim było „English is easy, Deutsch ist einfach”. Klasy 0-III obchodziły „Dzień kaszubski” i zaprezentowały zabawy muzyczno-ruchowe oraz zapoznały się z legendami kaszubskimi. W klasach IV- VI odbył się „Dzień języka angielskiego”, a w gimnazjum „Dzień języka niemieckiego”. Każda klasa odpowiednio zaprezentowała znaną postać z kraju anglo- i niemieckojęzycznego. Uczniowie musieli wykazać się wiedzą zdobytą z obejrzonej prezentacji, odpowiadając na pytania w formie quizu.

Jak skutecznie pozbyć się tłuszczu z brzucha?

Joanna Dziewiatowska

W poprzednim numerze gazety poruszyłam temat otyłości brzusznej, która jest zagrożeniem dla zdrowia, ze względu na fakt, że tkanka tłuszczowa brzuszna (wisceralna) jest metabolicznie czynna i wydziela szereg substancji zaburzających prawidłowe funkcjonowanie organizmu człowieka. W efekcie powoduje choroby np. nadciśnienie, podwyższony poziom cholesterolu, miażdżycę, chorobę niedokrwienną serca itd.

Co zrobić aby pozbyć się tłuszczu z brzucha?

Działanie powinno być wielotorowe: odpowiednia dieta z deficytem kalorii, aby spalić nadmiar tkanki tłuszczowej, aktywność fizyczna, relaks oraz automasaż. Podjęcie samych ćwiczeń typu „brzuszeki” nie przyniesie rezultatu, gdy nie stracimy nadmiaru tkanki tłuszczowej, gdyż nawet jeśli wykształcimy mięśnie, nie będzie ich widać spod grubej warstwy tłuszczu. Do spalania tkanki tłuszczowej najlepsze są ćwiczenia tlenowe typu cardio np. jogging, szybki marsz, rower, wiosłowanie/kajaki, rolki itd. Intensywność tych ćwiczeń nie powinna być zbyt wysoka, należy się stosować do zasady: walk and talk, czyli powinniśmy być w stanie rozmawiać bez zadyszki w trakcie treningu. Można oczywiście także zastosować bardziej dokładną metodę kontroli intensywności ćwiczeń przy użyciu plusometru. Dla ćwiczeń cardio zalecany jest puls na poziomie 70% maksymalnego tętna. Maksymalny puls wyliczamy ze wzoru: $220 - \text{wiek}$ i uzyskujemy maksymalną ilość uderzeń serca na minutę. Na zakończenie treningu tlenowego zaleca się serię brzuszków; ćwiczenia te powinny trwać ok. 10 minut.

Przy utracie masy ciała konieczna jest dieta oraz codzienny ruch fizyczny. Dieta powinna być urozmaicona. Nie ma możliwości schudnięcia jedynie w wybranych miejscach np. z obszaru ud lub brzucha. Utrata tłuszczu następuje się równomiernie z całego ciała. Z reguły ubytek 1 cm o obwodzie np. pasa odpowiada utracie 1 kg. Tempo odchudzania nie może być zbyt szybkie, aby uniknąć efektu jojo. Najlepiej jest gdy tracimy od 0,5-1 kg tygodniowo.

Poniżej przedstawiono zalecenia odno-

śnie diety redukcyjnej:

- spożywaj 4-5 posiłków dziennie, w tym 3 główne i 1-2 przekąski
 - jedz regularnie, odstęp między posiłkami powinny wynosić od 3 do maksymalnie 5 godzin
 - dzień rozpoczynaj od śniadania, które powinno być skonsumowane w ciągu godziny od pobudki
 - ostatni posiłek spożywaj najpóźniej 3 godziny przed snem
 - pamiętaj aby w ciągu dnia wypijać 2 litry płynów w tym co najmniej 1,5 litra wody
 - jeśli wykonujesz ćwiczenia fizyczne wypijaj dodatkową wodę, 400-800 ml na każdą godzinę ćwiczeń, w celu wyrównania utraty płynów wraz z potem
 - unikaj potraw smażonych, słodczy, napojów słodzonych, tłustych mięs np. wieprzowiny, baraniny
 - wybieraj produkty pełnoziarniste: razowy chleb, makaron, brązowy ryż, kasze
 - spożywaj co najmniej 3 porcje warzyw i 1-2 owoców
 - warzywa spożywaj w formie surówek, gotowane na parze
 - wybieraj oleje roślinne np. oliwę, olej rzepakowy tłoczony na zimno, ale używaj ich w ograniczonych ilościach
 - spożywaj odtłuszczony nabiał, mleko 1,5 %-2%, jogurty 0-2%, chudy twaróg
 - spożywaj zupy, są niskokaloryczne i powodują, że drugie danie nie musi być już obfite
 - zamiast śmietany zupy doprawiaj jogurtem lub mlekiem
 - nie należy ograniczać węglowodanów, powinno ich być minimum 130 g/ dobę
 - wybieraj węglowodany wolno trawione o niskim indeksie glikemicznym np. pełnoziarniste pieczywo
 - zrezygnuj ze słodczy i dosładzania napojów cukrem; cukier można zastąpić stewią
 - dieta zachodnioeuropejska bogata w cukier i tłuszcz powoduje zaburzenia mikroflory jelitowej (dysbiozę), dlatego w celu przywróceniu prawidłowej flory i wspomagania odchudzania, przyjmuj probiotyki lub synbiotyki np. Sanprobi Super Formula.
- Życie w ciągłym napięciu emocjonalnym, pod presją powoduje wydzielanie się w organizmie hormonów stresu: adrenaliny i kortyzolu. Ten drugi może udaremnić nasze wysiłki podjęte dla uzyskania płaskiego brzucha. Działa on dwutorowo niekorzystnie, po pierwsze przyczyniając się do odkładania się tłuszczu wokół narządów wewnętrznych w centralnej części ciała, a po drugie zmienia metabolizm hormonów tarczycy i spowalnia przemianę materii. Należy

więc uwzględnić dobrostan psychiczny w procesie gubienia zbędnych kilogramów i starać się uporać ze stresem.

Wspomagająco działa także masaż okolic brzucha. Można pójść do masażysty i poddać się serii wyszczuplających masażu albo zakupić w aptece za ok 30 zł bańkę chińską oraz krem/olejek wyszczuplający. Masaż wykonujemy przez kilka minut, natłuszczając wcześniej skórę olejkami i zataczając bańką kółka wokół pępka w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Masaż taki doskonale napina i ujędrnia skórę.

