NAKŁAD: 19 000 EGZEMPLARZY

31 minut

ISSN: 17300878

6 GRUDNIA 2019, NR 775
WAŁBRZYCH/ŚWIDNICA/ŚWIEBODZICE

BEZPŁATNY TYGODNIK REGIONALNY
Strzegom, Szczawno - Zdrój, Głuszyca, Jedlina Zdrój, Boguszów - Gorce, Stare Bogaczowice, Czarny Bór, Walim



Studio Espresso z dr hab. Dorotą Sulą

rozmowa str. 3



Ożłocona Polska

temat tygodnia str. 4



Przedsiębiorco przypominamy!

wydarzenia str. 5



Horrory domeną Górników

sport str. 29

REKLAMA R1012/19

nowo otwarte STUDIO figura & beauty wszystko dla kobiet

Strefa Fitness:
vacu shaper, roll shaper, infra swan sheper

Strefa wellness i masaże:
elektrostymulacja
limfodrenaż
sauna infared

Strefa beauty, medycyna estetyczna:
zabiegi Hifu, fala radiowa, liposukcja kawitacyjna, lipolaser, kriolipoliza, wypełnianie zmarszczek kwasem hialuronowym, lipoliza iniekcyjna, zabiegi na ciało i twarz, makijaż permamentny micro-blading, przedłużanie rzęs 1:1, mezoterapia igłowa i bezigłowa, sonoforeza, peeling tlenowy, maska fotonowa, endermologia ciała i twarzy,

Depilacja laserowa

Dietetyka

ul. BRONIEWSKIEGO 26
Wałbrzych
692 553 788
/StudioFiguraWalbrzych
www.studiofigurawalbrzych.pl

Umów się na pierwszą konsultację i trening gratis - 692 553 788



REKLAMA R1013/19

Kupię mieszkanie w Wałbrzychu

Może być zadłużone lub do remontu ZA GOTÓWKĘ

tel. 793 545 737

REKLAMA R1014/19



REKLAMA R1015/19

PRODUCENT KOŁDER I PODUSZEK ZATRUDNI:

SZWACZY
Zapewniamy:
- bezpłatny dojazd
- trzymiesięczny dodatek szkoleniowy
- premię frekwencyjną
- dodatek akordowy
- zarobki do 6000zł/m-c

PRACOWNIKÓW PRODUKCJI
Zapewniamy:
- bezpłatny dojazd
- premię frekwencyjną

MAGAZYNIERÓW
z uprawnieniami na wózki widłowe

JohnCotton Europe

Tel. +48 74 845 64 46
e-mail: rekrutacja@jce.eu.com

MAGAZYN Galerii Victoria str. 13-20

rozmowa tygodnia

z Magdaleną Woch

współautorką książki: „Zamek Książ historia i tajemnice”



Skąd pomysł na książkę?

Pomysł był we mnie zawsze. Myślę, że pojawił się zanim pomyślałam o tym, że będę pracowała w Książu, a kiedy w Książu zaczęłam już pracować, pomyślałam, że temu zamkowi taka książka się należy.

Jak długo powstawała książka?

Materiały zbieraliśmy około 10 lat. Samo pisanie z drukiem i wydaniem zajęło nam ok. 2 lat. Ja sobie te książkę wymyśliłam już dawno, ale nie potrafiłam się do tego zabrać. Pewnego dnia spotkałam przypadkowo na Twierdzy Kłodzkiej Marka Dudziaka, z którym znamy się od bardzo dawna, autora książek o innych dolnośląskich zamkach. I Marek rzucił wtedy pytanie: A może napisalibyśmy coś o tym Twoim ulubionym Książu? No i napisaliśmy.

Książka powstawała w szczególnym dla Ciebie czasie.

Zbiegło się to z bardzo smutnymi wydarzeniami w moim życiu, ze śmiercią mojej mamy, a przedtem z jej chorobą. Pierwsze rozdziały powstawały w szczególnej ciszy i skupieniu – na oddziale intensywnej terapii, przy łóżku mojej mamy. Ta książka to był też taki środek, żeby nie zwariować. Nie dać się całkowicie tej chorobie, nieszczęściu, żeby funkcjonować normalnie. Dlatego ta książka jest dla mnie wyjątkowa, także z tego powodu.

To nie jest książka naukowa.

Od początku taka nie miała być. Uznaliśmy, że chcemy napisać coś co będzie książką pośrednią między dobrym szczegółowym przewodnikiem po historii zamku, jego architekturze, jego współczesności, a czymś co będzie szło w stronę prozy, ponieważ niektóre historie książańskie są właśnie takie, które można przekazać tylko za pośrednictwem prozy. Mamy tu też legendy, baśnie, jest trochę plotek, są relacje z tego co pisała prasa brukowa, bo przecież o księżnej Daisy plotkowano na początku 20 wieku bardzo poważnie. Jest też rozdział: „Zamkowe tajemnice i skarby”, który mam nadzieję, że zmusi trochę naszych kolegów poszukiwaczy, eksploratorów do tego, aby od nowa zaczęli przyglądać się zamkowi.

Plotki i gdybania to jedno, ale książka zawiera też niesamowity aparat naukowy, bibliografię.

Bibliografia jest naprawdę solidna i to nie jest bibliografia, którą włożyliśmy, bo chcieliśmy zaimponować, że znamy takie pozycje. My te wszystkie książki przeczytaliśmy. Wiele z nich to prace historyczne naprawdę na wysokim poziomie, do których wielokrotnie w książce się odwołujemy.

Treść nie jest układem chronologicznym?

Każdy rozdział to osobna malutka całość, która jeżeli jest taka potrzeba to tę chronologię zachowuje. Rozdziały są ułożone tak, że jeżeli kogoś nie interesują Hochbergowie, bo nie każdy musi się nimi interesować, to ominięcie tego rozdziału nie będzie miało wpływu na percepcję historii Książa. Chodziło nam głównie o to, aby po raz pierwszy od zakończenia II wojny pokazać zamek w jego różnych aspektach - historycznie, przez pryzmat rodu von Hochberg, przez baśnie czy legendy, ale także przez współczesność, bo mamy przecież rozdział dotyczący zwiedzania standardowego - czyli absolutną teraźniejszość.

Co stworzyło najwięcej problemów w trakcie pisania?

Wybór, ale paradoksalnie nie wybór z mnogości tekstu, ale odsiewanie, tego co jest wymyślone, od tego co jest historią.

Na którym roku kończysz opowieść o Zamku Książ?

Na 2019.

Dziękuję bardzo za rozmowę.

Rozmawiała Anna Waligóra-Stupnicka

kalendarium

„Już w wieku kilku lat przestałam wierzyć w świętego Mikołaja. Kiedyś mama zabrała mnie do domu towarowego w Hollywood, żebym zobaczyła Mikołaja, a on, gdy mnie zobaczył, zaraz poprosił o autograf!”
Shirley Temple

GRUDZIEŃ 6 PIĄTEK

Imieniny: Mikołaja, Natalii

MIKOŁAJKI

15:30 Spotkanie z Mikołajem przy Ratuszu – Świebodzice, Rynek
16:00 Spotkanie ze Świętym Mikołajem – Strzegom, Rynek
17.00 Spotkanie z Mikołajem – Wałbrzyski Ośrodek Kultury, Wałbrzych, Piaskowa Góra, ul. Broniewskiego 65 a
18:00 Mikołajkowa Nocna Szychta Dziecięca - Stara Kopalnia, Wałbrzych
20:00 Another Pink Floyd The Wall 40 lat Live w Wałbrzychu - koncert - Stara Kopalnia, Wałbrzych

GRUDZIEŃ 7 SOBOTA

Imieniny: Marcina, Ambrożego

Międzynarodowy Dzień Lotnictwa Cywilnego

16:00 „Dziadek do Orzechów” – koncert symfoniczny dla dzieci - Filharmonia Sudecka, Wałbrzych
18:00 Narodowy Balet Kijowski – „Dziadek do Orzechów” - Aqua Zdrój, Wałbrzych
20:00 Another Pink Floyd The Wall 40 lat Live w Wałbrzychu - koncert - Stara Kopalnia, Wałbrzych
20:00 Ga-Ga Zielone Żabki w Papug Pub - PAPUG PUB, Wałbrzych
20:00 Bluesowa Barbórka z Silver Heads 18’ – A PROPOS Wałbrzych

GRUDZIEŃ 8 NIEDZIELA

Imieniny: Marii, Romaryka

Dzień Kupca

10.00 Mikołajkowe Nutki dla Naszych Malutkich – koncert – Klub Bolko, Świdnica
11.15 Mikołajkowe Nutki dla Naszych Malutkich – koncert – Klub Bolko, Świdnica
12:30 „Frania Piorun” (spektakl 3+) - Teatr Lalki i Aktora w Wałbrzychu, Wałbrzych
18:00 Stare Dobre Małżeństwo – koncert - Filharmonia Sudecka, Wałbrzych
18:00 Stand-up Wałbrzych: Paweł Chałupka i Tomek Kołecki - Stara Kopalnia, Wałbrzych

Prognoza pogody na weekend (w Wałbrzychu):

Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek
3°C	6°C	7°C	7°C

GRUDZIEŃ 9 PONIEDZIAŁEK

Imieniny: Leokadii, Wiesława

Dzień Dziewic

18:00 „Kobieta Idealna” – spektakl - Strzegomskie Centrum Kultury, Strzegom

GRUDZIEŃ 10 WTOREK

Imieniny: Julii, Danieli

Dzień Odlewnika

17:00 Spotkania z regionem: „Słowiański jedwab” - spotkanie z Esterą Grabarczyk- Biblioteka pod Atlantami, Czytelnia Czasopism, Wałbrzych, Rynek
17:00 Spotkanie autorskie z Kariną Obarą, połączone z promocją książki pt. ”Kobieta, która nie odmieniła losów świata” – Multimedialna Filia Biblioteczna, Wałbrzych, Podzamcze, ul. Kasztelańska 7

GRUDZIEŃ 11 ŚRODA

Imieniny: Damazego, Waldemara

Międzynarodowy Dzień Tanga

17.30 Kabaret Młodych Panów - Nowy program: „To jest chore!” - Świdnicki Ośrodek Kultury, Świdnica
20:30 Kabaret Młodych Panów - Nowy program: „To jest chore!” - Świdnicki Ośrodek Kultury, Świdnica

GRUDZIEŃ 12 CZWARTEK

Imieniny: Aleksandra, Dagmary

Dzień Guzika

17:00 Spotkanie podróżnicze „Poza horyzont”: „Ścieżka Hochbergów, czyli wokół Zamku Książ” - prelekcja Jacka Pielicha – Biblioteka pod Atlantami, Wałbrzych, Rynek.

REKLAMA R1016/19

PRACA
w Niemczech
dla kobiet i mężczyzn
✔ sortowanie surowców wtórnych
✔ demontaż RTV i AGD
✔ rozładunek paczek kurierskich
✔ pracownik usług komunalnych
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 R1017/19

SPRZĄTANIE DYNAMIC
DYNAMIC
PROFESJONALE USŁUGI CZYSZCZENIA
Czyszczenie ekstrakcyjne
- dywanów i wykładzin
- mebli tapicerskich
- materacy
- foteli samochodowych
Pranie tapicerki samochodowej
- pranie foteli
- odkurzanie i sprzątanie wnętrza
- czyszczenie kokpitu i plastików
Sprzątanie mieszkań i biur
- sprzątanie po remontach
- mycie okien
665-48-19-70

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
Redaktor Naczelny: Paweł Szpur

Redaguje zespół: Bartłomiej Nowak, Marcin Klat, Marcin Białas,

współpraca:
dr Agnieszka Osińska-Szpur, Michał Jabłoński, dr Małgorzata Beślerzewska, Małgorzata Szpara, Paweł Ludwiczak, Bartłomiej Grzegorczyk

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 ORAZ KOLUMN AUTORSKICH
IMM

Studio Espresso gościło w Hotelu Biały w Wałbrzych

Studio Espresso z dr hab. Dorotą Sulą

Z historykiem i pracownikiem naukowym Muzeum w Gross-Rosen rozmawiał Paweł Szpur



Bycie pracownikiem naukowym w Muzeum Gross-Rosen jest pasją?

Jestem historykiem z pasją. Dla niektórych może to trudny temat, ale dla mnie fascynujący i ważny.

Skąd pomysł, by zająć się nie taką historią łatwiejszą, czy też bardziej przystępną, ale tą trudną...historią II Wojny Światowej? Przecież ten fragment dziejów dotyczy prawdziwych dramatów, związany jest z ludźmi, którzy spędzili część życia w obozach koncentracyjnych, tam pracowali w niewoli i ginęli.

To nie jest historia łatwa, ale - jak to często w życiu bywa - zadecydował przypadek. Nie myślałam, że będę zajmować się taką historią – studiowałam na KUL-u, gdzie zaczęłam robić doktorat. Moja dysertacja dotyczyła przemieszczeń ludności, a właściwie działalności Państwowego Urzędu Repatriacyjnego. Urzędu, który zajmował się po wojnie przesiedleniami. To był mój tzw. „konik" – i właściwie przesiedleniami i repatriacją wciąż się zajmuję. Tak się złożyło, że będąc na tych studiach doktoranckich, dostałam atrakcyjną propozycję pracy od ówczesnego dyrektora Muzeum w Gross-Rosen. Uznałam to za ogromną szansę. Choć wówczas pracowałam jeszcze w naszej bibliotece, którą bardzo dobrze wspominam do dnia dzisiejszego. To życie ułożyło taki scenariusz.

Przepraszam, że przerwę, ale jakie to było uczucie... przekroczyć pierwszy raz próg Gross-Rosen?

To było takie uczucie... Po pierwszym zetknięciu, po byciu w muzeum, pierwsze tygodnie pracy... to było zapoznanie się z literaturą, ze wspomnieniami. Nie kojarzę tego czasu dobrze, jako że wciąż miałam koszmary. Budziłam się w nocy i było to mocno obciążające. Z czasem, kiedy człowiek zajmuje się tym nieustannie, oswaja się. Choć muszę przyznać, że to nie jest tak, że się uodparnia. Nigdy się nie uodparnia. Przychodzi taki moment, taka sytuacja, rozmowa ze świadkiem, że się po prostu człowiek rozkleja.

Ciężko było podjąć się poszukiwań nazwisk osób, które zginęły w obozie?

Ja tej pracy nie prowadzę sama. Przyszłam do muzeum, gdy funkcjonowało ono już dobrych kilkanaście lat, bo powstało w 1983 roku. Tę pracę wykonywały wcześniej moje koleżanki. Każda z nas musiała zająć się jakimś wycinkiem, ponieważ przez obóz przeszło sto dwadzieścia pięć tysięcy osób. Szacunki wskazywały, że zginęło około czterdziestu tysięcy ludzi. Niemożliwym jest, by jedna osoba próbowała cokolwiek tutaj ustalić. Każdy z nas ma temat, który realizuje. Mi przypadł w udziale fascynujący dział Riese - wątek ciągle gorący. Sprawa Gór Sowich, która wciąż powraca. Aczkolwiek mnie interesuje bardziej aspekt ludzki. Nie ukrywam, że trudno jest znaleźć nazwiska więźniów czy zmarłych z racji tego, że akta obozowe zostały zniszczone z rozkazu władz pod koniec II Wojny Światowej. W związku z powyższym, naszym pierwszym zadaniem po powstaniu muzeum było poszukiwanie dokumentów. Szukanie świadków i odtwarzanie tej historii. Długi i czasochłonny proces. Te poszukiwania prowadziliśmy w archiwach polskich i zagranicznych. Miałam zatem przyjemność skorzystania z licznych wyjazdów. To ogromna satysfakcja dla mnie - jako historyka, ale też i ciężka, i żmudna „robota" – ślęczenie w archiwach. Tym sposobem udało się jednak ustalić listy, wykazy. Ta praca cały czas trwa, jest jak najbardziej zespołowa. Mam swój mały „odcinek", ale wkład moich koleżanek i kolegów wydaje się nieoceniony.

