NAKŁAD: 16 000 EGZEMPLARZY

ISSN: 17300878

30 minut
od 15 lat z Wami

30 LISTOPADA 2018, NR 728
WAŁBRZYCH/ŚWIDNICA/STRZEGOM

Espresso z Kasią Pietrzak



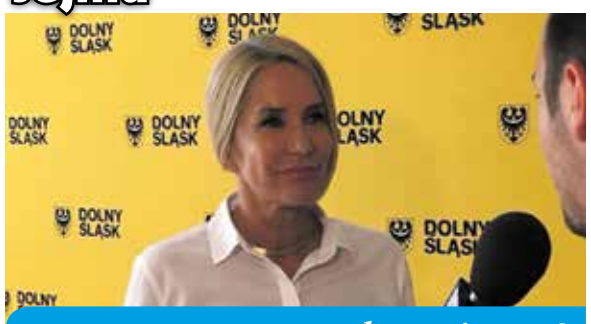
rozmowa str. 3

Najlepszy diagnosta wyłoniony



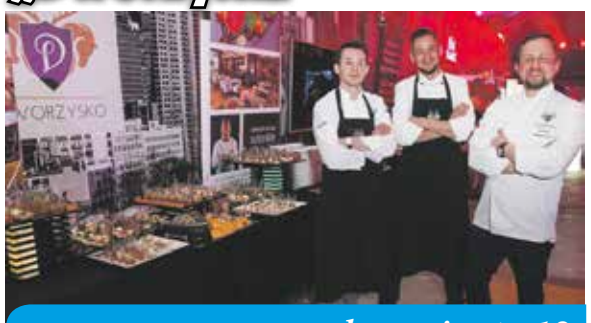
wydarzenia str. 5

Krawczyk idzie do sejmu



wydarzenia str. 9

Króliczki i czapki dla „Dworzyska”



wydarzenia str. 12

REKLAMA R092818

Szukasz gotówki?
My ją dla Ciebie znajdziemy!

Po pożyczkę przyjdź do Fines
ul. 1 Maja 4 (ok. 50m od Rynku)
ul. Broniewskiego 69 (w mrówkowcu obok baru Małgosia)

Fines operator bankowy
WIELE POŻYCZEK – JEDNO MIEJSCE
74 666 88 99
74 663 80 30
Kredyty i pożyczki ponad 30 firm

Kto podpalił Brave – matkę?

Warszawski Ośrodek Monitorowania Zachowań Rasistowskich i Ksenofobicznych wyznaczył tysiąc złotych za wskazanie sprawców podpalenia mieszkania Magdaleny Sawickiej, działaczki społecznej i kulturalnej z Wałbrzycha.

W niedzielę, 25 listopada ktoś podłożył ogień pod drzwi mieszkania koordynatorki wałbrzyskiej edycji festiwalu Brave Kids, będącego cyklem występów grup artystycznych dzieci z całego świata. Wcześniej zdarzało się, że była szykanowana i atakowana za to co robi społecznie, kulturalnie dla naszego regionu. Sprawą zajmuje się policja. Magdalena Sawicka organizuje w Wałbrzychu m.in. festiwal Brave Kids - będący cyklem występów grup artystycznych dzieci z całego świata. To także okazja do poznania się i zaangażowania lokalnej społeczności – dzieci zawsze mieszkają w domach wolontariuszy zaangażowanych w projekt. W jego realizację włączyło się wiele wałbrzyskich rodzin, wolontariuszy, wiele osób z różnych instytucji, organizacji z całego regionu Dolnego Śląska.

- Ta współpraca była wspaniała. Wałbrzyskie rodziny, wolontariusze okazali się bardzo otwarci i gościnni. – opowiada Magdalena Sawicka. – Jednak w ostatnim czasie pojawiły się przejawy niechęci od osób spoza tego grona. Trwa to mniej więcej od kilku miesięcy. Spotykały mnie i moją rodzinę różne sytuacje. Zazwyczaj to były głupie i chore teksty pod naszym adresem w stylu właśnie, że przywożę do Wałbrzycha „brudasy, czarnuchy, choroby” i „że współpracuję z chorymi ludźmi”. Na drzwiach mojego mieszkania ktoś zaczął przyczepiać kartki z napisem „brudasy”. Nasiliło się to po tym, jak byli u mnie goście z ukraińskiej grupy artystycznej. A teraz doprowadzono do pożaru – relacjonuje.

Magdalena Sawicka mieszka w Wałbrzychu w pobliżu Teatru Dramatycznego im. Jerzego Szaniawskiego. Na co dzień współpracuje z wieloma organizacjami i instytucjami, m.in. z Wałbrzyskim Ośrodkiem Kultury. O zdarzeniu, które niewątpliwie było narażeniem zdrowia i życia, zarówno jej jak i jej rodziny, ale także wszystkich mieszkańców okolicy, mówi otwarcie i z podniesioną głową.

- Jestem matką nastolatki, ale swoje dzieci mam na całym świecie. I teraz czuję, że gesty poparcia płyną do mnie faktycznie z całego świata - mówi Magdalena Sawicka. – „Brave” znaczy „odwaga” i ja na pewno nie ugnę się pod wpływem tych, złych zachowań. Nie poddam się tej nagonce. Nie wolno pozwalać na takie działania, nie można dopuszczać do ich eskalacji. Nie zgadzam się z takim sytuacjami. Na mowę nienawiści w każdej formie po prostu należy reagować. Musimy być odważni i nie możemy pozwalać na takie sytuacje – kwituje.

Jeśli wiesz, kto to podpalił mieszkanie Magdaleny Sawickiej zgłoś to na policję lub do Ośrodka Monitorowania Zachowań Rasistowskich i Ksenofobicznych: omzrik@gmail.com, 572932323. Obie instytucje zapewniają anonimowość.

Iwona Petryla



W niedzielę, 25 listopada ktoś podłożył ogień pod drzwi koordynatorki wałbrzyskiej edycji festiwalu Brave Kids



Magdalena Sawicka mówi, że ma dzieci na całym świecie. Podkreśla, że „brave” to „odwaga”

REKLAMA R0929/18

Sklep mycenter RTV / AGD / MULTIMEDIA SABA
w Wałbrzychu

Bogaty asortyment RTV i AGD, sprzęt do zabudowy.
Autoryzowany punkt sprzedaży m.in:
SOLGAZ, LIEBHERR, NIVONA, FREGGIA.
Dostarczamy sprzęt do klienta jeszcze w dniu zakupu!

Wałbrzych ul. Noworudzka 1,
wjazd do miasta od strony
Kłodzka przy (Centrum Ogrodniczym)
tel: 500-106-782
fb: My Center Saba
www.sababis.pl

pn-pt od 9:00 do 19:00
sb od 9:00 do 15:00
Zapraszamy!
My Center Saba
- TWOJE UDANE ZAKUPY

REKLAMA R0930/18

JohnCotton Europe

UWAGA! PRACA DLA CIEBIE!
PRODUCENT NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI KOŁDER I PODUSZEK
POSZUKUJE KANDYDATÓW NA STANOWISKO:
-SZWACZ
- PRACOWNIK PRODUKCYJNY

Zapewniamy:
- atrakcyjne wynagrodzenie
- trzymiesięczny dodatek szkoleniowy
- bezpłatny dojazd do pracy
- możliwość rozwoju i awansu

tel. 74 845 66 30 e-mail: rekrutacja@jce.eu.com

rozmowa tygodnia

Żyję pełną parą

W jaki sposób żyć pełnią życia, nie dać się niepełnosprawności i ją zaakceptować?. Z okazji Międzynarodowego Dnia Osób Niepełnosprawnych obchodzonego 3 grudnia rozmawialiśmy z Iloną Piechną.



Na czym polega Twoja niepełnosprawność?

Od urodzenia zmagam się z dziecięcym porażeniem mózgowym. W rezultacie tej choroby mam niedowład czterokończynowy i spastyczność mięśni, co ogranicza mi możliwość ruchową. W związku z czym poruszam się na co dzień na wózku inwalidzkim.

Jesteś aktywna zawodowo - opowiedz o swojej pracy

Pracuję w Zakładzie Aktywności Zawodowej Victoria w Wałbrzychu na stanowisku call center. Moja praca polega na telefonicznej obsłudze klienta. Zajmuję się między innymi sprzedażą, przeprowadzam również badania ankietowe. Bardzo lubię swoją pracę, ponieważ opiera się ona na kontakcie z innymi ludźmi, co daje mi wiele radości i satysfakcji z wykonywania jej.

Kandydowałaś również do Rady Miasta Wałbrzycha, skąd pomysł na angażowanie się w życie polityczne miasta?

Decyzja była spontaniczna, aczkolwiek podyktowana dobrem na rzecz innych osób niepełnosprawnych. Chciałam w ten sposób pomóc im w codziennym funkcjonowaniu społecznym. Miałam świadomość, iż jako zwykły człowiek nie zrobię za dużo. Jest to długotrwały proces, ale otwartością serca i chęciami można dokonać wiele na rzecz drugiego człowieka. Niestety nie udało mi się uzyskać wymaganej liczby głosów, jednak za wszystkie oddane na mnie głosy bardzo dziękuję.

Udzielasz się na rzecz osób niepełnosprawnych, na czym polega ta pomoc?

Uczestniczę w różnych zbiórkach, festynach, gdzie dochód jest przekazywany na konkretny cel. Jakiś czas temu wraz z innymi osobami udało nam się zebrać potrzebne środki pieniężne na wózki do koszykówki dla moich kolegów, którym wiernie zawsze kibicuję podczas zawodów. Pasją do sportu zaraził mnie trener drużyny - pan Robert Szarek.

W wolnych chwilach piszesz wiersze. Jaką tematykę poruszasz w swojej poezji?

Wiersze dotyczą mojego życia i przeżyć, jakie na co dzień mi towarzyszą. Wszystkie emocje, które we mnie są, lubię przelewać na papier. Jest to forma odreagowania stresu czy podzielenia się z innymi jakąś radością, jaka mnie spotkała.

Jakie jest Twoje życiowe motto?

„Dopóki walczysz, jesteś zwycięzcą"- św. Augustyn. Jest to motto, które towarzyszy mi przez całe moje dotychczasowe życie. Całą jego mądrość stosuję w praktyce i pomimo swojej niepełnosprawności żyję pełną parą. Nie poddaję się w życiu, bo wiem, że siłą i determinacją można osiągnąć wszystko.

Dziękuję za rozmowę,
Anna Plath-Murawska.

kalendarium

„Cierpliwość jest codzienną formą miłości" **- Benedykt XVI**

LISTOPAD 30 PIĄTEK

Imieniny:
Andrzej, Justyna, Konstanty

Dzień Białych Skarpetek

07:00 - Wystawa Plakatów pt. „Polska w Oczach Przedszkolaka", OSK Podzamcze, Wałbrzych
10:00 - Wystawa „Wolność i poeci", Miejska Biblioteka, Śródmieście, Wałbrzych
17:00 - Wystawa pt. „Barwy i Struktury II", Stara Kopalnia, Wałbrzych
17:00 - Koncert pt. „ Mój pierwszy raz na scenie", Ośrodek Kultury, Wałbrzych
19:00 - Koncert symfoniczny - Wielka Gala Muzyki Filmowej, Filharmonia Sudecka, Wałbrzych
20:00 - Impreza andrzejkowa na zakończenie sezonu biegowego 2018, Aqua Zdrój, Wałbrzych

GRUDZIEŃ 1 SOBOTA

Imieniny:
Eligiusz, Natalia, Blanka

Światowy Dzień AIDS

11:00 - Baśniowy Książ, Zamek Książ, Wałbrzych
12:00 - Alchemia teatralna pt. „Teatr w czasach Szekspira", Miejska Biblioteka Publiczna, Świdnica
18:00 - Festiwal Tradycji Górniczych pt. „Babski Comber", Stara Kopalnia, Wałbrzych
18:00 - Recital kabaretowy Artura Andrusa, Stara Kopalnia, Wałbrzych
19:00 - Spektakl pt. „Sorry, Winnetou", Teatr Dramatyczny, Wałbrzych
20:00 - Andrzejkowa Fiesta Latynoska, Club A' propos, Wałbrzych

GRUDZIEŃ 2 NIEDZIELA

Imieniny:
Balbina, Paulina, Rafał

Światowy Dzień Walki z Uciskiem

10:00 - II Festiwal Rękodzieła, Restauracja Rynek 43, Świdnica
10:00 - Spacer pn. „Śladami Hochbergów", Palmiarnia, Wałbrzych
12:30 - Spektakl pt. „Władysław i Annabella", Teatr Lalki i Aktora, Wałbrzych
15:00 - Festiwal Fanaberii, Teatr Dramatyczny, Wałbrzych
18:00 - Kabaret pt. „Stand Up Wałbrzych", Club A' propos, Wałbrzych
18:00 - 65 wystawa Psów Rasowych, OSIR, Świebodzice

GRUDZIEŃ 3 PONIEDZIAŁEK

Imieniny:
Lucjusz, Franciszek, Ksawery

Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych

10:00 - Wystawa pt. „Skamieniałości roślin drzewiastych", Stara Kopalnia, Wałbrzych
10:00 - Wystawa pt. „Od Kleopatry do Nelsona", Zamek Książ, Wałbrzych
15:00 - Spektakl pt. „Był sobie Andrzej Andrzej. Andrzej i Andrzej", Teatr Dramatyczny, Wałbrzych
17:00 - Wykład pt. „Serce masz tylko jedno", Multimedialna Filia Biblioteczna, Wałbrzych

GRUDZIEŃ 4 WTOREK

Imieniny:
Hieronim, Barbara, Krystian

Barbórka

16:00 - Projekcja filmu pt. „Seanse na piaskach", Biblioteczna Filia Nr 7, Wałbrzych
17:00 - Projekcja i rozmowa o filmie w Fonotece, Miejska Biblioteka, Wałbrzych
18:00 - Spektakl pt. „Szkoła Żon", Teatr Dramatyczny, Wałbrzych
19:00 - Koncert Pawła Domagały, Stara Kopalnia, Wałbrzych

GRUDZIEŃ 5 ŚRODA

Imieniny:
Saba, Wilma, Krystyna

Międzynarodowy Dzień Wolontariusza

16:30 - Bajka o Świętym Mikołaju, Multimedialna Filia Biblioteczna, Wałbrzych
18:00 - Wieczory z kinem rosyjskim „Zakochany na własne życzenie", Galeria Fotografii, Świdnica
19:30 - Spektakl pt. „Szoa Show", Teatr Dramatyczny, Wałbrzych
19:30 - Biegowe Zawody Mikołajkowe, Hala lekkoatletyczna Nowe Miasto, Wałbrzych

GRUDZIEŃ 6 CZWARTEK

Imieniny:
Emilian, Mikołaj, Angelika

Mikołajki, Dzień Anioła

09:00 - Konkurs komputerowy dla seniorów pn. „Cyber Senior", Biblioteczna Filia Nr 7, Wałbrzych
15:00 - Mikołajkowe czytanie na dywanie, Biblioteczna Filia Nr 5, Wałbrzych
17:00 - Mikołaj z WOK, Stara Kopalnia, Wałbrzych
19:30 - Spektakl pt. „Sztuka", Teatr Dramatyczny, Wałbrzych

REKLAMA R0931/18



REKLAMA R0932/18



30 minut
ul. Ludowa 1C, p. 111,
58-304 Wałbrzych

tel.: 797 981 518,
tel.: 531 407 736,
e-mail: sekretariat@30minut.pl,
www.30minut.pl

Redaktor Naczelny: Iwona Petryla
Redaguje zespół: Karolina Lubczyńska, Paulina Purgał, Anna Plath-Murawska, Bartłomiej Nowak, Marcin Klat, Marcin Białas, Paweł Szpur, Angelika Kmieć
e-mail:redakcja@30minut.pl,
Foto: Agencja Art-A, użyczone oraz archiwum redakcji

Dział Handlowy:
531 407 736, 797 982 003
e-mail:reklama@30minut.pl,
promocja@30minut.pl
Wydawca: Centrum sp. z o.o.,
ul. Ludowa 1C, p. 111, 58-304 Wałbrzych
POLSKA PRESS Sp. z o.o.,
Drukarnia w Sosnowcu
ul.Baczyńskiego 25 A, 41-203
Sosnowiec- Milowice

REDAKCJA NIE ODPOWIADA ZA TREŚĆ REKLAM I OGŁOSZEŃ

IMM

Studio Espresso gościło w Restauracji Gospoda pod Wieżą w Szczawnie-Zdroju

Studio Espresso z Kasią Pietrzak

Z trenerką fitness i managerem w Fitness World rozmawiał Paweł Szpur



Swoją przygodę ze sportem zaczynałaś od koszykówki, z której zrezygnowałaś. Obecnie pracujesz jako trener fitness. Co było przyczyną takiej zmiany?