Powyżej wymienione metody redukcji tkanki tłuszczowej wisceralnej muszą być stosowane w sposób systematyczny, a wtedy z pewnością zobaczymy efekty!

Jaki powinien być obwód brzucha?

Dla kobiet: poniżej 80 cm

Dla mężczyzn: poniżej 94 cm



Autorka testu pochodzi z Gdańska, od 9 lat mieszka w Tuchomiu. Dietetyk medyczny, absolwentka Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, obecnie doktorantka GUMed. Członek Polskiego Stowarzyszenia Dietetyków oraz Konsorcjum Dietetyków Medycznych.

Prowadzi indywidualną praktykę dietetyczną. W wolnym czasie uprawia sport, biega i eksperymentuje w kuchni.

7 stycznia 2014r. w godzinach 16.00-19.00 w Gabinie Dietetycznym w Tuchomiu darmowe konsultacje z analizą składu ciała na profesjonalnym analizatorze medycznym dla dzieci z nadwagą i otyłością. Obowiązuje wcześniejsza rejestracja telefoniczna. Ilość miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń. Rejestracja: 505 39 86 93



Centrum Dietetyczne Metamorfoza
ul. Polna 12
80-209 Tuchom
rejestracja: 505 39 86 93
www.dietetyka-24.pl



Internet, Telefon, Telewizja

Zapoznaj się z naszą aktualną ofertą
na stronie www.netpol.eu

Chwaszczyno, ul. Gdyńska 123
tel. 507 981 943, 791 911 913

Internet od 30 zł/miesiąc

Pomyśl o swoim aucie przed zimą.

Zima jest testem nie tylko dla naszych zdolności i umiejętności w zakresie prowadzenia pojazdów i radzenia sobie w ekstremalnych warunkach pogodowych. To także weryfikacja stanu technicznego naszego auta. Jako rozważni kierowcy powinniśmy zawczasu zadbać o to, aby samochód był w pełni sprawny. Nawet „drobne” usterki, na które łatwiej przemyka się oczy, zimą nabierają poważniejszego charakteru, bezpośrednio wpływając na bezpieczeństwo i komfort jazdy. Oto kilka istotnych elementów, na które warto zwrócić uwagę przygotowując nasze auto na zimowy sezon:

- Zmiana opon na zimowe nie zagwarantuje nam bezpiecznej jazdy jeżeli nie sprawdzimy uprzednio stanu ich bieżnika, którego głębokość powinna wynosić co najmniej 4mm. Wiek opon nie powinien natomiast przekraczać 5-6 lat.

- Sprawdzenie ustawienia dysz spryskiwaczy przedniej szyby oraz stanu wycieraczek. Nieprawidłowo funkcjonujące dysze mogą być wynikiem osadu znajdującego się w zbiorniczku lub efektem zamarznięcia płynu. W wyniku zwiększonego natężenia opadów w sezonie zimowym należy zadbać, by wycieraczki (mające wpływ na naszą widoczność) były w pełni sprawne.

- Kontrola funkcjonowania trzech podstawowych elementów naszej „elektrowni pokładowej”, tj. akumulatora, alternatora i rozrusznika oraz zbadanie upływności prądu z akumulatora podczas postoju.

- Sprawdzenie układu paliwowego, w tym stanu przewodów paliwowych.

- Sprawdzenie układu hamulcowego. Oprócz tarcz i klocków niezmiernie ważnym jest sprawdzenie poziomu i jakości

płynu hamulcowego oraz przewodów.

- Kontrola stanu zawieszenia. Konsekwencją niesprawnych elementów zawieszenia nie są jedynie nieprzyjemne dla ucha dźwięki, lecz realne ryzyko niestabilności zachowywania się samochodu na drodze.

- Odpowiednie ustawienie świateł. Ze względu na szybko zapadający zmrok należy zwrócić szczególną uwagę aby być dobrze widocznym na drodze i nie „oślepić” otaczających nas pojazdów.

- Serwis A/C - prawidłowo funkcjonująca klimatyzacja znacząco przyspiesza osuszanie wnętrza auta, które w wyniku niskich temperatur i zwiększonej wilgotności powietrza powoduje m.in. zaparowanie szyb. Niewystarczająca intensywność nawiewu (głównie na przednią szybę), podobnie jak zatkany filtr kabinowy utrudniają odparowywanie szyb.

- Sprawdzenie stanu i szczelności układu chłodzenia, odporności na zamarzanie płynu w układzie chłodzenia oraz szczelność termostatu (szczególnie dotyczy to aut z instalacją gazową). Czynność tę należy przeprowadzić tym bardziej, jeśli zaobserwujemy niski poziom ogrzewania auta.

- Zabezpieczenie specjalnymi preparatami: zamków, klamek, wkładek kluczyków, uszczelek drzwiowych, co uchroni nas przed ich zamarznięciem. Warto również zwrócić uwagę na zabezpieczenie tych elementów samochodu, które są podatne na korozję bądź już zaczęły korodować.

Powyższe porady i zalecenia mają charakter informacyjny, a nie instruktażowy. Samodzielne wykonanie większości z tych czynności jest niewykonalne ze względu na stopień złożoności aut.



AUTO-WEST
SERWIS SAMOCHODOWY

Auto-West
80-209 Chwaszczyno
ul. Węglowa 3
58 522 70 90

**INSTALACJE GAZOWE
ELEKTROMECHANIKA
SERWIS KLIMATYZACJI
MECHANIKA POJAZDOWA**

Wojciech Solski
604 906 390
wsolski@auto-west.com.pl
www.auto-west.com.pl

Z życia chwaszczyńskiej parafii:

- 25 września powitaliśmy nowe dzwony, które zostały wykonane w pracowni ludwisarskiej Waldemara Olszewskiego w Przemyślu. Dzwony przywieziono do parafii od strony Tuchomia. Ich imiona to: Św. Apostołowie Szymon i Juda Tadeusz (500kg), Jan Paweł II (290kg) i św. Rita (150kg).

- 10 października Arcybiskup Metropolita Gdański Sławoj Leszek Głódź poświęcił nowe dzwony na wieżę nowego kościoła. Po poświęceniu odbyła się uroczysta Msza Święta dziękczynna w nowej świątyni. 15 października dzwony zostały zamontowane na wieży nowego kościoła, a przez następne dni instalowano mechanizm napędzający dzwony. Wieża łącznie z krzyżem mierzy 40 metrów.