Większość osób, która mieszka w regionie jeszcze nie miała okazji zobaczyć Muzeum. Ludzie nie zawsze zdają sobie sprawę z tego, jak funkcjonował obóz i co przeszli więźniowie. Czy można w kilku zdaniach przybliżyć czytelnikom sytuację więźniów obozu?

Przede wszystkim zapraszam do Muzeum, robię to przy każdej okazji, bo myślę, że warto zobaczyć to miejsce. Obóz powstał w 1940 roku w sierpniu i podobnie jak obozy w Mauthausen czy we Flossenbűrgu, i ten postawiono w sąsiedztwie kamieniołomu. Tam przede wszystkim pracowali więźniowie. Pierwsze grupy więźniów, które przyjechały z obozu w Sachsenhausen – tu trzeba powiedzieć, że początkowo obóz w Gross-Rosen był filią obozu w Sachsenhausen – więc ci pierwsi więźniowie, którzy tu przyjechali, budowali infrastrukturę obozową, na przykład baraki dla więźniów. Przez następne lata obóz się rozwijał i rozrastał, zarówno główna jego siedziba jak i filie m.in. na terenie Śląska, chociażby przy zakładach zbrojeniowych.

Dziękuję za rozmowę.

W dalszej części wywiadu doktor Sula opowiadała o tytanicznej pracy, jaką wykonywali więźniowie obozu. Nasza rozmówczyni zwróciła również uwagę na to, kiedy otworzyły się możliwości do nawiązania kontaktu z byłymi więźniami obozu.

Oglądnij pełny wywiad
Pobierz kod!

REKLAMA R1018/19



Oferta świąteczna dla nowych Klientów, do 31.01.2020 r. lub odwołania, ograniczona terytorialnie. Prezenty przy zamówieniu pakietów dostępnych w promocji świątecznej. Koszt instalacji 59,90 zł. Zobowiązanie 24 mies. Klient może zamówić tylko 1 pakiet dostępny w ofercie świątecznej, pod warunkiem pozytywnej oceny wiarygodności płatniczej Klienta. Liczba prezentów ograniczona. Zdjęcie prezentów są poglądowe. Opłata za połączenie zgodnie z cennikiem Operatora sieci. Szczegóły w regulaminach w salonach i u Przedstawicieli UPC.

REKLAMA R1019/19

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

Słowo na piątek
PAWEŁ SZPUR



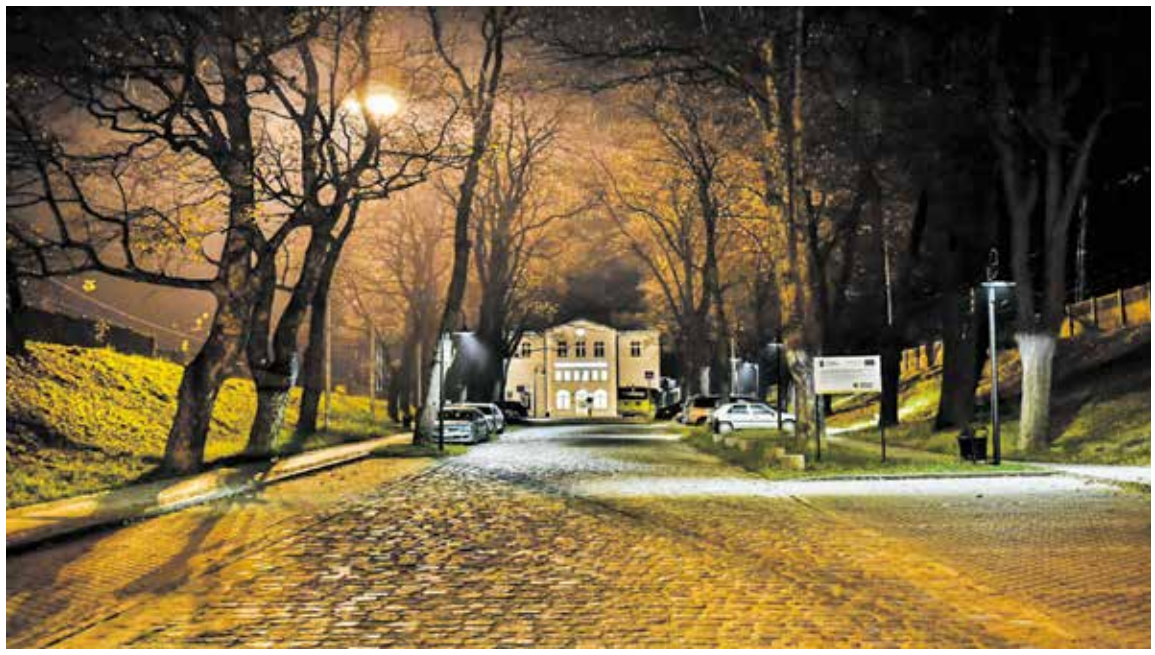
Złoto – według encyklopedii pierwiastek chemiczny o liczbie atomowej 79. Złoto jest ciężkim, miękkim i błyszczącym metalem, będącym najbardziej ciągliwym spośród wszystkich znanych metali. Czyste złoto ma jasnożółty kolor i wyraźny połysk, nie utlenia się w wodzie czy powietrzu. Złoto długo przed okresem spisanej historii było drogocennym i poszukiwanym metalem szlachetnym używanym w biciu monet, jubilerstwie, sztuce i zdobieniach. Złoto stosuje się również w stomatologii, elektronice, a nawet w przemyśle spożywczym i kosmetycznym. Złoto kochają kobiety i amerykańscy raperzy. W Stanach Zjednoczonych Ameryki Północnej w Fort Knox w stanie Kentucky zgromadzonych jest ponad 4 tysiące ton złota o wartości blisko 150 miliardów dolarów, których właścicielem jest Fed czyli Amerykański Bank Centralny. To właśnie USA jest największym posiadaczem złota na świecie - oficjalne rezerwy złota tego kraju wynoszą 8 133,5 ton. Natomiast w postaci złotych sztabek USA przechowują 75,6 procent swoich rezerw. Polska na tle krajów świata znajduje się na 22 miejscu pod tym względem. Z kolei wśród krajów europejskich plasujemy się na pozycji 11, wyprzedzając chociażby Szwecję czy Belgię. Jak podkreślał w oficjalnym komunikacie Narodowy Bank Polski: złoto jest „najbardziej rezerwowym" z aktywów rezerwowych: dywersyfikuje ryzyko geopolityczne i stanowi swoistą kotwicę zaufania, szczególnie w czasach napięć i kryzysów. „W przypadku Polski to jednak wyjątkowo dobra sytuacja gospodarcza i stały, silny przyrost rezerw dewizowych (o ponad 30 mld euro w ciągu ostatnich pięciu lat), pozwalający na zwiększenie polskich zasobów złota, które będzie wzmacniać wiarygodność i zabezpieczać siłę finansową naszego kraju nawet w skrajnie niekorzystnych warunkach". Dlatego choć pokrótce udało się opisać to ciekawe zagadnienie w dzisiejszym wydaniu. Bo właśnie kilka tygodni temu do Polski wróciło złoto, które zostało zdeponowane osiemdziesiąt lat temu w Banku w Anglii.

Redaktor Naczelny

Zdjęcie tygodnia
Michał Jabłoński

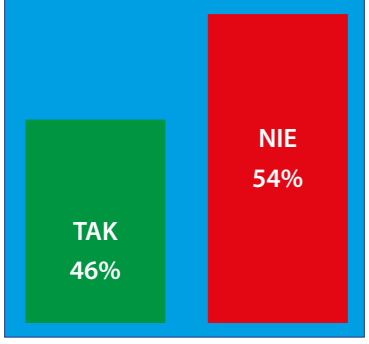
/mjablonski.fotografia/
/dron.walbrzych.fotografia/

Dworzec Szczawnienko nocą



Tak głosowali nasi czytelnicy w ankiecie internetowej:

Czy gromadzenie złota przez Polskę wzmacnia wiarygodność i zabezpiecza siłę finansów naszego państwa?
wynik głosowania na dzień 5.12.19



Ozłocona Polska

Choć nie będziemy pisać o gorączce złota, jaka miała miejsce na Dzikim Zachodzie czy w czasach konkwistadorskich, to z pewnością warto zastanowić się, dlaczego dziś kraje czy inwestorzy tak bardzo cenią sobie ten kruszec.

Trochę o złocie

Złoto to jeden z pierwszych wykorzystywanych przez człowieka metali. Jego kolor i połyskliwość sprawiały, że łatwo było dostrzec je w rzece. Gęstość złota ułatwiała wydobycie, a kowalność – jego obrabianie do dowolnych form. Według zachowanych źródeł historycznych, rozkwit wydobycia tego kruszcu miał miejsce w okresie świetności państwa faraonów. Złoto symbolizowało ich boską władzę. Następnie z Egiptu złoto dotarło do Mezopotamii i na Bliski Wschód. To właśnie tam zyskało mniej symboliczne znaczenie i zaczęło być traktowane jako pieniądz. Pierwsze złote monety, z roztworu złota i srebra, tworzono już w VII w. p.n.e. w Lidii. Warto też przypomnieć, że złoto odkryte w Ameryce Łacińskiej oraz na terenach dzisiejszego Meksyku, Brazylii i krajów andyjskich zasilało europejską gospodarkę aż do połowy XIX wieku.

Co warto wiedzieć

Warto podkreślić, że charakterystyczna dla złota jest odporność na działanie powietrza i samego tlenu oraz kwasów. Tak zwana woda królewska oraz roztwór cyjanku przy obecności tlenu są jedynymi związkami, które są w stanie je rozpuścić. Złoto w związkach przyjmuje I i III stopień utlenienia, tworząc tzw. związki koordynacyjne. Ważną informacją jest fakt, że złoto bardzo rzadko występuje w czystej postaci. Często zdarza się, że celowo jest łączone z innymi metalami lub stopami. Dlatego wymyślono systemy miernicze, które określają stopień czystości przedmiotu wykonanego ze złota. Najbardziej popularne są systemy wyrażone w próbach i karatach. W Europie obowiązuje system tak zwanych prób. Oznacza to, że próba zawiera informację o ilości czystego złota albo innego metalu zawartego w danym stopie na tysiąc jednostek.

Złoto jako inwestycja

Aby inwestować w ten kruszec trzeba być cierpliwym. Ale najważniejsze - to odpowiedzieć sobie na pytanie: w jakiej formie chce się zakupić złoto? Najpopularniejsze są złote sztabki bądź monety lokacyjne. Obydwie formy równe są rynkowej cenie wartości złota, która zostaje powiększona o marżę dilera. Dla bezpieczeństwa powinno się kupować monety i sztabki z pewnego pochodzenia. Lepiej nie ryzykować i nie nabywać niczego z niesprawdzonego źródła! W ten sposób unikniemy ryzyka, trefnego towaru i podróbek.

E-złoto

Istnieje również możliwość inwestowania w złoto w sposób wirtualny. Jednym z najbardziej znanych sposobów spekulacji papierowym złotem jest kupno jednostek uczestnictwa w funduszach ETF (Exchange Traded Fund) śledzących notowania złota. Zaletą inwestowania w ETF-y na złoto jest praktycznie nieograniczona płynność. I to na całym świecie.

Polska złotem stoi

Niedawno do naszego kraju trafiło ponad 100 ton złota ze skarbca Bank of England. To część oficjalnych aktywów rezerwowych Polskiego Banku Centralnego. Warto przypomnieć, że pracownicy Banku Polskiego SA z narażeniem życia i zdrowia uchronili przed 80-laty ówczesne zasoby złota przed przejęciem ich przez wojska niemieckie. Dodatkowo symboliczne znaczenie ma rok relokacji złota. W 2019 roku Narodowy Bank Polski świętuje setną rocznicę ustanowienia naszej waluty złotego. Warty uwagi jest fakt, że cały zasób złota NBP szacowany jest obecnie na około 229 ton. Oznacza to, że NBP znacząco zwiększył zasoby złota w ciągu dwóch ostatnich lat. Ponadto część krajowych zasobów złota nadal trzymana jest w Anglii, a całość złota warta jest 42,3 miliarda złotych.

zebrał i opracował
Paweł Szpur
gazeta@30minut.pl

Źródła i cytaty:

https://www.parkiet.com/
https://www.wec.com.pl/
https://wyborcza.pl/
https://pl.sputniknews.com/
https://www.bankier.pl/
https://www.mennica.com.pl/
https://www.money.pl/
https://businessinsider.com.pl/
https://www.skarbnicanarodowa.pl/
https://echodnia.eu/

REKLAMA R1020/19



REKLAMA R1021/19



REKLAMA R1022/19



część 2

PRZEDSIĘBIORCO PRZYPOMINAMY! ZAREJESTRUJ SIĘ!

Przypominamy, że tydzień temu rozpoczęliśmy istotny temat związany z ochroną środowiska. Informacje kierujemy do osób prowadzących duże firmy, jak i jednoosobowe działalności gospodarcze. Wielkość bowiem nie ma tu znaczenia.

Przedsiębiorco, aby zgodnie z prawem pozbywać się śmieci z firmy, musisz zarejestrować się w systemie zwanym w skrócie BDO!

W związku z wagą sprawy, kontynuujemy rozpoczęty tydzień temu wątek. Powodem braku rejestracji w bazie danych o produktach i opakowaniach jest niewiedza. Według danych statystycznych dotychczas zarejestrowało się ponad 150 tysięcy firm. Natomiast powinno być ich blisko 800 tysięcy. Obowiązek ten dotyczy nie tylko producentów czy wytwórców, ale również fryzjerów czy kosmetyczek, a także mechaników, właścicieli warzywniaków i wielu innych branż detalicznych. Wystarczy, że dany podmiot gospodarczy wytwarza śmieci. Bowiem są one traktowane nie jako zwykłe odpady komunalne.

Tak jest w Wałbrzychu

Dziś przedsiębiorcy w Wałbrzychu kontrolowani są przez wałbrzyską Straż Miejską, która niestety nie informowała ich o konieczności rejestracji w systemie. Dlatego poprosiliśmy rzecznika prasowego Urzędu Miejskiego w Wałbrzychu o wyjaśnienie naglącej i drażliwej kwestii. Zapytaliśmy między innymi o: powody kontroli, sposoby przekazywania informacji oraz propagowanie konieczności rejestracji podmiotów prowadzących działalność gospodarczą w systemie zwanym skrótowo BDO.

