NAKŁAD: 16 000 EGZEMPLARZY

30 minut

ISSN: 17300878

29 MARCA 2019, NR 743
WAŁBRZYCH/ŚWIDNICA/STRZEGOM



rozmowa str. 3



temat tygodnia str. 4



wydarzenia str. 7



sport str. 14

REKLAMA R0218/19



Czeka nas nowy podatek?

Gminny Podatek Bykowy - w skrócie GPB, to nowy pomysł na opodatkowanie panien i kawalerów, potocznie zwanych singlami. Kwestia ta była już poruszana na forum ogólnopolskim rok temu w wypowiedzi wiceministra Artura Sobonia.

Taki podatek funkcjonował w Polsce po wojnie od 1956 roku do 1973 roku i dotyczył osób bezdzietnych powyżej 21 roku życia. Teraz najprawdopodobniej temat powrócił na poziomie gminnym. Nasza redakcja jako pierwsza dotarła do tych informacji, choć lokalni samorządowcy, póki co, nie chcą się wypowiadać w tej sprawie, by nie wzbudzać zamieszania wśród opinii publicznej. Podatek ma funkcjonować dwojako: z jednej strony będzie wspierał lokalny budżet, z drugiej - naturalnie stymulował wyż demograficzny i zawiązywanie nowych związków. To z kolei ułatwi zasiedlanie mieszań, które powstaną niebawem w gminie. Podatek ten może objąć w Polsce około 4 milionów osób. Nie wiadomo jednak, jaka będzie jego wysokość. Prace legislacyjne powinny ruszyć 1 kwietnia.

PAS

REKLAMA R0219/19



REKLAMA R0220/19



rozmowa tygodnia

Jacek Fojna

Trener piłkarzy Górnika Wałbrzych

„Skupiamy się przede wszystkim na najbliższym przeciwniku."



Czy jesteś zadowolony z okresu przygotowawczego piłkarzy przed rundą wiosenną?

Jestem zadowolony w stu procentach. Cieszę się także z rozegranych meczy kontrolnych. Oczywiście sytuacja, która wydarzyła się w połowie lutego podcięła trochę piłkarzom skrzydła, ale dzięki wsparciu kibiców i sympatyków Górnika mogliśmy spokojnie przygotowywać się do rundy wiosennej.

Jak piłkarze odczuli pierwszy mecz na naturalnej murawie po przerwie między rundami?

Jest to dla nich nowe doświadczenie, ponieważ wcześniej trenowaliśmy na sztucznej nawierzchni bądź na boisku na Nowym Mieście. Zagraliśmy spotkanie przed własną publicznością i najważniejsze, że pierwszy mecz na naszym boisku wygraliśmy.

Czy wysoki wynik meczu twoich podopiecznych z Piastem Nowa Ruda był zaskoczeniem?

Każda wygrana, czy to jeden czy dwa zero cieszy i sprawia satysfakcję - tym bardziej pięć bramek na wyjeździe! Troszeczkę jest zaskoczenie.

Z czego wynikała nieuwaga w końcówce meczu z Bielawą, w której w doliczonym czasie straciliście bramkę, remisując spotkanie?

Nie tyle nieuwaga, co brak skuteczności. Były sytuacje, które - dla porównania - w Nowej Rudzie wszystkie „wpadały", a tu - w Bielawie „zaczarowana bramka" przeciwnika i tego szczęścia zabrakło. Ostatnie minuty, jak się prowadzi mecz, to przeciwnik gra na aferę i szuka okazji poprzez wrzutki. Nie zachowaliśmy uwagi w ustawieniu w polu karnym i tak się skończyło.

Teraz Bardo. Najważniejsze starcie czeka Was jednak za dwa tygodnie we Wrocławiu. Jak nastroje?

Nastroje ze Śląskiem będziemy oceniać przed meczem ze Śląskiem. Teraz czeka nas mecz z Unią Bardo, który też jest bardzo ważny. Mecz ze Śląskiem daje nam trzy punkty, ale mecz z Bardem również daje nam trzy punkty. Skupiamy się przede wszystkim na najbliższym przeciwniku. Chcemy wygrać i musimy to wygrać. Później będziemy myśleć o meczu ze Śląskiem

Dziękuję za rozmowę
Paweł Szpur

kalendarium

„Czas jest zawsze aktualny" - Sławomir Mrożek

MARZEC 29 PIĄTEK

Imieniny: Stefana, Eustachego

Dzień Metalowca

09:00 - Świat i już - Teatr Laki i Aktora w Wałbrzychu
11:00 - Świat i już - Teatr Laki i Aktora w Wałbrzychu
16:00 - Młodzi Cyfrowi- Multimedialna Filia Biblioteczna, Podzamcze - Wałbrzych
17:00 - Koncert dziecięco-młodzieżowych zespołów wokalno - choreograficznych - WOK Stara Kopalnia - Wałbrzych
19:00 - Po nas choćby kosmos - Teatr Dramatyczny - Wałbrzych
19:00 – 10 Tenorów ! koncert - Filharmonia Sudecka - Wałbrzych

MARZEC 30 SOBOTA

Imieniny: Mamertyna, Amadeusza

Światowy Dzień Muffinka

09:15 - POWITANIE WIOSNY, wycieczka piesza - CKK"Witold" Boguszów-Gorce-Trójgarb-Stare Bogaczowice, OSiR Boguszów-Gorce, PTTK Wałbrzych
10:30 - Wałbrzyskie Wróbelki - Multimedialna Filia Biblioteczna, Podzamcze - Wałbrzych
15:00 - Międzynarodowy Festiwal Twórczości Dziecięcej i Młodzieżowej „WIOSENNE GWIAZDY 2019"- MCK - Mieroszów
17:00 - Świat i już - Teatr Laki i Aktora w Wałbrzychu
17:00 - Podsumowanie Brave Kids w Wałbrzychu: koncert - WOK Stara Kopalnia - Wałbrzych
19:00 - Po nas choćby kosmos - Teatr Dramatyczny - Wałbrzych
19:00 - Kąpiel w dźwiękach mis i gongów tybetańskich - koncert - WOK Piaskowa Góra - Wałbrzych

MARZEC 31 NIEDZIELA

Imieniny: Balbiny, Beniamina, Kornelii

Światowy Dzień Backupu

07:30 - OMV - Wałbrzyski mistrz kierownicy - rajdy i wyścigi samochodowe
12:30 - Świat i już - Teatr Lalki i Aktora w Wałbrzychu
18:00 - Po nas choćby kosmos - Teatr Dramatyczny - Wałbrzych

KWIECIEŃ 1 PONIEDZIAŁEK

Imieniny: Grażyny, Zbigniewa, Hugona

Prima aprilis

10:00 - DEUS EX MACHINA wystawa - Stara Kopalnia - Wałbrzych
14:30 - Ale bajzel! Spektakl - WOK Wałbrzych

KWIECIEŃ 2 WTOREK

Imieniny: Urbana, Franciszka, Wiktora

Światowy Dzień Świadomości Autyzmu

09:30 - Świat i już - Teatr Lalki i Aktora w Wałbrzychu
09:30 - Przegląd Teatrzyków Przedszkolnych - ŚOK sala teatralia - Świdnica
10:00 - DEUS EX MACHINA wystawa - Stara Kopalnia - Wałbrzych

KWIECIEŃ 2 WTOREK

10:00 - Szkoła Podstawowa Specjalna nr.10 - otwarta konferencja poświęcona tematyce autyzmu.
12:30 - Zumba na niebiesko, plac Magistracki, Wałbrzych
17.30 - klub Apropos - koncert charytatywny dla uczniów z autyzmem ze SPS nr10 w Wałbrzychu.
Wałbrzych dołącza do miast w Polsce i na całym świecie z akcją „NA NIEBIESKO DLA AUTYZMU."W godzinach wieczornych, na znak solidarności z osobami z autyzmem, na niebiesko zostaną oświetlone budynki STAREJ KOPALNI i RONALU.

KWIECIEŃ 3 ŚRODA

Imieniny: Ryszarda, Sykstusa

Dzień Tęczy

9:30 - Przegląd Teatrzyków Przedszkolnych - ŚOK sala teatralia - Świdnica
10:00 - DEUS EX MACHINA wystawa - Stara Kopalnia - Wałbrzych
10:00 - Alchemia teatralna, warsztaty recytatorskie - Klub Bolko - Świdnica
10:30 - Świat i już - Teatr Lalki i Aktora w Wałbrzychu

KWIECIEŃ 4 CZWARTEK

Imieniny: Wacława, Benedykta, Izydora

Światowy Dzień Bezdomnych Zwierząt

9:30 - Przegląd Teatrzyków Przedszkolnych - ŚOK sala teatralia - Świdnica
9:30 - Świat i już - Teatr Lalki i Aktora w Wałbrzychu
10:00 - Wystawa Bożeny Giorewa „Alpy" - WOK Stara kopalnia Wałbrzych
10:00 - DEUS EX MACHINA wystawa - Stara Kopalnia - Wałbrzych
11:00 - Świat i już - Teatr Laki i Aktora w Wałbrzychu

REKLAMA R0221/19

Kredyt OK
Pieniądze bez ograniczeń!
BRAKUJE CI GOTÓWKI?
3000zł i tylko dowód osobisty
SPRAWDŹ NASZĄ OFERTĘ!
WYSOKA PRZYZNAWALNOŚĆ,
MINIMUM FORMALNOŚCI!
JEDYNA TAKA OFERTA
W WAŁBRZYCHU!
ul. Broniewskiego 73, Wałbrzych, tel. 515-751-711
oddziały: ul. Papieża Jana Pawła II 14, Kamienna Góra,
Tel. 75 717 58 37, kom. 508 731 012
ul. Klasztorna 5, Dzierżoniów,
Tel. 74 810 83 06, kom. 508 731 017
DECYZJA W 15 MINUT!

REKLAMA R0222/19



FUNDACJA MERKURY
1%
Cel szczegółowy 1% (prosimy o wpisanie):
na leczenie Dawida Kupisa
z rozpoznaniem Zespołu Laurence-Moon-Bardet-Biedl
Numer Fundacji „MERKURY"
w Krajowym Rejestrze Sądowym (KRS) :
0000191584
...Czas bez rehabilitacji jest czasem nie do odpracowania.
Kosztowne leczenie i długotrwała rehabilitacja
to jedyna nadzieja dla naszego syna"
Dziękujemy wszystkim darczyńcom wspomagającym
Dawida Kupisa!
Rodzice Dawida i Waldemar Weihs - Prezes Fundacji „Merkury"
Ogłoszenie w całości jest finansowane ze środków pozyskanych z 1%

30 minut
ul. Ludowa 1C, p. 111, 58-304 Wałbrzych
tel.: 531 250 173,
tel.: 531 407 736,
e-mail: sekretariat@30minut.pl,
www.30minut.pl
/Tygodnik30minut
Redaguje zespół: Paweł Szpur, Bartłomiej Nowak, Marcin Klat, Marcin Białas,
współpraca:
Agnieszka Osińska-Szpur
Michał Jabłoński
e-mail: redakcja@30minut.pl,
Foto: Agencja Art-A, użyczone oraz archiwum redakcji
Dział Handlowy:
531 407 736, 530 180 118
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 enotece Gusto Italiano w wałbrzyskim Śródmieściu

Studio Espresso z Ireną Wójcik

z aktorką Teatru Dramatycznego im. Szaniawskiego rozmawiał Paweł Szpur



Kiedy Irena Wójcik „wymyśliła sobie, że będzie aktorką”?

To było po maturze, coś trzeba było ze sobą zrobić. Miałam już za sobą wcześniejsze zabawy w teatr, bo chodziłam na zajęcia koła teatralnego. Zostało mi w głowie, że to jest lekkie, przyjemne i interesujące. Udałam się do szkoły teatralnej, zdałam i zostałam aktorką.

Był w twoim życiu epizod z wyjazdem i grą w teatrze w Słupsku. Wróciłaś. Wałbrzych okazał się lepszym miejscem do gry?