- 15-17 października oraz 5-7 listopada w nowym kościele można było zobaczyć projekcję filmu pt. „Cristiada”, opowiadającego o prześladowaniach Kościoła Katolickiego w latach 20. ubie-

głego wieku w Meksyku. Oparty na faktach film przedstawia postaci kilku świętych i błogosławionych Kościoła Katolickiego. Film w parafii obejrzało ponad 300 osób.

- W dniach 25-28 października trwały w naszej parafii rekolekcje przed odpustem parafialnym. Zakończyły się one uroczystą sumą odpustową w uroczystość św. Apostołów Szymona i Judy Tadeusza, którą wraz z księżmi z naszego dekanatu i wielu innymi celebrował ks. kanonik Mieczysław Guzmann.

- 31 października już po raz 4. zespół młodzieżowy „Elishama”, KSM i księża Archidiecezji Gdańskiej zorganizowali spotkanie „Holy wins! – Święty zwycięża”. Licznie zebrani wierni mieli okazję wysłuchać świadectwa ks. Piotra Daszkiewicza, opowieści i prezentacji o bł. Jose Luis Sanchez del Rio (bohaterze Cristeros) wraz z fragmentami filmu „Cristiada” i konferencji o męstwie. Później wszyscy odśpiewali Litanię do Wszystkich Świętych, w której wysławiano świętych naszych czasów. Spotkanie zakończyło się adoracją Najświętszego Sakramentu i koncertem uwielbieniowym.

Godziny bicia dzwonów:

W dni powszednie:

Godz. 6.00 - Św. Rity - Mały
Godz. 12.00 - Wszystkie
Godz. 15.00 - Św. Rity - Mały
Godz. 18.00 - Wszystkie
Godz. 21.37- Jan Paweł II - Średni

W niedziele i Uroczystości - Święte nakazane

Godz. 6.00 - Św. Rity - Mały
Godz. 6.30 - Św. Rity - Mały
Godz. 8.30 - Św. Rity - Mały
Godz. 10.00 - Św. Rity - Mały
Godz. 11.30 - Św. Rity - Mały
Godz. 12.00 - Wszystkie
Godz. 14.30 - Św. Rity - Mały
Godz. 15.00 - Św. Rity - Mały
Godz. 18.00 - Wszystkie
Godz. 18.30 - Św. Rity - Mały - od września do czerwca
Godz. 19.30 - Św. Rity - Mały - lipiec i sierpień
Godz. 21.37- Jan Paweł II - Średni

Prace konserwatorskie naszego ołtarza.

W roku bieżącym dzięki decyzji Rady Powiatu Kartuskiego, której radnym jest Piotr Fikus otrzymaliśmy dotację celową dla Naszej Parafii pw. Św. Apostołów Szymona i Judy Tadeusza na zadanie: „Prace badawcze i konserwatorskie przy ołtarzu głównym wpisanym do rejestru zabytków decyzją Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków w Gdańsku w wysokości - 20 000.00 zł”.

Za tę kwotę zostanie wykonany I etap konserwacji. Na II etap Radny Powiatowy w imieniu Księdza Proboszcza Piotra Gruby złożył wniosek do Powiatu Kartuskiego o kwotę 15 000.00 zł. W sumie koszt konserwacji ołtarza ma wynieść ponad 60 000.00 zł, z czego 50% kwoty przekaże Powiat Kartuski, zaś drugą połowę musi zabezpieczyć Parafia. W związku z pracami konserwator-

skimi nasz główny ołtarz w Parafii został rozebrany i poddany renowacji. Ma być w pracowni konserwatorskiej około pół roku. Teraz czekają go pierwsze prace restauracyjne po ponad 100 latach. Konserwator dzieł sztuki odtworzy na nim polichromię. Ten barokowy, drewniany, rzeźbiony ołtarz pochodzący z XVII w. ma dwie kondygnacje. W chwili obecnej po rozebraniu ołtarza pozostał obraz przedstawiający Matkę Boską z Dzieciątkiem na lewym ręku i stojącym obok małym Janem Chrzcicielem (kopia obrazu Rafaela „Madonna della Seggiola”). Za obrazem umieszczona jest gotycka figura Matki Boskiej z Dzieciątkiem, rzeźbiona w drewnie, wysokości 56cm. Podczas wojny figurka zaginęła. Odnalazł ją ks. infułat Antoni Liedtke. W 1974 roku wróciła do parafii. Odsłaniana jest podczas każdej niedzielnej Mszy Świętej o godz. 10:30 oraz na święta maryjne i ważne uroczystości parafialne. Ołtarz w całej okazałości wróci prawdopodobnie przed świętami Wielkanocy.



Grono medali na koniec roku. KS Gokken.

Karol Krefta

W dniach 26-27 X 2013 na terenie naszego kraju, w Bielsku-Białej odbyły się bardzo ważne zawody - Mistrzostwa Polski w Karate WKF oraz dzień później Mistrzostwa Polski Karate Shotokan. Blisko 300 zawodników z 44 klubów oznaczało wysoki poziom rywalizacji. Zawodnicy Klubu Sportowego GOKKEN stanęli na wysokości zadania i przywieźli na Pomorze sześć medali. To kolejny postęp, ponieważ rok temu udało nam się zdobyć zaledwie dwa medale.

Pierwszego dnia w rywalizacji na zasadach WKF (World Karate Federation) Filip Wendt zdominował swoją kategorię kumite (walki) - 70 kg i zdobył złoto. Cezary Wolak (kat. -57 kg), Bartosz Potracki (kat. -52 kg) i Michał Wolak (kat. -68 kg) w swoich kategoriach zdobyli brązowe medale. Na dokładkę w kumite drużynowym 14-15 lat zdobyliśmy trzecie miejsce w składzie Filip Wendt, Bartosz Potracki, Jakub Kułaga oraz Cezary Wolak. Dzień później udało się nam zdobyć tylko jeden medal w Mistrzostwach Karate Shotokan - brąz w kumite powędrował dla Hanny Rykowskiej. Blisko podium (5 miejsce) byli Filip Wendt i Kacper Panek.

Dodatkowo, w dniach 22-24 XI 2013 odbywały się Mistrzostwa Europy w Karate Shotokan w Portugalii. Nasza zawod-



niczka - Hanna Rykowska - zdobyła II miejsce w kumite drużynowym kobiet w wieku 16-17 lat. Hanna jest trzecią zawodniczką po Filipie Wendt i Sarze Elwart, która jest w kadrze narodowej karate.