Moja historia o tyle jest ciekawa, że sama jako dziecko miałam nadwagę. Rodzice zapisali mnie na treningi koszykówki i tak stała się ona moim sposobem na życie. Do końca studiów grałam w klubie w Lesznie. Po studiach postanowiłam być dalej w branży sportowej i zrobiłam kurs trenera personalnego i instruktora fitness. Sama postanowiłam pomagać ludziom borykającym się z różnymi problemami, w tym również z otyłością, zyskać zdrowie i wymarzoną figurę.

Ile lat grałaś w koszykówkę ?

Od jedenastego roku życia do dwudziestu dwóch lat, czyli około jedenastu lat.

Czy nie szkoda było zostawić koszykówkę na rzecz innej aktywności?

Na początku było szkoda, aczkolwiek nie żałuję żadnej mojej decyzji w życiu. Cieszę się życiem, z tego, co teraz robię i odnajduję się w tej pracy. Myślę, że tak miało być, a najważniejsze jest to, że nadal działam w branży i robię to, co lubię.

Co to jest nadwaga i jak z nią walczyć?

Jeżeli nie jesteśmy wyczynowymi sportowcami, to takim najprostszym wskaźnikiem nadwagi jest wskaźnik BMI. Czyli nasza waga dzielona na wzrost do kwadratu. Wówczas wyliczamy wskaźnik. Jeżeli jest on wyższy niż 25, to jest to dla nas sygnał ostrzegawczy, że coś jest nie tak i trzeba zacząć uprawiać sport i zmienić nawyki żywieniowe. Wiadomo, nadwaga, a w późniejszym czasie otyłość, sprawiają, że chorujemy na chociażby cukrzycę czy nadczynność tarczycy. Dużo jest chorób, które powoduje nadwaga.

Jeżeli zdiagnozujemy u kogoś nadwagę, to w jaki sposób powinno się zachęcić tego kogoś do pracy nad sobą?

Jeżeli ktoś jest w skrajnej nadwadze i to jest taki przypadek, to ja zachęcam na początek nie korzystać z windy, chodzić po schodach. Więcej spacerów, mniej samochodów. Człowiek musi ruszyć na początku bez takich wzmożonych ćwiczeń, ponieważ na początku poprawnie ich nie wykona. Najpierw zalecam bieżnię czy orbitrek i zbić tą wagę, a później dopiero zaczynam pracować z ćwiczeniami.

Jak się zmusić i zmotywować, by przełamać barierę pójścia pierwszy raz na siłownię? Czy jest na to jakieś panaceum?

Myślę, że jest. Znaleźć sobie osobę, kogoś, kto jest w podobnej sytuacji. Wiadomo w dwójkę zawsze jest raźniej. Teraz inaczej to wygląda. Miejsce, w którym ja pracuję, nie jest taką stricte siłownią, gdzie trenują sami mężczyźni i budują sobie mięśnie. Mamy różne strefy: jest strefa cardio, stretchingu, maszyn. Każdy znajdzie coś dla siebie.

Na czym polegają te strefy?

W cardio mamy takie urządzenia jak orbitrek, bieżnia czy wioślarz. Wszystko nastawione bardziej na wydolność i rozgrzewkę. Maszyny, czyli ćwiczenia na mięśnie izolowane. Czyli na przykład siadamy na maszynę i ćwiczymy tylko biceps. Jest strefa wolnych ciężarów, gdzie mamy hantle i sztangi. Możemy robić trening funkcjonalny, czyli cross fit. Mamy strefę stretchingu i tam są materace, maty i rolki do masażu, gdzie możemy zrelaksować się po treningu. Mamy również salę fitness, gdzie spotykamy się z ludźmi i jeden instruktor pokazuje nam ćwiczenia i wykonujemy je razem z grupą. Nie ma wymówek, że przyjdę i nie wiem, co będę miał robić, bo zawsze jest rozwiązanie oraz trenerzy personalni, którzy pomogą. Zauważyłam, że kiedy ktoś się gubi, to ludzie podchodzą i pomagają. To jest super.

Często widzimy na portalach społecznościowych filmiki, jak ktoś nieprawidłowo korzysta z urządzeń na siłowni.

Tak, też to zauważyłam. Spotkałam się również z takimi paroma sytuacjami, gdzie już było trochę śmiesznie, że tak powiem. Ale wynika to z tego, że człowiek próbuje, ale do końca wie jak. Ale dla mnie największy wstyd to jest nie ćwiczyć i nic nie robić, a nie robić źle ćwiczenia.

Czy oprócz siłowni, możemy w domu wykonać jakieś proste ćwiczenia?

Najlepiej jest porozciągać się. Zniwelujemy cały stres z całego dnia. Nasze mięśnie staną się bardziej elastyczne i wyciszymy organizm. Ja najbardziej polecam rozciąganie. Można kupić sobie wałek do masażu i bolące mięśnie porolować nawet przed telewizorem.

Jak się zmotywować do wyjścia z domu zimową porą, żeby poćwiczyć na powietrzu?

Z doświadczenia wiem, że najbardziej motywuje trener personalny. Umówię się z nim, szkoda mi pieniędzy, które zapłaciłam za trening i muszę iść. Ale dobrym sposobem jest też znalezienie sobie partnera treningowego, jakiejś koleżanki lub kogoś z rodziny i umówić się. Ostatecznie znaleźć w sobie samozaparcie, być mega zmotywowanym i wyjść: czy to lato, czy zima. Szkoda tracić formę.

A co jeśli chodzi o dietę? Czy zimą jemy co innego niż latem?

Ja słyszałam, że zimą jemy więcej, żeby było cieplej (śmiech). To nie tak do końca jest. Największą pułapką, z którą się spotykam i moi podopieczni nie wierzyli, jak to jest możliwe, to produkty tak zwane fit. Jeżeli mój podopieczny kupi sobie batoniki z półki ze zdrową żywnością, bo jest fit i super i nie widzi efektów, to właśnie nie wszystko jest tak do końca. Płatki z napisem fit mają dużo cukru. Musimy uważać na takie produkty.

Dziękuję za rozmowę.

Zobacz Studio Espresso:
facebook
facebook.com/studio.espresso.official
YouTube
www.youtube.com

W dalszej części wywiadu Kasia opowie o tym, co warto spożywać, a czego unikać. Oraz jakie efekty dają ćwiczenia na urządzeniach w siłowni.

REKLAMA R0933/18

BĄDŹMY W KONTAKCIE
DORADCA BIZNESOWY
TEL. 531 344 100
PLAY dla Firm

REKLAMA R0934/18

CENTRUM KREDYTOWE BEATU$
Święta tuż tuż
Weź pożyczkę już
Do 30 tyś na okres 60 rat
tel. 793 793 005 tel. 531 483 291
Czynne pon - pt od 9:00 do 16:00
Ul. Piotra Wysockiego 2/2
58-300 Wałbrzych

Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut
od 15 lat razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

Niski wyrok dla pedofila?

Świdnicki Sąd Okręgowy wydał wyrok dotyczący 66-letniego mieszkańca Wałbrzycha, który dopuścił się przestępstwa polegającego na obcowaniu płciowym z osobą małoletnią mającą mniej niż 15 lat.

Kara 5 lat pozbawienia wolności, jaką sąd zastosował wobec przestępcy jest bardzo niska w stosunku do tej, której domagała się Wałbrzyska Prokuratura Rejonowa , czyli 15 lat więzienia. Prokuratura będzie składać apelację, domagając się zaostrzonej kary dla pedofila.

– Od 2013 roku do marca 2018 roku, 66-letni mieszkaniec Wałbrzycha dopuszczał się obcowania płciowego z obecnie 13-letnią upośledzoną umysłowo dziewczynką – wyjaśnia Jolanta Majcherczyk, zastępczyni prokuratora rejonowego w Wałbrzychu.

– Dziewczynka mieszka w pobliżu miejsca zamieszkania mężczyzny. Po tym jak jej matka dowiedziała się o zaistniałej sytuacji, złożyła zawiadomienie w prokuraturze.

– Sąd Okręgowy w Świdnicy uznał tylko pierwszy z zarzutów, który postawiliśmy 66-latkowi, natomiast drugi zarzut odrzucił. Nie zgadzamy się z tym wyrokiem i po uzyskaniu z sądu jego pisemnego uzasadnienia będziemy składali apelację – mówi prokurator Jolanta Majcherczyk.

Ponadto podczas trwania śledztwa została wykonana przez biegłego szczegółowa ekspertyza, z której wynika w sposób jednoznaczny, iż skrzywdzone dziecko jest upośledzone umysłowo, co przestępca perfidnie wykorzystał aby osiągnąć swój przestępczy cel.

AnPl

REKLAMA R0935/18

Weź mądrze kredyt



BEZ PROWIZJI

JEDEN Z NAJLEPSZYCH KREDYTÓW NA RYNKU

Bezpieczny polski bank

RRSO 9,36%
dla przykładu reprezentatywnego

Świdnica, Pl. Grunwaldzki 1
Wałbrzych, Słowackiego 9
tel. 502 620 284
opłaty zgodnie z taryfą operatora

Bank Pocztowy

Niniejsze informacje nie stanowią oferty w rozumieniu art. 66 § 1 K.c. Decyzja i warunki kredytowania zależą od indywidualnej oceny zdolności kredytowej. Zmiana oprocentowania kredytu wpływa na koszt obsługi kredytu. Promocja nie łączy się z innymi preferencyjnymi ofertami kredytu gotówkowego. Kredyt udzielany od 300 zł do 100 000 zł, na dowolny cel konsumpcyjny. Promocja skierowana jest do nowych klientów, do klientów wnioskujących o pierwszy kredyt gotówkowy w Banku Pocztowym S.A. oraz do klientów, którzy od co najmniej 5 lat nie korzystali z kredytu gotówkowego w Banku Pocztowym S.A. Promocja obowiązuje od 1 sierpnia do 31 grudnia 2018 r. Rzeczywista RocznaStopa Oprocentowania (RRSO) dla reprezentatywnego przykładu wynosi 9,36% przy założeniach: kredyt udzielony w dniu 6 lipca 2018 r. na okres 39 miesięcy, bez ubezpieczenia, całkowita kwota kredytu 10 900,00 zł (bez kredytowanych kosztów kredytu), spłacany do 6. dnia każdego miesiąca w równych ratach w kwocie 323,35 zł, ostatnia rata wyrównująca 322,95 zł, oprocentowanie zmienne 8,99% w stosunku rocznym, całkowity koszt kredytu 1710,25 zł (w tym: odsetki 1710,25 zł, prowizja 0,00 zł), całkowita kwota do zapłaty 12 610,25 zł. Poczta Polska S.A. jest pośrednikiem kredytowym Banku Pocztowego S.A. w zakresie czynności faktycznych i prawnych związanych z przygotowaniem, oferowaniem lub zawarciem umów kredytu konsumenckiego. Poczta Polska S.A. nie współpracuje z innymi kredytodawcami niż Bank Pocztowy S.A. Szczegóły promocji na stronie www.pocztowy.pl oraz w placówkach Banku Pocztowego i Poczty Polskiej.

Biedroń w Wałbrzychu

W piątek, 7 grudnia o godz. 17:00 w auli Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Wałbrzychu przy ulicy Zamkowej 4 odbędzie się spotkanie z Robertem Biedroniem. Osoby zainteresowane wydarzeniem obowiązuje wcześniejsza rejestracja za pomocą strony internetowej bądź przez profil na Facebooku: Robert Biedroń Wałbrzych.



Robert Biedroń buduje nowy ruch społeczny. Od miesięcy odwiedza kolejne miasta w Polsce, gdzie organizuje spotkania pod hasłem „burza mózgów", podczas których rozmawia z mieszkańcami na temat ich rzeczywistych, codziennych problemów. Nie narzuca im jednak swoich racji, tylko zachęca do tego, aby uczestnicy zaproponowali coś od siebie, swoje rozwiązania.

- Od lat jeżdżę po Polsce i spotykam się z Wami. Często słyszę, że jesteście niezadowoleni z sytuacji w kraju. Jednak za każdym razem, gdy się z Wami spotykam, widzę w Was także olbrzymi potencjał - mnóstwo pomysłów na to, jak sprawić, by w Polsce żyło się lepiej, a polityka wyglądała inaczej - mówi Robert Biedroń.

AnPl

Artyści Piwnicy pod Baranami w Wałbrzychu

„Kolędy i pastorałki" powstawały przez wiele lat, podczas spotkań wigilijnych w gronie artystów. Śpiewano wówczas nie tylko te najpopularniejsze, tradycyjne, ale również własne aranżacje. I tak, po wielu spotkaniach przy opłatku, gdy zebrało się kolęd i pastorałek również wiele, kabaret postanowił wyruszyć w trasę koncertową po Polsce i nie tylko.

Krakowscy artyści Piwnicy pod Baranami wystąpią w środę, 12 grudnia o godzinie 18:00 w sali łańcuszkowej na terenie Starej Kopalni w Wałbrzychu. Grupa poetów i muzyków na każdym z koncertów w niesamowity sposób wprowadza widzów w świąteczny nastrój.

Utwory są autorstwa m.in.: Jana Kantego Pawluśkiewicza, Zbigniewa Preisnera, Zygmunta Koniecznego, Grzegorza Turnaua, Tamary Kalinowskiej czy Piotra "Kuby" Kubowicza.

AnPl

Informacje o kontakcie i biletach:
- Bilety - 50 zł (przedsprzedaż), 70 zł (w dniu koncertu)
- strona internetowa - bilety.wok.walbrzych.pl
- kasy WOK na terenie Starej Kopalni i na Piaskowej Górze.



Adwokat radzi:



1. Jak reagować w przypadku kontaktu z bezwzględną firmą windykacyjną działającą często na granicy prawa i jak nie dać się zastraszyć.