Byłam we Wrocławiu, Słupsku, Zielonej Górze. Wróciłam tu ze względów rodzinnych, ponieważ urodziłam się w Wałbrzychu. Tu „zagnieździłam się” z powrotem. Później zaczął się robić tutaj bardzo dobry teatr i myślę, że jest to do tej pory jeden z lepszych teatrów w Polsce.

Przepraszam, że przerwę. W twoim życiu obecny jest też teatr telewizji. Była „Walentyna” i „Rewizor”. Jak się gra przed kamerą dla publiczności, której nie widzimy, a jak dla „żywego” odbiorcy?

Aż takiego wielkiego doświadczenia nie mam. Myślę, że współczesny teatr ociera się o taki sposób grania skromnego i minimalistycznego. Myślę, że kiedyś aktorzy grali bardziej szeroko. Kiedyś te widownie były większe. Teraz inaczej się do tego podchodzi. Zaciera się różnica pomiędzy graniem kinowym a teatralnym. Oczywiście nie we wszystkich przypadkach i nie zawsze. Czasem mówi się, że aktor teatralny to jest kiepski filmowy, bo ma kłopoty, bo za dużo gra mimiką. To jest kwestia jakiegoś wyczucia i na pewno pracy z kamerą.

Grałaś też plenery. Czym różnią się otwarte sztuki w amfiteatrze (np. „Szkoła Żon” Moliera) od przedstawień wystawianych na tradycyjnej scenie, w budynku? Chodzi mi tu np. o moderowanie głosem.

Głos jest wzmacniany. To nie jest szersze używanie głosu, ani typ szerszego grania. Inaczej jest w sensie odbioru. Nie wszystko na nas oddziałuje. My oddziałujemy na widzów, a widzowie na nas. Czasem jest tak, że ten sam spektakl zagrany dla jednej widowni, zupełnie inaczej odbierany jest przez drugą. Widzowie nam coś dają. Często jest to taka informacja zwrotna. Takie są chemie - jak między ludźmi, tak samo między aktorami a publicznością, która się zbiera w danym momencie – taka, a nie inna.

Czy jako aktorka pamiętasz swoje wszystkie role i zawsze możesz do każdej wrócić?

Co to znaczy wrócić?

Gdyby ktoś Ci zaproponował, żeby zagrać przedstawienie sprzed dwóch lat, czy pamiętałabyś teksty do tamtej roli?

Pamięć w mózgu jest i te teksty zostają, gdzieś osiadają, choć czasem - wiadomo - z pamięcią bywa różnie. Pewnie trzeba byłoby je powtórzyć.

Czy jest taki moment w życiu aktora, że przechodzi do - nazwijmy to - poziomu zawodowego, pewnej perfekcji? Każda rola toczy się „własnym życiem” i nawet jak się człowiek pomyli, to nie ma to większego znaczenia?

Ja myślę, że „takie coś”, to jest śmierć dla aktora (śmiech). Myślę, że nie ma czegoś takiego. Przychodzi taki moment nabywania umiejętności, radzenia sobie z tremą. W moim przypadku - potrafię rozgryźć to rozumowo. Tak zwany strach przed tym „co wodowania powie”. Do każdej roli trzeba podchodzić tak samo jak na początku swojej pracy.

Czy jest rola, którą szczególnie lubisz i do której byś wróciła?

Ja w ogóle nie przepadam za wspominkami. Lubię te role, które gram teraz.

„Baba dziwo”?

Tak. To sprawia mi dużą przyjemność i radość. Pozwala dalej się rozwijać.

Miałaś okazję wyreżyserować spektakl. Łatwiej jest być aktorem czy reżyserem?

To są inne zadania. Miałam taką refleksję, że każdy reżyser powinien zagrać jakąś rolę w sztuce, żeby zrozumieć o co chodzi aktorowi i odwrotnie też. To nauczyło mnie bardzo dużo.

Rola reżysera czy aktora jest łatwiejsza?

I to, i to. To się później przekładało na moją pracę aktorską. Na przykład robiłam mniej kapryśnych min.

Czy w literaturze masz jakiegoś ulubionego autora, który jest Ci bliski również w sztukach teatralnych?

Nie mam takich flagowych utworów. Czytam dużo literatury górskiej, to jest moje hobby. Sięgam po przeróżne rzeczy. Nie mogę powiedzieć, że coś mnie strasznie zafascynowało.

Czy jest jakaś rola -„marzenie”, którą chciałabyś zagrać?

Nie, ja już chyba tyle zagrałam, że właściwie nie mam takiej.

Czy byłaby rola, której nigdy byś nie zagrała?

Nie, ja uważam, że się nie odmawia. Zawsze coś można z tego zyskać. Można też stracić, ale tego się nie wie na początku. Czasem wydaje się, że będzie wspaniale, ale nie zawsze tak wychodzi i odwrotnie. To są rzeczy nieprzewidywalne.

Może jakaś rada dla tych, którzy chcą się zająć aktorstwem?

Jeżeli czują, że to jest to, to niech próbują. To jest bardzo piękny, wdzięczny, bardzo trudny, czasem niesprawiedliwy zawód. Może wszędzie można to znaleźć. Tylko tutaj jesteśmy poddawani ocenom innych ludzi. To nie zawsze jest według naszych kryteriów sprawiedliwe i tu jest duża trudność. Trzeba być odpornym na to, że możemy komuś nie podobać się. Bo wcale nie musimy być złymi aktorami tylko tak czasem bywa w tym zawodzie i odbiorze sztuki, która się podoba lub nie.

Dziękuję za rozmowę.

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

W dalszej części wywiadu dowiecie się Państwo, czy Irenie nie brakuje klasycznych sztuk teatralnych. Pełna rozmowa dostępna na stronie https://www.facebook.com/studio.espresso.official/

REKLAMA R0223/19

MONTAŻ
Marsat HD
ANTEN
SATELITARNYCH
USTAWIANIE SYGNAŁU
607 454 261
PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK 9:00 - 17:00
U MONTERA DO NABYCIA: UCHWYTY ANTENOWE, KABEL KONCENTRYCZNY, CZASZE, ANTENY, KONWERTERY

REKLAMA R0224/19

Szukasz gotówki?
My ją dla Ciebie znajdziemy!
74 666 88 99
74 663 80 30
Kredyty i pożyczki ponad 30 firm
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

Zdjęcie tygodnia
Michał Jabłoński
/mjablonski.fotografia/
/dron.walbrzych.fotografia/



Świdnica

„Mam Pomysł" na schronisko

Od dwóch lat działa schronisko dla bezdomnych zwierząt w Świdnicy. Już 7 kwietnia podczas Światowego Dnia Bezdomnych Zwierząt pracownicy i wolontariusze zapraszają na dni otwarte w schronisku. To właśnie wtedy odbędą się spotkania z fachowcami od zwierząt, gdzie będzie można skorzystać z porad. Zaplanowano również kiermasz oraz adopcje z wyprawkami. W placówce przy ulicy Pogodnej 3 przebywa około czterystu pięćdziesięciu podopiecznych. Wśród nich ponad dwieście pięćdziesiąt psów. Przypominamy – dzień otwarty, 7 kwietnia 2019 od 12:00 do 18:00.

PAS

Walim

Ukryte freski na Zamku Grodno

"Zwiększenie udostępniania zasobów przyrodniczych oraz rozwój nowych form edukacji ekologicznej dzięki rozbudowie Turystycznego Centrum Edukacji Ekologicznej "Choina" i poprawie organizacji ruchu turystycznego w Gminie Walim" - pod taką nazwą trwają prace remontowe i konserwatorskie na Zamku Grodno. Właśnie podczas nich odkryto tajemnicze freski, których pochodzenie nie jest jeszcze znane. Malowidło ukazuje czarnoskórą postać z fryzurą rodem z Afryki. Z odkrycia cieszą się pracownicy i wójt gminy Walim. W ich przekonaniu będzie to stanowiło dodatkową atrakcję zamku.

PAS

Co z tą zmianą czasu ?

Zmiana czasu to dla naszego organizmu nie lada wyzwanie. W szczególności, gdy mamy przestawić się z czasu letniego na czas zimowy. Wychodzimy do pracy – ciemno, wracamy - ciemno. Nie dość, że godzina biologiczna nie ta, to jeszcze dokucza jesienna depresja.

Wszystko zaczęło się od Benjamina Franklina, którego uważa się za ojca zmiany czasu. Franklin jako pierwszy w swoich dokumentach naukowych pisał o tym, by ludzie chodzili spać i wstawali wcześniej niż zazwyczaj. Brak dobitnych argumentów tezy i humorystyczne przesłanki sprawiły, że jego spostrzeżenia nie były jednak brane zbyt poważnie. William Willett, Brytyjczyk, który nie znosił jazdy konno po zmroku, równie mocno optował za wprowadzeniem zmian czasu. W 1907 roku wydał on sfinansowaną z własnych środków broszurę „The Waste of Daylight". Zaproponował w niej, by w czasie letnim przesunąć zegary o 80 minut, co spowoduje zaoszczędzenie na oświetleniu ponad dwóch milionów funtów. Mimo poparcia w rządzie brytyjskim, pomysłu nie udało mu się wprowadzić.

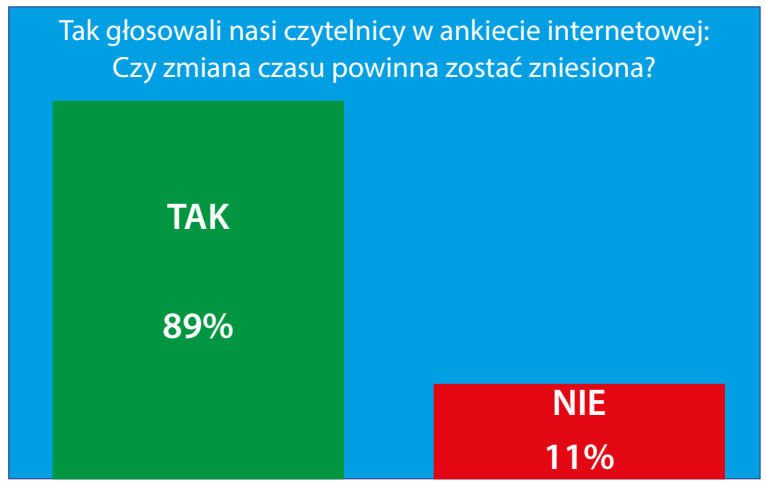
Matką wynalazku przesunięcia czasu okazali się Niemcy. To oni jako pierwsi dokonali tej zmiany 16 kwietnia 1916 roku i przesunęli wskazówki zegara o godzinę do przodu. W październiku natomiast cofnęli je o godzinę do tyłu. Tuż za ich rozwiązaniem ruszyli Brytyjczycy i Amerykanie. To Kongres Stanów Zjednoczonych ustalił podział stref czasowych w USA 19 marca 1918 roku. Jednocześnie na czas wojny, USA nakazało wprowadzić czas letni celem oszczędności paliwa służącego do produkcji energii elektrycznej.

Polska historia pierwszego przesunięcia czasu sięga 1917 roku. Nastąpiło to 6 kwietnia. W tym dniu z godziny 2:00 przesunięto wskazówki na godzinę 3:00. Natomiast cofnięcie czasu miało miejsce 17 września. Ostatnią zmianę czasu w tym okresie datuje się na rok 1922. Po II wojnie światowej zmiana czasu powracała z przerwami i pojawiła się na stałe po 1977. Cofanie zegarów następowało wówczas we wrześniu, a nie jak teraz - w październiku. Należy również zwrócić uwagę, że w Polsce przesuwanie czasu letniego i zimowego odbywa się za sprawą corocznego rozporządzenia Prezesa Rady Ministrów.

Czy przesunięcie czasu opłaca się? Zwolennicy zmian kładą nacisk na gospodarkę, w szczególności na transport i funkcjonowanie instytucji publicznych. Zużywamy mniej prądu.

Ale czy w dobie oświetlenia LED, które oszczędza energię i większej ilości klimatyzatorów, które ją nadmiernie zużywają, te oszczędności nie są aby pozorne? Kiedyś przestawianie zegarów było uciążliwe; dziś w erze smartfonów i elektroniki nie stanowi to problemu.