30 listopada w Bydgoszczy odbywały się zawody Bushi-do Cup, w którym startowało 350 zawodników z 26 klubów z Polski. Nasz klub zdobył trzecie miejsce w klasyfikacji medalowej z wyni-

kiem: 9 medali złotych, 7 srebrnych oraz 8 brązowych.

W tym roku trzecie miejsce w plebiscycie Dziennika Bałtyckiego „Najpopularniejszy Trener 2013” w powiecie kartuskim zajął prezes i trener KS Gokken – Mariusz Domaradzki.

Gratulacje!
www.gokken.pl

Trzecie miejsce dla Magdaleny Miller. Plebiscyt Dziennika Bałtyckiego „Najpopularniejszy Sportowiec 2013”.

Karol Krefta

Z wielką przyjemnością informujemy, że w plebiscycie Dziennika Bałtyckiego na „Najpopularniejszego Sportowca 2013” w powiecie kartuskim trzecią lokatę uzyskała utytułowana Magdalena Miller, judoczka z AZS AWF Gdańsk.

W głosowaniu na sportowca roku niekwestionowanym zwycięzcą został Edward Barsegian (809 głosów), trenujący zapasy w GKS Cartusia Kartuzy. Zawodnik ten w tegorocznych Mistrzostwach Świata Seniorów w zapasach w stylu klasycznym zdobył 5 miejsce. Zaraz za nim w plebiscycie była



Anna Makurat (607 głosów), która z zespołem koszykarskim KS BAT Sierakowice zdobyła brązowy medal Mistrzostw Polski U-14 Kobiet. Trzecie miejsce przypadło mieszkance naszej miejscowości - Magdalenie Miller (199 głosów). Judoczka zdobyła w tym roku brązowy medal na Mistrzostwach Polski Juniorów, brązowy medal na Mistrzostwach Polski Seniorów oraz uzyskała siódme miejsce w Pucharze Europy Seniorów.

Naszej reprezentantce serdecznie gratulujemy i życzymy wielu sukcesów na niwie sportowej!

KS Chwaszczyno. Krótkie podsumowanie rundy jesiennej.

Po zakończonej rundzie jesiennej 2013/2014 R-GOL.com IV ligi grupy pomorskiej KS Chwaszczyno zajmuje IV miejsce w tabeli z dorobkiem 32pkt (9-5-3). Zawodnicy z KSCh tracą 11pkt do prowadzącego GKS Przodkowo i 2pkt do drugiej lokaty, gdzie wiceliderem na półmetku zmagania jest GOSRiT Luzino. Kolejne trzy drużyny, tj. Amator Kiełpino, KS Chwaszczyno i Powiśle Dzierzgoń mają tyle samo oczek, ale w bezpośrednich pojedynkach lepszą jest drużyna z Kiełpina (Amator Kiełpino 3:2 KSCh; KSCh 3:0 Powiśle Dzierzgoń; Amator Kiełpino 1:1 Powiśle Dzierzgoń). Bezpośredni awans do III ligi daje już druga lokata, do której KS Chwaszczyno traci tylko dwa punkty.

INFORMATOR

Przychodnia Rejonowa w Żukowie

Rejestracja Ogólna	58 694 42 22	(w godz. 7:30 - 18:00)
Rejestracja Dziecięca	58 694 42 20	(w godz. 7:30 - 18:00)
Rejestracja Specjalistyczna	58 694 42 21	(w godz. 7:30 - 15:00)

Ośrodek Zdrowia w Chwaszczynie

Rejestracja	58 552 80 80	(w godzinach pracy lekarza)
-------------	--------------	-----------------------------

Lek. med. Dorota Chomacka (specjalista medycyny rodzinnej)

- Poniedziałek: 8:00 - 14:30
- Wtorek: 11:30 - 18:00
- Środa: 8:00 - 15:00
- Czwartek: 11:30 - 18:00
- Piątek: 8:00 - 14:30

Lek. med. Joanna Okulska (lek. chorób wewnętrznych)

- Poniedziałek: 15:30 - 18:00

Wizyty domowe w uzasadnionych przypadkach po uzgodnieniu z lekarzem.

Lek. med. Julita Świtońska (pediatra – rezydent)

- wtorek i czwartek: 16:00 - 18:00

Gabinet zabiegowy – czynny w godzinach pracy lekarza

Pobieranie materiału na badania laboratoryjne

- poniedziałek, środa, piątek: 8:00 - 9:30

Szczepienie dzieci

- środa: 10:20 - 11:20
- czwartek: 14:00 - 15:00

Gabinet stomatologiczny

Rejestracja osobiście lub telefonicznie

Lek. stom. Iwona Kowalska

- Poniedziałek: 8:30 - 14:30
- Wtorek: 12:00 - 18:00
- Środa: 8:30 - 14:30
- Czwartek: 12:00 - 18:00
- Piątek: 8:30 - 14:30

Apteka w Chwaszczynie

Hyperpharm Dorota Regosz Sp. J. 58 342 27 18

- Godziny otwarcia:
- poniedziałek-piątek: 7:00 - 19:00
- sobota i niedziela: 8:00 - 13:00

Apteka całodobowa

Apteka Dyżurna, Gdynia tel.: 58 660-80-80
ul. Chwaszczyńska 21c

Centrum Medyczne Dąbrowa-Dąbrówka

Poradnia Ogólna I	58 669 20 10	(w godz. 7:30 - 18:00)
Poradnia Ogólna II	58 669 20 12	(w godz. 7:30 - 18:00)
Poradnia Dziecięca	58 669 20 20	(w godz. 7:15 - 18:00)

Urząd Gminy Żukowo tel.: 58 685 83 00

Godziny pracy Urzędu:

- Poniedziałek: 7:30 - 16:00
- dodatkowo: Biuro Obsługi Klienta, Ewidencja Ludności, Dowody Osobiste, Referat Urbanistyki i Nieruchomości: 7:30 - 16:30
- Wtorek, Środa, Czwartek: 7:30 - 15:30
- Piątek: 7:30 - 15:00

Policja w Żukowie

Dzielnicy	58 685 21 81
st.sierz. Radosław Winczewski	
Dyżurny	58 685 21 70

Parafia Chwaszczyno 58 552 80 83

Biuro Parafialne jest czynne:

- we wtorek, środę, piątek w godzinach: 8:00 - 9:00 i 16:00 - 17:00
- w czwartek w godzinach: 8:00 - 9:00 i 18:45 - 19:30
- w sobotę w godzinach: 8:00 - 9:00
- w poniedziałki nieczynne

Pocztą, Chwaszczyno, ul. Ceynowy 2 tel. 58 552-88-96

poniedziałek - piątek: 08:00-18:00

soboty, niedziele i święta: placówka nieczynna

W dniu 2013-12-24 placówka będzie czynna w godzinach: 08:00-13:00

W dniu 2013-12-31 placówka będzie czynna w godzinach: 08:00-15:00

Placówka dostosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych.