W odpowiedzi otrzymaliśmy obszerne i merytoryczne wyjaśnienia dotychczasowych działań. Urząd Miejski zwraca uwagę na fakt, iż kontrola firm pod względem dbałości o ochronę środowiska opiera się na zapisach zawartych w Konstytucji, a w szczególności w ustawie o samorządzie gminnym. Dlatego - jak podkreśla rzecznik prasowy urzędu, Pan Edward Szewczak - w świetle powyższego wyjaśniamy, że ogólna kontrola porządku w zakresie gospodarowania wytwarzanymi odpadami w gminie, sprawowana przez Straż Miejską, a właściwie kierowanie pytań informacyjnych do przedsiębiorców, jest wykonywana w oparciu o niewładcze środki oddziaływania i przeprowadzana w ramach czynności wyjaśniających. Działania te mieszczą się w obszarach kontroli prawidłowej gospodarki odpadami komunalnymi, a swoim zakresem obejmują jedynie działania nie ingerujące w prawa i wolności jednostki. Dlatego uzasadnione jest, że celem podjętej aktywności przez Gminę Wałbrzych jest prewencyjny, informacyjny wpływ na lokalną społeczność, rozpoznanie skali nieprawidłowości, i dopiero na tej podstawie ewentualne przekazanie do Inspekcji Ochrony Środowiska informacji, wyłącznie w poważnych i uzasadnionych przypadkach, o podejrzeniu ziszczenia się podstaw naruszeń przepisów ochrony środowiska, właśnie celem przeprowadzenia bardziej szczegółowych kontroli, w obrębie już władczych uprawnień w tym zakresie - dodaje rzecznik. Urzędowi Miejskiemu zależy, by prowadzone działania Straży Miejskiej w tym zakresie dawały szansę podmiotom gospodarczym na zmianę postawy zachowania zanim postępowanie w tej sprawie trafi do Wojewódzkiego Inspektora Ochrony Środowiska. Natomiast w kwestii informowania Straży Miejskiej o konieczności rejestracji w bazie danych o produktach i opakowaniach, rzecznik prasowy Urzędu Miejskiego zwraca uwagę na fakt, iż przyporządkowana jest ona do organu samorządu innego szczebla, jakim jest Urząd Marszałkowski. Niemniej jednak, apeluje o pomoc w wyjaśnieniu czytelnikom tego zagadnienia oraz zwrócenia przedsiębiorcom szczególnej uwagi na prawidłowe pozbywanie się odpadów ze szczególną dbałością. Co też czynimy.

Apel do przedsiębiorców

Apelujemy do wszystkich podmiotów gospodarczych o prawidłowe pozbywanie się wytwarzanych odpadów komunalnych na podstawie umów zawartych z odbiorcami tych odpadów. Natomiast przypominamy wszystkim przedsiębiorcom o konieczności rejestracji w bazie BDO pod adresem internetowym https://bdo.mos.gov.pl/home/obowiazek_rejestracji/ lub wystarczy zeskanować zawarty w artykule kod QR.

Dziękujemy Panu rzecznikowi UM w Wałbrzychu za wyczerpujące przygotowanie odpowiedzi, które zamieszczamy na naszej stronie internetowej www.30minut.pl .

PAS

zarejestruj się w bazie BDO

Pobierz kod!

R1023/19



30 minut Zielonym do góry

DR MAŁGORZATA BEŚLERZEWSKA



W przedświątecznej promocji bawełniany T-shirt tylko 19,99! Tak mało? Oszczędzanie wody tej płynącej w kranie czy prysznica to pozory – naprawdę! Zasoby wody zdatnej do picia mamy – także w Polsce – ubogie i oszczędzać trzeba. Będzie jeszcze gorzej wraz ze zmianami klimatu. Ale krótsze kąpiele to dosłownie kropla w morzu potrzeb.

Gdyby w cenie produktów znalazły się też koszty środowiskowe, mogłoby się okazać, że taka bawełniana bluzka to luksus, ale i tak przebiłby ją cenę stek wołowy. Do produkcji bawełnianej koszulki zużyjemy około 2500 litrów wody, do produkcji steka potrzebujemy już 7000 litrów wody. W gospodarstwach domowych zużywamy średnio 400 litrów wody dziennie.

Ważne, żeby widzieć cały proces powstawania, od uprawy roślin (bawełna, karma dla zwierząt hodowlanych) po produkcję w fabryce i transport do sklepu. Lwią część wody na świecie zużywa rolnictwo i hodowla zwierząt (dominuje tu charakter przemysłowy), szacunki mówią nawet o 90 %. Problemy Kapsztadu, miasta, gdzie reglamentowana jest woda a na deszcze czeka się latami są przedsmakiem tego, co może czekać nas wszystkich. Traktujemy zasoby, m.in. wody, jakby były niekończące się. Jednocześnie obserwujemy jak te zasoby się wyczerpują.

Zmiana nawyków jest najsilniej działającym na gospodarkę narzędziem w rękach pojedynczego konsumenta. Gdy szef H&M narzeka, że wieść o kryzysie klimatycznym obniża przychody ze sprzedaży, to chyba nie trzeba lepszego dowodu?! Ograniczenie mięsa w diecie, przemyślane zakupy, kupowanie rzeczy używanych – to tylko klika sposobów na oszczędzanie wody (też innych zasobów) i pieniędzy, a wszystkiego mamy przecież w deficycie.

Z zielonymi pozdrowieniami,
Małgorzata Beślerzewska

Kręcą w Wałbrzychu

„Smog" to robocza nazwa pilotażowych odcinków serialu, które właśnie kręcone są w plenerach Wałbrzycha. Serial ma mieć osiem odcinków o charakterze kryminalnym.

Motywem przewodnim jest zbrodnia na Zamku Książ. Według scenariusza z rozwikłaniem zagadki tajemniczej śmierci ma się zmierzyć policjantka z Wrocławia, będąca gościem w obcym mieście, wspierana przez Wydział Kryminalny. Tę rolę zagra Joanna Krupińska. Reżyserem serialu jest Łukasz Tunikowski. Filmowcy są bardzo zadowoleni z pracy w Wałbrzychu, gdyż właśnie tu otrzymali duże wsparcie przy realizacji zdjęć.

Ekspansja kolei

Samorząd Województwa Dolnośląskiego oficjalnie przejął od PKP PLK 4 kolejne linie kolejowe - co dla mieszkańców naszego regionu najważniejsze - to te biegnące od stacji Wałbrzych Szczawnianko przez Podzamcze, Szczawno-Zdrój aż do Boguszowa-Gorc. Działania te to kolejny etap przejmowania i rewitalizacji linii kolejowych na terenie Dolnego Śląska przez Urząd Marszałkowski. Ich celem jest przywrócenie ruchu pasażerskiego tak, by mieszkańcy uzyskali łatwiejszy i szybszy dostęp do pracy czy miejsc atrakcyjnych turystycznie. Dobrym przykładem jest zrewitalizowana niedawno linia kolejowa do Bielawy, która wróciła na swoje tory po blisko 40 latach nieobecności.

Sportowe Mikołajki z INVEST-PARKIEM

To świąteczne aktywne wydarzenie odbyło się 4 grudnia 2019 roku o godzinie 18:00 na hali sportowej Aqua-Zdrój w Wałbrzychu.

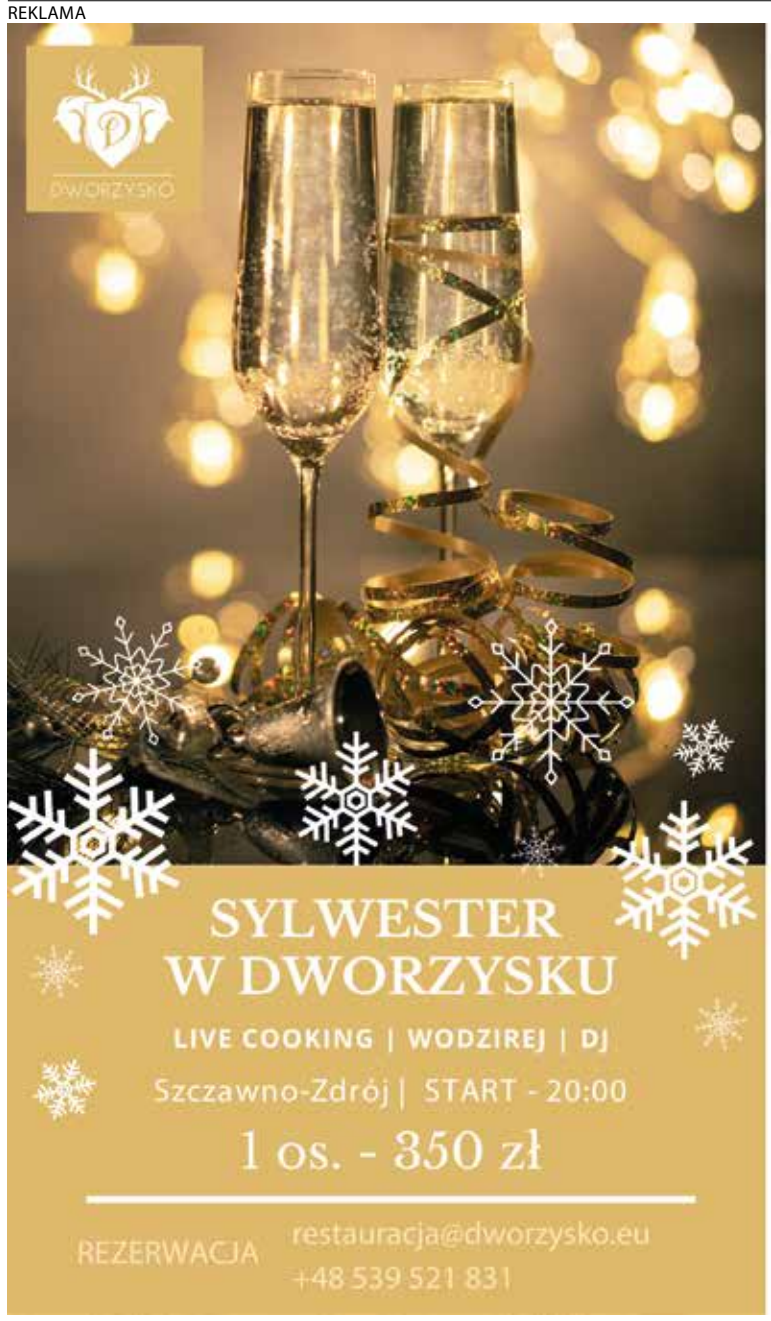




W imprezie wzięła udział ponad setka dzieci w wieku od 4 do 12 lat. Inicjatywa miała na celu promowanie zdrowego stylu życia oraz rozwijanie zamiłowania do sportu wśród najmłodszych. Same zawody obejmowały kilka konkurencji biegowych i sprawnościowych. Można było wystartować w biegach na hali, biegach w workach, a także zmagać się na torze przeszkód czy przeciągać linę. Nie zabrakło atrakcji towarzyszących, takich jak: malowanie twarzy, zdjęcie na świątecznym tle, kącik animatora czy selfie z maskotkami. Dobrą atmosferę podkreślał radosny hałas rozlegający się wśród małych sportowców, biorących udział w zmaganiach. Warto zaznaczyć, że każdy uczestnik otrzymał na zakończenie zawodów medal okolicznościowy, dyplom oraz upominki od organizatorów i sponsorów. Zawsze tam, gdzie akcję organizuje bądź wspiera Wałbrzyska Specjalna Strefa Ekonomiczna dobra zabawa jest gwarantowana!

PAS
źródło zdjęcia: WSSE

REKLAMA R1024/19





REKLAMA R1025/19

RAPORT MEDYCZNY Fińska metoda regulująca poziom cukru i cholesterolu nareszcie dostępna! Preparat zwalcza senność, nadmierne pragnienie oraz częstomocz u źródła problemu!

SKANDYNAWSKA FORMUŁA szokuje diabetologów

Złóż zamówienie nie później niż do 13 grudnia 2019, a otrzymasz PREZENT! *Szczegóły w kuponie na dole strony.



Zmęczenie towarzyszące cukrzycy zniknie, a metabolizm węglowodanów zostanie usprawniony w 24h!

Zespół badaczy z Instytutu Medycyny Molekularnej w Finlandii stworzył 100% naturalną i w pełni bezpieczną formułę leczącą cukrzycę. Dzięki tej biomedycznej metodzie już po 1 dawce pozbędziesz się wzmożonego pragnienia, częstomoczu, skrajnego zmęczenia oraz uporczywych skurczów łydek. Pionierski preparat zwalcza każdy typ cukrzycy oraz przywraca prawidłowy poziom cukru w zaledwie 20 dni! Dodatkowo Glucobalance Regular obniży poziom cholesterolu oraz zmniejszy nadciśnienie!

Pod koniec 2018 roku na łamach amerykańskiego czasopisma medycznego American Journal of Diabetology ukazał się wywiad dziennikarki Emily Brown z cenionym diabetologiem z ponad 30 letnim doświadczeniem - prof. Antim Nieminem - twórcą Glucobalance Regular. Publicystka przeprowadziła wnikliwą rozmowę z tym fińskim profesorem po tym, jak przyznano mu prestiżową nagrodę Prix Galien International w kategorii naturalnych metod walki ze schorzeniami cywilizacyjnymi XXI wieku - za odkrycie preparatu na cukrzycę. Nowa metoda szybko zyskała na popularności i została okrzyknięta cudownym antidotum, podbijającym świat diabetologów zarówno w Europie jak i za Atlantykiem.

Poniżej zamieściliśmy fragment przetłumaczonej rozmowy dziennikarki z współtwórcą preparatu.



Dziennikarka
Emilly Brown

Pytanie nr. 1

(Dziennikarka): Glucobalance jest najskuteczniejszą formułą zwalczającą cukrzyce u źródła problemu. Jakie przyczyny cukrzycy jest w stanie pokonać ta metoda?

A (Prof. Antim): *Przeprowadziłem wiele skomplikowanych badań zanim odkryłem metodę, która skutecznie zwalczy cukrzycę - niestety wiele testów kończyło się niepowodzeniem, a tylko część z nich działała doraźnie. Byłem już bliski pogodzenia się z faktem o braku istnienia antidotum, jednak niespodziewanie znalazłem wzajemną zależność pomiędzy fortyfikowanymi związkami aktywnymi, a składnikami DNJ, których odpowiednio dobrane proporcje* ***są w stanie usunąć nie tylko skutki, ale i przyczyny schorzenia.***

Czynniki genetyczne i niewłaściwa dieta – sprzyjająca otyłości – są ogniskiem ***cukrzycy typu II.*** *Przyczynę problemu stanowi więc błędny współudział glukozy w syntezie białek oraz aktywowanie jej różnorakich przemian wewnątrzkomórkowych, przy jednocześnie zbyt małym przenikaniu jej przez błony komórkowe do wnętrza komórek. Zaś hamowanie procesów rozkładu tłuszczów, przy symultanicznych napadach głodu oraz poddawanie się senności – zaburza metabolizm sprzyjając nadprogramowym kilogramom.*



Natomiast za przyczyny powstawania cukrzycy typu I uważa się wzrost stężenia glukozy we krwi, wynikający z braku insuliny. Powstające w ten sposób zaburzenie prowadzi do powolnego, lecz niebezpiecznego uszkodzenia nerek, układu nerwowego i krwionośnego. Wzrastająca hiperglikemia może więc skutkować wystąpieniem groźnej neuropatii cukrzycowej - powodującej skurcze, bóle oraz ogólne osłabienie mięśni. ***Możliwe jest jednak trwałe usunięcie wszystkich tych przyczyn już u źródła problemu.*** *Można to osiągnąć dzięki regularnemu stosowaniu Glucobalance Regular, który w sposób w pełni autonomiczny zwalczy cukrzycę.*

Twórca Glucobalance Regular
Prof. Antim Nieminem

Pytanie nr. 2

D: Formuła zmniejsza poziom złego cholesterolu w organizmie diabetyka. W jaki sposób radzi sobie z podwyższonym poziomem cukru?

A: *Cały sekret tkwi w trójfazowości formuły, która stanowi* ***remedium na cukrzycę.*** *Skuteczność kuracji wynika ze zdolności substancji aktywnych do długotrwałego obniżenia poziomu cukru we krwi – dzięki składnikom DNJ, które zmniejszają szybkość rozkładu skrobi z pożywienia na cukry proste. Wpływa to jednocześnie na zmniejszenie posiłkowej hiperglikemii – czego powikłaniem może być udar mózgu, uszkodzenie nerwów lub retinopatia. W kolejnym kroku właściwości antyoksydacyjne niwelują utlenianie lipoprotein z niską gęstością, zapobiegając tym samym wzrostowi złego cholesterolu.*

Następuje redukcja uszkodzeń miażdżycowych, a ***serce chronione jest przed zawałem.*** *Ponadto zostaje zapewniona równowaga metaboliczna węglowodorów, w tym insuliny - która transportuje glukozę do komórek organizmu – dbając o odpowiedni poziom cukru. Proces ten jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania organów wewnętrznych, układu nerwowego oraz mózgu. Po przejściu wszystkich tych trzech etapów organizm diabetyka wchodzi w fazę autoregeneracji, natomiast wyrządzone przez lata szkody –* ***zostają cofnięte na stałe.***



Cholesterol i zbędne kilogramy zniknęły!