Najprawdopodobniej zmiany czasu z zimowego na letni i letniego na zimowy przestaną funkcjonować. Nad sprawą pochylił się Parlament Europejski, który rozpisał konsultacje społeczne w tym zakresie. Wzięło w nich udział około pięciu milionów mieszkańców Unii Europejskiej. Większość z pytanych jest za zniesieniem zmiany czasu. Aż osiemdziesiąt procent respondentów opowiedziało się za tym, by czasu nie przestawiać. Państwa członkowskie UE wybierałby czas, przy którym pozostają na stałe. Takie rozwiązanie może nastąpić już w 2021 roku.



Polska skłania się, by pozostać w czasie letnim. Warto pamiętać, że różnica pomiędzy Suwałkami a Szczecinem w czasie słonecznym to około czterdzieści minut. Jeżeli pozostaniemy w czasie letnim, to w wakacje dłużej będzie widno, natomiast w zimowe poranki może okazać się, że o 9:00 rano będzie jeszcze „szaro". W przypadku pozostania w czasie zimowym w wakacje na Mazurach około godziny 19:00 zacznie robić się ciemno. Fakt ten dla uczestników letniego wypoczynku może okazać się dziwnym zjawiskiem.

Jak mawiali wielcy uczeni filozofowie i fizycy (Newton, Święty Augustyn czy Einstein): „czas to pojęcie względne", tylko na to, jak względne, człowiek zawsze będzie chciał mieć baczenie.

Pamiętajmy o zmianie czasu!

Paweł Szpur

REKLAMA R0225/19

Sklep medyczny
Pracownia ortopedyczna
SKLEPY MEDYCZNE
SAMO ZDROWIE

Drodzy rodzice jeżeli zaobserwujecie u swoich dzieci:
• niewłaściwy takt chodu, np. dziecko potyka się,
• widoczna jest koślawość pięt i kolan
• dziecko szybko się męczy podczas chodzenia lub biegania
• skarży się na ból lub dyskomfort
• stopy są stawione mocno do wewnątrz lub zewnątrz

Drodzy rodzice – wkładki ortopedyczne dla dzieci czy są konieczne? Dowiesz się w Pracowni Ortopedycznej przy Al. Wyzwolenia 19 (w kącie obok starego kina "Górnik")
...twoje dziecko wymaga diagnozy i oceny specjalistycznej. Zapraszamy Państwa na: diagnostykę stóp z opisem, podoskopową analizę stóp oraz odcisk obu stóp w ustawieniu statycznym i dynamicznym.

Polecamy profesjonalne dynamiczne wkładki ortopedyczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Wkładki są wyjątkowo dokładne i komfortowe – modelowane bezpośrednio na stopach.



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

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

Realizujemy wnioski NFZ

REKLAMA R0226/19

Już 267 tys. osób odbudowało swoje stawy i pozbyło się bólu w zaledwie 36 dni



Prof. James D. Reinolds z Uniwersytetu w Chicago

Odkryto bezoperacyjny sposób na odbudowę zniszczonych stawów!

Przełomowe odkrycie naukowców z Chicago College of Rheumatology: osoby cierpiące na zwyrodnienia stawów oraz uciążliwy, rwący ból mogą wreszcie powrócić do normalnego życia.

Dzięki nowo odkrytej metodzie każdy ma szansę pokonać dokuczliwe bóle stawów i odzyskać dawną sprawność fizyczną. **„Koniec z ciągłym bólem i niemożnością poruszania się”** – mówi prof. James D. Reinolds z Uniwersytetu w Chicago. „Nieważne, czy bolą kolana, biodra, nadgarstki czy kręgosłup. Nieważne, czy schorzenie ma podłoże genetyczne, jest wynikiem przeciążenia stawów czy otyłości.

Ból i zwyrodnienie można zwalczyć! **Dlatego zawsze byłem przeciwny przepisywaniu pacjentom aż tylu środków przeciwbólowych, bo każdą dolegliwość można zniszczyć u źródła”** – dodaje profesor entuzjastycznie.

„Znaleźliśmy sposób, który usuwa stany zapalne, odżywiając jednocześnie komórki chrzęstne i regenerując maź stawową. Wystarczy spojrzeć na zdjęcia tomograficzne stawu wykonane przed kuracją i po niej” **[patrz fotografia wyżej]**



„Wstąpiło we mnie nowe życie!”

„Ciężko żyć z tym bólem. Ktokolwiek ma artretyzm, wie, co to za męka. Nie można rano wstać, chodzić, każdy ruch sprawia ból. Żeby w ogóle jakoś funkcjonować, brałam końskie dawki kortyzonu. Ale puchłam po tych lekach okropnie, dodatkowo lekarz mówił, że one uzależniają. Jak brałam mniej, ból był nie do zniesienia, i tak w kółko. Ale moja wnuczka, która mieszka w Stanach, przysłała mi ten preparat. Już po tygodniu obrzęk mi zszedł, bóle minęły. Mogę znów chodzić, ruszać się. Wstąpiło we mnie nowe życie!”

Bożena (lat 65) *z Tarnowa*



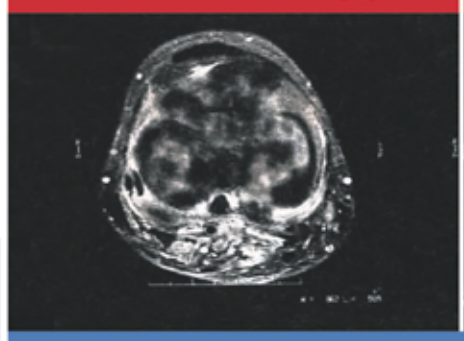
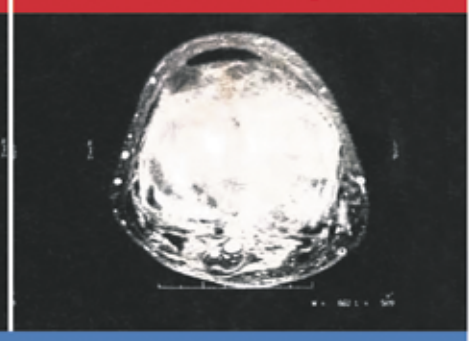
„Kręgosłup znowu działa jak należy”

„Bóle kręgosłupa po prostu nie dawały mi normalnie żyć. Przez wiele lat pracowałem fizycznie, no i się doigrałem. Musiałem przejść na rentę, bo problemem było dla mnie nawet zwykłe schylenie się czy wstanie z łóżka, a co tu mówić o ciężkiej pracy. Chodziłem od lekarza do lekarza, ale nikt nie potrafił mi pomóc. Uratowała mnie siostrzenica Marta, która mieszka w Chicago od 13 lat. Przysłała mi ten preparat Reinoldsa i... 36 dni i jestem jak nowo narodzony. Nic nie boli, nic nie strzyka. Jestem sprawny tak, jak było to w młodości, kiedy przenosiłem raz po raz worki z cementem. Nigdy nie zapomnę tego Martusi!”

Krzysztof (lat 59) *z Mielca*

Ortopedzi byli w szoku

„Gdy pokazaliśmy reumatologom i ortopedom zdjęcia z efektami kuracji, byli w szoku. Nie mogli uwierzyć, że zmiany zwyrodnieniowe w obrębie stawów mogą się ot tak po prostu cofnąć. Starta tkanka chrzęstna się odbudowała, a płyn maziowy odzyskał swoją dawną poślizgowość. U wszystkich osób, które brały udział w testach, bóle stawów minęły, a stan zapalny ustąpił. Natura chce, żeby Twoje ciało funkcjonowało perfekcyjnie, a organizm dążył do samonaprawy. Wystarczy, że podamy mu substancję o odpowiednich właściwościach bioinformacyjnych, a wszystko zacznie wracać do normy. To nie żadna magia – to czysta biologia. Doskonałym przykładem tego jest penicylina powstała ze zwykłego grzyba (znanej wszystkim pleśni), która zmniejszyła umieralność z powodu zakażeń bakteryjnych o przeszło 90%! Podobnie jest ze zwyrodnieniem stawów: człowiek nie wymyśli sposobu na artrozę, ale może go poszukać w naturze. I tym tropem poszedł mój zespół.

PRZED kuracją:	PO kuracji:
	

Na zdjęciu po lewej widać puste przestrzenie w obrębie torebki stawowej powstałe na skutek zbytniego uwodnienia tkanki. Po kuracji struktura mazi stawowej się odbudowała (zdjęcie po prawej), odzyskała lepko-sprężystą konsystencję i właściwości poślizgowe. Kości są odpowiednio „naoliwione”, dzięki czemu nie trą o siebie, ponieważ funkcje amortyzujące stawu zostały przywrócone.

Po miesiącach testów odkryliśmy formułę, która przestawia organizm w tryb walki ze zwyrodnieniem stawów. Nie tylko usuwa przyczyny stanu zapalnego, lecz także odżywia chondrocyty i inicjuje proces samoregeneracji chrząstki stawowej. Dzięki temu niszczy artrozę tak samo skutecznie, jak penicylina bakterie! Teraz wiem, że to najpotężniejsza broń przeciw bólom stawów, jaką wymyśliła matka natura.

Ból mija bezpowrotnie

Aby zlikwidować ból, wystarczy przyjmować 2 kapsułki dziennie. Już na drugi dzień kuracji można oczekiwać, że ból zacznie słabnąć. Po kilku dniach zniknie bolesność, obrzęk i drętwienie, które nie daje w nocy spać. Ale to nie koniec! Po skończonej kuracji Twoje życie będzie wyglądało dokładnie tak, jak przed pierwszym atakiem artrozy. Uwolnisz się od bólu i odzyskasz pełną sprawność ruchową.”

Preparat prof. Reinoldsa regenerujący stawy jest popularny nie tylko w USA. Stosują go także osoby walczące z bólem stawów w Europie. W tym roku udało się wprowadzić produkt również do Polski. W naszym kraju kuracja jest dostępna za udział w Klubie Seniora! Promocja dotyczy wyłącznie pierwszych 150 osób, które złożą zamówienie do 5 kwietnia 2019 roku. **Ilość zestawów promocyjnych ograniczona – decyduje kolejność zgłoszeń!**

70% DOFINANSOWANIE DLA PIERWSZYCH 150 OSÓB!

Pierwszym 150 osobom, które zadzwonią do 5 kwietnia 2019 r., przysługuje **70% dofinansowanie.** Dostaniesz wówczas preparat prof. Reinoldsa za udział w Klubie Seniora zamiast za ~~317~~ **tylko za 97 zł** (przesyłka GRATIS!)

Zadzwoń: 81 300 33 12

Od poniedziałku do niedzieli: 8:00–20:00 (Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)

REKLAMA R0227/19

ROZLICZAJĄC PIT W WAŁBRZYCHU, POMAGASZ ROZWIJAĆ MIASTO!

Aby rozliczyć się w Wałbrzychu, nie musisz być tu zameldowany – wystarczy, że tu mieszkasz i w swoim zeznaniu podatkowym wpiszesz wałbrzyski adres.

Dlaczego to ważne?

Rozliczając PIT w Wałbrzychu i wskazując wałbrzyski adres zamieszkania wspierasz rozwój w naszym mieście:

- budowy dróg i infrastrukturę
- edukację i oświatę
- rekreację i utrzymania zieleni
- sport i kulturę
- ochronę środowiska
- budowę i remonty mieszkań komunalnych
- budżet obywatelski



/AnatolSzpur.official /anatolszpur.official /AnatolSzpur WWW.AnatolSzpur.pl

Apel radnego

Anatol Szpur radny Rady Miejskiej Miasta Wałbrzycha



Wałbrzych

Rewitalizacyjne seminarium

„Opracowania planistyczne i konserwatorskie w procesie rewitalizacji"- pod takim hasłem 25 i 26 marca odbyło się na terenie Starej Kopalni w Wałbrzychu seminarium w zakresie aspektów wiedzy o rewitalizacji.