Wszystko zależy od określonego stanu faktycznego. Problem tego zagadnienia polega na tym, że często zdarzają się firmy windykacyjne, które odkupują przedawnione roszczenia, a następnie wykorzystując niewiedzę dłużnika starają się nakłonić go do spłaty takiej wierzytelności. I taki przypadek poruszymy. Zgodnie z zapisem art. 190 a Kodeksu karnego § 1: „Kto przez uporczywe nękanie innej osoby lub osoby jej najbliższej wzbudza u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia lub istotnie narusza jej prywatność, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3". Na początku należy sprawdzić prawdziwość wierzytelności tj. zorientować się, czy w ogóle roszczenie, które firma windykacyjna przedstawia, nas dotyczy. Jeżeli tak, a roszczenie jest jednocześnie przeterminowane (co do zasady roszczenia przedawniają się po 6 lub 3 latach) proponuję poinformować firmę windykacyjną o tym, że nie przysługuje jej wobec Państwa wymagalna wierzytelność oraz wskazać, że dalsze żądania powinni kierować do Państwa na piśmie, do którego będą Państwo w stanie się ustosunkować. W przypadku uporczywego nękania przez firmę windykacyjną, warto także sformułować pisemny wniosek do firmy windykacyjnej o zaprzestanie naruszeń Państwa dóbr osobistych takich jak : prywatność, spokój, wolność i mir domowy. Jeśli pomimo wskazanych środków ochrony prawnej, firma windykacyjna nie zaprzestanie swoich działań, pozostaje skierowanie do prokuratury zawiadomienia o możliwości popełnienia przestępstwa tj. z art. 190 a k.k. lub dochodzenie swoich praw w procesie cywilnym i żądanie zadośćuczynienia za naruszenie dóbr osobistych.

2. W ubiegłym roku moje małżeństwo rozpadło się, sąd okręgowy orzekł rozwód z orzeczeniem winy obojga współmałżonków. Czy mimo to mogę domagać się dla siebie alimentów od byłego męża? Ja nie pracuję, nie mamy dzieci, a mąż prowadzi działalność i dość dobrze prosperuje.

Powstanie obowiązku alimentacyjnego między małżonkami zależy od tego, kto ponosi winę za rozpad pożycia małżeńskiego. W sytuacji kiedy żaden z małżonków nie został uznany za wyłącznie winnego rozpadu pożycia małżeńskiego, alimentów może żądać: małżonek winny od drugiego małżonka również winnego, małżonek niewinny od małżonka również niewinnego. W opisywanym przypadku mamy do czynienia z pierwszą z wskazanych możliwości. Uprawnionym do wystąpienia z żądaniem płacenia alimentów jest małżonek, który znajduje się w niedostatku. Okoliczność popadnięcia w stan niedostatku musi wykazać osoba żądająca roszczenia alimentacyjnego, co oznacza, że taka osoba nie ma możliwości własnymi siłami zaspokoić podstawowych i niezbędnych potrzeb życia. Co istotne, stan niedostatku nie może wynikać z winy strony, która żąda alimentów tj. taka osoba nie podejmuje pracy zarobkowej lub posiada majątek, z którego nie czerpie pożytków. Z kolei, patrząc od strony, która ma zostać zobowiązana do zapłaty alimentów, musi ona wykazać, że uzyskiwany dochód jest na tyle niski, że nie może sprostać żądaniom alimentacyjnym drugiej strony. Trwanie obowiązku alimentacyjnego jest ograniczone czasowo. Obowiązek taki wygasa po upływie 5 lat od wydania orzeczenia, istnieje możliwość przedłużenia przez sąd okresu 5-letniego pod warunkiem wystąpienia wyjątkowych okoliczności. Wygaśnięcie obowiązku następuje także po ponownym małżeństwie osoby uprawnionej lub śmierci któregoś z małżonków.

Chcesz zadać pytanie Pani adwokat? Napisz do nas, opisz krótko swoją sytuację, czekamy na Twoje pytania: sekretariat@30minut.pl

BEZPŁATNYCH PORAD PRAWNYCH UDZIELA ADWOKAT KATARZYNA STUCHŁY

Najlepszy diagnosta wyłoniony

Łukasz Sudakowski z Toyota Nowakowski zwyciężył w III edycji Konkursu o Puchar Przechodni Prezydenta Wałbrzycha o Tytuł Diagnosty Roku 2018. To drugi z rzędu triumf Sudakowskiego, a trzeci przedstawiciela wspomnianego powyżej dealera samochodów.

W tegorocznej odsłonie zawodów, które tradycyjnie już rozegrano w Zespole Szkół Nr 5, wystartowało 16 diagnostów – reprezentantów stacji kontroli pojazdów z Wałbrzycha. Konkurs podzielono na trzy etapy. Z pierwszego, który dotyczył przepisów prawa o ruchu drogowym, do kolejnego awansowało 8 uczestników. W drugiej części diagności musieli się wykazać wiedzą na temat wyposażenia i budowy pojazdów samochodów. Ta odsłona wyłoniła czterech najlepszych mechaników, którzy mieli do wykonania 4 zadania będące częścią etapu praktycznego.

Ostatnią fazę przeprowadzono w CKP-ie, czyli warsztatach Zespołu Szkół Nr 5. Najlepszą wiedzę, zarówno teoretyczną, jak i praktyczną, zaprezentował Łukasz Sudakowski, który po raz drugi z rzędu nie miał sobie równych. Warto jednak podkreślić, iż w krótkiej, bo trzyletniej historii konkursu, po raz trzeci triumfował przedstawiciel Toyota Nowakowski.

ben

III edycja Konkursu o Puchar Przechodni Prezydenta Wałbrzycha o Tytuł Diagnosty Roku 2018

Wyniki:
1. Łukasz Sudakowski Toyota Nowakowski
2. Przemysław Radziwonowski
3. Piotr Makułowicz
4. Sławomir Skiba



fot. użyczone

Nowe oblicze parku

Miejski Park „Rusinowa" doczekał się rewitalizacji. Mieszkańcy w końcu są zadowoleni, bo na nią czekali.

Prezydent Roman Szełemej w niezbyt sprzyjającej aurze pogodowej uczestniczył w uroczystym otwarciu.

- W strugach listopadowego deszczu otworzyliśmy Park Rusinowa, który zmodernizowaliśmy dzięki wsparciu Unii Europejskiej. Jak tylko poprawi się pogoda, zachęcam do odwiedzin -mówił prezydent.

Rewitalizacja największego parku w Wałbrzychu kosztowała 1,5 mln złotych, 85 procent stanowiły fundusze Unii Europejskiej w ramach Zintegrowanych Inwestycji Terytorialnych Aglomeracji Wałbrzyskiej.

W parku w ramach projektu przebudowana została główna aleja prowadząca do zabytkowej bramy, powstała droga rowerowa, posadzono wiele rodzajów bylin oraz utworzone zostały kwieciste łąki i trawniki.

AnKm



REKLAMA
R0936/18

Hotel Karczma u Macieja
organizuje

Wesela od 90 złotych/osoba
- Sala do 130 osób
- Sala do 60 osób
Komunie od 85 złotych
Bal Sylwestrowy od 160 złotych/osoba
Spotkania integracyjne od 45 złotych/osoba
Szkolenia firmowe









www.karczmaumacieja.pl

Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut
od 15 lat razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

REKLAMA R0937/18

Edyta Nawrocka Sessions



- Dlaczego postanowiłaś założyć firmę?

Przedsiębiorczość mam we krwi. Odkąd pamiętam, tata zawsze miał swoje firmy. Od ośmiu lat mama także prowadzi swój biznes. Wszyscy jednak działamy w zupełnie innych branżach.

- Dlaczego branża FOTO - VIDEO?

Naturalna kolej rzeczy. Na pierwszym roku studiów licencjackich dołączyłam do studenckiej telewizji. Wcielałam się wyłącznie w role dziennikarza, reportera, lektora i prezentera. Telewizja Zamkowa mocno się rozwijała, uczelnia dużo inwestowała w studio, sprzęt, koordynatorów. Pracowaliśmy w parach operator/montażysta + dziennikarz/reporter. Zawsze zależałam od kogoś od „sprzętu", wtedy dostrzegłam, jakim komfortem byłoby samemu zrobić wszystko - ustawić kamerę, oświetlenie, dźwięk, nagrać wiadomości, zmontować i wyemitować. W tym czasie powstała Telewizja Wałbrzych, do której dostałam się z castingu dzięki doświadczeniu z telewizji studenckiej. Studiowałam w trybie dziennym i należałam jednocześnie do obu tych stacji. Najmocniej stroną techniczną zainteresowałam się jednak podczas produkcji moich teledysków.

- Co wyróżnia markę Edyta Nawrocka SESSIONS?

Pół roku działalności zweryfikowało, że jest to teleprompter! To urządzenie służące do wyświetlania tekstu, który jest czytany przez osobę przed kamerą. Korzystają z tego głównie prezenterzy telewizyjni. Wszyscy filmowcy odradzali mi tę drogą inwestycję, jednak mnóstwo klientów z tego korzysta - pary młode chcące płynnie nagrać obszerne podziękowanie rodzicom i wyemitować je na weselu, rodzice na 18-ste urodziny dziecka, mąż żonie na rocznicę ślubu... Prawdziwy boom na mój prompter nastał podczas wyborów samorządowych. Jeździłam z miasta do miasta, by kandydaci na prezydentów, burmistrzów, radnych mogli płynnie wygłosić (odczytać) orędzie w spocie wyborczym. Efekt jest oszałamiający. Cieszę się, że posłuchałam intuicji co do zakupu promptera, klienci są bardzo zadowoleni.

- Jak opisałabyś swoją firmę?

Edyta Nawrocka SESSIONS to doskonałe produkcje video, fotorelacje i sesje zdjęciowe - fotografia reklamowa, pamiątkowa, portfolio. Stosujemy najnowocześniejsze technologie i materiały - naszym klientom proponujemy najlepsze rozwiązania techniczne w zakresie przekazu dźwięku i obrazu - produkujemy teledyski i filmy reklamowe w formacie 4K. Do każdego projektu podchodzimy indywidualnie, aby realizowane filmy i zdjęcia wiernie odzwierciedlały wizje i oczekiwania klientów. Zapewniamy fachową i szybką realizację zamówień oraz ambitne podejście do każdego zlecenia.



Made in Świdnica

Bombki i inne choinkowe ozdoby, stroiki, skrzaty, kartki świąteczne i pomysłowe prezenty - to wszystko czeka na uczestników drugiego Świdnickiego Festiwalu Rękodzieła. Edycja świąteczna to również warsztaty „zrób to sam", smakołyki, a całej imprezie przyświecać będzie hasło „made in Świdnica".

- „Made in Świdnica", w przeciwieństwie do „made in China", czyli produktów niskiej jakości, którymi jesteśmy zalewami, szczególnie w okresie Świąt Bożego Narodzenia, to wyróżnik dla wyrobów będących efektem pracy ludzkich rąk, wynikiem pasji, wysiłku i serca włożonego w wykonanie rękodzieła. Są to często produkty unikatowe, tworzone na niewielką skalę i niepowtarzalne. - wyjaśnia Justyna Wojciechowska ze SkyRocket, koordynatorka festiwalu.

Festiwal, podobnie jak jego czerwcowa edycja, odbędzie się w Restauracji Rynek 43. Tunel oraz restauracyjne patio wypełnią lokalni rękodzielnicy oraz ich wyroby z papieru, drewna, włóczki, filcu i innych materiałów wykonane technikami soutache, decoupage, czy upcykling. Rękodzielnicy już działają, aby stworzyć dla uczestników festiwalu świąteczne ozdoby, uszyć skrzaty, wykonać biżuterię, świecące kule, ozdobne pudełka, stroiki… To będzie prawdziwe święto lokalnego, świdnickiego handmade.



- Festiwal Rękodzieła to dla nas świetna okazja do zaprezentowania się szerszemu gronu, przybliżenia naszej lawendowej pasji, spotkania z innymi rękodzielnikami. Cieszymy się, że pomysł ten nabiera kształtów i że dzięki wsparciu Fundacji „Katolicka Inicjatywa Berit" możemy zrealizować festiwal na większą skalę - opowiada Małgorzata Perek-Ćwiertnia z Lawendowej Sowy.

Wydarzeniu towarzyszyć będą artystyczne warsztaty oraz wspólne ubieranie pierwszej, świdnickiej choinki ozdobami wykonanymi przez rękodzielników oraz gości festiwalu.



- Będziemy robić zakładki do książek metodą decoupage. Zapraszam dzieci i dorosłych na wspólne zajęcia pobudzające kreatywność. Każdy będzie mógł wykonać upominek dla siebie lub bliskiej osoby - zaprasza Agnieszka Pałajska z Art. Dreams Qry Domowej.

AnPl

REKLAMA R0938/18

MIKOŁAJKI DOBRZE SIĘ PREZENTUJĄ!

Poniedziałek 3.12–sobota 8.12



Opak. 500 g
19,99*
(1 kg = 39,98 zł)
Okazja limitowana

DALLMAYR
Prodomo



Opak. 500 g
15,99*
(1 kg = 31,98 zł)
Okazja limitowana

WOSEBA
Arabica /Café Brasil



Opak. 1 kg
25,00*
- 22% ~~31,99~~

MORENO®
Caffè Espresso



Opak. 500 g
24,99*
(1 kg = 49,98 zł)
Okazja limitowana

Domek piernikowy

UTZ Certified Kakao



Sztuka 500 g
19,99*
(1 kg = 39,98 zł)
Okazja limitowana

Mikołaj czekoladowy

UTZ Certified Kakao

Od środy 5.12



Zestawy w cenie od
21,99*

NIVEA
Kosmetyki dla kobiet /Kosmetyki dla mężczyzn – zestaw prezentowy

aldi.pl

ul. Wysockiego 5, Wałbrzych

ALDI

*Oferta obowiązuje w podanym terminie lub do wyczerpania zapasów.

Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz. 30 minut od 15 lat Razem z Wami hostedby.pl dla Was od 1997 roku

Stop smog

Pomiędzy gminami z terenu Aglomeracji Wałbrzyskiej powstała inicjatywa do przygotowania wspólnego wniosku o przyznanie dotacji unijnej na wymianę kotłów opalanych paliwem stałym (np. koksem, węglem, ekogroszkiem) na bardziej przyjazne środowisku źródła ciepła.



W ramach projektu możliwe będzie dofinansowanie modernizacji systemów grzewczych (np. wymiana kotła, instalacji grzewczej) w budynkach jednorodzinnych oraz w lokalach mieszkalnych w budynkach wielorodzinnych. Na ten cel mieszkańcy będą mogli otrzymać dotację na poziomie ok. 70% wydatków podlegających refundacji, w maksymalnej wysokości 25 tys. zł dla budynku jednorodzinnego i 10 tys. zł dla mieszkania w budynku wielorodzinnym (wartości mogą ulec zmianie).

- Deklaracje można złożyć za pośrednictwem Internetu, korzystając z adresu http://swidnicagmina.badanie.net/ lub w wersji papierowej na formularzu zgłoszenia. Aby móc złożyć deklarację drogą elektroniczną w pierwszej kolejności muszą Państwo uzyskać hasło, które udostępniać będzie pracownik Wydziału Dróg i Infrastruktury Miejskiej Urzędu Miejskiego w Świdnicy, pod adresem e-mail: infrastruktura@um.swidnica.pl lub telefonicznie - 74/ 856 28 80. Formularz drukowany zgłoszenia dostępny jest w Urzędzie Miejskim w Świdnicy w pokoju 313 oraz na stronie www.um.swidnica.pl w zakładce „Kawka – mądrze ogrzewamy w Świdnicy" – mówi Maciej Gleba, dyrektor Wydziału Dróg i Infrastruktury Miejskiej Urzędu Miejskiego w Świdnicy.