Przez cukrzycę stałam się otyłą, ospałą osobą nie nadającą się do towarzystwa. Po regularnym stosowaniu formuły zgubiłam kilogramy i przestałam podjadać słodycze. Szkodliwy cholesterol został obniżony. Minęły już cztery miesiące, a figury może pozazdrościć mi niejedna 30-latka!

– Monika, 50 lat, Sopot.

Pytanie nr. 3

D: Preparat utrzymuje prawidłowy poziom cukru oraz odpowiednią masę ciała. Czy jednak jest w stanie pokonać każdy typ cukrzycy?

A: *Wraz z moim zespołem przeanalizowaliśmy masę danych, z których jasno wynika, że odpowiednio dobrane fortyfikowane związki aktywne oraz fitosterole zwalczają każdy typ cukrzycy. Kluczem do sukcesu jest utrzymanie odpowiedniego poziomu glikemii we krwi, przy jednoczesnym wspieraniu trzustki w produkcji odpowiedniej ilości insuliny. Międzynarodowa Federacja Diabetologiczna w Sztokholmie, po weryfikacji naszych badań, przyznała certyfikat skuteczności i bezpieczeństwa dla Glucobalance. Testy potwierdzają - już po 20. dniach regularnego zażywania formuły, cukrzyca ustępuje, zaś wyraźna nadwaga i insulinooporność – zostają definitywnie zażegnane.*



Dla zwiększenia spektrum danych i pewności odnośnie skuteczności preparatu, poprosiliśmy o komentarz Dyrektora Międzynarodowej Federacji Diabetologicznej – prof. Jonsona Lockwooda

Według danych, zgromadzonych przez specjalistów z Centrum Cukrzycy uniwersytetu w Lund we Szwecji wynika, że preparat pomógł już blisko 90 tys. osobą skutecznie obniżyć ryzyko wystąpienia zagrożeń wynikających z cukrzycy oraz definitywnie ją wyleczyć. Aż 87/100 osób 5-krotnie ograniczyło możliwość wystąpienia: kwasicy ketonowej i mleczanowej, hipoglikemii oraz stopy cukrzycowej – najgroźniejszych skutków nieleczonej cukrzycy.

Aż 91,7% badanych potwierdza, że częste podjadanie słodyczy oraz suchość w ustach znikają bezpowrotnie po 7. dniach. Po dwóch tygodniach spadek glukozy we krwi, przyczyniający się do zmęczenia i ciągłej senności, zostaje wyeliminowany. Natomiast osoby bagatelizujące cukrzycę przez wiele lat potrzebowały 5. tygodni na uzyskanie zbliżonych rezultatów. U 87% badanych odnotowano obniżenie złego cholesterolu, ustabilizowanie hiperglikemii oraz regulację masy ciała. Wszystko to dzięki regularnemu zażywaniu formuły. To koniec z uciążliwymi ćwiczeniami i ciągłymi dietami – jedyne co należy robić, to przyjmować po 2. dawki dziennie i czekać na rezultaty!

Glucobalance poskromi apetyt i senność

Dołącz do dziesiątek tysięcy osób, które na dobre pozbyły się cukrzycy, dzięki regularnemu stosowaniu Glucobalance Regular. Poskrom apetyt i skończ z popołudniowymi drzemkami ograniczając tym samym niebezpieczne powikłania takie jak otyłość, nadciśnienie i stopa cukrzycowa.

Tylko z formułą wyrównasz cukier, pozbędziesz się uporczywego zmęczenia i złego cholesterolu. Ponadto pohamujesz apetyt, dzięki czemu pozbędziesz się zbędnych kilogramów. Już dziś zamów kurację zwalczającą cukrzycę na dobre!

Wyjątkowa Świąteczna Promocja!

Tylko do 13 grudnia 2019 r. zniżka 70% dla 100 pierwszych osób! Idealny prezent dla Ciebie lub bliskich za jedyne 97zł. Zadzwoń:

81 300 32 16

*Tylko teraz pierwsze 35 osób otrzyma dodatkowy prezent o wartości rynkowej nie mniejszej niż 150 zł!

30 minut Gospodarka PLUS

Bartłomiej Grzegorczyk



Mały ZUS. Wielka sprawa!

Nowa ulga „Mały ZUS Plus" to rozszerzenie dotychczasowo obwiązującego „Małego ZUSu". Z „Małego ZUSu" mogą skorzystać osoby prowadzące jednoosobową działalność gospodarczą, których średniomiesięczny przychód w 2018 roku nie przekraczał 2,5-krotności minimalnego wynagrodzenia, czyli 63 000 PLN rocznie. Składki na ubezpieczenia społeczne naliczane są wtedy proporcjonalnie do przychodu. Nowa ulga „Mały ZUS Plus", która prawdopodobnie wejdzie w życie od 1 stycznia 2020 roku kierowana jest do najmniejszych firm, których przychód w 2019 roku zamknie się w kwocie 120 000 PLN. Jednak składki ZUS będą liczone proporcjonalnie do dochodu przedsiębiorcy i powinny być one niższe o kilkaset złotych miesięcznie od standardowej wysokości ubezpieczenia społecznego. O takie rozwiązanie wnioskowali przedstawiciele biznesu, którzy postulowali rozszerzenie grupy docelowej mogącej skorzystać z ulgi właśnie poprzez podniesienie progu przychodu rocznego do 120 000 PLN i powiązanie wysokości składek na ubezpieczenie społeczne nie z przychodem jak do tej pory (przychód według definicji jest to łączna wartość sprzedaży dóbr, towarów i usług netto bez VAT w danym okresie rozliczeniowym), ale właśnie z dochodem (dochód to przychody minus koszty uzyskania przychodu związane z prowadzoną działalnością). Obniżona składka może być płacona maksymalnie przez 36 miesięcy w ciągu kolejnych 60 miesięcy prowadzenia działalności. Założeniem Premiera Morawieckiego przy wprowadzaniu obu ulg było zachęcenie do otwierania i prowadzenia własnego biznesu przez okres dłuższy niż kilkanaście miesięcy, odciążenie fiskalne małych przedsiębiorców oraz zwiększenie szans na rozwój i powodzenie biznesu. W prowadzeniu własnego biznesu najtrudniej jest przetrwać na rynku w początkowym stadium, a liczba zamkniętych lub zawieszonych działalności z powodu weryfikacji rynkowej pomysłu oraz wysokich obciążeń US i ZUS jest wtedy największa.

DWA POTRĄCENIA

We wtorek na terenie Wałbrzycha doszło do dwóch wypadków drogowych z udziałem pieszych. Ranny został 8-letni chłopiec przechodzący przez przejście dla pieszych oraz 7-latek, który wbiegł prosto pod nadjeżdżający samochód.

Do pierwszego zdarzenia drogowego doszło tuż po godz. 14 przy ulicy Piłsudskiego w Wałbrzychu. Z ustaleń policjantów pracujących na miejscu zdarzenia wynika, że 44-letni mieszkaniec Wałbrzycha kierujący samochodem Fiat Doblo nie ustąpił pierwszeństwa pieszemu i na oznakowanym przejściu dla pieszych potrącił 8-letniego chłopca. Małoletni, przechodząc przez pasy, o parę kroków wyprzedził swoją babcię i prababcię. Chłopca z ogólnymi potłuczeniami przetransportowano do szpitala. Natomiast do drugiego wypadku doszło również przy ul. Piłsudskiego w Wałbrzychu około godz. 17.30. Tym razem 7-letni chłopiec wybiegł na jezdnię wprost pod koła prawidłowo jadącego Mercedesa, kierowanego przez 39-letniego mieszkańca Świdnicy. Małoletni z urazem nogi i stłuczeniem głowy, został przewieziony do szpitala. Okoliczności obu zdarzeń będą wyjaśniane teraz przez policjantów w prowadzonym postępowaniu.

Red.

źródło i foto: http://www.walbrzych.policja.gov.pl

POLICJANCI APELUJĄ!

Pamiętajmy, dostosujmy prędkość do zmieniających się warunków atmosferycznych. Opady deszczu czy śniegu oraz lokalne przymrozki sprawiają, że drogi są śliskie. Dlatego noga z gazu. Odpowiadasz za życie i zdrowie innych osób - bardzo często swoich bliskich.

Pamiętajmy, aby przy dojeżdżaniu do przejścia dla pieszych zawsze zachować szczególną ostrożność. Widząc pieszego zwolnijmy, by w przypadku jego wejścia na jezdnię w sposób bezpieczny zatrzymać swój pojazd.

Apelujemy także do pieszych. Przy niesprzyjającej pogodzie oraz w porze od zmierzchu do świtu obowiązkowo używajmy odzieży z elementami odblaskowymi. Kierujący będą w stanie zobaczyć nas w dalszej odległości, a to daje możliwość szybszej reakcji na wystąpienie ewentualnych zagrożeń na drodze. Pamiętajmy także, że przed wejściem na jezdnię należy się rozejrzeć. Wtargnięcie pod nadjeżdżający pojazd, także na przejściu dla pieszych, jest niedozwolone.

Osobny apel kierujemy do rodziców. Uczmy nasze dzieci, poprzez dawanie dobrego przykładu, odpowiedzialnego zachowania na drodze. Przecież od tego zależy ich zdrowie, a czasem nawet życie. Idąc z dzieckiem, schowajmy telefon do kieszeni i weźmy je za rękę. Pamiętajmy o tym, aby nasza pociecha nigdy nie szła od strony ulicy.

Mikołaju to już czas!

W miniony czwartek, 28 listopada, szóstoklasiści z Publicznej Szkoły Podstawowej nr 5 im. Aliny i Czesława Centkiewiczów wzięli udział w warsztatach mikołajkowych w Dziećmorowicach. W ramach przygotowanej przez biuro podróży Kubuś Marta oferty zajęć dzieci zdobiły pierniki oraz szklane bombki, dekorowały figurki gipsowe, śpiewały kolędy, spotkały się z Mikołajem oraz reniferem Rudolfem i elfami. Nie zabrakło również projekcji bajek, świątecznych zabaw muzycznych i słodkiego poczęstunku. Był też bożonarodzeniowy kiermasz oraz lekcja pisania listów.

osa

Źródło zdjęcia: osa



Przedświąteczne warsztaty sprawiły dzieciom ogromną radość

REKLAMA R1026/19

Potrzebujesz KREDYTU GOTÓWKOWEGO?
KONSOLIDACYJNEGO?
A może interesuje Cię KREDYT NA FIRMĘ?
W naszym biurze JAN-MAR FINANSE znajdziesz
OFERTY KILKU NAJWIĘKSZYCH BANKÓW
W JEDNYM MIEJSCU!

• Do 15 000 zł na oświadczenie
• AKCEPTUJEMY również dochody typu: renta socjalna, 500+, alimenty,
• NIE WYMAGAMY zgody współmałżonka do kwoty kredytu 80 000 zł,
• Do wyliczenia zdolności kredytowej NIE BIERZEMY POD UWAGĘ CHWILÓWEK

Zadzwoń i sprawdź ofertę
536 425 654
lub odwiedź nasze biuro
ul. Dmowskiego 22
Wałbrzych

Biuro JAN-MAR FINANSE
Wałbrzych, ul. Dmowskiego 22
www.janmarfinanse.pl

REKLAMA R1027/19

OPTYK Centrum
essilor

Merry Christmas

-30% -50% -70%

Black Friday?
Black Week?
A może cały miesiąc wyprzedaży!?

Zapraszamy na całomiesięczną Świąteczną promocję w Optyk Centrum, w której oprawy okularowe możesz kupić do **70% taniej!!!***

*Szczegóły promocji w salonach optycznych Optyk Centrum, na www.optykcentrum.com.pl oraz na FB

Zapraszamy do naszych zakładów **w Wałbrzychu** przy **ul. Słowackiego 26, ul. Głównej 6** oraz przy **Pasażu Tesco, ul Łączyńskiego 44.**

REKLAMA R1028/19

WIELKA WYPRZEDAŻ DRZWI



W CENĘ WLICZONO:
- montaż z obróbką
- skrzydło drzwiowe
- ościeżnica metalowa
- zamek podklamkowy
- komplet wkładek
- wizjer, próg, blokady

KRÓTKIE TERMINY REALIZACJI!

ZAMÓW BEZPŁATNY POMIAR I WYCENĘ
tel. 507 986 123
www.impulsdrzwi.pl

DRZWI WEWNĘTRZNE

Masz kafelki?
Zrobione podłogi?
Nie chcesz wymienić futryny?

ROBIMY PROFESJONALNE
WPASOWANIE STOLARSKIE
DO ISTNIEJĄCYCH OŚCIEŻNIC!

KUPUJ NA RATY
BEZ PIERWSZEJ WPŁATY



SZEROKA GAMA WZORÓW I KOLORÓW

tel. 507 986 123 ZAMÓW BEZPŁATNY POMIAR

30 minut Pod powierzchnią

MAŁGORZATA SZPARA



Patrzę na jego rękę. Przeciągle, jak we śnie. Jej wskazujący palec uderza miarowo w pojedyncze litery klawiatury komputera, nigdzie się nie spiesząc. Przez chwilę nawet myślę, że pan doktor wcale niczego tam o mnie nie pisze, wcale nie zostawia śladów mojej niemocy w tajemnych szpitalnych kartotekach, tylko wystukuje sobie z czułością jakąś dawno zapomnianą melodię. Czuję się wstrętnie, szare komórki mózgu przegrywają z gorączką, zmętniały, obumarły. Choroba rozgościła się już we mnie na dobre, jak niechciany gość, któremu otwiera się drzwi przez roztargnienie, a on wpycha nogę do środka, nie pozostawiając zbyt wielkiego wyboru. Jednak ta prawa ręka doktora skupia na chwilę moją uwagę. Lewa, pogrążona w idyllicznym śnie, odpoczywa. Może marzy o robieniu czegoś równie ważnego jak prawa. Może śni o byciu potrzebną. Od przekroczenia progu gabinetu pan doktor odzywa się do mnie tylko raz. Nie patrząc nawet w moją stronę pyta, co się stało. Niezdarnie tłumaczę, że przyszłam, bo nie przetrwam nocy, a stanie od 6 rano w kolejce do rejestracji mnie najpewniej zabije. Doktor rzuca mi puste, pospieszne spojrzenie, jak gołąb. Nie jest miły, ani niemiły. Jest. I to powinno mi w zupełności wystarczyć. Korytarzowi straceńców po mnie też. Milczymy, podczas gdy palec wskazujący doktora mierzy się ze zobojętniałą acz upartą materią klawiatury. Na koniec przechodzi od sonat Chopina do Rachmaninowa. Drukarka wypluwa 3 kartki, dwie z nich dostaję. Jestem wolna, mogę odejść. Skoro już płacimy przyszłym pielęgniarkom, płaćmy też lekarzom za odrobinę człowieczeństwa. Może wtedy przypomną sobie o jego istnieniu.

Aktywne Mikołajki w PWSZ w Wałbrzychu

Już po raz trzeci Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Angelusa Silesiusa w Wałbrzychu organizuje Aktywne Mikołajki – wydarzenie promujące zdrowy i aktywny tryb życia.