Urbaniści, przedstawiciele samorządów oraz środowisk akademickich przyjechali do Wałbrzycha, aby podzielić się doświadczeniami z prowadzonych na różną skalę programów rewitalizacji miast. W ten sposób Gmina Wałbrzych wkroczyła w kolejny rok realizacji pilotażowego projektu rewitalizacji, dzięki któremu, podobnie jak w Bytomiu i Łodzi, udało się wypracować wiele ciekawych rozwiązań i modelowych dokumentów. Przygotowane rozwiązania mogą stanowić dobre praktyki dla innych miast podejmujących wyzwanie rewitalizacji zdegradowanych obszarów. Jednym z istotniejszych elementów wałbrzyskiego pilotażu są opracowania planistyczne i konserwatorskie, wskazane jako kluczowe w procesie rewitalizacji.

PAS

REKLAMA R0228/19

ZACHODNIOPOMORSKA SKOK
ROK ZAŁOŻENIA 1993

Pożyczka Wielkanocna

RRSO 11,01%



WWW.ZSKOK.PL

Przykładowe raty pożyczek

całkowita kwota kredytu	okres kredytowania	wysokość raty
1 500 zł	36 m-cy	46,33 zł
3 000 zł	36 m-cy	92,66 zł
5 000 zł	36 m-cy	154,44 zł

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) wynosi 11,01%, całkowita kwota kredytu: 5 000 zł, całkowita kwota do zapłaty: 5 809,66 zł, oprocentowanie stałe 7%, całkowity koszt kredytu 809,66 zł (w tym: prowizja 250 zł; odsetki 559,66 zł), okres kredytowania: 36 miesięcy, 35 miesięcznych rat równych po 154,44 zł, ostatnia rata: 154,26 zł. Kalkulacja została dokonana na dzień 11.03.2019 roku na reprezentatywnym przykładzie. Data spłaty pierwszej raty 11.04.2019 roku.

Przedstawione dane mają charakter informacyjny i nie stanowią oferty w rozumieniu artykułu 66 k.c.

WAŁBRZYCH
ul. Główna 5
tel. 74 844-46-91
(obok sklepu „Wanda")

GŁUSZYCA
ul. Grunwaldzka 12
tel. 74 845-01-96

REKLAMA R0229/19



GMINA WAŁBRZYCH PRZYPOMINA

Urząd Miasta informuje, że nieprzestrzeganie zapisów Regulaminu utrzymania czystości i porządku na terenie gminy Wałbrzych, dot. pozbywania się odpadów wielkogabarytowych w sposób niezgodny z regulaminem, podlegać będzie karze grzywny na podstawie art. 10 ust 2 i 2a ustawy o utrzymaniu czystości i porządku w gminach (t.j. w: Dz. U. z 2018 r. poz. 1454).

Wałbrzych

Wywalili graty ostatni raz

Akcja „Wywalamy graty z chaty" organizowana przez Urząd Miasta Wałbrzycha sięga swojego apogeum. Krajobraz w niektórych miejscach przy ulicach miasta przypomina powojenne obrazki. Albo można pomyśleć, że ktoś właśnie trafił szóstkę w Lotto i przemeblowuje całe mieszkanie.



Najprawdopodobniej mieszkańcy już wiedzą, że to ostatnia tego typu akcja organizowana przez gminę. Akcja, która cieszyła się powodzeniem przez kilkanaście lat. Jak komentuje rzecznik prasowy Urzędu Miejskiego, Edward Szewczak: „Służby miejskie doskonale i sprawnie poradzą sobie z wywiezieniem przedmiotów wystawianych przez mieszkańców. Tych rzeczy nie jest aż tak dużo jak w latach ubiegłych" – dodaje.

Akcja rozpoczęła się 25 marca, a zakończy 10 kwietnia. Obejmuje wszystkie dzielnice miasta. Do tej pory służby zebrały odpady z takich dzielnic jak: Poniatów, Szczawienko, Lubiechów, Piaskowa Góra, Podzamcze, Nowe Miasto, Rusinowa. Przed nami Biały Kamień, Śródmieście, Sobiecin, Podgórze, Gaj, Glinik.

Przypominamy również, że zgodnie z regulaminem utrzymania czystości i porządku na terenie gminy Wałbrzych, wszyscy mieszkańcy Wałbrzycha w dalszym ciągu są zobowiązani do przekazywania odpadów wielkogabarytowych do Punktów Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych przy ulicy Stacyjnej lub przy ulicy Beethovena w Wałbrzychu.

Ponadto odpady wielkogabarytowe mieszkańcy winni dostarczać na PSZOK we własnym zakresie i na własny koszt. PSZOK czynny jest w godzinach od 10:00 do 18:00.

W Wałbrzychu trwa rewolucja śmieciowa, której celem jest uświadamianie i wdrażanie ekologicznego praktykowania usuwania odpadów. Więcej informacji o rewolucji można przeczytać na http://www.rewolucjasmieciowa.walbrzych.eu/

PAS

30 minut sekund

Głuszyca
Centrum Przesiadkowe

Ruszyły prace przy budowie Centrum Przesiadkowego w Głuszycy. Przypominamy, że już w 2018 roku opinia publiczna została poinformowana o tym przedsięwzięciu. Wszystko za sprawą dofinansowania z Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Dolnośląskiego na lata 2014 - 2020 jakie otrzymała Gmina Głuszyca. Projekt pod nazwą „Sowiogórski Raj – budowa Centrum Przesiadkowego w Głuszycy" obejmuje budowę centrum przesiadkowego z wiatami przystankowymi i zatokami autobusowymi, budynkiem z punktem informacyjnym, poczekalnią oraz toaletą publiczną i przyległym parkingiem. Zakończenie budowy nastąpi jeszcze w 2019 roku.

Boguszów-Gorce
Straż Miejska „kontratakuje"

Funkcjonariusze boguszowskiej Straży Miejskiej podsumowali lutowe działania na terenie miasta. Na pierwszy ogień poszli właściciele pojazdów samochodowych. Tu reprymendę otrzymali kierowcy, którzy nie stosowali się do właściwego parkowania i bez odpowiednich uprawnień pozostawiali swoje pojazdy na kopertach dla osób niepełnosprawnych. Drugim działaniem w okresie zimowym była kontrola „paliwa" służącego do palenia w piecach. Interwencje ze strony boguszowskich strażników zakończyły się nałożeniem mandatów. Jednemu z mieszkańców po czterokrotnej kontroli został wystosowany wniosek do Sądu Rejonowego w Wałbrzychu celem ukarania.

REKLAMA R0230/19

TRWA SPRZEDAŻ MIESZKAŃ

WAŁBRZYCH Podzamcze przy ulicy Palisadowej

Nowoczesny, energooszczędny dziewięcio-kondygnacyjny budynek.
Podziemny garaż, windy, nowoczesny system wentylacji o stałym układzie ciśnienia wraz z odzyskiem ciepła zapewnią komfort przyszłym mieszkańcom.

Plac zabaw dla dzieci, teren ogrodzony, dogodna lokalizacja.

Rozpoczęcie budowy – **październik 2018, zakończenie sierpień 2020**

1. 35 mieszkań (35-80m2)
2. 5 dwupoziomowych apartamentów (60-100m2) z tarasami
3. Mieszkania parteru z ogródkami i tarasami
4. Garaż podziemny,
5. Windy
6. System rekuperacji w mieszkaniach (odzysk ciepła)

Do sprzedaży domki w stanie surowym w zabudowie szeregowej 108,5 m2 przy ulicy Wiosennej (Rusinowa) oraz lokal usługowy (118,75 m2) przy ul. Blankowej

KONTAKT:
SPÓŁDZIELNIA BUDOWY DOMKÓW JEDNORODZINNYCH
UL. ORŁOWICZA 109 A
58-309 WAŁBRZYCH
tel: 74 666 14 14; 74 841 74 48
e-mail: list@sbdj.pl www.sbdj.pl

SBDJ
BUDUJEMY OD 1994



REKLAMA R0231/19



REKLAMA R0232/19



Co ćwierka w sieci...

Edward Szewczak
@edoszewczak EDWARD SZEWCZAK RZECZNIK PRASOWY URZĘDU MIEJSKIEGO W WAŁBRZYCHU

Wałbrzych za 40 mln zł postawił Regionalną Instalację Przetwarzania Odpadów Komunalnych #RIPOK, która przetwarza około 200 ton odpadów dziennie. Muszę przyznać, że instalacja robi wrażenie. #Wałbrzych

04:38 - 26 mar 2019

Zamek Książ
@Zamek_Ksiaz

Jerzy Kosek conducted the Książ Chamber Orchestra before a fulll house in Maximillian Hall. Violinist Sara Dragan joined the orchestra for its #Spring Performance at #KsiążCastle. We invite you to our upcoming #concert : The Magic Flute (April 13).

05:13 - 25 mar 2019

Świdnica
@UMswidnica

Świdnica jest jedynym miastem na Świecie, gdzie każda wycieczka rowerowa może skończyć się na spotkaniu Rafała Majki. Wizerunek tego kolarza oraz Józefa Bekera możecie spotkać na ścianie...

09:04 - 26 mar 2019

Mateusz Morawiecki
@MorawieckiM MATEUSZ MORAWIECKI PREZES RADY MINISTRÓW

Byliśmy, jesteśmy i będziemy zawsze za wolnością w Internecie. Dziękuję wszystkim europosłom PiS, że głosowali za swobodą wypowiedzi i prawami obywatelskimi milionów polskich internautów. #ACTA2

14:18 - 26 mar 2019

Koleje Dolnośląskie
@KolejeD

We wrześniu do @BielawaMiasto!
Tylko 98 dni minęło od przejęcia linii Bielawa-Dzierżoniów przez @Dolny_Slask do momentu wyłonienia wykonawcy na modernizację. Po dzisiejszej konferencji prasowej wiadomo, że linia ma być gotowa do końca sierpnia 2019 r.
->https://bit.ly/2FkcMnH

06:50 - 22 mar 2019

Muzeum Porcelany
@MuzeumWalbrzych

Szanowni Państwo, informujemy, że w najbliższą sobotę (30 marca) Muzeum Porcelany będzie nieczynne dla zwiedzających. W tym dniu będą prowadzone prace konserwatorskie.
Przepraszamy za utrudnienia i zapraszamy w innym terminie.

00:46 - 25 mar 2019

Sejm RP
@KancelariaSejmu

Prezydent @AndrzejDuda wręczył Ordery Odrodzenia Polski Rodakom, którzy z narażeniem życia nieśli pomoc Żydom podczas II wojny światowej. Udział w uroczystości wzięła Agnieszka Kaczmarska, szef Kancelarii #Sejm

05:01 - 25 mar 2019

Wałbrzyska SSE
@WalbrzyskaSSE WAŁBRZYSKA SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA

Działamy na rzecz powstania #DolnośląskiOkręgPrzemysłowy. Trzymajcie za nas mocno kciuki – (...) Musimy zaradzić problemom komunikacyjnym i demograficznym w regionie– mówi @MichalSzukala, wiceprezes #WSSE. Więcej w @puls_biznesu ->https://bit.ly/2HGp8du . Polecamy

07:40 - 26 mar 2019

REKLAMA R0233/19

ALIOR BANK
WYŻSZA KULTURA. BANK NOWOŚCI.

ZAPRASZAMY DO ALIOR BANKU

- pożyczki gotówkowe
- kredyty konsolidacyjne
- konta osobiste
- kredyty dla firm
- konta firmowe
- leasing



Wałbrzych, **Rynek 13**
☎ 515 535 414, 515 535 147

Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania (RRSO) pożyczki: 11,76% (stan na 14.12.2018 r.). RRSO kredytu konsolidacyjnego: 11,53% (stan na 14.12.2018 r.). Zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Finansów z dnia 14 lipca 2017 r. w sprawie wykazu usług reprezentatywnych powiązanych z rachunkiem płatniczym, użyte w niniejszym materiale określenie oznacza: konto osobiste – rachunek płatniczy. Alior Bank SA, ul. Łopuszańska 38D, 02-232 Warszawa.



„KREATYWNE WARSZTATY LODOWE Z SCHOLLER ICE CREAM".