-Placówka wydaje: E-przesyłki, MULTIPACZKI, Przesyłki Biznesowe.

-Pocztex/EMS (przyjęcie).

-doładowanie telefonów komórkowych

-bankomat w okienku

Sołtys Chwaszczyna

Gerard Barsowski 58 552 80 61; 888 143 059

Radny Powiatu Kartuskiego

Piotr Fikus 608 663 609

Sołtys Tuchomia / Radny:

Zbigniew Lidzbarski 58 552 80 40

Radny Tuchomia

Stanisław Groth 603 103 483

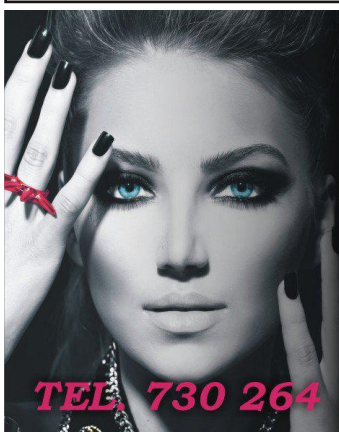
Sprzedam ziemniaki

Odmiany: Wineta i/lub Denar cena 1zł/kg, pakowane w workach po 25 kg.

Z własnego gospodarstwa na terenie Chwaszczyna,

Uprawiane bez jakichkolwiek nawozów sztucznych, wyłącznie na oborniku.

Przy zakupie powyżej 100 kg dowóz gratis na terenie Chwaszczyna. Tel. 605-227-603.



SALON SP URODY
PRESTIZ

USŁUGI
KOSMETYCZNE
Weronika Fikus

GDYNIA - Wielki Kack,
ul. Strzelców 11D/1
wt., czw. - 12⁰⁰-20⁰⁰
śr., pt. - 9⁰⁰-17⁰⁰
sob. - 9⁰⁰-14⁰⁰

TEL 730 264 111

Kompleksowe usługi kosmetyczne, m.in.:

- zabiegi pielęgnacyjne na twarz,
- eksfoliacja kwasami,
- mikrodermabrazja, peeling kawitacyjny,
- fale radiowe - RF,
- przedłużanie rzęs 1:1, wizaż,
- pielęgnacja dłoni i stóp,
- depilacja woskiem.

Konsultacje.

Sprzedaż kosmetyków.

Inspekcja Gotowości Operacyjnej OSP Chwaszczyno.

W sobotę 23 listopada 2013 roku przeprowadzono Inspekcję Gotowości Operacyjnej Ochotniczej Straży Pożarnej w Chwaszczynie, a jej przebieg opisuje niniejszy artykuł.

Inspekcji dokonał Zespół Inspekcyjny pod przewodnictwem Komendanta Powiatowego Państwowej Straży Pożarnej w Kartuzach st. bryg. inż. Edmunda Kwidzińskiego (Prezesa Zarządu Powiatowego Związku OSP RP w Kartuzach) przy udziale druha Zygryda Pituły (Prezesa Zarządu Miejsko-Gminnego Związku OSP RP w Żukowie). W inspekcji uczestniczył Zarząd OSP w Chwaszczynie oraz zastęp złożony z kilkunastu druhów naszej jednostki.

Inspekcja rozpoczęła się o godz. 07.20 i trwała około godziny. Jej przedmiotem były w szczególności: przebieg alarmowania, liczba członków OSP oraz ich kwalifikacje, dokumentacja i ewidencja operacyjna, stan techniczny pojazdów, sprzętu silnikowego, innego sprzętu ratowniczego i sprzętu łączności, jak

również stan techniczny infrastruktury strażnicy. Zespół inspekcyjny nakazał także wykonanie praktycznego ćwiczenia ratowniczego, polegającego na przygotowaniu linii gaśniczej oraz linii zasilania samochodu bojowego, w pełnym umundurowaniu ochronnym i przy wykorzystaniu aparatów ochrony dróg oddechowych.

Po ukończeniu inspekcji omówiono jej wynik oraz przedstawiono wnioski dotyczące każdej z badanych kwestii. Jest nam niezmiernie miło zakomunikować druhom OSP w Chwaszczynie oraz pozostałym mieszkańcom naszej miejscowości, że nasza jednostka otrzymała w ramach tegorocznej inspekcji najwyższą możliwą ocenę – bardzo dobrą (50/50 punktów). Jesteśmy niezmiernie dumni z tego wyniku i pragniemy pogratulować oraz podziękować wszystkim osobom, które przyczyniły się do jego osiągnięcia.

ospchwaszczyno.pl



Turniej KGW w Żukowie. I miejsce dla pań z Chwaszczyna i III miejsce dla pań z Tuchomia.

16 listopada 2013 po raz jedenasty spotkały się panie na TURNIEJU KÓŁ GOSPODYŃ WIEJSKICH. Piętnaście kół z gminy Żukowo, w tym jedno koło z województwa łódzkiego - KGW Wolanki z Tarnowskiej Woli - brało udział w konkurencjach turnieju.

W tym roku panie zaprezentowały się w czterech konkurencjach:

1. KULINARNA. Wyroby piekarnicze i cukiernicze - I miejsce przypadło za KUCH MŁODZOWY Z KRUSZONKĄ dla KGW w Pępo-

wie.

2. WOKALNA. Piosenka o mojej okolicy - I miejsce zajęło KGW z Otomina. III lokatę uzyskały panie z KGW Tuchom.

3. ARTYSTYCZNA. Sztuka ludowa w modzie „lato” - I miejsce zdobyło KGW w Skrzeszewie.

4. TANECZNA. Dowolnie wybrany ludowy taniec Polski - I miejsce ex equo otrzymały panie z KGW Chwaszczyno i KGW Borkowo.

Najwyższą sumę punktów zdobyło KGW Łapino, które otrzymało puchar Grad Prix, co było promocją do reprezentowania gminy Żukowo na etapie rejonowym. Panie z KGW wraz z burmistrzem podziękowały gościom za wsparcie i obecność na tej i innych gminnych imprezach. Turniej uświetnił występ zespołu Rapsodia z Żukowa i Perelek z Leżna.



Co raz mniej płyt "yomb" dla Chwaszczyna.