Wstępne deklaracje udziału w projekcie można składać do 31 grudnia br. Złożenie ich nie gwarantuje jednak uzyskania dotacji, ale osoby, które rzetelnie je wypełnią mogą liczyć na preferencje w sytuacji uzyskania unijnego dofinansowania.

W najbliższym czasie zorganizowane zostaną także spotkania z mieszkańcami zainteresowanymi projektem.

Świątecznie w Głuszycy

W piątek, 14 grudnia w godzinach od 15:00 do 19:00 w Parku Jordanowskim w Głuszycy odbędzie się Jarmark Bożonarodzeniowy.

Z tej okazji przygotowano wiele atrakcji takich jak między innymi: świąteczne ozdoby, stroiki, choinki, kulinarne przysmaki, świąteczna oprawa muzyczna przy wspólnym śpiewaniu kolęd.

Osoby zainteresowane wydarzeniem w tym sołectwa, lokalni twórcy oraz przedsiębiorcy, którzy mają chęć wystawienia swoich produktów na jarmarku swoje zgłoszenia powinni kierować pod nr tel: 503 102 817. Przyjmowanie zgłoszeń przewidziane jest do piątku, 7 grudnia.

Organizatorami i partnerami wydarzenia są: Gmina Głuszyca, Centrum Kultury-MBP w Głuszycy, Ośrodek Pomocy Społecznej w Głuszycy, Zakład Usług Mieszkaniowych i Komunalnych Sp. z o.o. w Głuszycy, Ochotnicza Straż Pożarna w Głuszycy Górnej i Nadleśnictwo Wałbrzych.

AnPl

Asystenci wypiszą L4

655 asystentów medycznych dostało już od ZUS upoważnienia dotyczące wypisywania zwolnień lekarskich w imieniu lekarza. W praktyce oznacza to, że asystent przejmuje obowiązki administracyjne dzięki czemu lekarz może więcej czasu poświęcić pacjentowi. Zanim jednak ZUS pozwoli asystentowi zastąpić lekarza - jego nazwisko musi znaleźć się w rejestrze usług medycznych (RAM). Do tej pory do rejestru wpisanych zostało 1015 nazwisk, które ZUS sukcesywnie weryfikuje.

Zakład sprawdza przede wszystkim czy osoba upoważniona ma utworzone w ZUS swoje indywidualne konto na portalu Platforma Usług Elektronicznych (PUE). Bez elektronicznego konta w ZUS wystawienie e-ZLA jest, bowiem niemożliwe. Nie oznacza to jednak, że asystent medyczny za lekarza decyduje, komu wypisać zwolnienie. Nadal to wyłącznie lekarz decyduje o zwolnieniu i jego szczegółach. Natomiast upoważniony przez niego asystent medyczny tylko wprowadza dane zaświadczenia do elektronicznego systemu i samodzielnie je podpisuje.

- Lekarz może upoważnić do wystawiania zwolnienia lekarskiego - w jego imieniu i na podstawie dokumentacji medycznej - pracowników placówek medycznych wykonujących zawód medyczny, czyli pielęgniarki, ratowników medycznych, sekretarki medyczne - wyjaśnia Iwona Kowalska - Matis Regionalny Rzecznik Prasowy ZUS na Dolnym. - Takie upoważnienie lekarz może wystawić na rok, po upływie 12 miesięcy będzie musiał wystawić kolejne. Lekarz może też w każdej chwili upoważnienie wycofać - dodaje.

ZUS prowadzi intensywne szkolenia asystentów medycznych z obsługi programu pozwalającego na wystawienie zwolnienia w sieci. Szkolenia prowadzone przez ZUS są bezpłatne. Istnieje możliwość dołączenia do grupy w czasie zajęć organizowanych na terenie Zakładu a także zaproszenia szkoleniowca do szpitala lub przychodni i przeprowadzenie zajęć bezpośrednio na miejscu.

AnPl

ZUS uruchamia specjalną infolinię

Wprawdzie już prawie 60 proc. zaświadczeń jest wystawiana na Dolnym Śląsku online, ale ponieważ lekarze mają niewiele czasu na uzyskanie pomocy specjalisty Zakładu w założeniu konta, ściągnięciu bezpłatnego podpisu oraz instrukcji jak wypisać zwolnienie w sieci - ZUS otwiera specjalną infolinię i otwiera wszystkie swoje placówki specjalnie dla nich.

Tematyczna infolinia dotycząca eZLA przeznaczona jest do obsługi lekarzy, asystentów medycznych i pracodawców, którzy mają pytania związane z wystawianiem elektronicznych zwolnień lekarskich. Telefonujący dowiedzą się jak zwolnienie wystawić, jak je anulować i co zrobić, gdy pojawią się problemy związane z brakiem Internetu. Już od godziny 7 rano konsultanci pomagają także w założeniu indywidualnego konta na platformie elektronicznej ZUS, które potrzebne jest do wystawiania zwolnień w sieci oraz instruują jak ściągnąć bezpłatny certyfikat służący do podpisywania dokumentów.

- Do naszych specjalistów mogą także telefonować pacjenci, którzy muszą wysłać do ZUS wniosek o wypłatę zasiłku chorobowego albo po prostu chcą mieć wgląd w obieg swoich dokumentów w ZUS – wyjaśnia Iwona Kowalska-Matis Regionalny Rzecznik Prasowy ZUS na Dolnym Śląsku.

- Zupełnie dodatkowo ZUS otwiera dla personelu medycznego swoje placówki w sobotę 1 grudnia. Lekarzy, asystentów medycznych oraz płatników składek zapraszamy na indywidualne konsultacje dotyczące elektronicznych zwolnień – zachęca Iwona Kowalska-Matis.

- Na Dolnym Śląsku, w każdym tygodniu ponad 30 tysięcy elektronicznych zwolnień trafia na komputery, co stanowi prawie 60 proc. wszystkich zwolnień. Wciąż jednak jest grupa lekarzy, którzy nie zostali jeszcze przeszkoleni i nie wiedzą jak zwolnienie poprzez Internet wystawić – mówi rzeczniczka.

Wszyscy Ci lekarze, którzy nie mają jeszcze swojego profilu na PUE ZUS, będą mogli tego dnia zarejestrować profil, uzyskać certyfikat ZUS do podpisywania e-ZLA oraz przeszkolić się z wystawiania e--zwolnień.

AnPl

REKLAMA R0939/18





Krawczyk idzie do sejmu

Iwona Krawczyk zrezygnowała z pełnienia funkcji radnej sejmiku dolnośląskiego na rzecz sprawowania mandatu poselskiego. Wicemarszałek województwa z ubiegłej kadencji w sejmowych ławach zastąpi Stanisława Huskowskiego z Platformy Obywatelskiej, który z kolei poświęcił sejm dla sejmiku.

Iwona Krawczyk oraz Stanisław Huskowski wybrani zostali radnymi Sejmiku Województwa Dolnośląskiego w wyborach z dnia 21 października. Oboje jednakowo deklarowali swoje zaangażowanie w pracę na rzecz samorządu lokalnego. Stanisław Huskowski, wybrany z okręgu wrocławskiego z Komitetu z Dutkiewiczem dla Dolnego Śląska, do tej pory sprawował mandat Posła na Sejm RP. Po wyborach zrezygnował z niego, aby działać w samorządzie.

Do wolnego miejsca po nim pierwszeństwo miała Iwona Krawczyk, wicemarszałek województwa w ubiegłej kadencji. Działaczka z Kamiennej Góry w wyborach do sejmu w 2015 roku, startując z czwartego miejsca, zdobyła 7954 głosy. Wówczas do mandatu zabrakło jej 445 głosów.

- Dzisiaj robię kolejny krok. Po 8 latach pracy w Sejmiku Województwa Dolnośląskiego zdecydowałam się objąć mandat poselski – kwituje swoją decyzję Iwona Krawczyk, która ślubowanie poselskie powinna złożyć na najbliższym posiedzeniu Sejmu RP. Miejsce Iwony Krawczyk w Sejmiku Dolnośląskim zajmie Zbigniew Szczygieł.

(piw)



Po 8 latach pracy w Sejmiku Województwa Dolnośląskiego Iwona Krawczyk obejmuje mandat poselski

REKLAMA R0940/18



Rekordowy KFS

Ponad 13,58 mln zł trafi do dolnośląskich przedsiębiorców w 2019 r. w ramach Krajowego Funduszu Szkoleniowego. To prawie dwa razy tyle niż w 2018 r. Fundusze można przeznaczyć między innymi na kursy, szkolenia, czy też studia podyplomowe.

Krajowy Fundusz Szkoleniowy to wydzielona część środków Funduszu Pracy, która została przeznaczona na finansowanie kształcenia ustawicznego osób pracujących. O wyborze konkretnych działań decydują sami pracodawcy.

Przedsiębiorcy chętnie korzystają z tego narzędzia. W 2018 r. tylko do końca października powiatowe urzędy pracy podpisały blisko 870 umów opiewających na ponad 6,1 mln zł. Blisko 600 umów dotyczy mikro i małych firm.

– Krajowy Fundusz Szkoleniowy to doskonałe narzędzie dla pracodawców. Wspomaga zmianę kwalifikacji i poszerzenie wiedzy pracowników. Jedynie od kreatywności pracodawców zależy, w jakim kierunku zamierzają rozwijać swoje firmy. Zainteresowanie jest ogromne o czym świadczą same liczby. Od 2014 r. blisko 4,3 tys. pracodawców wykorzystało blisko 37 mln zł. Najbardziej cieszy jednak cel, bo dzięki KFS na Dolnym Śląsku przeszkolono blisko 32 tys. pracowników – mówi Cezary Przybylski, marszałek województwa dolnośląskiego.

– O dofinansowanie rozwoju pracowników mogą wystąpić pracodawcy, którzy chcą inwestować w podnoszenie kompetencji własnych i swoich pracowników. Nabór będą prowadzić Powiatowe Urzędy Pracy. Część z nich rozpocznie przyjmowanie wniosków jeszcze w styczniu. Dlatego w najbliższych tygodniach zachęcamy do śledzenia informacji o ogłaszanych naborach na stronach internetowych PUP – dodaje Ewa Grzebieniak, dyrektor Dolnośląskiego Wojewódzkiego Urzędu Pracy.

PaPu

W 2019 roku preferowane będzie wsparcie kształcenia ustawicznego:
- w zidentyfikowanych w danym powiecie lub województwie zawodach deficytowych;
- osób, które nie posiadają świadectwa dojrzałości;
- pracowników pochodzących z grup zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, zatrudnionych w podmiotach posiadających status przedsiębiorstwa społecznego, członków lub pracowników spółdzielni socjalnych lub pracowników Zakładów Aktywności Zawodowej;
- osób, które mogą udokumentować wykonanie przez co najmniej 15 lat prac w szczególnych warunkach lub o szczególnym charakterze, nie przysługuje prawo do emerytury pomostowej;
- instruktorów praktycznej nauki zawodu, nauczycieli kształcenia zawodowego oraz pozostałych nauczycieli, o ile podjęcie kształcenia ustawicznego umożliwi im pozostanie w zatrudnieniu;
- osób po 45 roku życia.

Już wkrótce Zarząd Województwa Dolnośląskiego zajmie się szczegółowym podziałem funduszy dla konkretnych powiatów.

Uczcili Święto Kolejarza

W niedzielę, 25 listopada w Wałbrzychu odbyły się uroczystości związane ze Świętem Kolejarzy. Z tej okazji także w parafii p.w. Matki Boskiej Częstochowskiej w dzielnicy Konradów miała miejsce Msza Święta w intencji kolejarzy celebrowana przez księdza dr Marka Zołoteńkiego - kapelana wałbrzyskich kolejarzy.

W uroczystości wzięli udział między innymi: pracownicy i emeryci spółek kolejowych wśród nich dyrektor Zakładu Linii Kolejowych w Wałbrzychu PKP PLK S.A. Dariusz Kolubka, zaprzyjaźnione poczty sztandarowe oraz członkowie środowisk katolickich i patriotycznych.

Po mszy, zebrani udali się pod obelisk postawiony ku czci bojowników walk o wolność Polski w Szczawnie Zdroju gdzie przemowami i modlitwą uczczono bohaterów. Następnie uczestnicy wydarzenia udali się na stację kolejową Wałbrzych Główny, gdzie na peronie drugim uczczono święto pod figurą Św. Katarzyny Aleksandryjskiej. W asyście zaprzyjaźnionych Pocztów Sztandarowych oraz honorowej asyście Straży Ochrony Kolei. Dyrektor Zakładu Linii Kolejowych w Wałbrzychu złożył kwiaty pod figurą.

Po okolicznościowych przemówieniach dyrektor złożył podziękowania za udział oraz obecność podczas uroczystości księdzu dr Markowi Zołoteńkiemu, członkom Pocztów Sztandarowych, honorowej asyście i wszystkim obecnym pracownikom i emerytom kolejowym.

AnPl

Święta już w Zamku Książ

Już w najbliższą sobotę Zamek Książ zabłyśnie kolorowymi światłami. Organizatorzy przygotowali niezwykłą iluminacje.

Ubrane choinki, przystrojone sale i udekorowane wnętrza Zamku przygotowano aby w sobotę, 1 grudnia przy akompaniamencie kolęd rozpocząć odliczanie do świąt. Odbędzie się wspólny pokaz pierwszej iluminacji oraz koncert świątecznych utworów na dziedzińcu honorowym.

Symboliczną pierwszą lampkę na choince zaświeci prezydent Wałbrzycha dr Roman Szełemej. W tym roku dekoracje świąteczne zamku oraz dziedzińca honorowego będą naprawdę wyjątkowe.

PaPu



Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut od 15 lat Razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

Pracowici uczniowie

Z okazji Międzynarodowego Dnia Praw Dziecka przypadającego na dzień 20 listopada Publiczna Szkoła Podstawowa nr 37 z Oddziałami Sportowymi w Wałbrzychu wraz z uczniami postanowiła uczcić to ważne na całym świecie święto.

Tego dnia na całym świecie uwaga wszystkich kierowana jest na dzieci i ich prawa. Jednym ze strażników Konwencji o prawach dziecka jest organizacja UNICEF. Symbolem tej organizacji jest kolor niebieski. Z uwagi na ten fakt społeczność szkolna PSP 37 włączyła się w globalną akcję UNICEF #GoBlue.

Wszyscy uczniowie oraz nauczyciele ubrali się na niebiesko. Kolor niebieski królował także na korytarzach. Uczniowie na zajęciach lekcyjnych zapoznali się ze swoimi prawami. Obchody Dnia Praw Dziecka zbiegły się z uroczystym podsumowaniem VII Powiatowego Konkursu Plastycznego dla klas 0-III ,,Radosne dzieciństwo" pod honorowym patronatem Rzecznika Praw Dziecka.

Współorganizatorem konkursu jest radna Rady Miejskiej Renata Wierzbicka.

W konkursie wzięli udział uczniowie: PSP 5, PSP 21, PSP 22, PSP 28, PSP Mieroszów, Zespół Szkół Muzycznych i Dzieci z Przedszkola Integracyjnego nr 17.

Na uroczystość przybyli m.in.: zastępca prezydenta Zygmunt Nowaczyk, zastępca Biura Edukacji i Wychowania Aleksandra Mentek i metodyk edukacji wczesnoszkolnej Renata Małycha-Duda

Laureaci i goście obejrzeli także montaż słowno-muzyczny dotyczący praw dziecka, który przedstawili uczniowie klasy I z teatralną interpretacją dotyczącą praw dziecka związaną z ochroną zdrowia w wykonaniu uczniów klasy III.