Uczniowie z Zespołu Szkół Nr 7 w Wałbrzychu uczestniczą w projekcie edukacyjnym



Organizatorem warsztatów jest producent lodów Nestle Schöller firma FRONERII Polska Sp. z o.o. W warsztatach bierze udział 16 uczniów z technikum i branżowej szkoły. Celem warsztatów jest rozwijanie pasji i zainteresowań uczniów, poszerzanie wiedzy i umiejętności uczniów z zakresu komponowania deserów. Uczestnicy warsztatów poznali historię lodów oraz zasady komponowania deserów. Kreując desery wykorzystują lody MAPLE WALNUT - z syropem klonowym i karmelizowanymi orzechami włoskimi, śmietankowe, truskawkowe, karmelowe z solą oraz o smaku bezowym z sosem malinowym oraz rozmaite dodatki, zgodnie z zasadami food pairing jako dziedziny z przełomu nauki i gastronomii. Dotychczas grupa wypracowała recepturę, która znalazła się wśród 15 najlepszych kreatywnych deserów i w nagrodę uczestniczyła 25 marca w SWEET TARGACH w Katowicach. Przewodnikiem po świecie kompozycji lodowych był sam Mistrz Pan Kurt Scheller.

red

Dzień otwarty dla przedszkolaków!

Wałbrzyskie przedszkolaki miały okazję wziąć udział w niezwykłych zajęciach otwartych zorganizowanych przez Publiczną Szkołę Podstawową nr 5 im. A. i Cz. Centkiewiczów.



Na zajęciach z języka niemieckiego, prowadzonych przez Panią Monikę Chapman, dzieci uczyły się m.in. piosenek o częściach ciała.



Zaczarowany świat chemii wykreowała pani Małgorzata Wesołowska

W poniedziałek, 25 marca, maluchy, które odwiedziły wraz ze swoimi paniami lub rodzicami „piątkę" uczyły się m.in. tańców, języka angielskiego i niemieckiego, wykonały prace plastyczne i mini-doświadczenia chemiczne: lampę lawę, czy własne akwaria z rybkami. Pod okiem nauczyciela wyczarowały kolorową sól, a ze zrobionego przez siebie piasku kinetycznego, tworzyły babeczki na bal dla lalek oraz skittelsową tęczę na wodzie. Goniły także uciekający pieprz, korzystały z programów edukacyjnych przy użyciu tablicy multimedialnej. W prowadzeniu tych jakże kreatywnych warsztatów pomagali uczniowie klas ósmych: Nikola Mikiczak, Kamila Drzewiecka, Nikodem Piekarzewicz, Wiktoria Bartoszak, Jan Mucha, Grzegorz Matuszewski, Piotr Pryt, Wiktor Mańkowski.

Zajęcia podzielono na dwie tury: przedpołudniową w godz. od 9.00 do 11.00 oraz popołudniową (16.00-17.30). Szkoła gościła m.in. Przedszkole „Pod Grzybkiem" oraz Przedszkole Samorządowe nr 4. W pierwszej części, poza przedmiotowymi pokazami, odbyło się także pasowanie na czytelnika, rozstrzygnięto również konkurs Zasady Bezpieczeństwa Kubusia Puchatka.

osa

Źródło zdjęć: Archiwum PSP nr 5

Konkurs „Moja Mała Ojczyzna"

W środę 20 marca, w wałbrzyskim Zespole Szkół Nr 1 odbyła się kolejna edycja konkursu Moja Mała Ojczyzna. Konkurs zorganizowany został we współpracy z Polsko-Niemieckim Stowarzyszeniem Prawników Wałbrzych-Marburg, fundatorem głównej nagrody - wyjazdu na staż prawniczy do Niemiec. Honorowy patronat nad imprezą objął prezydent Wałbrzycha dr Roman Szełemej. Tradycyjnie już konkurs składał się z dwóch części: testowej w języku polskim, zawierającej pytania z historii, geografii a także spraw bieżących dotyczących Powiatu Wałbrzyskiego oraz części krasomówczej, w której uczestnicy mieli zadanie zaprezentować swój region w krótkiej wypowiedzi w języku obcym. W wydarzeniu wzięło udział 40 uczniów z 9 wałbrzyskich szkół.





Laureatami tegorocznej edycji zostali w poszczególnych kategoriach:

SZKOŁY PONADGIMNAZJALNE:

1. Weronika Kaczor -I LO
2. Klaudia Radomska- I LO
3. Natalia Flis - I LO
4. Kacper Andrzejewski - Zespół Szkół Muzycznych
5. Izabela Sosnowska - I LO

LAUREACI GIMNAZJUM

1. Dominika Malicka-PG 12
2. Alicja Ławniczak-PG12
3. Aleksandra Klich- SP Fundacji „CLEVER"
4. Alicja Baranowska-PG 12
5. Wiktoria Janicka- PG 12

LAUREACI SZKOŁY PODSTAWOWE

1. Jan Wiernicki - SP 28
2. Kacper Gawron-SP 23
3. Jakub Odlewany - SP 26
4. Jacek Derej - SP 15
5. Marek Gagaczowski - SP 28

red

REKLAMA R0234/19





REKLAMA R0235/19





Z Kubusiem Puchatkiem o bezpieczeństwie

Są już zwycięzcy konkursu plastycznego „Zasady bezpieczeństwa Kubusia Puchatka" zorganizowanego przez Publiczną Szkołę Podstawową nr 5 im. A. i Cz. Centkiewiczów w Wałbrzychu. Uroczyste wręczenie nagród odbyło się w auli placówki, 25 marca o godzinie 9.00.

Wyniki klas od 0 do I

I miejsce - Alicja Borkowska, klasa I A, Zespół Szkolno-Przedszkolny Nr 3 w Wałbrzychu

II miejsce – Julia Wiśniewska klasa I A, Zespół Szkolno-Przedszkolny Nr 3 w Wałbrzychu

II miejsce – Sebastian Dąbrowski klasa I c, Publiczna Szkoła Podstawowa Nr 5

III miejsce - Ewa Bochenek, Przedszkole Samorządowe Nr 4 w Wałbrzychu

III miejsce - Yeva Romanenko, Przedszkole Samorządowe Nr 17 z Oddziałami Integracyjnymi i Specjalnymi w Wałbrzychu

Wyniki klas od II do III

I miejsce – Zuzanna Pietryga, Zespół Szkolno-Przedszkolny Nr 3

II miejsce – Natalia Suchomska, Zespół Szkolno-Przedszkolny Nr 3 w Wałbrzychu

III miejsce – Milena Szachniewicz, Publiczna Szkoła Podstawowa Nr 6 w Wałbrzychu

30 minut sekund

Mieroszów
Uczą pływać

„Umiem Pływać" to projekt Ministerstwa Sportu i Turystyki, który jest dedykowany dla uczniów klas I–III szkół podstawowych. Zakłada on systematyczny i powszechny udział dzieci w zajęciach sportowych z zakresu nauki pływania. Uczniowie z terenu gminy Mieroszów rokrocznie biorą udział w tym projekcie. W ubiegłym roku w zajęciach realizowanych z projektu „Umiem pływać" wzięło udział 75 uczniów. Obecnie w ramach projektu ogłoszona została I edycja projektu, z której korzysta 45 uczniów. Zajęcia są przyjemne, ale przede wszystkim pożyteczne, a co najważniejsze - sprawiają dużo radości, bawią, a jednocześnie rozwijają ciało i umiejętności dziecka.

Świebodzice
Pomagali młodym w wyborze

Za nami tegoroczna edycja Targów Przedsiębiorczości i Planowania Kariery Zawodowej w Świebodzicach, których celem była pomoc młodym świebodziczanom w wyborze swojej przyszłości. Przedsięwzięcie odbyło się 26 marca w godzinach 10.00-13.00 w sali Miejskiego Domu Kultury w Świebodzicach. W ten sposób lokalny samorząd chce ułatwić młodym osobom ten trudny wybór. Urzędnicy zaprosili do Świebodzic uczelnie wyższe oraz instytucje wspomagające planowanie kariery. Zaprezentowały one swoją działalność, a także kierunki kształcenia.

REKLAMA R0236/19

DZIEŃ KARIERY / DZIEŃ OTWARTY

w Państwowej Wyższej Szkole Zawodowej im. Angelusa Silesiusa w Wałbrzychu
11 kwietnia 2019

Wzorem lat ubiegłych, w dniu 11 kwietnia br. (w godzinach 8.30-11.30) w PWSZ w Wałbrzychu jest organizowany Dzień Kariery / Dzień Otwarty, a zatem wyjątkowa okazja do zapoznania się z wyzwaniami współczesnego rynku pracy oraz zainteresowania ofertą dydaktyczną uczniów szkół ponadgimnazjalnych powiatu wałbrzyskiego, ale także nauczycieli, rodziców, mieszkańców. Ze względu na jubileusz 20-lecia istnienia wałbrzyskiej PWSZ tematem przewodnim tegorocznej edycji jest 20 pomysłów na karierę!

OFERTA PROGRAMOWA

Program wydarzenia został przygotowany tak, aby poprzez zajęcia warsztatowe i laboratoryjne wskazać młodym ludziom możliwości wyboru przyszłego zawodu i związanej z nim ścieżki kształcenia. Maturzyści zyskają przy tym doskonałą okazję do powtórzenia przed maturą wiadomości z zakresu np. języka polskiego i obcego, wiedzy o społeczeństwie, historii czy chemii. W programie nie zabraknie konkursów z nagrodami, warsztatów językowych i kulturoznawczych prowadzonych przez studentów oraz wykładowców filologii angielskiej i pedagogiki, a także warsztatów ergonomicznych z BHP i wykładów z zakresu administracji. Osoby lubiące rywalizację będą miały możliwość współzawodnictwa podczas gry strategicznej, przygotowanej przez przyszłych inżynierów logistyki, natomiast zainteresowani zawodem architekta wnętrz zgłębią tajniki projektowania 3D, podziwiając efekty swojej pracy tuż po warsztatach, przy użyciu okularów VR.

NIEODPŁATNE ZABIEGI

Tradycyjnie w tym dniu uczelnia otwiera wszystkie laboratoria i pracownie, w których będzie można poznać tajniki zawodów kosmetologa, technika dentystycznego, pielęgniarki czy ratownika medycznego. Będzie można skorzystać z zabiegów kosmetologicznych: 20 zabiegów na 20-lecie PWSZ, zmierzyć ciśnienie tętnicze i wartość glikemii, uzyskać wskazówki dotyczące samokontroli piersi, dietetyki, czy chorób cywilizacyjnych oraz zasad udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

DLA POSZUKUJĄCYCH PRACY

W organizację Dnia Kariery włączyli się nie tylko wykładowcy, pracownicy administracyjni i studenci PWSZ, ale również przedstawiciele firm, instytucji oraz urzędów w ramach tzw. targów pracy, praktyk i staży. W auli Auditorium Novum będzie można zatem spotkać się z doradcami zawodowymi, praktykami biznesu oraz pracodawcami. Targi mają charakter otwarty i skierowane są do wszystkich poszukujących ciekawych ofert pracy, praktyk, wolontariatu i staży. Swoje oferty zaprezentują: NSK Steering Systems Europe, Mando Corporation Poland Sp. z o.o., Fundusz Regionu Wałbrzyskiego, Grupa EXACT Systems, PKP Intercity S.A Zakład Zachodni, Powiatowy Urząd Pracy w Wałbrzychu, Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Wałbrzychu, Regionalny Punkt Kontaktowy w Wałbrzychu/Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego, Dolnośląscy Pracodawcy, Wojskowa Komenda Uzupełnień w Kłodzku, Komenda Miejska Policji w Wałbrzychu, Hotel SPA dr Irena Eris Polanica Zdrój, Gabinet Kosmetologiczny Szykowne Polki.



DODATKOWE ATRAKCJE

Przybyłym na wydarzenie czas umilą konkursy z nagrodami, pokazy, gra terenowa „Outdoor Campus". Każdy z uczestników otrzyma zdjęcie, które, miejmy nadzieję - będzie wspaniałą pamiątką z tegorocznego Dnia Kariery w PWSZ AS dzięki foto budce Złota Oprawa. A dla ostudzenia emocji, których z pewnością w tym dniu nie zabraknie, Wałbrzyski Związek Wodociągów i Kanalizacji przygotuje „stoisko wodne". Wszystkie informacje znajdują się na stronie uczelni: www.pwsz.com.pl

Serdecznie zapraszamy!