Michał Witt

Po raz kolejny mieszkańcy Chwaszczyna powinni wzbudzić zażenowanie włodarzy gminy Żukowo. W mijającym roku prywatne osoby i firmy kupiły 2762 szt. płyt "yomb". Gmina przekazała tylko 1910 szt. płyt dla naszej miejscowości, a rada sołecka 520 szt. z funduszy pochodzących z Gminnej Spółdzielni "Samopomoc Chłopska".

Po raz kolejny Gmina jest wyręczana przez mieszkańców, w swoich ustawowych obowiązkach. Co znaczy dla tak dużej miejscowości jaką jest Chwaszczyno, zakup przez gminę Żukowo niespełna 2000 płyt? Widać, że nikt się nami w ogóle nie przejmuje. Zamiast zwiększać inwestycje dostaliśmy mniej niż w 2012r.

Ze środków pochodzących z rezerwy budżetowej UG Żukowo (70 000 zł) oraz z funduszy sołectwa (5974 zł) ułożono :

- na ulicy Sobiesława I - 960 szt.

Ulica Wąska:

- Mieszkańcy Chwaszczyna z ulicy Wąskiej - 200 szt.

- Gmina - 130 szt.



Ulica Abrahama:

- Mieszkańcy Chwaszczyna z ulicy Abrahama - 250 szt.

- Sołectwo - 220 szt. (zakup z GS Sch)

Ulica Kaszubska Droga

- Gmina - 200 szt.

Ulica Rewerenda:

Łącznie ułożono 1656 szt. płyt, które zostały podarowane

wane na rzecz Gminy Żukowo przez następujące podmioty:

- K&L Inwestycje Sp. z o.o. Sp. K. - 1000 płyt

- Ekobudex Sp. z o.o. - 270 płyt

- EXPOSITE - 266 płyt

- Komitet Mieszkańców ul. Rewerenda i Polna - 350 płyt

- Pan Piotr Marszał - 50 płyt.

- Sołectwo - 300 szt. (zakup z GS Sch)

- Wydawnictwo Pedagogiczne Operon Sp. z o.o. - 200 szt.

- REMSTAT P. Pochwatka, A. Szcześniak Sp. J. - 120 szt. ul. Polna:

- Komitet Mieszkańców ul. Rewerenda i Polna w Chwaszczynie - 114 szt.

- PROJ-JACK Jacek Andrzejczak - 56 szt.

- Gmina - 100 szt.

Monitoring Chwaszczyna.

Michał Witt

Monitoring Chwaszczyna, o który zabiegał nasz Radny Powiatu Kartuskiego Piotr Fikus został wykonany.

Urząd Gminy Żukowo wykonał monitoring, który w znaczącym stopniu poprawi bezpieczeństwo naszych mieszkańców i Gminy Żukowo. System podglądu wizyjnego pozwoli na wyeliminowanie negatywnych zjawisk takich jak wandalizm, chuligaństwo, a także pozwoli ujawnić sprawców wykroczeń lub przestępstw. Zamontowanych zostało 6 kamer : -na rondzie - 3 kamery, -parking przy kościele - ulicy Mickiewicza - 2 kamery, -skrzyżowanie ulic: Gdyńska, Kaszubska Droga i Polna - 1 kamera. Sygnał z podglądem wizyjnym będzie przesyłany do UG Żukowo i na Policję. Monitoring został współfinansowany przez Radę Powiatu Kartuskiego w kwocie - 10 000 zł, Radę Miejską w Żukowie w kwocie - 15 000 zł, i Radę Sołecką Chwaszczyno w kwocie 10 000 zł.

Wiata przystankowa została zamontowana.

Michał Witt

Dzięki wnioskowi, który złożył do Burmistrza Gminy Żukowo Jerzego Żurawicza w imieniu mieszkańców Radny Powiatu Kartuskiego Piotr Fikus, mieszkańcy osiedla przy ulicy Oliwskiej (jeziorem Osowskim) otrzymali nową wiatę przystankową. Wiata została zamontowana na początku grudnia bieżącego roku. Nadchodzi zima, a więc wymiana tej wiaty na pewno poprawi warunki mieszkańców oczekujących na komunikację miejską.

z przymrużeniem oka...

Mama przed wyjściem na bal wyjmując z torebki kosmetyki.

Jasio się pyta:

- Mamo co robisz?

- Maluję się kochanie.

- A po co?

- Żeby ładnie wyglądać.

Po tych słowach Jasio zastanawia się dłużej. A w międzyczasie mama wkłada spowrotem kosmetyki do torebki. Jasio przygląda się mamie i pyta:

- A kiedy to zacznie działać?

- Słyszałeś, że Zenek wyszedł na ludzi?

- O! Na studia poszedł?

- Nie, do prewencji.

Żona przychodzi do męża po powrocie z pracy i pyta:

- Kochanie, czy widziałeś kiedyś pogięte 10 zł?

- Tak - odpowiada mąż.

- A czy widziałeś pogięte 20 zł?

- Tak...

- A 100 zł?

- Tak, widziałem. - odpowiada znudzony mąż.

- A 18 000 zł?!

- Nie.

- To zaraz zobaczysz, stoi w garażu.

Jeden przedszkolak mówi do drugiego:

- U mnie modlimy się przed każdym posiłkiem.

- U mnie nie. Moja mama bardzo dobrze gotuje.

Po latach Kowalski spotyka starych kole-

gów.

- Kowalski, zawsze chciałeś mieć czwórke dzieci. Dlaczego poprzestałeś na trójce?

- Bo się dowiedziałem, że co czwarte dziecko rodzi się chińczykiem...

Mąż do żony:

- Kochanie, nie mogę znaleźć herbaty!

- Ty beze mnie to z niczym byś sobie nie poradził! Herbata jest w apteczce, w puszcze po kakao, z nalepką "sól".

- Kto ci podbił oko?

- Wyciągałem dziewczynę z wody...

- I ona cię tak urządziła?

- Nie, akurat wtedy żona weszła do łazienki...