AnPl



Laureaci konkursu zostali wyłonieni w 4 kategoriach wiekowych, gdzie następujące miejsca zdobyli między innymi:

- I miejsce- Agata Sztonyk- ZSM
- Jagoda Jachimczak - PSP Mieroszów
- Adam Grzelka - PSP Mieroszów
- Emilia Buzała - Przedszkole nr 17
- II miejsce-Anna Żukowska-PSP 28
- Mateusz Stryczek - PSP Mieroszów,
- Dawid Gierszal- PSP 21
- Maja Banasewicz - Przedszkole nr 17
- III miejsce - Maria Malczyszyn - PSP 28
- Wiktoria Różańska - PSP Mieroszów
- Lena Spychała - ZSM,
- Franciszek Sędek - Przedszkole nr 17
- wyróżnienia-Kaja Mazur - ZSM
- Natalia Tomaszewicz - ZSM
- Oliwier Zawada - PSP 22
- Julia Kołodziej - PSP 5

Szkolna magia świąt

Szkoła Podstawowa nr 6 im. Aleksandra Kamińskiego w Wałbrzychu ma zaszczyt zaprosić na kiermasz świąteczny, który odbędzie się w czwartek, 13 grudnia w godzinach od 17:00 do 19:00 w siedzibie szkoły.

Już po raz piąty uczniowie wraz ze swoimi rodzicami, nauczycielami oraz pracownikami szkoły będą prezentować swoje własnoręcznie wykonane ozdoby świąteczne, które swoją oryginalnością przyciągną nawet najbardziej wymagającego klienta. Stroiki, łańcuchy, choinki, pierniki, babki to tylko nieliczne przykłady bogatej oferty przygotowanej przez uczestników kiermaszu. Dzięki ogromnej pracy włożonej w organizację wydarzenia każdy przybyły gość z pewnością znajdzie coś dla siebie. Podczas wydarzenia nie zabraknie również świątecznej oprawy muzycznej w postaci kolęd i pastorałek, które idealnie wprowadzą wszystkich zgromadzonych gości w magiczny i niepowtarzalny nastrój.

AnPl



DOLNOŚLĄSKIE POTYCZKI HOTELARSKIE

Już po raz XI Zespół Szkół nr 7 w Wałbrzychu zorganizował wojewódzki konkursu dla młodych i zdolnych uczniów dolnośląskich szkół, kształcących się w zawodzie technik hotelarstwa. Dolnośląskie Potyczki Hotelarskie są przedsięwzięciem cyklicznym, które na stałe wpisało się w kalendarz wydarzeń edukacyjnych Województwa Dolnośląskiego. Coroczne, dwudniowe zmagania adeptów hotelarstwa możliwe są dzięki gościnności głównego sponsora - właścicielki Hotelu-Restauracji Maria w Wałbrzychu Doroty Barańskiej.



Patronat honorowy nad bieżącą edycją objęli: Marszałek Województwa Dolnośląskiego, Prezydent Miasta Wałbrzycha, Dolnośląski Kurator Oświaty oraz Rektor Wyższej Szkoły Bankowej we Wrocławiu.

Przebieg konkursu jest wieloetapowy. Test sprawdzający wiedzę z zakresu wyposażenia i funkcjonowania hotelu, przepisów prawa, aktualności branżowych jest eliminacją do konkurencji praktycznych. Umiejętności zawodowe uczestników w zakresie obsługi gościa w hotelowej recepcji w wybranym języku obcym, przygotowania łóżka w pokoju zwolnionym i nakrycia stołu do wylosowanego zestawu potraw, oceniane są przez przedstawicieli pracodawców.

W dziesięciu dotychczasowych edycjach uczestniczyło prawie 300 uczniów z 24 szkół. Tegoroczna – XI edycja Potyczek odbyła się w dniach 22-23 listopada, a temat przewodni brzmiał „Usługi Spa & Wellness we współczesnym hotelarstwie". W konkursie udział wzięło 40 uczestników z 20 szkół ponadgimnazjalnych. Przyjechali oni wraz ze swoimi opiekunami ze szkół w Jeleniej Górze, Oławie, Krzyżowicach, Świdnicy, Wrocławiu, Ludowie Polskim, Biedrzychowicach, Bolesławcu, Karpaczu, Lubaniu, Kamiennej Górze, Bogatyni, Bolkowie, Dzierżoniowie, Polanicy Zdroju, Głogowie, Miliczu i Zgorzelcu.

Tytuł „Zwycięzcy Dolnośląskich Potyczek Hotelarskich" oraz „Dzwonek hotelowy" otrzymała Weronika Malinowska z Zespołu Szkół Gastronomicznych we Wrocławiu, II miejsce - Patrycja Kotecka z Zespołu Szkół Gastronomicznych we Wrocławiu, III miejsce - Joanna Zwarycz z Zespołu Szkół Nr 3 we Wrocławiu. Uczniowie z Zespołu Szkół Nr 7 im. KEN w Wałbrzychu wywalczyli: Anna Szczygieł – IV miejsce, Dominik Zgorzelski – VIII miejsce.

Wieloletnim partnerem przedsięwzięcia jest Polska Akademia Gościnności, która w ramach wsparcia mentorskiego wystawia laureatom konkursu listy polecające (w języku polskim oraz angielskim), stanowiące cenny element portfolio przyszłego hotelarza. Partnerami merytorycznymi tegorocznej edycji byli Hotel SPA Dr Irena Eris w Polanicy-Zdroju i Hotel DoubleTree by Hilton we Wrocławiu.

W inicjatywę Zespołu Szkół Nr 7 w Wałbrzychu włączają się aktywnie hotelarze z Wałbrzycha i regionu. W tym roku najzdolniejsi i najbardziej obiecujący uczniowie otrzymali nagrody rzeczowe oraz vouchery pobytowe dzięki życzliwości hoteli: SPA Dr Irena Eris w Polanicy Zdroju, DoubleTree by Hilton we Wrocławiu, ibis STYLES i Aqua Zdrój w Wałbrzychu, Przy Oślej Bramie na Zamku Książ, Gołębiewski w Karpaczu, spółki Interferie S.A. oraz wydawnictwa WSiP. Dla Zwycięzcy Rektor Wyższej Szkoły Bankowej we Wrocławiu ufundował pierwszy semestr nauki w WSB.

Zespół Szkół nr 7 w Wałbrzychu zaprasza i zachęca wszystkich zainteresowanych uczniów do podjęcia nauki na kierunku technik hotelarstwa. Może to właśnie TY zdobędziesz „Dzwonek hotelowy" w naszym konkursie.



Szukają talentów

W dniu 23 listopada uczniowie biorący udział w zajęciach sportowych w szkole w Strzelcach w ramach Programu Szkolny Klub Sportowy mieli okazję uczestniczyć w niezwykłej imprezie – SKSonTour.

Wydarzenie to było jednym z ośmiu w kraju i odbyło się w Hali Sportowej Atol w Oleśnicy. Głównym organizatorem tego sportowego spotkania była Dolnośląska Federacja Sportu oraz Instytut Sportu - Państwowy Instytut Badawczy z Warszawy, który we współpracy z AWF Warszawa realizuje badania sprawności fizycznej dzieci i młodzieży.

Co kryje się pod nazwą SKSonTour?

To cykl wydarzeń sportowych organizowanych w ramach Programu Szkolny Klub Sportowy. Jest to jednocześnie projekt mający na celu identyfikację talentów sportowych i promujący Program Szkolny Klub Sportowy oraz integrację jego uczestników. Głównym założeniem SKSonTour była realizacja obwodu stacyjnego, podczas którego uczestnicy poznali nowe formy aktywności oraz byli poddani testom sprawności fizycznej. A były to m. in.: wioślarstwo, skok w dal, zwis na drążku, bieg wahadłowy, test gibkości, warsztaty z pierwszej pomocy, deskorolka, speed-ball, stacja z mistrzem, reflekomierz, a na koniec fotobudka i zdjęcia w nietypowych przebraniach. Wśród zaproszonych gości znalazły się gwiazdy sportu,

KaLu



Święto pluszaka

Z okazji Dnia Pluszowego Misia w Publicznym Przedszkolu nr 3 w Strzegomiu odbyła się zabawa, na którą przybyły dzieci wraz ze swoimi ulubionymi pluszakami. Na zabawie nie mogło zabraknąć misiowych pląsów oraz konkursów tematycznych.

Dzieci rozwiązywały zagadki dotyczące bajkowych postaci, układały obrazki związane z bohaterami ulubionych bajek, maluszki zabrały misa na przejażdżkę wózkiem, ubierały misie na wypadek mrozu, urządziły także swoim maskotkom wyścigi na czarodziejskich talerzach.

- Wszyscy wesoło się bawili, a zaproszone misie cichutko na uszko powiedziały dzieciom, że wrócą na pewno do przedszkola za rok na kolejną zabawę – czytamy na stronie Urzędu Miasta w Strzegomiu.

KaLu



Pracuj na swoim

Studenci PWSZ z Wałbrzycha już wiedzą, jak prowadzić własną działalność gospodarczą i skąd wziąć środki. W dniu 14 listopada w ramach obchodów Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości odbyło się spotkanie informacyjne dotyczące możliwości podjęcia działalności gospodarczej pn. „Start w przedsiębiorczość", którego celem było m.in. promowanie samozatrudnienia jako istotnego elementu przeciwdziałania bezrobociu.

Spotkanie zostało zorganizowane przez Fundusz Regionu Wałbrzyskiego, FRW Media Group Sp. z o.o. we współpracy z Biurem Karier Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Angelusa Silesiusa w Wałbrzychu oraz Dolnośląskim Wojewódzkim Urzędem Pracy.

Podczas szkolenia, w którym wzięli udział studenci Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. Angelus Silesiusa w Wałbrzychu (kierunki: BHP, Filologia, Kosmetologia, Logistyka), zostały przedstawione szanse i zagrożenia związane z rozpoczęciem własnego biznesu oraz możliwości skorzystania ze zwrotnych (projekty unijne, środki rządowe) jak i bezzwrotnych źródeł wsparcia na założenie własnej działalności gospodarczej.

KaLu



Żyj zdrowo!

Po raz kolejny uczniowie wałbrzyskich szkół podstawowych i gimnazjalnych wystąpią w spektaklach, które zgodnie z przewodnim hasłem Festiwalu mówią o tym, jak dbać o zdrowie. Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna i Teatr Dramatyczny serdecznie zapraszają na XXVI Festiwal „Promocja zdrowia w sztuce Teatralnej Dziecięcej i Młodzieżowej – Wybieram Zdrowie", który odbędzie się 3 grudnia 2018 r.

Sztuka, której pomysłodawcami są dzieci i młodzież, promują zasady zdrowego stylu życia. Przygotowując spektakle łączą przeżycia artystyczne ze zdobywaniem wiedzy, a prezentując spektakle, uczą rówieśników.

Prezentacja sztuk na deskach Teatru Dramatycznego im. J. Szaniawskiego w Wałbrzychu jest końcowym efektem programu edukacyjnego, którego celem jest popularyzacja wiedzy o zdrowiu, uświadomienie jego wartości, kształtowanie właściwych zachowań sprzyjających zdrowiu, profilaktyka uzależnień, a także integracja środowiska szkolnego na rzecz promowania zdrowia.

„Promocja zdrowia w sztuce Teatralnej Dziecięcej i Młodzieżowej – Wybieram Zdrowie" jest programem autorskim, opracowanym przez pracowników Sekcji Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Wałbrzychu i realizowanym nieprzerwanie od 26 lat. Program z założenia promuje zachowania pozytywne, skłania do optymistycznego spojrzenia na otaczającą rzeczywistość. Od początku niesie przesłanie dla młodych ludzi, że to od nich samych zależy w dużym stopniu zachowanie zdrowia.

KaLu

REKLAMA R0941/18

Uczniowie Szkoły Podstawowej Fundacji „CLEVER" zaskoczyli Wałbrzych koncertem „My dla Niepodległej"

Uczniowie Szkoły Podstawowej Fundacji „CLEVER" przygotowali koncert „My dla Niepodległej", który odbył się w Starej Kopalni. Był to projekt przygotowany w ramach miejskich obchodów 100. Rocznicy Odzyskania Niepodległości przez Polskę.

Wydarzenie cieszyło się dużym zainteresowaniem mieszkańców całego miasta. Uświetniła je obecność władz miasta i innych ważnych osobistości.

Widzowie byli pod wrażeniem niesamowitego zaangażowania, profesjonalizmu oraz pasji włożonej w projekt koncertu. Uczniowie oraz nauczyciele zadbali o to, by nie zabrakło momentów zadumy oraz wzruszeń, ale także radości spowodowanej wielkim darem, jakim jest życie w wolnym kraju. Społeczność Szkoły Podstawowej Fundacji „CLEVER" oddała hołd bohaterom ojczyzny w niezmiernie wyraźny i zarazem widowiskowy sposób. Pamiętając o bohaterach z naszego regionu: Janie Dłutku i Mieczysławie Kozarze-Słobódzkim.

Dlaczego koncert?

Program wychowawczy szkoły zakłada, że każdego roku uczniowie są zaangażowani w pracę metodą projektu. Pomysłodawcą tego założenia jest Ewa Piątek – dyrektor szkoły, która dostrzega, jak ważne współcześnie jest kształtowanie umiejętności związanych z pracą w zespole. Dlatego głównym celem przyświecającym szkole podczas organizacji uroczystego koncertu było włączenie całej społeczności szkolnej w jego przygotowanie oraz wykonanie.

Nauczyciele „CLEVER" pracują z przekonaniem, że we wszystkich uczniach drzemie talent, który dzięki ich wsparciu może zostać obudzony i rozwijany. Dzięki temu każdy mógł wykorzystać swoje umiejętności m. in. poprzez wystąpienie na scenie, tworzenie scenariusza, scenografii lub włączenie się w prace techniczne. Realizacja projektu stała się świetną okazją do kształcenia samodzielności, pracy w zespole, odpowiedzialności, przedsiębiorczości i oczywiście kreatywności. Uczniowie przekonali się, że każda nawet najmniejsza praca składa się na sukces całego projektu.

Warto przypomnieć, że Szkoła Podstawowa i Przedszkole Fundacji „CLEVER" mieszcząca się przy ul. Armii Krajowej 35 to placówka, której największym atutem jest wysoki poziom działalności metodyczno-wychowawczej. Szkoła dba o wprowadzanie najnowszych koncepcji uczenia się. Zmieniają one rolę nauczyciela na przewodnika, a bierną postawę ucznia na postawę badacza, który odkrywa oraz tworzy poprzez działanie i jednocześnie czerpie radość z nauki. Ta zmiana myślenia o edukacji od lat znajduje odzwierciedlanie w wysokich wynikach osiąganych przez uczniów szkoły.





Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut od 15 lat Razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

30 minut sekund

Szybki pościg

W sobotę, 25 listopada wałbrzyscy policjanci przeprowadzili pościg za kierującym, który nie zatrzymał się do kontroli drogowej. Mężczyzna jadąc samochodem osobowym zignorował nadawane w jego kierunku sygnały i na ulicy Chrobrego w Wałbrzychu podjął ucieczkę. Jednakże uciekiniera udało się zatrzymać. Podczas zatrzymania 21-latka wyszło na jaw, iż nie posiada on uprawnień do kierowania pojazdami. Teraz mężczyźnie grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności, wysoka grzywna oraz zakaz jazdy samochodem.