20 pomysłów na karierę

30 minut sekund

Czarny Bór
Nielegalny tytoń i papierosy

Papierosy oraz krajankę tytoniową niewiadomego pochodzenia zabezpieczyli w czasie przeszukania mieszkania 50-letniego mężczyzny policjanci Komisariatu Policji w Boguszowie-Gorcach, przy współpracy z funkcjonariuszami Dolnośląskiego Urzędu Celno-Skarbowego we Wrocławiu. Mieszkaniec Czarnego Boru usłyszał już zarzut nielegalnego handlu wyrobami tytoniowymi bez wymaganej akcyzy. Policjanci przeprowadzili więc przeszukanie mieszkania przy ul. Skalników w Czarnym Borze, w którym ujawnili oraz zabezpieczyli blisko 6300 sztuk papierosów oraz ponad 2,5 kilograma krajanki tytoniowej bez polskich znaków akcyzy. Wartość zabezpieczonego towaru to ponad 6 tysięcy złotych.

Walim
Sołtys Radlińska zakończyła kadencję

Wójt Gminy Walim, Przewodnicząca Rady Gminy Walim oraz Sekretarz Gminy Aleksandra Ignaszak złożyli na ręce Pani Marii Radlińskiej serdeczne podziękowanie za dotychczasową pracę na rzecz małej społeczności. Pani Maria była sołtysem 19 lat. W tym okresie wielokrotnie była ambasadorką potrzeb mieszkańców Walimia. Dla każdego sąsiada i sąsiadki miała chwilę czasu, każdemu chętnie niosła pomoc. Przez cały ten czas współpracowała z samorządem gminy na rzecz poprawy wizerunku naszej miejscowości. Lokalni samorządowcy Walimia serdecznie podziękowali dotychczasowej Pani sołtys za nieustanny zapał, pozytywną energię i wkład na rzecz rozwoju i poprawy jakości życia mieszkańców. W Gminie Walim trwają wybory sołtysów i rad sołeckich. Dotychczasowy sołtys Walimia – Pani Maria Radlińska, nie zdecydowała się kandydować w wyborach.

Czytelnia 30 MINUT DLA NAJMŁODSZYCH:

Michał Zawadka „Mądrość z natury”

W powietrzu czuć już wiosnę. Warto więc uzupełnić biblioteczkę naszej pociechy pozycjami przedstawiającymi barwny świat fauny i flory. W tym wydaniu polecamy rodzicom i dzieciom „Mądrość z natury. Bajki o miłości, szacunku, przyjaźni i cudach natury” autorstwa Michała Zawadki, wydane przez Mind and Dream.

Dzięki tej pięknie zilustrowanej książeczce Wasze maluchy poznają ponad 400 faktów, związanych m.in. z życiem zwierząt czy taktem, a także dowiedzą się, czym są: umiar, troska, roztropność, wrażliwość i jak ważną rolę pełni rodzina.

Wszystkie historie nagrane zostały na płycie – czytają je znakomici polscy aktorzy, artyści i lektorzy: Joanna Jabłczyńska, Piotr Adamczyk, Robert Janowski, Krystyna Czubówna, Karolina Gruszka, Maciej Stuhr i Cezary Pazura.

Edukacyjnym tekstom literackim towarzyszy wspaniała oprawa muzyczna Tomasza Filipczaka. O zwierzakach dzieciakach, domowym ognisku, wielkich sprawach i o pokazie mody posłuchacie zatem przy dźwiękach barokowych, jazzu, funky, rocka, country, bossanovy. A na dobranoc były prowadzący teleturniej „Jaka to melodia” zaśpiewa Wam „Senny bal”.

Dodatkowo, dla najmłodszych, wydawnictwo przygotowało strony z kolorowankami, nawiązującymi do treści i morałów z siedmiu bajek.

Warto nadmienić, iż publikacja ta wspiera UNICEF, zachęcając i Ciebie, Drogi Czytelniku, do niesienia pomocy!

I to kolejny powód, dla którego trzeba ją mieć!

Cena 39,90 zł.

osa

Angielski w 30 minut

Dlaczego warto puszczać dziecku piosenki w obcym języku?

Dzieci uwielbiają muzykę, bo ta kojarzy im się z radością, ruchem, idolem, gwiazdą, kolorowymi teledyskami. Weźmy ten fakt pod uwagę i zaproponujmy naszemu maluchowi edukacyjne „you tube’owe” hity, które zachęcą go do przygody z angielskim.

Korzyści, wynikające z takiego sposobu przyswajania wiedzy:

Piosenka, nawet ta najprostsza, jest źródłem autentycznego, komunikacyjnego języka.

Słuchając, poznajemy „melodyjność” języka, akcent.

Śpiewany przez native speaker’a tekst dostarcza nam: emocji oraz prawidłowego wzoru wymowy.

Muzyka to zabawa, a zabawa to przyjemność.

Dziecko czuje się zmotywowane, a nie przymuszane do czegoś.

Rytm i melodia zachęcają do ruchu, a pokazywanie, czy naśladowanie są skutecznymi mnemotechnikami!

Zaprzyjaźnienie się z muzycznymi bohaterami bajkowych opowieści (np. z sympatycznym łosiem o imieniu Marty) oraz połączenie obrazu z dźwiękiem sprzyja lepszemu zapamiętywaniu tekstu, czy konkretnych wyrazów.

Dlaczego warto rozpocząć „osłuchiwanie” się z językiem już od wczesnych lat? Na to pytanie odpowiem, przytaczając opinię dr Andrzeja Senderskiego, specjalisty w zakresie treningu słuchowego Neuroflow:

„W mojej wieloletniej pracy z dziećmi zauważyłem, że nawet zdrowe dzieci często mają problemy ze skupieniem się i dłuższym utrzymaniem uwagi nad tym, co słyszą – niestety wynika to po części z wyzwań i obciążeń, jakie stawia przed dzieckiem współczesny świat i jego szum informacyjny. To jak efektywnie mózg przetwarza bodźce słuchowe wpływa na łatwość przyswajania wiedzy i komunikowania się. Nie ma innej drogi by osiągnąć mistrzowski poziom w danej dziedzinie, jak regularne ćwiczenia z coraz większym poziomem trudności, ale takim który motywuje, a nie deprymuje (…)”. (1)

Źródło informacji:

1.https://neuroflow.pl/terapia-sluchowa/neuroflow-aktywny-trening-sluchowy (data dostępu: 9.02.2018 r.).

osa

REKLAMA R0237/19



REKLAMA R0238/19



Adwokat radzi:



1. Czy można wydziedziczyć własne pełnoletnie dziecko ze spadku?

W pierwszej kolejności należy wskazać, że wbrew powszechnej opinii, instytucja wydziedziczenia w prawie polskim nie oznacza pozbawienia praw do spadkobrania, a oznacza pozbawienie prawa do zachowku.

Z wydziedziczeniem mamy zatem do czynienia wtedy, gdy uprawnieni do zachowku tj. dzieci, małżonek i rodzice spadkodawcy, którzy zgodnie z prawem mogliby żądać zachowku od spadkobiercy testamentowego, w skutek ich wydziedziczenia zostają pozbawieni tego uprawnienia. Samo wykluczenie tych osób ze sporządzonego testamentu nie pozbawia ich możliwości dochodzenia ułamkowej części spadku na podstawie zachowku.

Co ważne prawo do zachowku powstaje wyłącznie, gdy dziedziczenie następuje w drodze testamentowej.

Aby skutecznie wyłączyć daną osobę z dziedziczenia należy najpierw sporządzić testament w formie aktu notarialnego, w którym to do całości spadku powołamy jedną, wybraną osobę, a następnie w tym samym akcie, powołując się na opisaną w art. 1008 kodeksu cywilnego podstawę wydziedziczenia, pozbawiamy nasze dziecko, małżonka lub rodzica, prawa do zachowku.

Wydziedziczona może być osoba, która:

1) uporczywie postępuje w sposób sprzeczny z zasadami współżycia społecznego wbrew woli spadkodawcy.

2) dopuściła się umyślnego przestępstwa przeciwko życiu, zdrowiu lub wolności albo rażącej obrazy czci względem spadkodawcy lub jednej z najbliższych mu osób.

3) uporczywie niedopełniała względem spadkodawcy obowiązków rodzinnych.

2. Jak ograniczyć władzę rodzicielską ojcu trójki dzieci?

W świetle prawa władza rodzicielska stanowi zbiór uprawnień oraz obowiązków rodziców wobec ich dzieci. Ograniczenie władzy rodzicielskiej może nastąpić między innymi wówczas, gdy zagrożone jest dobro dziecka. Wtedy najczęściej mamy do czynienia z działaniem z urzędu Sądu rodzinnego zawiadomionego przez odpowiednie instytucje lub Policje.

Ograniczenie władzy rodzicielskiej może nastąpić również na wniosek jednego z rodziców, w sytuacji, gdy doszło do rozdzielenia się rodziców w skutek np. rozwodu lub separacji, ale także zwykłego rozstania.

Zgodnie z art. 107 kodeksu rodzinnego i opiekuńczego, jeżeli władza rodzicielska przysługuje obojgu rodzicom żyjącym w rozłączeniu, sąd opiekuńczy może ze względu na dobro dziecka określić sposób jej wykonywania. Sąd może powierzyć wykonywanie władzy rodzicielskiej jednemu z rodziców, ograniczając władzę rodzicielską drugiego do określonych obowiązków i uprawnień w stosunku do osoby dziecka. Sąd może także pozostawić władzę rodzicielską obojgu rodzicom, jeżeli przedstawili, zgodne z dobrem dziecka, porozumienie o sposobie wykonywania władzy rodzicielskiej i utrzymywaniu kontaktów z dzieckiem, a wszystko wskazuję na to, że będą współdziałać w sprawach dziecka.

Jeśli zarówno Pani jak i ojciec Pani dzieci prowadzicie osobne gospodarstwa domowe, żyjecie w rozłączeniu, a dzieci pozostały przy Pani, to są przesłanki do ograniczenia władzy rodzicielskiej ojcu dzieci.

Wniosek o ograniczenie władzy rodzicielskiej należy skierować do Sądu Rejonowego, Wydział Rodzinny, właściwy dla miejsca zamieszkania dziecka. Trzeba pamiętać, że miejsce zamieszkania dziecka nie jest tożsame z jego miejscem zameldowania.

Złożenie wniosku o ograniczenie władzy rodzicielskiej podlega opłacie sądowej w wysokości 40 zł, w przypadku, gdy władza rodzicielska była już uregulowana w wyroku rozwodowym, a teraz wnosimy o zmianę tych postanowień, opłata wynosi 100 zł.

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

„Drukarnia wyobraźni" 2019 r. - czyli jak Ela „zaraziła się pleksomanią"

ELŻBIETA TĄDEL zdobyła kwalifikację do wystawy pokonkursowej w V Ogólnopolskim Biennale Grafiki Warsztatowej Dzieci i Młodzieży „Drukarnia wyobraźni". Wykonała pracę w technice pleksorytu (druku wklęsły). Organizatorem konkursu jest Młodzieżowy Dom Kultury im. Heleny Stadnickiej w Radomiu. Obrady jury odbyły się 1 marca 2019 r.. Oprócz domów kultury i szkół podstawowych w konkursie wzięli udział uczniowie szkół plastycznych i ASP. Jury podkreśliło wysoki poziom artystyczny nadesłanych prac i stosowanie przez młodych artystów trudnych i różnorodnych technik graficznych. Na biennale wpłynęło 396 prac z 30 placówek z całej Polski. Wystawa pokonkursowa zostanie otwarta 29 marca 2019 r.

Ela tak pisze o swoich pracach wykonywanych na zajęciach koła „Grafiki":

„Grafika wymaga więcej poświęcenia niż malarstwo. Same linoryty potrafią zająć dużo czasu i energii, a pleksoryty pochłaniają go o wiele więcej. Właśnie dlatego wybrałam tę technikę. Gdy rysuję na matrycy, a potem ocieram pot z czoła, podczas mozolnego i wyczerpującego drukowania jestem naprawdę szczęśliwa, dumna z siebie, mam szczególne przywiązanie do swojej pracy. Zauważyłam również, że zaraziłam „pleksomanią" innych rówieśników."