Przypominamy, że odbędzie się ono, tradycyjnie, 6 grudnia w godzinach 8.00-12.00 na terenie kampusu uczelni przy ulicy Zamkowej 4 oraz ulicy Piotra Skargi 14a. Program wydarzenia podzielony został na trzy strefy aktywności: sportu, zdrowia i urody oraz aktywnej nauki, a zamyka go Wielki Finał, w którym między innymi podjęta zostanie próba pobicia rekordu PWSZ w tzw. „planku" na czas. W Aktywnych Mikołajkach uczestniczyć może każdy, bez względu na wiek czy poziom sprawności fizycznej. Jest to wydarzenie bezpłatne i otwarte dla wszystkich zainteresowanych (jedynie na niektóre zajęcia obowiązują wcześniejsze zapisy). W programie przewidziane są propozycje dla uczniów szkół podstawowych, średnich, a także dla studentów, seniorów, amatorów zajęć fizycznych i intelektualnych. Będzie można między innymi spróbować swoich sił w pojedynku na skakance, w tabacie, tenisie stołowym, a także e-zawodach (Mikołajkowym Turnieju FIFA i Rozgrywkach League of Legends). W strefie zdrowia i urody zorganizowany zostanie „Mikołajkowy quiz o zdrowiu", zajęcia z pierwszej pomocy, wykłady na temat profilaktyki i prewencji zdrowotnej oraz pokaz zabiegów upiększających. Osoby kreatywne i żądne wiedzy z pewnością znajdą coś dla siebie w strefie aktywnej nauki, która oferować będzie: doświadczenia chemiczne,





zajęcia językowo-sportowe po angielsku, czy pokazy pomiarów środowiska. Odbędą się również warsztaty projektowe „Zaprojektuj swoją choinkę" oraz warsztaty plastyczne „Trochę inne ozdoby choinkowe", podczas których wykonane zostaną dekoracje świąteczne dla wałbrzyskiego hospicjum.

Tegoroczny program Aktywnych Mikołajek został przygotowany wspólnie z Komendą Miejską Policji w Wałbrzychu, Fitness World, Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Wałbrzychu, FitDiet Centrum Zdrowia i Urody, Akademickim Związkiem Sportowym oraz Wojskową Komendą Uzupełnień w Kłodzku.

Szczegółowy harmonogram wydarzenia dostępny jest na stronie organizatora: http://www.pwsz.com.pl/aktywne-mikolajki-2019/

Red.

źródło zdjęć:PWSZ

Dowiedź się więcej o Aktywnych Mikołajkach

Pobierz kod!

REKLAMA R1029/19

STUDIUJ
bezpłatnie
na studiach stacjonarnych
w Państwowej Wyższej
Szkole Zawodowej
im. Angelusa Silesiusa w Wałbrzychu
www.pwsz.com.pl

REKLAMA R1030/19

Pobiegli dla hospicjum

Choć było wcześnie rano i zimno, to nikomu to nie przeszkadzało. Wspaniała atmosfera, uśmiechy na twarzach zarówno biegaczy jak i wolontariuszy i organizatorów. Tak rozpoczął się I Mikołajkowy Bieg dla Hospicjum, który odbył się w niedzielę 1 grudnia na ulicach dzielnicy Piaskowa Góra.

Startowali nie tylko dorośli biegacze. Organizatorzy przygotowali również Bieg dla Dzieci o godzinie 10:30. Najmłodsi pobiegli w kategoriach 0-7 lat, 8-10 lat i 11-14 lat. Natomiast zainteresowanie biegiem wśród dorosłych było tak ogromne, że listę startową zamknięto już na dwa tygodnie przed imprezą. Na starcie charytatywnego biegu stawiło się blisko pół tysiąca zawodników. Nie liczył się czas pokonania trasy, ani zajęte miejsce, choć bieg był w pełni przygotowany profesjonalnie. Najważniejsze było to, że z wpiswego i specjalnie przygotowanych cegiełek zebrano środki na paczki mikołajkowe dla maluchów, które są pod opieką hospicjum. Wiadomo, że tych dzieci jest ponad setka.Siedemdziesiąt z nich jest przewlekle chora, z kolei pozostałe dzieci pochodzą z rodzin, którym odeszli bliscy w ostatnim czasie. Teraz dzięki zebranym środkom będzie można uszczęśliwić te dzielne maluchy. Ta impreza pokazuje również jak wiele osób z różnych środowisk wspólnie angażuje się w jej organizację. Pomagały zarówno służby mundurowe, jak i lokalni samorządowcy, a wśród nich burmistrz Starych Bogaczowic Mirosław Lech, Radny Anatol Szpur, Starosta Krzysztof Kwiatkowski, działacze RWS Piaskowa Góra i wspaniali wolontariusze. Pieczę nad wszystkim sprawowała Radna Miejska Wałbrzycha a zarazem prezes wałbrzyskiego hospicjum Renata Wierzbicka.

Dziękuję wszystkim osobom i instytucjom, które przyczyniły się do zorganizowania biegu. Dziękuję wolontariuszom, a przede wszystkim osobom uczestniczącym w biegu i tym, którzy przyszli wesprzeć te działania.

Renata Wierzbicka
Prezes Zarządu Polskiego Towarzystwa Opieki Paliatywnej w Wałbrzychu











REKLAMA R1031/19

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 R1032/19



Kontakt Tel. 881-21-22-23
Pap-Trans Recykling
Ul. Gagarina 20 58-306 Wałbrzych
Email: surowce@paptrans.com.pl
Zapraszamy od 06:00 do 18:00

Jesteśmy jedyną działającą firmą na terenie Wałbrzycha

PAP-TRANS

Recykling
Karton, Folia, Ulotki, Styropian (opakowaniowy)
Odbiór
Prowadzisz sklep, małą gastronomię, hurtownię, zakład fryzjerski? Ustawa mówi o obowiązkach firm działających na terenie Wałbrzycha, które powinny mieć podpisane umowy na wywóz odpadów z firmą komunalną oczyszczająca nasze miasto.
Uwolnimy Cię od problemu.
Pomożemy też prowadzić obowiązkową ewidencję.

Makulatura, książki, gazety, opakowania
Nie wiesz jak się ich pozbyć? Przywieź do nas za darmo !!!!
Lub zamów płatny odbiór, nasz wykwalifikowany pracownik przyjedzie do Ciebie i uwolni Cię od problemu. Masz też gwarancję, że odebrany towar nie zostanie po prostu wyrzucony, a będzie poddany recyklingowi i przyczyni się do ochrony środowiska.

Karton, folia, ulotki, styropian
Jak się ich pozbyć za darmo?
Nic prostszego, posegreguj i przywieź do nas !
Możesz też zlecić nam płatny odbiór! W ustalonych terminach nasz pracownik będzie odbierał od Ciebie odpady, co będzie potwierdzane Kartą Przekazania Odpadu.

Przyjmujemy :
-czyste posegregowane odpady z papieru i tektury 15 01 01
-czyste posegregowane odpady opakowaniowe z tworzyw sztucznych 15 01 02
-styropian czysty opakowaniowy biały 150102

Dzięki temu zgodnie z przepisami udokumentujesz prawidłowe prowadzenie gospodarki odpadami.

Siostrzana po remoncie

Nowa nawierzchnia z kostki granitowej, odnowione chodniki, nowe lampy oświetlenia ulicznego – to efekt przebudowy ulicy Siostrzanej.

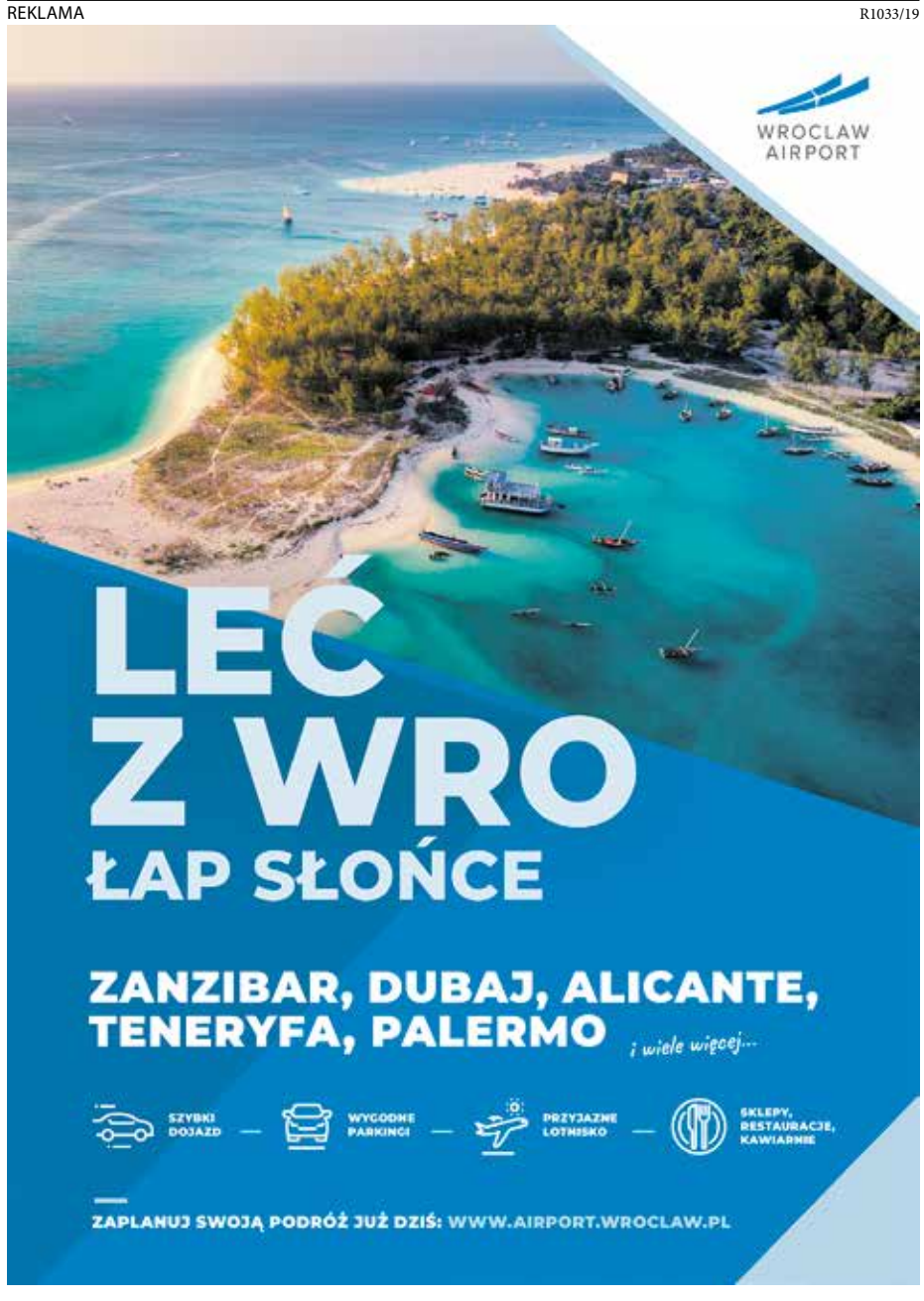
- To kolejna inwestycja zrealizowana z unijnym dofinansowaniem. Dzięki temu zmieniamy nasze otoczenie, poprawiamy komfort życia i estetykę centrum Świdnicy. Dopełnieniem projektu będzie uruchomienie budynku Rynek 39/40 – dodaje prezydent, Beata Moskal-Słaniewska. Modernizacji poddane zostało także podwórko zlokalizowane pomiędzy Rynkiem a ulicą Siostrzaną. Warto podkreślić, że kwartał ten zyskał na estetyce i funkcjonalności, ponieważ powstał tam m.in. nowy plac zabaw i siłownia zewnętrzna. Na zaprojektowanych terenach zielonych posadzono byliny, krzewy ozdobne oraz drzewa niskopienne. Zieleń pozwoli mieszkańcom na prawdziwy relaks. Miejsce gromadzenia odpadów zostało zadaszone, zamontowano nowe elementy małej architektury, czyli ławki, stojaki rowerowe, kosze na śmieci oraz trejaże. Jeżeli chodzi o wydatki, to wartość inwestycji przekroczyła ponad 4 miliony 936 tysięcy złotych, w tym przebudowa samej ulicy to kwota prawie 1 miliona 679 tysięcy złotych. Przypomnijmy, że miasto Świdnica otrzymało dofinansowanie unijne w wysokości 6,5 miliona złotych na rewitalizację miejskich przestrzeni, czyli na przebudowę wspomnianej ulicy Siostrzanej oraz obszaru pomiędzy Rynkiem a ulicą Siostrzaną, a także budynku Rynek 39 – 40.

Red.

źródło zdjęcia: UM Świdnica



REKLAMA R1033/19



nasza VICTORIA

NR 12 (89) GRUDZIEŃ 2019

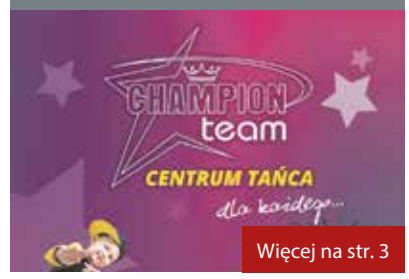
MAGIA ŚWIĄT W VICTORII

Świąteczny klimat na dobre zagościł w Galerii Victoria. Z witryn spoglądają uśmiechnięte mikołaje, renifery oraz skrzaty. Lampki, choinki a nawet Święty Mikołaj i żywe renifery to wszystko czeka na Państwa w naszym centrum handlowym.



Święta to czas, na który czekamy cały rok. Czas, w którym pęd codzienności przekuwa się, w radość z bycia razem. Spotkania z bliskimi sprawiają, że jest to w pełni magiczny czas. Dopełnieniem tych chwil jest obdarowywanie bliskich upominkami. W naszym centrum handlowym znajdzie się wszystko to, co sprawi radość naszym bliskim a także nam samym. Pomysłów na prezenty w tym miejscu nie brakuje. Już dziś w godzinach od 13:00 do 18:00 będzie można spotkać Świętego Mikołaja. Z kolei jutro dołączą do jego zagrody prawdziwe renifery! Jak co roku, przed samymi świętami można będzie skorzystać z pomocy podczas pakowania prezentów. W dniach 20- 22 grudnia zapakujemy najpiękniej Państwa prezenty, zaś zwieńczeniem tych wyjątkowych, świątecznych dni będzie wyjątkowy bożonarodzeniowy koncert. Serdecznie zapraszamy!

W NUMERZE M.IN.:



Więcej na str. 3

ZATAŃCZ Z NAMI



Więcej na str. 4

BŁYSZCZĄCE SZALEŃSTWO



Więcej na str. 7

CZYTAJ, SŁUCHAJ, OGLĄDAJ





NIEZWYKŁY CZAS

świątecznych radości

Zapraszamy do naszego sklepu
Galeria Victoria - **POZIOM 0**

BacowkaTowaryTradycyjne www.bacowkatowary.pl

BACÓWKA®
towary tradycyjne


CHAMPION
team
CENTRUM TAŃCA
dla każdego...
ZAPISY: 607 448 286
JUŻ OTWARTE - ZAPRASZAMY!
POLUB NAS NA FACEBOOKU
POCZUJ MOC TAŃCA ☆ ZNAJDŹ SWÓJ STYL

Błyszcząca kolekcja MOHITO

Błysk, energia i zabawa! Czyli okres przyjęć i karnawału już za rogiem! Inspiracją do stworzenia tegorocznej kolekcji marki MOHITO były pełne ekspresji lata 80-te. Karnawałowa kolekcja marki to połączenie modnych, błyszczących faktur i klasycznego, kobiecego wdzięku.