*Naszym drogim Czytelnikom
życzymy wszystkiego co najlepsze
z okazji*

Świąt Bożego Narodzenia

*redakcja Chwaszczyno.pl
Michał Witt, Wojciech Albecki, Karol Krefta,*



*Świąt wypełnionych radością i miłością,
niosących spokój i odpoczynek.*

*Nowego Roku spełniającego wszelkie marzenia,
pełnego optymizmu, wiary, szczęścia i powodzenia*

Mieszkańcom Chwaszczyna

życzą

*Sołtys Gerard Barsowski
wraz z członkami Rady Sołeckiej.*



*Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia
wielu głębokich i radosnych przeżyć,
wewnętrznego spokoju, wytrwałości i radości,
spełnienia wszystkich marzeń,
oraz błogosławieństwa Bożego w każdym dniu
Nowego 2014 Roku*

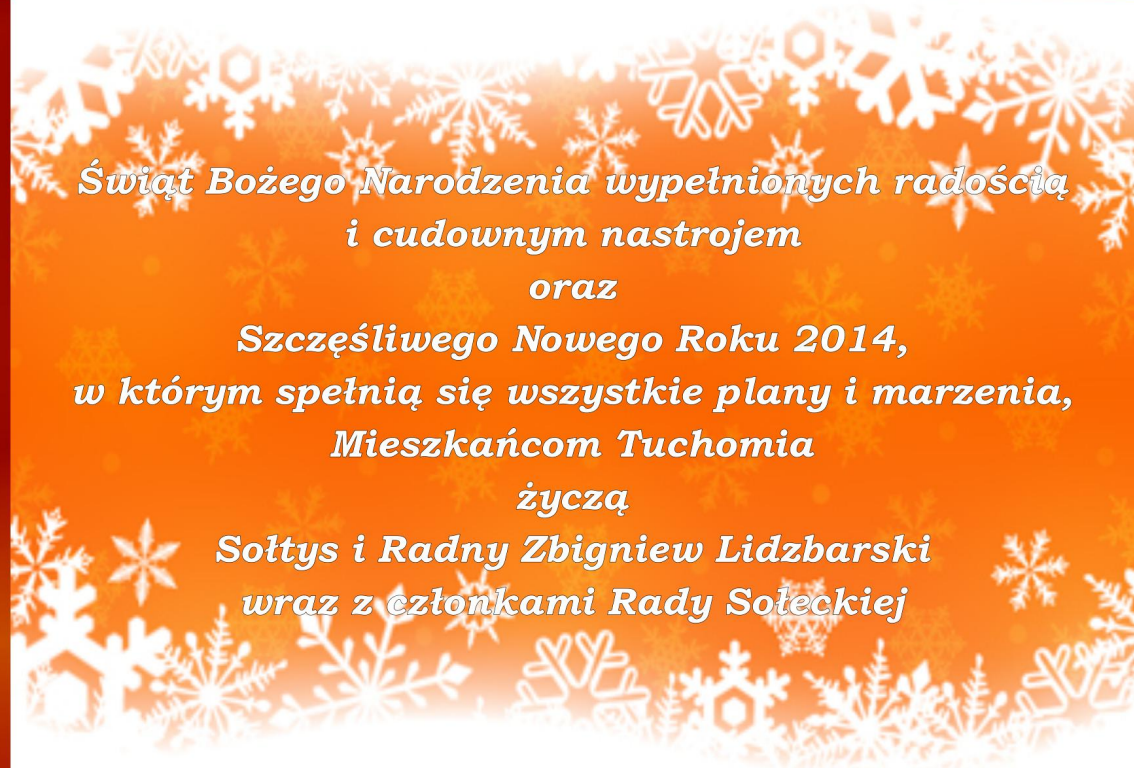
*Wszystkim Mieszkańcom Chwaszczyna,
Gminy Żukowo i Powiatu Kartuskiego
życzy*

*Radny Powiatu Kartuskiego
Piotr Fikus z Rodziną*

*Świąt Bożego Narodzenia wypełnionych radością
i cudownym nastrojem
oraz*

*Szczęśliwego Nowego Roku 2014,
w którym spełnią się wszystkie plany i marzenia,
Mieszkańcom Tuchomia
życzą*

*Sołtys i Radny Zbigniew Lidzbarski
wraz z członkami Rady Sołeckiej*



PORZĄDEK WIZYT DUSZPASTERSKICH – KOLEĘDA 2013 – 2014 r.			
Parafia pw. św. Apostołów Szymona i Judy Tadeusza w Chwaszczynie			
Dzień	Data	Miejscowość / ulica	Godz.
Sobota	28.12.2013	1) Karczemki: Bociania, Jeziorna, Oliwska od Boczej do Jeziornej, Granitowa, Pastelowa 2) Czarne Błota: Świętobora, Warciśława, Jaromira, Przemysława 3) Gdańsk – Osowa: ul. Chojnicka, Kwizdyńska	14.00
Niedziela	29.12.2013	1) Nowe osiedle pod Warzenko – 1 ksiądz 2) Nowe osiedle nad Jeziorem Osowskim – 2 księży	18.00
Poniedziałek	30.12.2013	1) Czarne Błota: Sobiesława I nr 41-97, Mściwoja 2) Chwaszczyno: ul. Droga Kaszubska od ul. Oliwskiej do lasu – lewa strona i ul. Wrzosowa, Bogusława, Jadwigi od strony Drogi Kaszubskiej i p. Szreder 3) Chwaszczyno: ul. Droga Kaszubska od ul. Oliwskiej do lasu – prawa strona i ul. Kasztanowa, Brzozowa, Świerkowa, Akacjowa	15.00
Czwartek	02.01.2014	1) Gdańsk – Osowa: ul. Gnieźnińska, Kruszwicka 2) Gdańsk – Osowa: ul. Kielnieńska od torów kolejowych do Chełmińskiej i Gnieźnińskiej, Iławska 3) Gdańsk – Osowa: ul. Kielnieńska od Chełmińskiej i Gnieźnińskiej do Bursztynowej	15.00
Piątek	03.01.2014	Chwaszczyno: ul. Leśmiana, Staffa, Asnyka, Jana Pawła II – 3 księży	18.30
Sobota	04.01.2014	1) Chwaszczyno: ul. Wieniawskiego, Moniuszki, Szymanowskiego, Chopina, Klonowa, Jarzębinowa 2) Chwaszczyno: ul. Diamentowa, Brylantowa, Jeziorna, Szafirowa, Radarowa, Szmaragdowa, Ekologiczna, Złota 3) Chwaszczyno: ul. Ulice nad Jeziorem Wysockim: Sambora I, Wysocka, Szczęśliwa, Cicha, Spacerowa, Widokowa, Zacisza, Małgorzaty, Mirosławy, Katarzyny, Jadwigi (od jeziora), Damroki, Olimpijska (dawna Anastazji), Białe Żagle (dawna Eufemii), Dokoła Świata (dawna Gertrudy), Zwinisławy	14.00
Niedziela	05.01.2014	1) Tuchom po prawej stronie szosy od p. Domaszk, Semmerling, ul. Gdyńska do Spacerowej, Kwiatowa, Ogrodowa 2) Gdańsk-Osowa: ul. Chełmińska od Kielnieńskiej do nr 8 i osiedle na prawo od nr 8 3) Gdańsk-Osowa – Chwaszczyno: ul. Chełmińska od nr 37-45 do końca i ul. Miła, Kawelska, Spokojna	14.00
Poniedziałek	06.01.2014	1) Chwaszczyno: ul. Poprzeczna – 1 ksiądz 2) Chwaszczyno: Łukowa – 2 księży	18.00
Wtorek	07.01.2014	1) Tuchom: ul. Spacerowa, Wczasowa, Jeziorna (p. Krausa) 2) Tuchom: ul. Pszenna, ze Spacerowej nr 30, Polna, Żytia, Tęczowa 3) Tuchom: ul. Dębowa, Spacerowa nr 1, Gdyńska 31-41 do Wesołej, Wesoła	15.00
Środa	08.01.2014	1) Tuchom: po lewej stronie szosy od ul. Długiej do państwa Wickich, ul. Banińska, Żukowska, Miszewska, Nowy Tuchom 2) Tuchom: po prawej stronie szosy od Wesołej do drogi na Warzenko, ul. Szczęśliwa, Miła, Pogodna, Słoneczna 3) Tuchom: ul. Długa od początku do p. Furman i Block (nr 28) i ul. Lipowa, Topolowa, Sosnowa	15.00
Czwartek	09.01.2014	1) Tuchom: ul. Długa od p. Belka do p. Keslinka, ul. Brzozowa 2) Tuchom: ul. Długa od p. Plichta do Stanisława Wiśniewskiego 3) Tuchom: od leśniczówki do ul. Długiej – lewa strona szosy (do p. Herka) i ul. Szkolna do p. Kąkol – Jażdżewscy	15.00