Pijacka noc

W ubiegły piątek, 23 listopada w godzinach nocnych wałbrzyscy policjanci zatrzymali na gorącym uczynku 52-letniego mężczyznę, który był nietrzeźwy podczas prowadzenia pojazdu. W czasie zatrzymania kierowcy wyszło na jaw, iż od 2011 roku ma on cofnięte uprawnienia do kierowania pojazdami przez Starostę Powiatu Wałbrzyskiego. Dodatkowo badanie alkomatem wykazało u 52-latka 2,40 promila alkoholu w wydychanym powietrzu. Teraz za swój czyn odpowie przed sądem.

Nieudana ucieczka

5 lat pozbawienia wolności - taki karny scenariusz przewidziany jest dla 39-letniego mieszkańca powiatu świdnickiego. Mężczyzna uciekł z miejsca kolizji. Oprócz tego podczas ucieczki popełnił mnóstwo wykroczeń drogowych. Liczne sygnały ze strony świebodzickich mundurowych nie nakłoniły mężczyzny do zatrzymania się. Na szczęście pirata drogowego udało się ująć. Miał blisko 2 promile alkoholu w organizmie w czasie zatrzymania.

Odurzająca jazda

Strzegomscy policjanci zatrzymali 27-letniego mieszkańca powiatu świdnickiego do kontroli drogowej. Podejrzewali bowiem, iż kierowca może być pod wpływem środków odurzających. Przypuszczenie funkcjonariuszy było słuszne, co potwierdziło badanie urządzeniem o nazwie Drager DrugTest 5000. Teraz 27-latek za swój czyn odpowie przed wymiarem sprawiedliwości.

Wzorowa postawa

W poniedziałek, 26 listopada tuż po godzinie 1:00 w nocy uwagę trójki świdniczan zwrócił 38-letni kierowca, którego styl jazdy mógł świadczyć o tym, że jest on pijany. Kiedy 38-latek zatrzymał się, aby z nimi porozmawiać, świadkowie zdarzenia wyczuli od niego woń alkoholu i tym samym odebrali mu kluczyki od samochodu. Natychmiast zawiadomili o całym zdarzeniu policję. Po wykonanym badaniu ustalono, że kierujący miał w swoim organizmie ponad 2 promile alkoholu podczas jazdy. Za co grozi mu do 2 lat za kratkami.

Króliczki i czapki dla „Dworzyska”

Kolejne sukcesy kompleksu „Dworzysko” ze Szczawna – Zdroju. W poniedziałek, 26 listopada okazało się, że Restauracja „Babinicz”, której szefuje Wojciech Harapkiewicz, utrzymała prestiżowe „2 czapki” w Żółtym Przewodniku Gault&Millau Polska na 2019. A niemal w tym samym czasie ekipa kulinarna „Dworzyska” serwowała dania na prestiżowej Gali Samochód Roku Playboy Polska 2018. To była feeria dzikich smaków!

Misją znanego na całym świecie Żółtego Przewodnika Gault&Millau jest promocja kultury kulinarnej. We wszystkich krajach wydawnictwo wspiera szefów i ich starania, a smakoszom wskazuje najpyszniejsze ścieżki. Posługuje się wystandaryzowanym, identycznym we wszystkich krajach, systemem oceny opartym na liczbach i odznaczeniach. Stosuje 20 - punktową skalę, a wszystkie restauracje, które uzyskały co najmniej 10 punktów, są przez nie rekomendowane. Restauracje, które otrzymały co najmniej 11 punktów, uzyskują także adekwatne odznaczenia symbolami czapek kucharskich – od 1 do 5.

- Bardzo się cieszymy, bo zdobycie dwóch czapek w przewodniku na 2017 rok, a potem na 2018 było dla nas ogromnym wyróżnieniem i cały zespół mocno się starał, by w tym roku także zasłużyć na to miano, a tym samym sprawiać, że nasi goście są zadowoleni. Mamy to! - mówi Ryszard Tomaszewski, prezes zarządu kompleksu „Dworzysko”.

Z kolei do serwowania dań na niezwykle uroczystej Gali Samochód Roku Playboy Polska 2018, „Dworzysko” zaprosił sam Robert Sowa – znany i ceniony kucharz, restaurator, autor wielu książek oraz programów o gotowaniu. Kulinarna ekipa ze Szczawna – Zdroju w Warszawie zaserwowała swój „dziki catering”. Co oznacza, że goście z całej Polski smakowali najlepsze dania z dziczyzny oraz wyjątkowe przystawki.

(piw)



Koncert Relaksacyjny



9 grudnia godz. 18:00

Koncert mis kryształowych, mis tybetańskich, gongów, bębnów szamańskich, harfy kryształowej, instrumentów terapeutycznych i uzdrawiających pieśni

Zapraszamy do zanurzenia się uzdrawiających dźwiękach niezwykłych instrumentów. Kąpiel w dźwiękach mis kryształowych i gongów to niezwykła forma koncertu, który wprowadza uczestników w stan głębokiego relaksu i równowagi. Przywraca przy tym harmonię wewnętrzną, a także daje spokój i rozluźnienie. Podczas koncertu misy i gongi emitują wibrację o różnych częstotliwościach, a harmoniczne tony wprowadzają mózg i całe ciało w stan całkowitego odprężenia. Odczuwamy dzięki temu stabilizacje emocji, a umysł osiąga spokój. Koncertu doświadczamy na leżąco, proszę ze sobą zabrać karimatę, poduszkę i koc oraz wodę.

Kiedy: 9 grudnia (niedziela) godz.18.00 - 21.00

Gdzie: Hotel Maria, sala Marysieńka, ul. Wrocławska 134b Wałbrzych (dzielnica Szczawienko)

Wstęp: 60 zł, dzieci do lat 14 bezpłatnie, maluchy - tylko grzeczne :) w ciszy przygotowane przez rodziców, pary, małżeństwa... tworzące jedno gospodarstwo domowe - 100 zł za dwie osoby :)

Koncert łączy dwie piękne kobiece energie i moc wspaniałych instrumentów zagra dla Was **Camila Vatral** i **Arleta Em**

Prymusi nagrodzeni

W Centrum Nauki i Sztuki Stara Kopalna Prezydent Miasta Wałbrzycha dr Roman Szełemej wręczył najzdolniejszym młodym wałbrzyszanom stypendia za wyniki w nauce.

Stypendia otrzymało łącznie 58 uczniów wałbrzyski szkół oraz 18 studentów dwóch uczelni: Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Angelusa Silesiusa w Wałbrzychu oraz Politechnika Wrocławska.

Stypendium Prezydenta Miasta Wałbrzycha dla uczniów szkół podstawowych to 150 zł na miesiąc, gimnazjalnych 200 zł na miesiąc, a ponadgimnazjalnych 250 zł na miesiąc. Studenci otrzymywać będą 400 zł/miesiąc. Stypendia są wypłacane przez 10 miesięcy od września 2018 do czerwca 2019. Stypendia dla studentów będą wypłacane przez 9 miesięcy od października 2018 do czerwca 2019.

Nagrodzeni uczniowie szkół podstawowych, oddziałów gimnazjalnych oraz szkół ponadpodstawowych: Aleksandra Sznel, Lena Joanna Nowacka, Krzysztof Żałobka, Julia Suchańska, Wiktoria Boś, Paweł Modrakowski, Daniel Piotrowski, Zuzanna Słapek, Szymon Kłapiński, Weronika Mielczarek, Hanna Lupierz, Dawid Lewandowski, Artur Kasprzyk, Wojciech Kosmalski, Jakub Anioła, Julia Jungiewicz, Andrzej Sylwester Krzyśków, Jakub Mikłasz, Dominika Alina Wanago, Hubert Jakubowski, Zofia Październiak, Alicja Ławniczak, Julia Ryfa, Wiktoria Pasterska, Joanna Sulanowska, Barbara Miziołek,Alicja Lichorobiec, Olga Pyka, Magdalena Małowska, Kinga Sztonyk, Agnieszka Dziwak, Mateusz Kiczak, Kacper Ludwig, Bartłomiej Krupowicz, Adam Aleksander Mikoś, Zuzanna Eliza Grelewicz, Maja Mitura, Wiktoria Dybizbańska, Oliwia Andrasz, Kinga Skorupska, Wiktoria Chort, Aleksandra Majerska, Kamil Rems, Martyna Babecka, Klaudia Kotowska, Oskar Skupin, Jakub Szczęsny, Anna Justyna Kępska, Marcin Prask, Szymon Frączek, Wojciech Góral, Roksana Marta Studzińska, Justyna Borek, Wioleta Franciszkiewicz, Natalia Patrycja Szkólska, Sylwia Katarzyna Sołtysiak, Izabella Diana Kapczyńska, Bartosz Warszczuk, **Studenci:** Karolina Barbara Jędras, Izabela Jóźwiak, Paweł Michał Rakowski, Aleks Budziak, Lucyna Farbisz, Patrycja Elwira Kirszenstein, Wiktoria Rozalia Sikora, Stefania Pamela Sikora, Łukasz Powązka, Radosław Adam Sofczyński, Patryk Mieczysław Stepień, Emilia Anna Kaliszewska, Aleksandra Ewa Miodowska, Anna Ciesielska, Marika Joanna Musmanow, Martyna Kamila Lizak, Zuzanna Raciniewska, Paweł Ryszard Redman.

PaPu

REKLAMA R0942/18

PRACA
w Niemczech
dla kobiet i mężczyzn
✔ sortowanie surowców wtórnych
✔ demontaż RTV i AGD
✔ rozładunek paczek kurierskich
✔ kierowca kat. C
Premie do 150 EUR !
REMAX Sp. z o.o., Wałbrzych ul. Główna 9 (I piętro)
tel.: 727 010 114, 74 663 82 93
www.remax-praca.pl
(KRAZ 7765)

REKLAMA R0943/18

WAŁBRZYCH
URZĄD MIEJSKI
CZYNNY W SOBOTĘ
W tym roku Wigilia Bożego Narodzenia wypada w poniedziałek. W związku z tym dzień **24 grudnia** prezydent Roman Szełemej ustalił jako wolny dla pracowników Urzędu Miejskiego. Następstwem tego dniem roboczym będzie sobota **8 grudnia.**

Prezenty w lalkach

Mikołaj z workiem pełnym prezentów zawita w niedzielę, 2 grudnia do Teatru Lalki i Aktora w Wałbrzychu. To wyjątkowe świąteczne popołudnie rozpocznie się spektaklem pt. „Władysław i Anabelle", który odbędzie się o godzinie 12:30 w reżyserii Zuzanny Mukoid. Dodatkowo po wydarzeniu Mikołaj wręczy dzieciom prezenty przygotowane i opisane przez ich opiekunów.

W wigilijny dzień święty Mikołaj wraz ze swoim pomocnikiem Krampusem mają mnóstwo pracy. Muszą zdążyć na czas z dostarczeniem prezentów dla wszystkich dzieci. Jednakże przez śnieżną zawieruchę Krampus wypada z sań. Jego nieoczekiwane pojawienie się w jednym ze sklepów z zabawkami, w którym pracują do późna tajemniczy stróż i zrzędliwa sprzątaczka, wywoła lawinę niezwykłych zdarzeń.

To tutaj między innymi rozstrzygnie się los zapomnianych zabawek: baletnicy Annabelli - delikatnej lalki z porcelany oraz Władysława, dzielnego pluszowego misia bez jednego ucha.

Prosta historia misia i lalki jest przedstawieniem uniwersalnym, które opowiada o marzeniach, tęsknocie za lepszym życiem, przyjaźni, dobru czy uszczęśliwianiu innych.

AnPl

KONKURS MIKOŁAJKOWY !

Wygraj zaproszenie do Mc Donald's i odbierz zestaw Happy Meal dla swojej pociechy !

Aby otrzymać zaproszenie należy przesłać mikołajkowe zdjęcie swojego dziecka, imię i numer telefonu na adres e-mail
sekretariat@30minut.pl

Na zgłoszenia czekamy do **10.12.2018** do **godz.14:00**

Z laureatami skontaktujemy się telefonicznie



Startują Fanaberie

Tegoroczna edycja Fanaberii, która rozpocznie się 2 grudnia, dotyczyć będzie kruchości i tymczasowości Teatru. Jako miejsca skupiającego ludzi, ale też jako zjawiska artystycznego. Teatr generuje Nostalgię, można powiedzieć, że leży ona nie w naturze rzeczy, a w zapamiętywaniu, liczą się głównie uczucia związane z doświadczeniem przeszłości.

XVI Fanaberie będą starały się uciec od anegdot na rzecz czegoś ważniejszego. Piękno nostalgii bowiem ma charakter demokratyczny, nostalgiczna wrażliwość jest w Teatrze udziałem każdego widza i twórcy. Będzie to ostatnia edycja wałbrzyskiego festiwalu w tej formie.

- Żegnamy Fanaberie i dziękujemy za XVI edycji wszystkim gościom, wszystkim teatrom i każdemu widzowi. Po raz ostatni zapraszamy na spektakle: z naszego repertuaru, które odświętnie pożegnamy: „Niech Żyje Wojna!!!", „O dobru", „Był sobie Andrzej Andrzej Andrzej i Andrzej", „Schubert. Romantyczna kompozycja na dwunastu wykonawców i kwartet smyczkowy", „Szkoła żon", „Szoa Show. Parodia Makabryczna", „Sztuka" oraz na gościnne spektakle, które utrzymają nas w nostalgicznym nastroju tj. „Tlen – Ballady", „Sceny niemalże małżeńskie Stefanii Grodzieńskiej", „Ida Kamińska", „Bądź taka, nie bądź taka", „Postać Dnia" „Byle nie o miłości". Na zakończenie każdego dnia festiwalu zapraszamy na podsumowanie przygotowane przez wałbrzyskich recenzentów i ludzi kultury - Komentarz Dnia transmitowany będzie live.

KaLu



REKLAMA



R0944/18

Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut od 15 lat Razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

REKLAMA R0945/18

Sklep medyczny
Pracownia ortopedyczna

SKLEPY MEDYCZNE
SAMO ZDROWIE

- Protezy kończyn górnych i dolnych
- Wózki inwalidzkie
- Balkoniki,
- Pieluchomajtki
- Ortezy, stabilizatory, pasy
- Łóżka rehabilitacyjne
- Peruki
- Materace przeciwodleżynowe
- Kule, laski





Al. Wyzwolenia 19 58-300 Wałbrzych
tel.: 74 3003170
walbrzych@sklepmedycznysamozdrowie.pl

godziny otwarcia
pn-pt: 8:00-16:00

Realizujemy wnioski NFZ

KANCELARIA
FINANSOWO-PRAWNA
✆ 74 66 55 770

UPADŁOŚĆ KONSUMENCKA
ODDŁUŻANIE KOMORNICZE
RAPORTY BIK BR KRD

WAŁBRZYCH
SŁOWACKIEGO 13 /2
sekretariat@kancelariadoradcow.com.pl

Skup
nieruchomości
za gotówkę
(również zadłużone)
Tel. 603 836 336

ZATRUDNIMY
informatyk - serwisant
TEL. 74 84 23-617
rekrutacja@start-net.pl

WYCIECZKI NA JARMARKI ŚWIĄTECZNE:
Drezno - 1.12.18, cena: 99 zł
Praga - 8.12.18, cena: 89 zł
Kraków - 15.12.18, cena: 120 zł

Wycieczki OMNIBUS
Kościuszki 14, Szczawno - Zdrój
www.omnibus-szczawno.pl
tel.: 693 333 563

REKLAMA R0946/18

AQUA ZDRÓJ
WAŁBRZYCH

MECZ O MISTRZOSTWO
II LIGI SIATKÓWKI MĘŻCZYZN

AQUA ZDRÓJ WAŁBRZYCH
vs
MKS IKAR LEGNICA

1.12.2018
GODZ. 18:00

Hala Aqua Zdrój
ul. Ratuszowa 6, Wałbrzych

Serwujemy pozytywne emocje
www.siatkowka.walbrzych.pl
facebook.com/walbrzyska.siatkowka

Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut od 15 lat razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

Świetny finisz akademiczek

Niezwykle udany okazał się dla piłkarek AZS-u PWSZ koniec obecnego roku. Przed tygodniem wałbrzyszanki wygrały w rozgrywkach Ekstraligi z GKS-em Katowice 1:0, a w środę akademiczki przeszły rezerwy Medyka Konin zwyciężając na wyjeździe 3:0, dzięki czemu awansowały do ćwierćfinału Pucharu Polski.