Motywem przewodnim kolekcji karnawałowej MOHITO jest z jednej strony stonowana kolorystyka czerni i odcieni srebra, a z drugiej energetyczny kolor electric blue oraz romantyczne pióra. Wielbicielki cekinów mogą będą mogły wybierać spośród wielu opcji. W tym sezonie MOHITO prezentuje bowiem kilka niepozwalających oderwać od siebie wzroku propozycji. Jedna z nich to olśniewająca, srebrna midi sukienka, podkreślająca kształt sylwetki, o fantazyjnie postrzępionym dole – wprost stworzona do tańca. Inną propozycją będzie mini sukienka z długim rękawem, czy też mini spódniczka. Obie srebrne i okraszone ciekawym detalem na wysokości uda. Na uwagę zasługuje też czarny set, bluzka i spódniczka, skrzące się czarnymi cekinami, ułożonymi we wzór zygzaka. W nadchodzącym karnawale warto postawić na total looki. Tu marka MOHITO proponuje lurexowy kombinezon, z doskonale podkreśloną talią. Nie zapominajmy, że karnawał to też klasyczna mała czarna, czy też set czarnych spodni z delikatnym topem. Taki zestaw warto przełamać srebrną, cekinową marynarką. Wielbicielki bardziej odważnych rozwiązań znajdą w salonach MOHITO elegancką mini sukienkę z dołem ozdobionym pięknymi piórami. Ten sam element znajdziemy na eleganckim topie, doskonale pasującym do klasycznych, czarnych spodni. W tym sezonie nie będzie można przejść obojętnie obok koloru electric blue. W MOHITO w tym kolorze znajdziemy top na ramiączkach, bluzkę z szyfonowymi bufkami oraz oszałamiające sztuczne futro. Bardzo ciekawą propozycją jest też czarna, krótka sukienka ze zwisającymi koralikami w tym samym kolorze, które romantycznie falują w ruchu. Karnawałowy look byłby niczym bez odpowiednich dodatków z pięknymi kryształami. Wykorzystano je przy długich i strojnych kolczykach, naszyjnikach i bransoletach. Karnawał bowiem musi błyszczeć!













Pomysły NA PIĘKNE prezenty!

WYŁĄCZNIE W DOUGLAS

TOMMY HILFIGER
PEACH BLOSSOM
woda perfumowana, 30 ml
~~169 zł~~
79 zł



VERSACE
BRIGHT CRYSTAL
woda toaletowa, 30 ml
~~219 zł~~
129 zł



GIORGIO ARMANI
SI PASSIONE
woda perfumowana, 30 ml
~~295 zł~~
209 zł





LANCÔME
LA VIE EST BELLE L'ÉCLAT
woda perfumowana, 30 ml
~~295 zł~~
199 zł



PACO RABBANE
PURE XS FOR HIM
woda toaletowa, 100 ml
~~390 zł~~
279 zł



WYŁĄCZNIE W DOUGLAS

MONT BLANC
EMBLEM
woda toaletowa, 40 ml
~~175 zł~~
99 zł

DOUGLAS

Oferta obowiązuje od 12.11.2019 do wyczerpania zapasów oraz jest dostępna w sklepie online. Oferty nie łączą się z innymi promocjami.

GALERIA VICTORIA

Moja • Twoja • Nasza

NIEDZIELE HANDLOWE W VICTORII

Grudzień

Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

W niedziele wolne od handlu zapraszamy do:
Kina Cinema City, CityFit, Kinder Planety, KFC, Pizza Hut Express i Kawiarni Crepes.

- niedziele wolne od handlu

- niedziele handlowe

ROSNĄCE RABATY
NA AKCESORIA

-20%
PRZY ZAKUPIE 2 SZTUK

-30%
PRZY ZAKUPIE 3 SZTUK

-40%
PRZY ZAKUPIE 4 SZTUK
I WIĘCEJ

* DOTYCZY ASORTYMENTU NIEPRZECENIONEGO



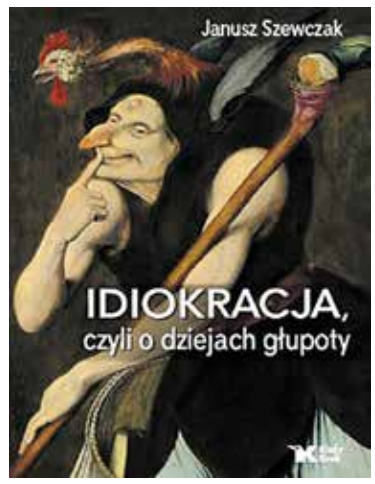




empik POLECA

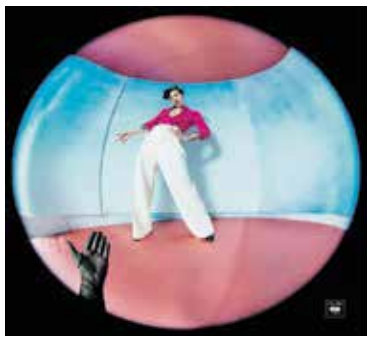
Idiokracja, czyli o dziejach głupoty

Szewczak Janusz



Kolejna otwierająca oczy książka Janusza Szewczaka, autora bestsellerowych „Banksterów", który w swym nowym dziele pt. „Idiokracja, czyli o dziejach głupoty" zapewnia, że opłaca się posiadać otwarty umysł, ale nie na tyle otwarty, aby wypadł z niego mózg… W „Idiokracji" Szewczak mówi o zniewolonych, współczesnych umysłach, o bezgranicznej ludzkiej głupocie, o jej źródle i historii, a także o jej wpływie na ludzkość dzisiaj. Bezkresna głupota człowieka może bowiem doprowadzić do tego, że ludzkość niebawem przestanie istnieć. To nie przesada, a przykładów tego jest niezliczona ilość, zwłaszcza w związku z niesłychanym rozkwitem mediów społecznościowych i nowoczesnego internetu; dziś fenomen głupoty nie tyle już intryguje, co wręcz irytuje i coraz bardziej niepokoi.
Tyle wokół nas dziś zwykłej brzydoty, tyle tej nowoczesnej głupoty, tyle bylejakości, braku roztropności, tak wielu ignorantów uchodzących za autorytety, tylu uczonych głupców zaklinających rzeczywistość, tyle tego wszystkiego, że współczesny świat znalazł się dziś w nie byle jakim zamęcie i na gigantycznym duchowym, moralnym oraz intelektualnym zakręcie. Dzisiaj to właśnie głupota, a nie mądrość i roztropność triumfuje, głupota, która rozpycha się łokciami na dziejowej, nie tylko politycznej czy medialnej, scenie. Ludzie łudzą się, że żyjemy w demokracji, ale tak naprawdę jesteśmy świadkami idiokracji, czyli rządów głupoty. „Idiokracja" jest bezlitosną analizą stanu obecnego.

Powyższy opis pochodzi od wydawcy.



Fine Line

Styles Harry

„Fine Line" to drugi studyjny album Harry'ego Stylesa, którego debiutancki album wydany w 2017 roku osiągnął w Polsce status platynowej płyty. Materiał artysty będzie dostępny w trzech wariantach: na CD, winylu oraz w wersji specjalnej, zawierającej 32-stronicową książeczkę z ekskluzywnymi zdjęciami zrobionymi w czasie powstawania płyty. Na albumie znajdzie się 12 utworów, w tym singiel „Lights Up", który odsłuchano już ponad 100 milionów razy.





Anna (wydanie książkowe)

Besson Luc

Po „Nikicie", „Leonie zawodowcu" i „Lucy", czas na „Annę" - błyskotliwy thriller szpiegowski w niepowtarzalnym stylu europejskiego mistrza kina akcji, Luca Besson. Paryska supermodelka uwikłana w międzynarodową walkę wywiadów podejmuje grę, w której stawką mogą być losy świata.
Wczoraj była narkomanką w moskiewskim półświatku. Dziś jest topową modelką w największych paryskich domach mody. Być może żadne z tych wcieleń nie jest prawdziwe. Kim naprawdę jest Anna? Odkryta przez paryskiego łowcę talentów piękna Anna Poliatova błyskawicznie pnie się po szczeblach drabiny sukcesu trafiając do ekskluzywnego kręgu supermodelek. To jednak tylko etap na drodze do prawdziwego celu. Urodą i wdziękiem posługuje się jak niebezpieczną bronią. Ulegają jej najpotężniejsi mężczyźni i najpiękniejsze kobiety. Zna tajemnice o jakich nie śniło się zwyczajnym śmiertelnikom. Uwikłana w walkę dwóch największych światowych potęg wywiadowczych, Anna zdaje sobie sprawę, że dla swoich mocodawców warta jest tyle, ile skrywane przez nią sekrety. Dzięki nim, gdy przyjdzie czas, będzie musiała zmienić zasady gry, w której stawką okaże się jej życie.



NASZA VICTORIA

Oficjalny miesięcznik informacyjno - reklamowy Galerii Victoria

Wydawca: Centrum sp. z o.o.,
ul. Ludowa 1C, p. 111, 58-304 Wałbrzych
www.30minut.pl
sekretariat@30minut.pl
Nakład 19 000 egzemplarzy
Redakcja i biuro ogłoszeń:
ul. Ludowa 1C/111,
58-304 Wałbrzych
tel.: 531 407 736
www.30minut.pl
e-mail: reklama@30minut.pl

GALERIA VICTORIA
CENTRUM sp. z o.o.

REDAKCJA NIE ODPOWIADA ZA TREŚĆ REKLAM I OGŁOSZEŃ


VICTORIA
ŚWIĄTECZNIE
GALERIA
VICTORIA
Moja • Twoja • Nasza
www.galeriavictoria.pl
6 GRUDNIA
13:00-18:00
Spotkanie ze św. Mikołajem
7 GRUDNIA
13:00-18:00
Żywe renifery w zagrodzie św. Mikołaja
20-22 GRUDNIA
13:00-19:00
Pakujemy prezenty
21-22 GRUDNIA
15:00-18:00
Świąteczny koncert

Udekoruj dom i balkon na święta

Urząd miasta jak co roku zaprasza świdniczan do udziału w konkursie na najładniej przystrojony i oświetlony dom oraz balkon. Mogą w nim wziąć udział wszyscy mieszkańcy, za wyjątkiem ubiegłorocznego zwycięzcy, którzy w sposób szczególny upiększą swój dom, balkon, bramę, czy też ogród.

Zgłoszenia zawierające imię, nazwisko, adres oraz telefon kontaktowy będą przyjmowane do 17 grudnia w pokoju 303 Urzędu Miejskiego w Świdnicy lub pod numerem telefonu: 74/856-28-98 albo drogą mailową na adres: a.gorgon@um.swidnica.pl.

Ogłoszenie wyników odbędzie się 19 grudnia o godz. 17.30 w Wieży Ratuszowej. Laureatom zostaną przyznane nagrody o łącznej wysokości 1 500 zł.

Urząd zachęcamy do wzięcia udziału w konkursie i liczymy na Państwa pomysłowość, technikę wykonania oraz estetykę dekoracji.

Red.

foto: UM Świdnica

Szczegóły znajdują się w regulaminie konkursu na stronie www.swidnickakoleda.pl .

Dowiedź się więcej o konkursie

Pobierz kod!

Przeciw przemocy

Kampania „Biała Wstążka" odbywa się w ramach światowych „16 Dni przeciw przemocy ze względu na płeć." Również miasto Świdnica włącza się w ogólnokrajową kampanię społeczną przeciwko przemocy.

Dlatego w czwartek, 5 grudnia na świdnickim Rynku pracownicy Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej i Wydziału Polityki Społecznej UM Świdnica rozdawali mieszkańcom białe wstążeczki, które symbolizują zobowiązanie do przerwania milczenia w kwestiach przemocy wobec kobiet i powstrzymania się od wszelkich form jej stosowania.

Początek 16 Dni kampanii „Biała Wstążeczka" przypada na 25 listopada, czyli Międzynarodowy Dzień Przeciw Przemocy Wobec Kobiet, który upamiętnia zamordowanie działaczek na rzecz praw człowieka, sióstr Mirabal, w 1960 r. w Republice Dominikany. Natomiast kończy się 10 grudnia, który jest Międzynarodowym Dniem Praw Człowieka. Przesłaniem tej Kampanii jest uznanie, że przemoc wobec kobiet i przemoc w rodzinie to poważne naruszenie praw człowieka. Warto zaznaczyć, że jest to największa na świecie kampania poświęcona tematowi przemocy wobec kobiet. Poprzez hasło: „Orange the World – przeciwko przemocy wobec kobiet", oddajemy kobietom wiarygodność i przypominamy, że wina za przemoc zawsze leży po stronie sprawcy, nigdy ofiary. - Chcemy zwrócić w ten sposób uwagę świdniczan na problem przemocy w rodzinie. Aby nie byli obojętni wobec osób, które z tego powodu cierpią nie tylko fizycznie. Aby reagowali na tego typu zachowania i pomagali ofiarom – podkreśla Szymon Chojnowski, zastępca prezydent miasta.

Przypominamy, że w świdnickim Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej przez cały rok prowadzone jest poradnictwo rodzinne, przede wszystkim dla rodzin uwikłanych w problemy uzależnień i przemocy domowej. Ponadto mają one możliwość korzystania z nieodpłatnego wsparcia psychologa. Funkcjonuje również otwarta grupa dla osób, które doświadczyły lub doświadczają jakiegokolwiek rodzaju przemocy zarówno psychicznej, fizycznej, seksualnej, jak i ekonomicznej. Spotkania prowadzi 2 terapeutów. Zorganizowano również różnego rodzaju warsztaty oraz kampanie społeczne skierowane do osób dorosłych, a także dzieci i młodzieży, których celem było zwiększenie świadomości dotyczącej skutków stosowania przemocy, sposobów jej przeciwdziałania, a także rozwijanie wśród uczestników empatii i tolerancji wobec innych.

Mit, że przemoc w rodzinie dotyczy tylko sytuacji, w których dochodzi do użycia siły fizycznej jest bardzo powszechny. Tymczasem może ona przybierać różne formy. Przemocą jest dręczenie psychiczne współmałżonki, czy zmuszanie do niechcianych kontaktów seksualnych. Przemoc może się wiązać z wydzielaniem pieniędzy, utrudnianiem podjęcia pracy, szantażem, obniżaniem poczucia wartości partnerki, niepłaceniem alimentów, zaciąganiem zobowiązań finansowych bez zgody partnerki.

Na koniec warto podkreślić, że mężczyźni, którzy noszą białą wstążkę deklarują, że sami nie będą sprawcami przemocy, nie będą akceptować lub milczeć na temat przemocy wobec kobiet. Oznacza to, że będą przeciwstawiać się wszelkim formom przemocy wobec kobiet.

Red.

30 minut sekund

Dziećmorowice
Jest samochód

Mowa o nowym samochodzie, który właśnie trafił do strażaków z Dziećmorowic. Pojazd przeznaczony jest specjalnie dla pracy służb ratowniczo-gaśniczych. Auto będzie pracowało na terenie zarówno gminy Walim jak i terenie Powiatu Wałbrzyskiego. Głównym zadaniem tego ratowniczego narzędzia jest niesienie pomocy podczas akcji związanych z ratownictwem drogowym. Wartość samochodu to około 160 tysięcy złotych. Głównym podmiotem finansującym jest Urząd Gminy Walim, który przeznaczył na zakup ponad 120 tysięcy złotych. Pozostałą kwotę sfinansowano z dotacji celowej dla Gminy Walim z budżetu Starostwa Powiatowego w Wałbrzychu.

Wałbrzych
ATB w AQUA

I nie chodzi tu o nowoczesny instrument muzyczny, tuningowany samochód tylko o mega gwiazdę muzyki elektronicznej, jaką jest André Tanneberger. To właśnie on wystąpi w hali wałbrzyskiego Aqua-Zdroju podczas koncertu 15 lutego 2020 roku z okazji Walentynek. ATB to niemiecki producent muzyczny, didżej oraz muzyk. Jego utwory podbijały najlepsze listy przebojów na całym globie. Wśród nich są takie znane utwory jak: Ecstasy (2004), Killer (1999), You're Not Alone (2002), czy Hold You (2001). Bilety na koncert muzyki elektronicznej rozchodzą się jak świeże bułeczki. Na wydarzenie wejdzie trzy tysiące osób. To wielki test dla wałbrzyskiej instytucji, która pierwszy raz będzie organizować tego typu wydarzenie.