Piątek	10.01.2014	1) Tuchom: ul. Prusa i Szkolna do końca 2) Chwaszczyno: ul. Sienkiewicza 3) Chwaszczyno: ul. Słowackiego	15.00
Sobota	11.01.2014	1) Chwaszczyno: ul. Prusa, Tuchomska od Oliwskiej do Przyleśnej, Przyleśna (Karczemki) 2) Chwaszczyno: Lisie Błota od państwa Pospiesznych, ul. Tuchomska, Dobrzewińska, Lisia i ul. Gdyńska nr 1 3) Chwaszczyno: ul. Węglowa	14.00
Niedziela	12.01.2014	1) Chwaszczyno: ul. Wybickiego 2) Chwaszczyno: ul. Gdyńska od ronda do p. Biesek, Wiejska 3) Chwaszczyno: ul. Gdyńska nr 35-55 i 24-36, Abrahama, ks. Kuppera, Ceynowy od Oliwskiej, ks. Sarnowskiego	14.00
Poniedziałek	13.01.2014	1) Droga Bojańska: ul. Rewerenda, Polna koło p. Fopke – do lasu 2) Droga Bojańska: ul. Rewerenda od numeru 41 – za lasem do końca i ul. Wiczlińska 3) Chwaszczyno: ul. Droga Kaszubska od Gdyńskiej do Oliwskiej, Ogrodowa, Oliwska 30-81, Teodora, Telesfora, Bursztynowa	15.00
Wtorek	14.01.2014	1) Starochwaszczyńska i Kacze Buki do p. Rudnik, Pozańskich 2) Starochwaszczyńska od p. Klein do Rum 3) Chwaszczyno: ul. Polna (do Rewerendy), Dąbrowki	15.00
Środa	15.01.2014	1) Chwaszczyno: ul. Oliwska od Marcopolu do Boczej, Św. Wojciecha, Orzeszkowej, Nałkowskiej, Boczna, Rzemieślnicza 2) ul. Rewerenda od p. Lidzbarskich, ul. Pomianowskiego, Bielińskiego, Kolonia do p. Kleszczewskich 3) ul. Chwaszczyńska od p. Bruna, ul. Gdyńska do p. Dunst	15.00
Czwartek	16.01.2014	1) Gdańsk – Osowa: ul. Myśluborska, Złotowska, Krajeńska 2) Kacze Buki od Myśluborskiej do p. Kortas, Stefanowskich, Bieschke, Lademann	15.00
Piątek	17.01.2014	1) Chwaszczyno – Mazurowo: ul. Derdowskiego, Sychty, Majkowskiego 2) Chwaszczyno: ul. Oliwska od ronda po prawej stronie do ul. Konopnickiej oraz ul. Konopnickiej, Fredry, Makuszyńskiego, Brzechwy 3) Chwaszczyno: ul. Oliwska od Marcopolu do p. Miąskowskich, Tuwima, Krótka – bez ul. Oliwskiej od ronda po prawej stronie do ul. Konopnickiej	15.00
Sobota	18.01.2014	1) Borowiec – ul. Mickiewicza od p. Dunst, ul. Sobiesława I do Świętopetka, Kopalniana, Żwirowa, Kamienna, Racibora, Żwirowa, Torfowa, Piaskowa, Błotna, Reja, Krasickiego 2) Lisie Błota od państwa Ziętek – ul. Wąska, Słoneczna, Podleśna 3) Lisie Błota: ul. Leśna	14.00
Niedziela	19.01.2014	1) Chwaszczyno: ul. Żeromskiego, Gałczyńskiego, Norwida 2) Chwaszczyno: ul. Mickiewicza od p. Kazimierza Dunst do pierwszych numerów i ul. Kochanowskiego	14.00
Poniedziałek	20.01.2014	Zgłoszenia indywidualne – kołеды dodatkowe.	15.00

Księża będą rozpoczynać kołеды od pierwszych numerów ulic, chyba, że wyraźnie zaznaczono inaczej w opisie trasy kołеды. Tam gdzie jest dalej, jeżeli jest taka możliwość, prosimy o przyjazd po księdza samochodem. Prosimy, aby sąsiedzi powiadamiali siebie nawzajem o terminie kołеды, a jeżeli jakaś ulica nie została uwzględniona w wykazie kołęd prosimy o kontakt z biurem parafialnym.

Wizyta duszpasterska to również okazja do rozmowy z kapłanem. Jeśli rodzina pragnie porozmawiać z kapłanem na ważny, często problematyczny temat, proszę przygotować się do tej rozmowy.

Chwaszczyno.pl