Za podopiecznymi trenera Jasińskiego runda jesienna i aż trzy kolejki odsłony rewanżowej Ekstraligi. W ostatnim ligowym spotkaniu wałbrzyszanki gościły beniaminka z Katowic, z którym po dość zaciętej walce wygrały 1:0. Na tyle zaciętej i wyrównanej, iż do przerwy niedawnego pojedynku na Ratuszowej mieliśmy bezbramkowy remis.

Po zmianie stron miejscowe ruszyły do jeszcze bardziej zdecydowanych ataków, ale na zwycięskie trafienie musiały czekać niemal pół godziny. W 71 minucie na indywidualną akcję zdecydowała się Anna Zając, która wpadła w pole karne katowiczanek, ale nie pokusiła się o strzał, tylko oddała do lepiej ustawionej Klaudii Fabovej, a ta otworzyła wynik potyczki. W końcówce przyjezdne dwukrotnie groźnie zaatakowały szukając okazji do zdobycia wyrównania, ale dzięki pewnej postawie Jagody Sapor między słupkami naszej bramki akademiczki wywalczyły kolejny komplet punktów. Tym samym nasza drużyna zakończyła tegoroczne zmagania na 4. miejscu Ekstraligi tracąc 3 „oczka" do plasujących się na 3. pozycji Czarnych Sosnowiec oraz 4 – do wicelidera z Konina.

AZS PWSZ Wałbrzych - GKS Gieksa Katowice 1:0 (0:0)

Bramka: 1:0 Klaudia Fabová (71)

AZS PWSZ: Sapor, Kędzierska, Ostrowska, Zawadzka, Szewczuk, Zając, Rozmus, Dereń, Rapacka (90+1 Kuciewicz), Miłek (90+3 Głowacka), Fabová (89 Głąb). **Trener:** Kamil Jasiński

Bliżej finału Pucharu Polski

Choć na środowe spotkanie w ramach 1/8 finału Pucharu Polski trenerowi Jasińskiemu udało się zebrać zaledwie 14 zdrowych piłkarek, to jednak szkoleniowiec nie miał większych obaw przed rywalizacją z rezerwami Medyka Konin, a więc czwartą ekipą I ligi. Co prawda przestrzegał przed zbytnim optymizmem, czyli oczekiwaniem pogromu w wykonaniu jego podopiecznych, a z drugiej strony liczył na pewny awans wałbrzyszanek.

Wygrana 3:0 nie pozostawia złudzeń, kto dyktował warunki pojedynku w Koninie. - Niby przeważaliśmy i kontrolowaliśmy wynik potyczki, a jednak mogło być różnie -, przyznał szkoleniowiec AZS-u PWSZ. Do przerwy przyjezdne prowadziły 1:0 po golu Dominiki Głowackiej. W drugiej części akademiczki długo się męczyły z niżej notowanym przeciwnikiem i dopiero wejście doświadczonych Klaudii Miłek oraz Klaudii Fabovej przełożyło się na kolejne trafienie gości. W końcówce meczu na listę strzelców dwukrotnie wpisała się Miłek i tym samym nasze panie zwyciężyły 3:0.

Zapytany o to, z kim chciałby się zmierzyć w kolejnej odsłonie rozgrywek, trener Jasiński nie potrafił odpowiedzieć. Przyznał jedynie, iż chciałby zagrać przed własną publicznością. Losowanie ćwierćfinałowych par odbędzie się w najbliższych dniach, a kolejna runda 16 i 17 lutego przyszłego roku.

1/8 finału Pucharu Polski

Medyk II Konin – AZS PWSZ Wałbrzych 0:3 (0:1)

Bramki: 0:1 Dominika Głowacka (36), 0:2 Klaudia Miłek (77), 0:3 Klaudia Miłek (86)

AZS PWSZ: Sapor, Szewczuk, Zawadzka, Ostrowska, Rapacka, Zając, Dereń, Rozmus, Głąb, Kuciewicz (60 Fabová), Głowacka (60 Miłek). **Trener:** Kamil Jasiński

Pozostałe wyniki:

Włókniarz Białystok – UKS SMS Łódź 0:8, KKP Bydgoszcz – Olimpia Szczecin 2:2, rz.k. 5:4, Olimpia II Szczecin – Medyk Konin 1:15, Sokół Kolbuszowa Dolna – Górnik Łęczna 0:9, Rysy Bukowina Tatrzańska – AZS UJ Kraków 3:4, Rolnik Biedrzychowice – Mitech Żywiec 1:1, rz.k. 4:5, Czarni Sosnowiec – GKS Katowice 2:0

Bartłomiej Nowak



Liderzy kontra autsajderzy

Tak się ciekawie złożyło, iż po dotychczasowych meczach na czele rozgrywek siatkarzy i siatkarek plasują się obie wałbrzyskie drużyny. Co więcej, w najbliższy weekend zarówno MKS Chełmiec Wodociągi, jak i MKS Aqua-Zdrój gościć będą rywali zamykających tabele poszczególnych lig – Ren But Złotoryja oraz Ikara Legnica.

Po pięciu odsłonach Piko Sport Dolnośląsko-Lubuskiej III Ligi Kobiet fotel lidera należy do siatkarek Chełmca Wodociągów, które w dotychczasowych meczach zdobyły komplet punktów i straciły zaledwie 2 sety. Podopieczne Marka Olczyka zajmują 1. miejsce, mimo iż rozegrały o 1 mecz mniej aniżeli rywale. Co istotne, wałbrzyszanki mają za sobą nie tylko udane mecze z drużynami z dolnych rejonów klasyfikacji, ale również z samego czuba. U siebie pokonały wicelidera z Milicza 3:0, a na wyjeździe rozprawiły się z akademiczkami z Wrocławia (3:1).

Po serii nieco cięższych meczów w nadchodzącej kolejce nasze panie czeka prawdziwy spacerek. Do Wałbrzycha przyjeżdża KKS Ren But Złotoryja, który w pięciu tegorocznych spotkaniach nie zdobył choćby punktu i wygrał zaledwie 2 sety. To oznacza, iż ci, którzy w sobotnie popołudnie spóźnią się do Hali Wałbrzyskich Mistrzów, mogą obejść się ze smakiem i obejrzeć końcówke rywalizacji. Podopieczne trenera Olczyka znane są bowiem z tego, iż potrafią w ekspresowym tempie, a więc nawet w ciągu godziny, odprawić przeciwnika. Na spotkanie Chełmca Wodociągów z autsajderem ze Złotoryi zapraszamy jutro o godzinie 16.

Na pomoc schronisku

To nie koniec zaplanowanych na sobotę siatkarskich emocji. Na szczęście fani tej dyscypliny sportu nie będą musieli wybierać pomiędzy paniami Chełmca Wodociągów a panami z Aqua-Zdroju, gdyż pojedynek wałbrzyszan z Ikarem Legnica rozpocznie się o godzinie 18. Również i w tym przypadku nasz zespół jest absolutnym faworytem konfrontacji. Swój optymizm opieramy choćby na klasyfikacji rozgrywek, w której na prowadzeniu jest właśnie ekipa trenera Janusza Bułkowskiego (23 punkty), a czerwoną latarnią z dorobkiem zaledwie 4 „oczek" - legnicki rywal. Do zmagań siatkarzy dojdzie w hali Aqua-Zdroju przy ulicy Ratuszowej, a na mecz warto przyjść z jeszcze jednego względu. Przy okazji spotkania prowadzona będzie zbiórka wszystkiego, co pomoże podopiecznym wałbrzyskiego schroniska dla zwierząt przetrwać nadchodzącą zimę. Organizatorzy zatem proszą o przynoszenie karmy mokrej dla psów i kotów, żwirku dla kotów, ryżu, makaronu, smyczy, kagańców czy obroży.

Bartłomiej Nowak



30 sekund

Podwójne podium Wójcickiego

To był daleki, ale niezwykle udany dla Gabriela Wójcickiego z KT Szczawno-Zdrój wyjazd do Grodziska Mazowieckiego. Nasz tenisista wziął udział w zawodach najwyższej rangi (tuż po Mistrzostwach Polski), turnieju Super Serii Młodzików do lat 14, który przyniósł podopiecznemu Roberta Kosińskiego podwójne podium. Przedstawiciel klubu udanie przebrnął przez eliminacje imprezy, aby w półfinale zmagań uznać wyższość Igora Kubalki z MKS-u Andrychów, a tym samym wywalczyć 3. miejsce. Swój świetny start w singlu nasz tenisista powtórzył również w deblu, w którym występując w parze z Nikodemem Barcikiem z SCT Pszczyna sięgnął po brązowy medal.

Mistrz ponownie w odwrocie

Drugą porażkę w tegorocznych rozgrywkach Wałbrzyskiej Amatorskiej Ligi Koszykówki „Aqua-Zdrój" poniósł broniący mistrzowskiego tytułu Partners Nieruchomości. Tym razem Paweł Hałgas i spółka musieli uznać wyższość zespołu Nieuchwytni Konsorcjum Serwisowe, który po wygranej 63:53 umocnił się na pozycji lidera WALK-a. Coraz gorzej wiedzie się do niedawna czołowej drużynie ligi, Labo-Dentowi, który po porażce z Byle Jak 46:68 spadł na przedostatnią lokatę w tabeli. Kolejna odsłona rywalizacji amatorów już w najbliższą niedzielę w Hali Wałbrzyskich Mistrzów. O godzinie 14 rozpocznie się konfrontacja Last Minute z Byle Jak, a w następnych meczach zagrają: Nieuchwytni Konsorcjum Serwisowe z Faurecią (15), Wałbrzych.DlaWas.Info z Partners Nieruchomości (16) oraz Labo-Dent z Drink Teamem (17).

Wyniki VI kolejki:
Nieuchwytni Konsorcjum Serwisowe – Partners Nieruchomości 63:53, Wałbrzych.DlaWas.Info – Last Minute 58:38, Drink Team – Faurecia 60:38, Labo-Dent – Byle Jak 46:68

Tym razem bez happy endu

Po nieoczekiwanej wygranej z niepokonanym w III lidze WKK Wrocław w następnym meczu przed własną publicznością koszykarzom MKS-u Mazbud Basket Szczawno-Zdrój nie udało się już powtórzyć wcześniejszej niespodzianki. Podopieczni Bartłomieja Józefowicza zasłużenie ulegli innej ekipie ze stolicy Dolnego Śląska – KS Hes Basketball 74:98. Za wysoką porażką miejscowych stoi przede wszystkim kiepska pierwsza kwarta, którą zespół z uzdrowiska przegrał 31:59. Po zmianie stron było zdecydowanie lepiej, ale na niewiele się to zdało, podobnie jak aż 33 punkty Mateusza Myślaka, gdyż rywale pewnie sięgnęli po komplet punktów. W najbliższej kolejce Mazbud Basket ponownie zaprezentuje się szczawieńskiej publiczności. Rywalem chłopców Józefowicza będzie KKS Siechnice, a więc 11 drużyna tabeli, a do spotkania dojdzie jutro o godzinie 17.30 w hali przy ulicy Słonecznej 1a.

Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut od 15 lat razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

REKLAMA R0947/18



KANCELARIA DORADCÓW
Firlej & Makowski
-DORADZTWO FINANSOWE I PRAWNE
-KREDYTY I UBEZPIECZENIA
-ODDŁUŻANIE KOMORNICZE
Wałbrzych ul. Słowackiego 13/2
tel. 74 66 55 770
kom. 884 841 113; 884 841 115

Jeśli Twoje okna PCV mają 5 lat, wymień w nich uszczelki na nowe.
TANIO!
Tel. 74 843 22 84, 605 430 006

SKUP AUT
ZA GOTÓWKĘ CAŁYCH I USZKODZONYCH
Tel. 888 700 086

DREWNO OPAŁOWE, KOMINKOWE, DO WĘDZENIA
ORAZ ROZPAŁKA
Tel. 502-686-045
z dowozem do klienta

SKUP AUT
CAŁYCH I USZKODZONYCH - ZA GOTÓWKĘ
TEL.696-473-695

WSZYWANIE
ESPERALU
TEL. 74 841 54 66

USŁUGI

(4) **SZAFY WNĘKOWE**, GARDEROBY, ZABUDOWA, MEBLE KUCHENNE I INNE STOLARSKIE. TANIO TEL. 692 123 981

(6): HYDRAULIKA, KANALIZACJA,CO I GAZ, tel. 506 206 102

(2): MARSAT – MONTAŻ ANTEN SATELITARNYCH, tel. 607 454 261

(5) **MEBLE NA WYMIAR** - KUCHNIE, SZAFY, GARDEROBY, ZAMÓWIENIA INDYWIDUALNE -TANIO! WWW.MEBLE-IBG.WEEBLY. COM TEL. 607 218 533

(4) Remonty łazienek i mieszkań. Jerzy Rezulak tek. 574 219 164

(4) Montaż i ustawianie anten satelitarnych oraz DVBT. Szybko, solidnie TANIO. Tel. 606 937 229

(4) Naprawa **TELEWIZORÓW LCD** i innych, również w domu klienta. Naprawa **FOTOGRAFICZNYCH APARATÓW CYFROWYCH** Rok gwarancji na usługę. Czynne od 9 - 17 w sobotę do 13 793-10-10-22 lub 74-660-38-43

(3) Naprawy sprzętu radiowo- telewizyjnego, wszystkie firmy, gwarancja, dojazd do klienta. Kontakt: 505874992

(5) PRZEPROWADZKI KOMPLEKSOWE MIESZKAŃ, BIUR, URZĘDÓW. TRANSPORT KAS PANCERNYCH; PRACE PORZĄDKOWE. TEL. 74 841 66 66; 502 308 696

(38) KOMPUTERY,LAPTOPY--SERWIS-NAPRAWA Całodobowo tel. 726-005-726 tanio, szybko, profesjonalnie Wałbrzych ul. Słowackiego 5, www.speed24h.info

PRACA

(1): Praca w Anglii- opieki nad seniorami, wynagrodzenie do 1260 Funtów + bonus 200 Funtów netto. Bez kosztów pobytu i podróży, pełna organizacja Promedica24, zadzwoń: 789218034

(4) Firma Serene zatrudni pracowników do opieki osób starszych w Polsce i w Niemczech. Kontakt 602 784 629 , e-mail: serene27@wp.pl

(1) Pracuj jako Opiekunka Seniorów w Niemczech. Zapisz się na bezpłatny kurs niemieckiego od podstaw w Wałbrzychu i zyskaj pewną pracę. Start 3 grudnia! Tel. 509 892 436

KUPIĘ

(4) Kupię Starocie : odznaczenia, medale, zegarki, figurki i patery z lat 50 i 60, zabawki PRL, wazony ze szkła kolorowego i inne. Tel: 500834769