REKLAMA R1034/19

W WAŁBRZYCHU LECZĄ PIJAWKAMI !!!

Leczenie pijawkami ma już 2 tys. letnią udokumentowaną tradycję. Pijawkami leczono w starożytnym Egipcie, Grecji, Indiach czy Rzymie. Ta forma leczenia zyskała tez popularność w średniowiecznej Anglii i Francji. Chyba każdy zna pijawki z opowiadań naszych babć, które pijawkami leczyły praktycznie wszystko.

Obecnie pijawki zyskują na popularności dzięki swym cudownym właściwością leczniczym, warto wspomnieć, że z dobrodziejstw tych małych pasożytów korzystają gwiazdy Hollywood m in. Demi Moore, a także nasz lekkoatleta Marcin Lewandowski, czy piłkarze Śląska Wrocław i Jagielloni Białystok. Niestety wśród części społeczeństwa wciąż panuje stereotypowe przekonanie, że leczenie pijawkami to zabobon, czy czary, a tak nie jest i warto wspomóc tą formą terapii leczenie takich chorób jak żylaki, hemoroidy, miażdżyca, nadciśnienie, reumatyzm, bóle kręgosłupa różnego pochodzenia, bóle stawów, kontuzje sportowe, nerwica, depresja, a także tiki nerwowe i trądzik.

W Polsce hirudoterapia , bo tak właśnie nazywamy zabiegi z wykorzystaniem pijawek lekarskich nadal zaliczana jest do metod medycyny niekonwencjonalnej, gdy tymczasem na zachodzie Europy w szpitalach powstają oddziały leczenia pijawkami.

Efekt terapeutyczny jaki uzyskujemy podczas zabiegu z pijawkami nie polega jak sądzono jeszcze do niedawna na upustach „ złej krwi",lecz na tym, że pijawka podczas swej „pracy" wprowadza wraz ze swoja śliną do naszego organizmu około 200 cennych substancji,a do najważniejszych z nich zaliczamy hirudynę, antystazynę, histaminę, bdelinę, endomorfiny, czy naturalny kortyzol.

Ślina pijawek to wieloskładnikowy i wyjątkowy eliksir, który polepsza unerwienie i ukrwienie uszkodzonych miejsc, poprawia krążenie, usuwa obrzęki, wspomaga wydalanie toksyn z organizmu, a substancje wydzielane przez pijawki działają przeciwzakrzepowo, rozpuszczają istniejące zakrzepy, udrażniają naczynia krwionośne, zapobiegają zawałom i udarom, regulują cholesterol i ciśnienie krwi. Dzięki hirudoterapii nasze organy są dobrze dotlenione i odżywione, lepiej pracują i nie obumierają co korzystnie wpływa na stan naszego zdrowia.

Pijawki używane są jednorazowo i pochodzą z certyfikowanej hodowli laboratoryjnej, gdzie znajdują się pod stałą kontrolą Inspekcji Weterynaryjnej.

Sam zbieg hirudoterapii jest bezbolesny i trwa około 45 minut. Warto spróbować tej zapomnianej formy terapii i przekonać się o jej cudownym wpływie na nasz organizm.

PIJAWKI LEKARSKIE - GABINET HIRUDOTERAPII Ilona Skieresz

REJESTRACJA TELEFONICZNA
533-741-573

Gabinet 325, piętro 2
Przychodnia Piaskowa Góra

www.pijawki.walbrzych.pl

Hirudoterapia to skuteczna, bezpieczna i w 100% naturalna metoda leczenia!!!



Anioły Hospicjum 2019 rozdane

Wałbrzyskie Hospicjum po raz kolejny uhonorowało darczyńców, wolontariuszy, organizatorów różnych akcji specjalnymi statuetkami.

Anioły Hospicjum - statuetki przyznawane za pomoc i wsparcie dla Hospicjum, trafiły do osób, instytucji, firm, które tę pomoc wałbrzyskiemu Hospicjum ofiarowały.

W tym roku Galę Wręczenia Aniołów Hospicjum 2019, która odbyła się w Filharmonii Sudeckiej połączono z uroczystościami z okazji 25-lecia istnienia Hospicjum im. Jana Pawła II w Wałbrzychu.

Podczas tych uroczystości specjalnymi odrębnymi statuetkami uhonorowano także wszystkich pracowników Hospicjum.

AWS

źródło zdjęcia: facebook.com/AnatolSzpur.official

„Anioły Hospicjum 2019" otrzymali:

1. Szef kancelarii Rady Ministrów - Michał Dworczyk
2. Biskup świdnicki - Ignacy Dec
3. Zastępca burmistrza Boguszowa-Gorc - Sebastian Drapała
4. Wójt gminy Stare Bogaczowice - Mirosław Lech
5. Komendant Komendy Miejskiej Policji w Wałbrzychu - Krzysztof Lewandowski
6. Poseł na Sejm RP - Katarzyna Izabela Mrzygłocka
7. Proboszcz parafii p. w. Niepokalanego Poczęcia NMP w Wałbrzychu - Krzysztof Moszumański
8. Proboszcz parafii p. w. św. Wojciecha Biskupa i Męczennika w Wałbrzychu - Stanisław Wójcik
9. Proboszcz parafii p. w. św. Józefa Robotnika - Witold Baczyński
10. Starosta powiatu wałbrzyskiego - Krzysztof Kwiatkowski
11. Prezydent Miasta Wałbrzycha - Roman Szełemej
12. Burmistrz Miasta Szczawno-Zdrój - Marek Fedoruk.
13. Dariusz Mikołajczak - wiceprezes do spraw korporacyjnych Toyota Motor Manufacturing Poland Sp. z o.o.
14. Krystyna i Mieczysław Świerczyńscy
15. Wojciech Sury
16. Małgorzata Szklennik
17. Irena Sośniak
18. Konrad Kudłacik
19. Zbigniew Kozłowiecki
20. Grażyna Jurcewicz
21. Monika Grońska
22. Pracownicy Oddziału Chirurgii Szczękowej Szpitala im. Alfreda Sokołowskiego w Wałbrzychu
23. Joanna Tąporowska za organizację I Rajdu Rowerowego dla Hospicjum
24. Mariusz Wereszczyński za organizację I Rajdu Rowerowego dla Hospicjum
25. Piotr Kowzan za zainicjowanie i organizację akcji „Biegające Anioły".
26. Roman Bereziński - nadleśniczy Nadleśnictwa Świdnica
27. Michał Szukała - prezes Wałbrzyskich Zakładów Koksowniczych „Victoria" S.A
28. Technikum Odzieżowe w Wałbrzychu
29. Pentair Poland Sp. z o.o., zakład produkcyjny Dzierżoniów
30. Franciszek Waśniowski - prezes Przedsiębiorstwa Energetyki Cieplnej S.A.
31. Małgorzata Wieciech i Tomasz Augustyniak - Laboratorium Dentystyczne
32. Krzysztof Sochacki - prezes Wałbrzych International Production
33. Igopak Sp. z o.o. s.k
34. Henryk Frąckowiak i Kajetan Kosiński - Piekarnia Cukiernia
35. Ewa Piątek - Szkoła Podstawowa Fundacji CLEVER
36. Piotrowski Bikes
37. Jarosław Król
38. Krzysztof Brenk - dyrektor Zespołu Szkół Muzycznych
39. Dorota Barańska - Centrum Budowlane Sirbud
40. Agnieszka Galus - Santander Bank, oddział Wałbrzych
41. Piotr Wojnowski, Robert Wojnowski, Eugeniusz Wojnowski - Centrum Zieleni Ogrodnictw „Wojnowscy"

Specjalne podziękowania za uczestnictwo oraz olbrzymie wsparcie przy organizacji akcji „Biegające Anioły" otrzymali:

Bartek Truszczyński
Iga Olszewska
Paweł Białek
Daniel Szymczak
Krzysztof Grajek
Małgorzata Słomiana
Łukasz Kowalski
Dariusz Tęcza
Robert Kafander
Aleksander Sobieraj
Dawid Gajlusz
Łukasz Kozłowski
Jarosław Kowalczyk
Hania Płonka
Łukasz Wawrzyniak.





REKLAMA R1035/19



Wałbrzych w Gruzji

Ponad 50 młodych artystów wzięło udział w projekcie Brave Kids Tbilisi 2019, organizowanym przez Brave Kids Wrocław we współpracy z Caritas Gruzja. Polską kulturę oraz Wałbrzych reprezentował Zespół Pieśni i Tańca „Wałbrzych".

Członkowie zespołu w pięknej stolicy Gruzji spędzili aż dwa tygodnie. Podczas warsztatów artystycznych, młodzi zespołowicze dzielili się swoimi umiejętnościami tanecznymi i wokalnymi z cyrkowcami z Wrocławia, raperkami z Warszawy oraz grupami lokalnymi, które reprezentowały tradycyjną kulturę gruzińską. Efektem ich wspólnej pracy był spektakl finałowy, będący swoistą fuzją tradycji i współczesności: polskie melodie przeplatające się z rytmami Kaukazu, dzieci w strojach ludowych jeżdżące na monocyklach, rapujący cyrkowcy, żonglujący wojownicy, jednym słowem - istne szaleństwo! Na scenie, mimo różnorodności form i kostiumów, obowiązywał jeden jezyk - język przyjaźni, wzajemnego szacunku i radości wspólnego tworzenia.

Oprócz intensywnych warsztatów, członkowie ZPiT mieli możliwość poznania Gruzji „od kuchni", nie tylko za sprawą pysznych, tradycyjnych potraw. Zwiedzili dawną stolicę państwa - Mcchetę, kompleks monastyrów (Gruzińskiego Kościoła Prawosławnego) Dawit Garedża oraz wybrali się do Kazbegi - małej wioski umiejscowionej w wysokim Kaukazie. Ostatnie dwa dni pobytu spędzili w Galeti - niewielkiej wsi, znajdującej się blisko miasta Kutaisi, gdzie gospodarze ugościli ich wspaniałymi gruzińskimi potrawami oraz zorganizowali polsko-gruzińską integracyję przy tradycyjnej muzyce.

Projekt „Brave Kids w Tbilisi - promocja polskiego modelu działań artystycznych na rzecz dzieci i młodzieży" został sfinansowany ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, pochodzących z Funduszu Promocji Kultury oraz Miasta Wrocław. Patronat honorowy: UNESCO, MSZ oraz Prezydent Wrocławia Jacek Sutryk.

To jednak nie koniec Brave przygody! Organizatorzy przygotowali dla młodych artystów oraz wszystkich sympatyków Brave Kids wielką niespodziankę. Już 19 grudnia, o godzinie 18:00 w Teatrze Polskim we Wrocławiu powtórka spektaklu finałowego Brave Kids Tibilisi 2019. Wszystkich zainteresowanych udziałem w tym wyjątkowym wydarzeniu zapraszamy.

Red.

źródło zdjęcia:
Zespół Pieśni i Tańca „Wałbrzych"





30 sekund

Gmina Świdnica
Remont drogi

W ramach Funduszu Dróg Samorządowych trwają prace przy wymianie nawierzchni drogi powiatowej, która łączy Jagodnik, Miłochów, Gogołów i Wirki. Długość remontowanej jezdni wynosi około sześć kilometrów. Jest to inwestycja drogowa na terenie gminy Świdnica, na którą świdnickie Starostwo Powiatowe pozyskało dotację. Warto przypomnieć, że wśród dofinansowanych inwestycji znalazły się również: droga powiatowa nr 2977D na odcinku Lutomia Dolna, droga powiatowa nr 2910D oraz 2911D na odcinku - droga wojewódzka nr 379 – Bystrzyca Dolna – Burkatów, droga powiatowa nr 2882D na odcinku Lubachów – Złoty Las.

Świdnica
Zbieraj nakrętki!

W ten sposób nie tylko dbasz o środowisko, ale również pomożesz dwóm chorym dziewczynkom ze Świdnicy. Pierwsza z nich to Maja Tyczyno. Zbiórka prowadzona jest na finansowanie przeszczepów mikrobioty jelitowej. Brak flory bakteryjnej wymaga ciągłych zabiegów, z czego tylko jeden kosztuje aż 1500 złotych. Natomiast Emilka Pawlak zmaga się z ciężką postacią mózgowego porażenia dziecięcego, wodo-mózgowiem i padaczką lekooporną. Zbiórka pomoże w wyjazdach dziewczynki na turnusy rehabilitacyjne. Nakrętki można przynosić od poniedziałku do piątku od 9.00 do 17.00 do redakcji portalu Świdnica24.pl, która wspiera akcję - Rynek 33/4 w Świdnicy.

REKLAMA R1036/19



Co ćwierka w sieci...

patryk wild
@WildPatryk

Niektórzy „specjaliści od transportu" twierdzą że Park Narodowy do którego przyjeżdża ponad MILION turystów rocznie nie zasługuje na dojazd koleją.
Koleja integrującą go z innymi „eksportowymi" atrakcjami okolicy i będącą wielką samoistną atrakcją. Jedźcie do Czech na korepetycje

12:40 PM · 30 lis 2019

MKS Aqua-Zdrój Wałbrzych
@AquaMks

Kończymy pierwszą rundę zwycięstwem bez straty seta nad Ikarem Legnica i jednocześnie wskakujemy na pozycję wicelidera. #zwyciestwo #trzyliterkijednosercemks #kochamwałbrzych @RomanSzelemej @bielawska_s @DziennikWalb

11:42 AM · 1 gru 2019

Anatol Szpur
@AnatolSzpur

I mikołajkowy bieg dla Hospicjum za nami wspananli ludzie i wspaniała impreza. ciesz się że mogłem wspierać te działania

2:10 PM · 1 gru 2019

WałbrzychMojeMiasto
@WalbrzychMM

Dzisiaj Barbórka, bardzo ważne święto dla naszego miasta. Kopalni nie ma już w Wałbrzychu od ponad 20 lat, ale my pamiętamy o naszej historii i kultywujemy tradycje górnicze. Wszystkiego najlepszego dla wszystkich górników! Szczęść Boże!

6:32 AM · 4 gru 2019

Cezary Przybylski
@PrzybylskiCez

Przejęliśmy od @PKP_SA następne 6 linii kolejowych o łącznej długości blisko 100 km. Odbudujemy połączenia na liniach: Jerzmanice Zdrój–Lwówek Śl., Wałbrzych Szczawienko-Boguszów Gorce, Kobierzyce-Piława Górna, Chojnów-Rokitki, Srebrna Góra – Bielawa, Kondratowice-Łagiewniki.

4:34 PM · 28 lis 2019

S. Bielawska
@bielawska_s

Mój pierwszy raz na Biesiadzie Szkolnej w ramach Festiwalu Tradycji Górniczych Barbórka Podczas biesiady uczniowie szkół @WalbrzychMM mogą poznać górnicze tradycje, a pomagają w tym byli górnicy kopalń wałbrzyskich.
#barbórka #starakopalniawałbrzych @RomanSzelemej

4:52 PM · 2 gru 2019

MKS Szczawno-Zdrój
@MksZdroj

Serce się raduje, jak piszą o nas i naszych przyjaciołach z Podkarpacia https://30minut.pl/11/e-gazeta/ @Tygodnik30Minut @1955Lzs @GalaktycznyFut1 @PZPNGrassroots @dolzpnwroc @Nizsze_Ligi @CzarniWalbrzych @mksWlokniarz @NaprzodSwibie @okeciewarszawa @strykowo @Chroberz

2:37 PM · 30 lis 2019

WałbrzychMojeMiasto
@WalbrzychMM

W @Stara_Kopalnia kilkudziesięciu wspaniałych młodych ludzi odebrało z rąk Zastępcy Prezydenta dr Sylwii Bielawskiej Stypendia Prezydenta Miasta Wałbrzycha za szczególne osiągnięcia w nauce. #Wałbrzych

7:18 PM · 28 lis 2019

REKLAMA R1037/19



Zrób sobie prezent!