Jeśli chcecie „zarazić się" miłością do sztuki, wykonywać prace w różnych technikach plastycznych: malarskich i graficznych to zapraszamy na zajęcia w pracowni plastycznej „Mansarda" w MDK w Świdnicy (nauczyciel Joanna Waksmundzka).

red



Teatr Dramatyczny im. J. Szaniawskiego w Wałbrzychu

Po nas choćby kosmos

Tekst: Sibylle Berg
Reżyseria: Paweł Świątek
Przekład: Iwona Nowacka
Scenografia i kostiumy: Karolina Mazur
Obsada: Karolina Bruchnicka, Angelika Cegielska, Dorota Furmaniuk, Joanna Łaganowska,
Czesław Skwarek

„Po nas choćby kosmos" Sibylle Berg jest opowieścią o wyprawie na Marsa, do której przygotowują się uczestniczki specjalnego programu kolonizacyjnego. Scena kameralna „Szaniawskiego" zmienia się w kosmodrom, rakieta czeka gotowa do startu…

W wywiadzie dla „Glamour", nasza wschodząca gwiazda Karolina Bruchnicka, tak opisuje spektakl:

„To spektakl o milenialsach. Cztery dziewczyny stwierdzają, że nie odnajdują się na Ziemi, wiec chcą lecieć na Marsa. Ale żeby lecieć, muszą znaleźć odpowiednich facetów, z którymi będą mogły przedłużyć gatunek. Zastanawiają się co będą robić na innej planecie, planują, ale nie wiadomo, czy podróż dojdzie do skutku."

(Glamour „Jestem ciekawa świata" Angelika Kucińska, kwiecień 2019 Nr 4)

Czy bohaterowie spektaklu odnajdą idealnego partnera, z którym na Marsie spędzą resztę życia? Czy, jak na millenialsów przystało, skupieni na ekranach swoich smartfonfów, przegapią szansę na szczęście?

Paweł Świątek, reżyser millenials, sięga w spektaklu po ludową formę i odpowiada na te pytania w bolesny, ale i humorystyczny sposób.

Prawa autorskie Sibylle Berg do sztuki reprezentuje Agencja ADiT.

Spektakl zrealizowany w ramach Z OGNIEM W GŁOWIE 3. POLSKO-NIEMIECKICH SPOTKAŃ Z TEATREM DLA MŁODZIEŻY – 19. DNI DRAMATURGII.

Spotkania są współfinansowane przez Fundację Współpracy Polsko-Niemieckiej oraz ze środków z budżetu Województwa Dolnośląskiego.

red

29 marca / piątek / godz. 19:00 / Scena Kameralna
30 marca / sobota / godz. 19:00 / Scena Kameralna
31 marca / niedziela / godz. 18:00 / Scena Kameralna

REZERWACJA MIEJSC I INFORMACJA: Biuro Obsługi Publiczności, tel.: 74 64 88301-3
lub na: http://bilety.teatr.walbrzych.pl/ lub mailowo: biuro@teatr.walbrzych.pl



REKLAMA R0239/19

Uzdrowiciel z Filipin Reynaldo Jun Litawen

REYNALDO LITAWEN jest jednym z najlepszych filipińskich uzdrowicieli z wieloletnim doświadczeniem i praktyką uzdrawiania oraz dużymi osiągnięciami. Wieloletni członek Christian Spiritual Regeneration Movement i Stowarzyszenie Filipińskich Uzdrowicieli. Wywodzi się ze znanej rodziny uzdrowicieli na Filipinach. Jego nazwisko i moc uzdrawiana, znane są w całej Europie i Polsce. Niespotykane umiejętności, intuicja i skuteczność uzdrawiania a także dar przekazywania cudownej i pozytywnej energii zatrzymały u setek ludzi rozwój najcięższych chorób. Efektywność jego działania jest ogromna i pomocna przy rozmaitych chorobach w szerokim i nieograniczonym zakresie. Uzdrowiciel jest zdolny poprzez intensywną koncentrację wytworzyć ogromną energię eteryczną wokół swoich rąk, którą przekazuje choremu. Jego moc uzdrawiania pomaga w leczeniu: chorób nowotworowych, wadach serca, chorobach oczu, nerwicach, deformacji kręgosłupa, miażdżycy, paraliżach, kamieniach nerkowych i żółciowych, chorobach prostaty, wrzodach żołądka i dwunastnicy, guzach i cystach, chorobach kobiecych i innych schorzeniach.



Jego moc oddziaływuje na cały schorowany organizm, udrażniając kanały energetyczne.

Przykładem skuteczności uzdrawiania jest: Pan Józef z Wrocławia, któremu po dwóch wizytach u uzdrowiciela ustąpiły bóle kręgosłupa i zakończył się problem z przerostem prostaty. Pani Maria z Krakowa zapewnia, że dzięki wizytom u uzdrowiciela pozbyła się mięśniaków na narządach rodnych, co potwierdziły badania usg. Pan Andrzej z Gdańska - po trzech wizytach, zdjęcie usg potwierdziło pozbycie się kamieni w woreczku i nerkach. Pani Janina z Katowic – po wizycie u uzdrowiciela wchłonął się guz piersi, który był przeznaczony do operacji.

Dopóki pacjent wierzy w istnienie sił ponad ludzkich i jest otwarty na działanie uzdrowicieli, może zawsze osiągnąć pomoc.

Zapisy i informacje od poniedziałku do soboty, w godzinach od 8:00 do 13:00 i od 15:00 do 20:00.

Reynaldo Litawen przyjmuje:

4 kwietnia - WAŁBRZYCH
5 kwietnia - LUBIN i GŁOGÓW
6 kwietnia - BOLESŁAWIEC
7 kwietnia - WROCŁAW

Zapisy i informacje
693 788 894
784 609 208

30 minut sekund

Odszedł Stanisław Ignaczak

We wtorek pożegnaliśmy Stanisława Ignaczaka, jednego z najbardziej utytułowanych polskich koszykarzy. Zmarły przez większą część kariery związany był z Górnikiem Wałbrzych, z którym wywalczył Mistrzostwo Polski w 1982 roku oraz dwukrotnie, w 1981 oraz 1983, sięgnął po srebrny medal. Wcześniej reprezentował między innymi Resovię Rzeszów, z którą zdobył złoto (1975), srebro (1974) oraz dwukrotnie brązowy krążek Mistrzostw Polski (1976 i 1977). Stanisław Ignaczak odszedł w wieku 69 lat.

Stanisławek doceniony

Jak poinformował portal dziennik.walbrzych.pl, Eugeniusz Stanisławek, prezes Wałbrzyskiego Klubu Karate Kyokushinkai, został wiceprzewodniczącym światowej organizacji tej sztuki walki. Okazją do nominacji były rozegrane w japońskiej Fukuoce zawody Pucharu Świata w Karate Kyokushinkai, podczas których wałbrzyszanin uzyskał również stopień 7 dan.

Odrobić straty w Bardzie

Po dwóch udanych, bo zwycięskich spotkaniach z Sokołem Wielka Lipa oraz Piastem Nowa Ruda, piłkarze Górnika dość niespodziewanie potknęli się na Bielawiance remisując na boisku rywala 1:1. Niespodziewanie, gdyż po golu Damiana Bogacza goście wygrywali 1:0, stwarzali okazje do podwyższenia prowadzenia (między innymi strzał w poprzeczkę i słupek) i wydawało się, że w pełni kontrolowali przebieg derbowej rywalizacji. Niestety, w doliczonym czasie podopieczni Jacka Fojny pozwolili sobie na jeden jedyny błąd, który wykorzystał Dawid Włodek trafiając w zamieszaniu podbramkowym do siatki przyjezdnych. Remis z niżej notowanym rywalem okazał się bolesny w skutkach, gdyż prowadzący w IV-ligowej tabeli Śląsk II Wrocław pokonał Orła Prusice 3:0, dzięki czemu zwiększył przewagę nad wiceliderem z Wałbrzycha do 5 punktów. Okazja do wzbogacenia się o kolejne 3 „oczka" już jutro – w najbliższej odsłonie Tomasz Wepa i spółka zmierzą się na wyjeździe z Unią Bardo, którą jesienią odprawili 2:0. Początek rewanżu o godzinie 16.

Bielawianka Bielawa – Górnik Wałbrzych 1:1 (0:1)
Bramki: 0:1 Damian Bogacz (40), 1:1 Dawid Włodek (90+1)
Górnik: Jaroszewski, Michalak, Orzech, Smoczyk (79 Krawczyk), Krzymiński, Sawicki (60 Rytko), Wepa, Bogacz (60 Oświęcimka), Tragarz, Chajewski, Rodziewicz (58 De Paula). **Trener:** Jacek Fojna

Przed play-offami WALS-a

Zakończyła się runda zasadnicza Wałbrzyskiej Amatorskiej Ligi Siatkówki „Aqua-Zdrój". Zwycięzcą tej części rozgrywek został wielokrotny mistrz ligi – Chełmiec Euromar fLOVErs Art I, jednak „starszym" panom mocno po piętach depczą juniorzy Chełmca Aqua-Zdrój, PW Mabor oraz Dom Finansowy. Tym ciekawiej zatem zapowiada się odsłona play-off, której pierwsze mecze czekają nas w sobotnie popołudnie w Hali Wałbrzyskich Mistrzów.

Nadgryzły krakowskiego obwarzanka

Tegoroczne spotkania z AZS-em UJ Kraków odbijały się czkawką piłkarkom AZS-u PWSZ, które po jesiennej porażce w Ekstralidze 0:1 również w Akademickich Mistrzostwach Polski w Futsalu musiały dwukrotnie uznać wyższość rywalek z Grodu Kraka. W końcu jednak wałbrzyszanki, i to w jakim stylu, wzięły rewanż na rywalkach. Zespół Kamila Jasińskiego pokonał ekipę z Małopolski 4:1.



Akademickie derby rozpoczęły się od trafienia Aleksandry Nieciąg, która w 11 minucie zamieniła rzut karny podyktowany za faul na Weronice Wójcik na prowadzenie krakowskiej drużyny. Na szczęście wynik 0:1 utrzymał się zaledwie 180 sekund, gdyż wkrótce nasze panie wyrównały stan rywalizacji. Klaudia Miłek dorzuciła z rzutu rożnego, a Katarzyna Rozmus celną główką pokonała bramkarkę AZS-u UJ. To był dopiero początek ostrego strzelania miejscowych w tej odsłonie, gdyż w 24 minucie zespół Małgorzaty Mesjasz po raz drugi przechytrzył defensywę gości. W sytuacji sam na sam Klaudia Fabova minęła Karolinę Klabis, jednak bramkarka przeciwnej drużyny zdążyła powrócić między słupki i odbić strzał Słowaczki. Na szczęście do futbolówki jako pierwsza dopadła Miłek i tym razem golkiperka UJ-otu musiała skapitulować. Ostatni gol tej części padł tuż przed zejściem obu zespołów na krótką przerwę. Karolina Ostrowska przechwyciła bezpańską piłkę w polu karnym gości, aby precyzyjnym strzałem ustalić pewne prowadzenie wałbrzyszanek na półmetku spotkania.

W drugiej części nasze panie spokojnie kontrolowały pojedynek nie dopuszczając do zagrożenia we własnym polu karnym. Inna sprawa, iż po niewiele ponad kwadransie akademickiej konfrontacji powietrze całkowicie zeszło z przyjezdnych. W 62 minucie Fabova zakręciła defensywą krakowianek, stanęła oko w oko z Klabis i po chwili mogła odbierać gratulacje od swych koleżanek z zespołu za 10 gol w Ekstralidze.

Między klubem a reprezentacją

Najbliższe dni należeć będą do reprezentacji Polski seniorek, do której po raz kolejny powołana została nasza Małgorzata Mesjasz, o czym szczegółowo informowaliśmy przed tygodniem. Do walki o ligowe punkty podopieczne trenera Jasińskiego powrócą zaś w połowie kwietnia, kiedy to zagrają na wyjeździe z przedostatnim w tabeli Mitechem Żywiec.