SPRZEDAM

(4): SPRZEDAM TYSIĄCE PŁYT WINYLOWYCH, STARODRUKI,

GOTÓWKA DLA KAŻDEGO
KREDYTY
Gotówkowe, konsolidacyjne
CHWILÓWKI na dowód
POŻYCZKI bez BIK
Wałbrzych Al. Wyzwolenia 3/2
Tel. 74 663 15 25

RZEŹBY, OBRAZY, PORCELANĘ I INNE. TEL. 536 450 782

SPRZEDAM mieszkanie 62 m2 4 pokoje z kuchnią 2 piętro. Centrum Piaskowej Góry ul. Broniewskiego. Budynek 4 piętrowy.
CENA 175 000 do negocjacji.Tel. 699 938 910

NIERUCHOMOŚCI

SUKCES NIERUCHOMOŚCI
www.sukcesnieruchomosci.pl
58-309 Wałbrzych
ul. Broniewskiego 73/307
(mrówkowiec)

SZCZAWNO ZDRÓJ – WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 51,58m2, trzy pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na pierwszym piętrze. Cena: 252 742 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ – WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 38,53m2, dwa pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na pierwszym piętrze. Cena: 188 797 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ – WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 51,97m2, trzy pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na drugim piętrze. Cena: 254 653 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ – WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 27,60m2, jeden pokój, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na drugim piętrze. Cena: 135 240 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ – WILLA „ZLOTY KLUCZ" - 38,54m2, dwa pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na drugim piętrze. Cena: 188 797 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ - WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 39,36m2, dwa pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na drugim piętrze. Cena: 192 864 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ - WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 50,94m2, trzy pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na trzecim piętrze. Cena: 249 606 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

Laboratoria Medyczne Diagnostyka Sp. z o.o.
pobrania w domu pacjenta,
mgr analityki medycznej
Bogdan Leśniak
tel. 604-770-599,
od 6:00 do 22:00
tel. 74 848-6767
od 10:00 do 15:00

SZCZAWNO ZDRÓJ - WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 27,68m2, jeden pokój, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na trzecim piętrze. Cena: 135 632 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ - WILLA „ZŁOTY KLUCZ" - 39,82m2, dwa pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na trzecim piętrze. Cena: 195 118 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ – WILLA „ZŁOTY KLUCZ" – 40,12m2, dwa pokoje, aneks kuchenny, łazienka. Do mieszkania przynależy piwnica. Mieszkanie w stanie deweloperskim. W budynku winda oraz kotłownia dla całego budynku. Mieszkanie na trzecim piętrze. Cena: 196 588 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ – 25m2, 1 pokój, aneks kuchenny, łazienka. Mieszkanie do wykończenia. Usytuowane na pierwszym piętrze w kamienicy. Cena: 59 000 zł do negocjacji. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

SZCZAWNO ZDRÓJ – 23m2, 1 pokój, aneks kuchenny, łazienka z wc Mieszkanie w trakcie kapitalnego remontu. Usytuowane na drugim piętrze. Cena: 115 000 zł do negocjacji. Tel: 513 130 023, (74) 640 11 73

PODZAMCZE - 37,4m2, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, przedpokój, piwnica. Mieszkanie do odświeżenia. Mieszkanie na trzecim piętrze. Cena 121 000 zł. Tel: 513 130 023 , (74) 640 11 73

ZAPRASZAMY DO NASZEGO NOWEGO BIURA, KTÓRE ZNAJDUJĘ SIĘ W WILII „ZŁOTY KLUCZ" PRZY ULICY KOŚCIUSZKI 7 W SZCZAWNIE ZDRÓJ.

WILLA NIERUCHOMOŚCI

Biuro Pośrednictwa w Obrocie Nieruchomościami WILLA, Al. Wyzwolenia 3/2 58-300 Wałbrzych tel.74 666 42 42, kom.507 153 166, e-mail: willa_nieruchomosci@wp.pl, www.willanieruchomosciwalbrzych.pl

WILLA – Sprzedamy piętro domu, 4 pokoje, 85m2 na górnym Sobiecinie, po remoncie, ogród, osobne wejście, cena 195 000 zł. 74 666 42 42, 507 153 166

WILLA – Sprzedamy 2 pok, 40m2, po remoncie, Śródmieście, cena 115 tys. zł. 2 piętro, 74 666 42 42, 881 763 300.

„Przestronny dom w Wałbrzychu"
Do wynajęcia 6-pokojowy dom wolnostojący na Podgórzu w Wałbrzychu. Pokoje od 12m2 – do 25m2 (od 2 –do 4 osób), osobna kuchnia z jadalnią oraz 3 łazienki (w pełni wyposażone), taras, ogród, 100 m do przystanku autobusowego. Ciche i zielone otoczenie. Dom po remoncie, idealny dla osób indywidualnych, pracowników lub studentów.
tel. 601 755 796

WILLA- Sprzedamy 3 pokoje na Nowym Mieście, po remoncie, 82m2, parter, cena 142 tys.zł. 74 666 42 42, 881 424 100.

WILLA – Do sprzedania 4 pokoje, Piaskowa Góra, 57 m2, cena 159000zł. parter, stan b.dobry, ogrzewanie. miejskie, 74 666 42 42, 507 153 166.

WILLA – Sprzedamy 2 pokoje na Podgórzu, 38m2, 1 piętro, cena 65 tys.zł. 74 666 42 42, 881 424 100.

WILLA – Sprzedamy 2 pokoje N.Misto, po remoncie kap. 37m2 , 109tys.zł. 2 piętro (3), 74 666 42 42, 881 763 300.

WILLA – Sprzedamy pół domu na Szczawienku, 5 pokoje, 110m2, działka 1280m2, cena 449 tys.zł. Do negocjacji 74 666 42 42, 507 153 166.

WILLA – Sprzedamy 2 pokoje, 42m2, parter Osiedle Krakowskie, cena 57tys.zł. 74 666 42 42, 881 424 100.

WILLA – Sprzedamy kawalerkę w B.Gorcach, 35m2, 1 piętro, cena 42 tys.zł. 74 666 42 42, 507 153 166.

WILLA – Sprzedamy 2 pokoje z jasną kuchnią i dużym balkonem Piaskowa Góra, 41m2, 6 piętro, cena 129 tys.zł. 74 666 42 42, 881 763 300.

WILLA – Sprzedamy kawalerkę w bloku na Białym Kamieniu, 26m2, 4 piętro, co miejskie, cena 62 tys.zł. 666 42 42, 507 153 166.

WILLA – Sprzedamy kawalerkę na Nowym Mieście, 34m2, 4 piętro, cena 60 tys.zł. 74 666 42 42, 881 763 300.

WILLA- Sprzedamy 3 pokoje, 63m2, Śródmieście przy ul. Wyzwolenia, 1p. po remoncie, co gaz, cena 129 tys.zł. 74 666 42 42, 507 153 166.

WILLA – Sprzedamy 3 pokoje, Walim, centrum, 70m2, parter, cena 90 tys.zł. 74 666 42 42, 881 424 100.

WILLA- Sprzedamy pół domu po remoncie na Poniatowie 4 pokoje, 120m2, działka 550m2, cena 480 tys. zł. 74 666 42 42, 507 153 166.

WILLA- Sprzedamy pół bliźniaka na Podgórzu, 107m2, stan dobry, działka 1460m2, 2 garaże, cena 330 tys.zł. 74 666 42 42, 507 153 166.

WILLA – Sprzedamy Podzamcze, 2 pokoje. 35m2, 4 piętro(10), blok, cena 113 tys.zł. 666 42 42, 881 424 100.

WILLA - Sprzedamy mieszkanie Szczawno Zdrój, super lokalizacja, 4 pokoje, 108m2, 3 piętro, 275tys.zł. 74 666 42 42, 881 424 100.

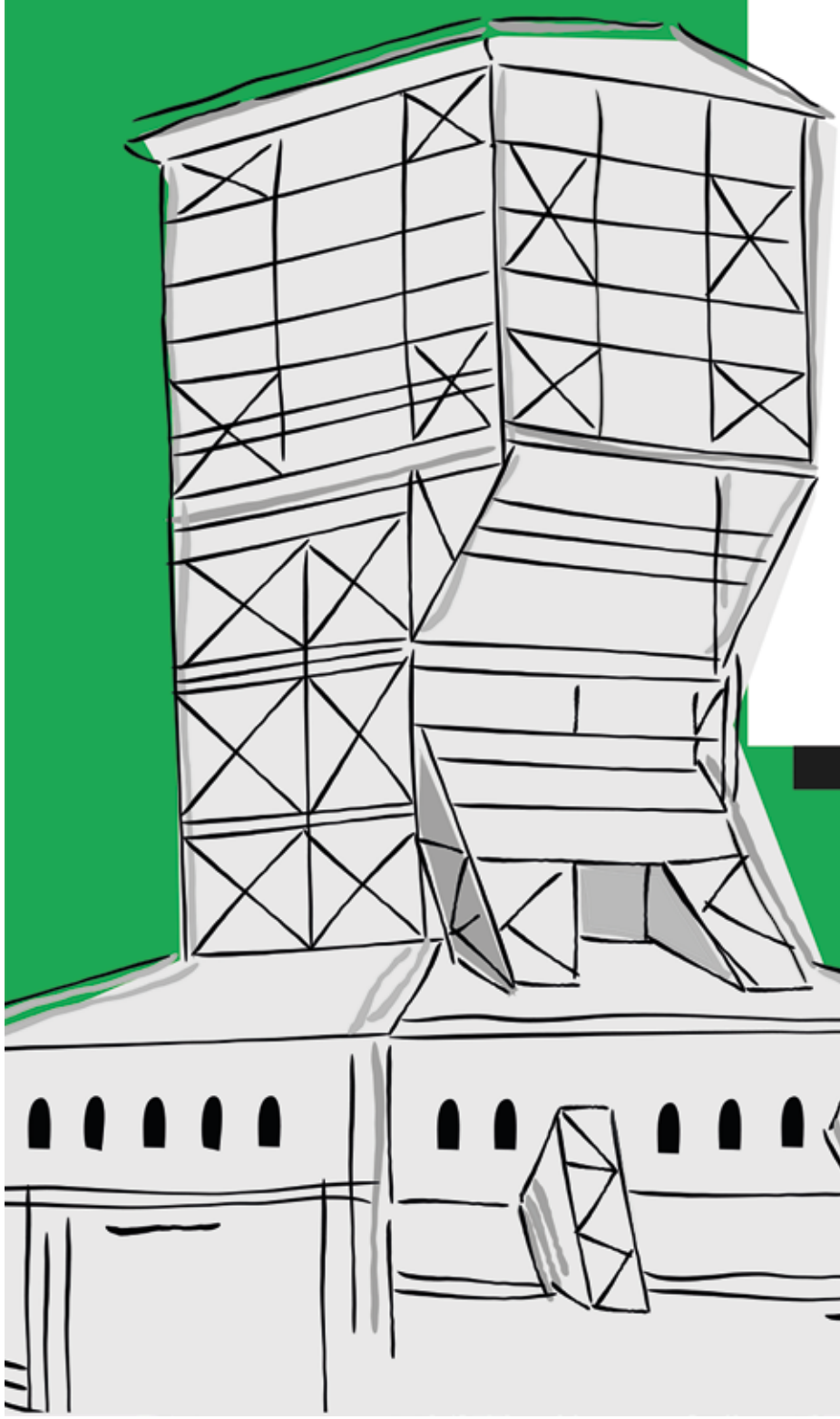
Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut od 15 lat Razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

REKLAMA R0948/18

Festiwal Tradycji Górniczych

BARBÓRKA 2018

WAŁBRZYCH



Stara Kopalnia w Wałbrzychu

30.11.2018, godz. 16:00,
Centrum Ceramiki Unikatowej, Wernisaż wystawy „Szklany czas – wędrówki krajobrazem"

1.12.2018, godz. 18:00,
Klub Muzyczny Montownia, Babski Comber*

1.12.2018, godz. 18:00,
Sala Koncertowa, Recital Artura Andrusa*

2.12.2018, godz. 14:00,
Kuźnia, Szychta Rodzinna

3.12.2018, godz. 10:00,
Łaźnia Łańcuszkowa, Szychta Szkolna

4.12.2018, godz. 17:00,
Łaźnia Łańcuszkowa, Barbórka – Karczma Piwna*

4.12.2018, godz. 19:00,
Sala Koncertowa, Koncert Pawła Domagały*

7.12.2018, godz. 17:00,
Kawiarnia Sztygarówka, prelekcja w ramach kawiarenki naukowej:
dr Beata Piecha van Schagen, „Barbórka dolno- i górnośląska – piękno różnorodności"

Program Festiwalu współtworzą:
Stowarzyszenie Inżynierów i Techników Górnictwa Oddział Wałbrzych,
Stowarzyszenie Górnicza Pamięć,
Stowarzyszenie Gwarków KWK Victoria i Kopalń Wałbrzyskich,
Stowarzyszenie Emerytów i Rencistów
Przedsiębiorstwa Robót Górniczych w Wałbrzychu
i Stowarzyszenie Gwarkowie Thoreza.

*Wydarzenia odpłatne. Bilety są do nabycia w kasie w Kawiarni Sztygarówka.
Szczegóły: www.starakopalnia.pl

Honorowy patronat
WOJEWODA DOLNOŚLĄSKI

Honorowy patronat
Prezydenta Miasta
Wałbrzycha

VICTORIA
RONALGROUP

REKLAMA R0949/18



KGHM POLSKA MIEDŹ

KGHM Polska Miedź S.A.

KGHM - polski koncern o zasięgu globalnym działający w branży wydobywczej i przetwórczej rud miedzi. Zajmuje szóste miejsce na świecie w produkcji górniczej miedzi i drugą pozycję w produkcji górniczej srebra.Posiada swoje aktywa w Polsce, USA, Kanadzie i Chile.
Grupa Kapitałowa KGHM liczy ponad 70 podmiotów. Zatrudnia ponad 33 tys. pracowników.

Dołącz do nas.

KGHM zaprasza do współpracy wszystkich, którzy stawiają sobie odważne i ambitne cele – są gotowi na realizację codziennych wyzwań w międzynarodowym środowisku, w zespole doświadczonych specjalistów z branży wydobycia i przetwórstwa metali.

Niezależnie od tego, czy jesteś uczniem, studentem, absolwentem, czy pracownikiem innej organizacji, w której rozwijasz kompetencje wartościowe dla KGHM, jeśli chcesz współdziałać w realizacji odpowiedzialnych i innowacyjnych przedsięwzięć i osiągać ponadprzeciętne wyniki, KGHM jest miejscem dla Ciebie.

Zainteresowanych odsyłamy na naszą stronę z ofertami pracy:

https://rekrutacja.kghm.com/

Nakład łączny w listopadzie 67 000 egz.
30 minut od 15 lat Razem z Wami
hostedby.pl dla Was od 1997 roku

REKLAMA R0950/18

2998-

KOCIOŁ GAZOWY TERMET TERMGAS CONDENS 2-FUNKCYJNY ZE STEROWNIKIEM

BEZPRZEWODOWY STEROWNIK W KOMPLECIE
DWUFUNKCYJNY
KLASA EFEKTYWNOŚCI ENERGETYCZNEJ A
CICHA PRACA KOTŁA (48 DB)
MOC: 4,3-26,5 kW



GWARANCJA 3 LATA GWARANCJA



OFERTA WAŻNA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW.

castorama