Wspominając o biało-czerwonych i ważnej roli Mesjasz nie możemy pominąć milczeniem Jessiki Pluty. Wałbrzyszanka została bowiem powołana do reprezentacji Polski do lat 19 na zbliżający się turniej Elite Round stanowiący kwalifikacje do Mistrzostw Europy. Zawody rozegrane zostaną w dniach 4 – 9 kwietnia w Belgii, a rywalkami Polek będą Finlandia, Szwajcaria oraz Belgia.

AZS PWSZ Wałbrzych - AZS UJ Kraków 4:1 (3:1)
Bramki: 0:1 Aleksandra Nieciąg (11), 1:1 Katarzyna Rozmus (14), 2:1 Klaudia Miłek (24), 3:1 Karolina Ostrowska (45), 4:1 Klaudia Fabova (62)
AZS PWSZ: Sapor, Pluta, Mesjasz, Zawadzka, Szewczuk, Ostrowska, Rozmus (80 Kuciewicz), Głąb (60 Zańko), Rapacka (72 Rędzia), Miłek (85 Kowalczyk), Fabova. **Trener:** Kamil Jasiński

Bartłomiej Nowak



Wszystko w rękach Górników

Koszykarze Górnika Trans.eu lubią sobie skomplikować ligową sytuację. Mamy tu na myśli niedawną porażkę na wyjeździe z Biofarmem Basket Poznań 55:79, w efekcie której wałbrzyszanie wciąż mogą się „załapać" do rundy play-off, jednak o wszystkim zadecyduje niedzielny pojedynek z Kotwicą Kołobrzeg.

Niedziela – godzina 18. O tej porze w hali Aqua-Zdroju rozpocznie się ostatni mecz rundy zasadniczej I ligi pomiędzy Górnikiem Trans.eu Wałbrzych a Energą Kotwicą Kołobrzeg. Plan biało-niebieskich jest dość prosty – wygrać spotkanie i czekać na rozstrzygnięcia najgroźniejszych rywali. Bo choć utrzymanie w I lidze chłopcy trenera Marcina Radomskiego zapewnili sobie już jakiś czas temu, to jednak nasi wciąż liczą się w walce o pierwszą „ósemkę", czyli fazę play-off. Chrapkę na dalsze spotkania ma jednak aż pięć drużyn z dorobkiem 44 punktów, tak więc niewykluczone, iż nadchodząca potyczka z Kotwicą będzie ostatnią w tegorocznym, pierwszym po latach występie na I-ligowym poziomie. Bardzo zresztą udanym występie, należy podkreślić, gdyż najważniejszym celem Rafała Glapińskiego i jego kolegów było utrzymanie na obecnym poziomie, co też nasi z nawiązką uczynili.

Tabela I ligi

1. Śląsk Wrocław	29	51	+342
2. Sokół Łańcut	29	50	+181
3. Astoria Bydgoszcz	29	49	+217
4. Czarni Słupsk	29	46	+79
5. WKK Wrocław	29	45	-50
6. GKS Tychy	29	44	+72
7. Polonia Leszno	29	44	+62
8. Górnik Wałbrzych	29	44	+19
9. Pogoń Prudnik	29	44	+14
10. Basket Poznań	29	44	-19
11. Kotwica Kołobrzeg	29	42	-33
12. ZB Pruszków	29	41	-62
13. Polfarmex Kutno	29	40	-139
14. Księżak Łowicz	29	39	-219
15. AZS AGH Kraków	29	38	-170
16. SKK Siedlce	29	35	-294

Mamy wicemistrza Polski juniorów w boksie

Rozegrane w Koninie Mistrzostwa Polski Juniorów w boksie przyniosły ogromny sukces młodego zawodnika Leone Polska Imperium Boxing Wałbrzych. Mateusz Piotrowski wywalczył srebrny medal w kategorii 52 kg.

Choć Mateusz dopiero pierwszy rok występują na juniorskim szczeblu, to już zdążył pokusić się o sprawienie niezwykle miłej niespodzianki. Młody wałbrzyszanin wywalczył wicemistrzostwo kraju ustępując jedynie Pawłowi Brachowi z Radomiaka Radom.

Nasz reprezentant błyskawicznie przebrnął przez eliminacje konińskiego turnieju odprawiając między innymi złotego medalistę niedawnego Pucharu Polski. Swoją dobrą dyspozycję wałbrzyszanin potwierdził również w półfinale zwyciężając kolejnego rywala. Dopiero w pojedynku o złoto Mateusz musiał uznać wyższość bardziej doświadczonego boksera Radomiaka, jednak niższy stopień podium jest i tak wspaniałym wyczynem podopiecznego trenera Krzysztofa Sadłonia.

Bartłomiej Nowak



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

Na Majówkę i na Lato
Apartament i pokoje w domu i domkach nad jeziorem
Wicko, Jezierzany
2 km od morza - 40 zł od osoby.
Tel 604 821 470
www.jezierzany.pl/domki-u-jana

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

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

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

OMNIBUS
WCZASY NAD BAŁTYKIEM
Międzyzdroje 660 zł
Rewal z autokarem - 1075 zł
Niechorze z autokarem - 1290zł
tel. 667 424 680
www.omnibus-szczawno.pl

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

MOTOCYKLE KUPIĘ

Kupię stare motocykle PRL i nie tylko, stan obojętny.
tel. 602-525-907

Problem z alkoholem?
Wszywanie esperalu
TEL. 74 841 54 66

Nie trać czasu na sprawdzanie ofert
Kredyty bankowe pozabankowe
Radzimy sobie z brakiem zdolności
728765048

POGOTOWIE WODNO-KANALIZACYJNE 24 H
- udrażnianie kanalizacji
- CO, gaz
tel. 511 628 841

REKLAMA R0240/19



USŁUGI

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

(3): Mycie okien Pranie tapicerki meblowej. Zaprasza Miotełka tel.795673485

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

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

(35): Montaż i ustawianie anten satelitarnych w najlepszej cenie i w najkrótszym czasie Tel. 606 937 229

(5 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

(5 Naprawy sprzętu radiowo- telewizyjnego, wszystkie firmy, gwarancja, dojazd do klienta. Kontakt: 505874992, 74 841 25 40

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

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

(3) Hydraulika, instalacje sanitarne wod-gaz, CO, kotły CO. Tel. 506 754 379

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

PRACA

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

KUPIĘ

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

SPRZEDAM

(5) Sprzedam lokal użytkowy dwupoziomowy, 90m2, lokalizacja Podzamcze ul. Hetmańska 1, Wałbrzych, tel. 502 308 696

(10) Sprzedam działki budowlane (każda 1500m2) w pełni uzbrojone pod zabudowę jednorodzinną lub bliźniaczą w Wałbrzychu przy ul. Orkana 103, Poniatów. Tel. 600 851 189

Sprzedaż mieszkań 1-, 2-, 5-pokojowych
w Świebodzicach, ul. Kolejowa 36.
Mieszkania bezczynszowe, bardzo oszczędne.
609 371 999 www.walesta.com

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

ZWROT PODATKU
NIEMCY
HOLANDIA
Solidnie.
Bez pośredników!
Zapraszamy
tel. 74 666 7777

SZYBKA POŻYCZKA
DO 2000ZŁ
Nawet w 24h
Na dowolny cel
BEZ BIK I BIG
RÓWNIEŻ BEZ
FORMALNEGO
ZATRUDNIENIA
DZWOŃ
Lila 533313018
Monika 536439009
Zosia 607681859
Paweł 792666561
Robert 668923552
Irena 666853059
Kasia 533542745
ŚWIDNICA
Joanna 732649843

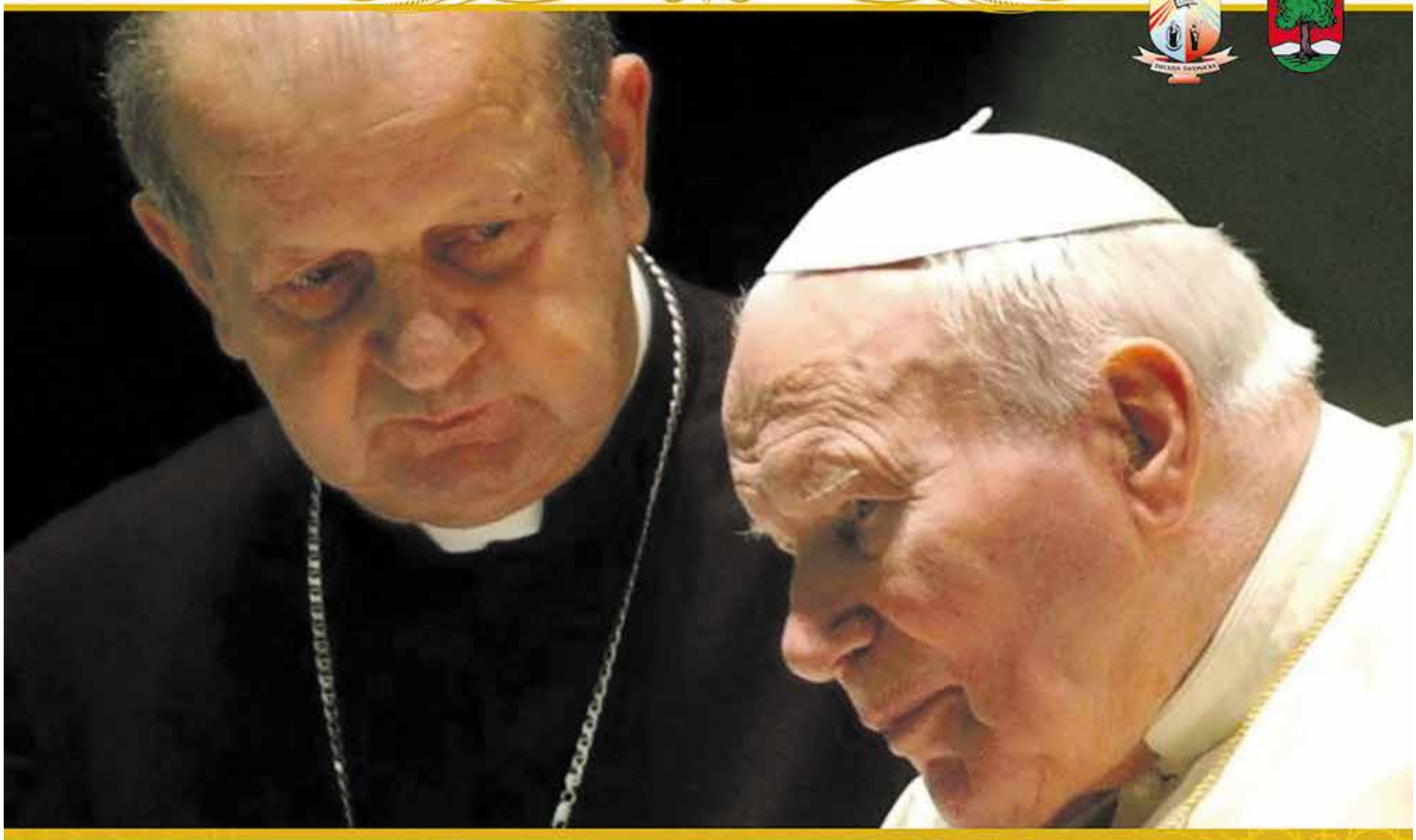
MASZ FIRMĘ?
Brak Ci środków?
Zadzwoń: 504 175 028
POMOŻEMY
Bez ZUS oraz US

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

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

REKLAMA R0241/19

Msza Święta



6 kwietnia 2019

Program:

15:00 Droga Krzyżowa

15:30 **Msza Święta** pod przewodnictwem Księdza Kardynała Stanisława Dziwisza

17:00 pokaz materiałów filmowych związanych ze św. Janem Pawłem II

20:00 Papieski program słowno-muzyczny

21:00 Apel Jasnogórski

21:37 Godzina odejścia do Domu Ojca św. Jana Pawła II

św. Jan Paweł II Apostoł Pokoju

Wałbrzych, Biały Kamień
Stadion Aqua Zdrój

Modlitwa Pamięć Obecność