Dziś Mikołaj. Zrób sobie zatem prezent i bądź piękna w grudniu! Polecamy: ananasowy peeling enzymatyczny do twarzy Le Magnifique marki Theo Marvee (około 70 zł za 150 ml), odżywczy szampon Bio Helix (Markell) ze śluzem ślimaka (od 15 do 27 zł za 250 ml), kokosowy balsam do ust z serii Love Nature (Oriflame, ok. 20 zł za 7 g), produkty do pielęgnacji cery La Roche-Posay, żelową maseczkę arbuzową do wszystkich typów skóry (Oriflame, ok. 20 zł, 10 ml) i zmiękczające mydło w płynie do rąk Milk&Honey (Oriflame, ok. 25 zł za 300 ml).

osa
Fot. osa



Kosmetyczne upominki z okazji Mikołaja

Przywołaj lato!

Dni coraz chłodniejsze, a ty tęsknisz za latem? Przywołaj je zatem z serią kosmetyków Endless Summer Exotic Paradise marki Bielenda. W linii znajdziesz m.in.melonowy olejek do kąpieli i pod prysznic oraz peeling cukrowy do ciała, czy regenerujący balsam. Do wyboru masz także kosmetyki z ekstraktem z ujędrniającej pitai lub odżywczych fig. Kto kocha ciepło i rajskie zapachy, polubi również produkty myjące Love Nature Oriflame. Wśród nich prym wiodą żele pod prysznic z wodą kokosową i melonem, z truskawką i limonką oraz owocowe (Reviving Fruit Infusion). Smacznego!

osa

Ciepło, cieplej, gorąco!

Ta zima bez wątpienia będzie gorąca. Ale nie za sprawą temperatury, a najnowszych trendów w modzie. Do łask wracają długie, skórzane lub lakierowane płaszcze, które swój renesans zawdzięczają filmowym inspiracjom, m.in. niepowtarzalnemu obrazowi braci Wachowskich „Matrix" z Keanu Reeves w roli głównej. Uwielbiane przez Trinity i Neo okrycia wierzchnie nosimy z kowbojkami lub mocnymi, punkowymi glanami w kolorze śniegu! Tym z was, które jednak wolą styl sportowy, polecamy kurtki puchówki. Dzięki zdobieniom - złotym zamkom czy metalicznym sznurkom - modele te nadają się zarówno na stok, jak i na wyjście.

osa

REKLAMA R1038/19


Na ratunek - suchy szampon

Niespodziewani goście. Ważne spotkanie. Randka. Niezależnie od sytuacji na pewno chcesz, aby twoje włosy wyglądały perfekcyjnie. Pomoże ci w tym suchy szampon. Z tym produktem nie dość, że zaoszczędzisz czas, to jeszcze uzyskasz natychmiastowy efekt świeżości - bez mycia i bez suszenia. Oto lista najlepszych, naszym zdaniem, produktów z tej serii, które idealnie sprawdzą się zimą. W domu i w podróży.

Refreshing Travel Dry Shampoo (Douglas) – ok. 10 zł (50 ml)

Dry Shampoo Light Tones (Moroccanoil) – od ok. 95 zł (205 ml)

Volume Lift Dry Shampoo – Syoss – ok. 15 zł (200 ml)

HairX Advanced Care Volume Lift Dry Shampoo (Oriflame) – ok. 32,90 zł; w cenie promocyjnej - 19,99 zł (150 ml)

Dry Shampoo (Avon, seria Advance Techniques) - ok. 23 zł; w cenie promocyjnej - 14,99 zł (150 ml)

Jak używać suchych szamponów?
Dokładnie wyszczotkuj włosy. Wstrząśnij pojemnik z szamponem przed jego użyciem. Rozpyl suchy szampon w odległości ok. 15-20 cm (np.u nasady) Odczekaj kilka minut (do momentu wchłonięcia nadmiaru sebum przy skórze głowy).

Fresh UP! Dry Shampoo (Gosh)– ok. 30 zł (150 ml)

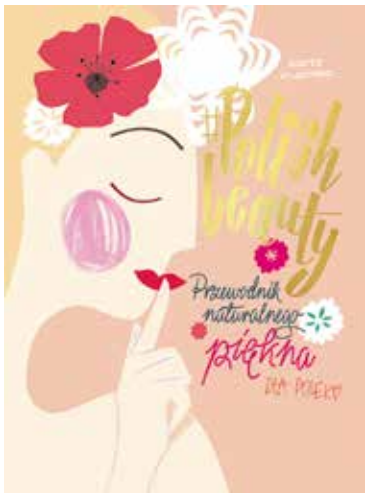
Magic Shampoo, Invisible Dry Shampoo (L`Oreal Paris) - 14,99 zł.

osa

Polskie piękno!

Już jest dostępny! „Polish beauty. Przewodnik naturalnego piękna dla Polek". Dowiesz się z niego m.in. jak w ciągu zaledwie 10 minut zrobić idealny make-up no make up, na co zwrócić uwagę, kupując pielęgnacyjne produkty, i co jest absolutnym „must have" twojej kosmetyczki. Autorka - Marta Krupińska - pomoże wybrnąć ci z każdej sytuacji, wskaże urodowe patenty Polek oraz odkryje przed Tobą tajemnice rynku drogeryjnego. Pozycja obowiązkowa! Do nabycia m.in. w salonach Empik. Cena około 40 zł. Liczba stron - 280. Wydawnictwo - Burda Media Polska.

osa
Źródło zdjęcia: https://www.empik.com/polish-beauty-przewodnik-piekna-dla-polek-krupinska-marta,p1231424234,ksiazka-p



To musisz wiedzieć: hair strobing i złote refleksy


Włosy muśnięte słońcem – bo lato nigdy się nie kończy!

W poprzednim numerze pisaliśmy o popularnym trendzie w makijażu zwanym face strobing. Dziś zapoznamy was z koloryzacją włosów w oparciu o powyższą technikę.

Hair strobing polega na nadaniu blasku włosom tam, gdzie pada na nie światło. Jak uzyskać taki efekt? Poprzez nałożenie o dwa tony jaśniejszej i o dwa tony ciemniejszej farby od naturalnego koloru. W praktyce oznacza to niepowtarzalny, jedyny w swoim rodzaju look. Fryzjer, który podejmuje się wykonania tego typu zabiegu, zwraca bowiem szczególną uwagę nie tylko na strukturę i odcień włosa, ale i na karnację oraz kształt twarzy. A wszystko po to, by osiągnąć jak najlepszy rezultat. Dzięki indywidualnemu podejściu możemy być zatem pewne, że „nic dwa razy się nie zdarza" i że spersonalizowane rozjaśnienia w stylu glamour zachwycą wszystkich.

Blondynki to pokochają

Dobra wiadomość jest też taka, że na rynku pojawiły się już kosmetyki przeznaczone do domowych rytuałów piękna. Mowa o produkcie Booster Shine Conditioner, przywracającym połysk niesfornym kosmykom, bogatym w składniki odżywcze i regeneracyjne: keratynę, kolagen i elastynę. Polecamy również spray rozjaśniający John Frieda – Go Blonder w cenie ok. 40 zł. za 100 ml. To doskonała alternatywa dla mocnych farb. Aplikuje się go bardzo prosto, a dodatkową zaletą jest wydajność. Zwróćmy też uwagę na skład: owoce cytrusowe i rumianek zapewnią nam świeżość i piękne refleksy, bez zbędnego obciążenia chemią. Blondynki pokochają te innowacyjne „wynalazki".

osa
Źródło zdjęcia: pixabay.com

REKLAMA R1039/19


Teatr Dramatyczny im. Jerzego Szaniawskiego w Wałbrzychu

Festiwal Muzyki w Teatrze. REZONANS / 17. Wałbrzyskie Fanaberie Teatralne

5 –11 grudnia 2019

1. Festiwal Muzyki w Teatrze. REZONANS / 17. Wałbrzyskie Fanaberie Teatralne to pierwszy festiwal muzyki w teatrze w Polsce i jedyny festiwal teatralny w Regionie!

REZONANS to miejsce spotkania muzyki i teatru z widzami.

W jego ramach prezentują się artyści spektakli, w których muzyka jest jednym z głównych bohaterów. Kompozytorów oceni i wskaże laureata GRAND PRIX profesjonalne JURY w składzie: Anna Róża Burzyńska, Joanna Krakowska, Adam Suprynowicz oraz Tomasz Jękot (sekretarz), a zwycięski zespół teatralny wróci do domu ze statuetką, którą specjalnie dla Festiwalu zaprojektował Dyrektor wałbrzyskiego BWA Piotr Micek.

PROGRAM

5 GRUDNIA 2019

18:00 / SCENA KAMERALNA / rozmowa inauguracyjna z Jerzym Satanowskim, wybitnym znawcą i twórcą muzyki teatralnej i filmowej

19:00 / DUŻA SCENA / spektakl konkursowy /

Juliusz Słowacki „BENIOWSKI. BALLADA BEZ BOHATERA" / reż. Małgorzata Warsicka / muz. Karol Nepelski / Teatr Nowy w Poznaniu /

Maurycy Beniowski istniał. Jeszcze w latach 50. ambasador brytyjski na Madagaskarze donosił, że widział grób samozwańczego króla „jedynej polskiej kolonii". Szlak podróży polskiego Don Kichota od Kamczatki aż po Baltimore wyznaczają też kolejne porzucane przezeń żony, dzieci, kochanki…

Wielokrotnie nagradzane, mocne, kobiece odczytanie tekstu Słowackiego.

21:15 / SCENA KAMERALNA / koncert Karola Nepelskiego /

eksperyment muzyczny połączony z performansem

6 GRUDNIA 2019

19:00 / DUŻA SCENA / spektakl konkursowy /

Martin Heckmanns / „OJCIEC MATKA TUNEL STRACHU" / reż. Wojtek Klemm /

muz. Dominik Strycharski / Narodowy Stary Teatr w Krakowie /

Tytułowy „Tunel Strachu" przywołuje znaną z wesołego miasteczka rozrywkę z dreszczykiem, ale stanowi też określenie sytuacji (pułapki?), w którą wpada każda para wraz z pojawieniem się na świecie dziecka.

Rodzina Peszków w spektaklu o…dramacie rodzinnym, w którym role są komediowo odwrócone.

20:45 / SCENA KAMERALNA / koncert Dominika Strycharskiego /

gatunkowa mieszanka jazzu, improwizacji i muzyki noise

7 GRUDNIA 2019

19:00 / ZAMEK KSIĄŻ / spektakl poza konkursem /

Daria Kubisiak / „INSTYTUT GOETHEGO" / reż. Cezary Tomaszewski /

muz. Weronika Krówka / Teatr Dramatyczny w Wałbrzychu /

Siedem osób zostaje zaproszonych do tajnego projektu w Instytucie Goethego mającego swoją siedzibę na Zamku Książ w mieście Waldenburg. Gdy w tajemniczy sposób ginie jeden z nich, uczestnicy projektu zdają sobie sprawę, że zostali wplątani w aferę kryminalną.

Niesamowity kryminał w zamkowym anturażu. Jedyny taki pokaz!

UWAGA! Wspólny wyjazd do Zamku Książ – zbiórka pod Teatrem o 18:00, wyjazd 18:15

21:30 / SCENA KAMERALNA / koncert Filipa Kanieckiego /

głośny powrót dja i kompozytora do wałbrzyskiego teatru

8 GRUDNIA 2019

19:00 / DUŻA SCENA / spektakl konkursowy / Georges Perec „PODWYŻKA" /

reż. Tomasz Cymerman / muz. Polpo Motel / Teatr im. J. Kochanowskiego w Opolu /

Sens pracy i poszukiwanie w niej spełnienia to główny temat PODWYŻKI – awangardowej komedii Georges'a Pereca. Czy praca może nas uszczęśliwić? W imię czego spędzamy większość swojego życia w miejscu, którego często skrycie nienawidzimy? Czy tylko marzenie o PODWYŻCE jest w stanie utrzymać w miejscu pracy?



Ojciec matka tunel strachu fot. Magda Hueckel

Absurdalny humor i piosenki wykonywane na żywo przez zespół Polpo Motel towarzyszą wielkiej wyprawie pracownika do szefa.

20:45 / SCENA KAMERALNA / koncert zespołu Polpo Motel /

prawdziwie elektryzująca elektronika

9 GRUDNIA 2019

18:00 / LEGNICA / spektakl konkursowy /

Małgorzata Sikorska-Miszczuk „POPIÓŁ I DIAMENT. ZAGADKA NIEŚMIERTELNOŚCI" / reż. Marcin Liber / muz. Filip Kaniecki / Teatr im. H. Modrzejewskiej w Legnicy /

Inspirowany filmem Andrzeja Wajdy i powieścią Jerzego Andrzejewskiego POPIÓŁ I DIAMENT ma szansę rozpalić emocje i skłonić do poważnej rozmowy – tak jak się stało pół wieku temu po premierze filmu.

Dziś, kiedy polsko-polski konflikt wybuchł z nową siłą, tak że żyjemy na granicy społecznego kataklizmu, Małgorzata Sikorska-Miszczuk i Marcin Liber postanowili przyjrzeć się Polsce na nowo.

UWAGA! Wspólny wyjazd do LEGNICY– zbiórka pod Teatrem o 15:30, wyjazd 16:00

10 GRUDNIA

19:00 / DUŻA SCENA / spektakl konkursowy /

pilgrim/Majewski „TERAZ KAŻDY Z WAS JEST RZECZPOSPOLITĄ" /

reż. Maciej Podstawny / muz. Kondensator Przepływu /

Teatr Dramatyczny w Wałbrzychu / Wrocławski Teatr Współczesny /

Spektakl przenosi nas do 1793 roku – czasu II rozbioru Polski. W atmosferze historycznych zawirowań i narastającej anarchii żyją ludzie, którzy nie zdają sobie sprawy z brzemiennych skutków zdarzeń, których są świadkami. Wśród nich są również aktorzy wędrownego teatrzyku Wiktora Ryksa.

Mocny, kontrowersyjny i dotkliwie poruszający spektakl.

21:15 / SCENA KAMERALNA / koncert zespołu Kondensator Przepływu /

improwizacja jako technika kompozytorska

11 GRUDNIA

19:00 / SCENA KAMERALNA / ogłoszenie wyników / wręczenie nagrody GRAND PRIX /

koncert Kuby Suchara / światowej sławy perkusista i kompozytor

Po każdym spektaklu rozmowa z kompozytorem/realizatorami/aktorami – prowadzi Grzegorz Chojnowski, redaktor Radia Wrocław Kultura.

FESTIWAL współfinansowany ze środków budżetu Samorządu Województwa Dolnośląskiego.

Szczegółowy program i bilety dostępne na http://teatr.walbrzych.pl/rezonans/

INFORMACJA I BILETY:

BIURO WSPÓŁPRACY Z PUBLICZNOŚCIĄ: tel. 74 648 83 01-03

www.teatr.walbrzych.pl/bilety/

Kup bilet

Pobierz kod!



Podwyżka fot. Krzysztof Ścisłowicz



INSTYTUT GOETHEGO fot. Bartek Warzecha

RECENZJA

I znów mam tę moc!?

Imperium Disneya po raz kolejny udowodniło swą niepowtarzalną moc. Kraina Lodu, megahit z 2013 roku powraca z wielkim impetem na ekrany kin po sześciu latach nieobecności - tym razem w konwencji musicalowej. Familijny sequel zadziwia przede wszystkim wspaniałymi animacjami. W warstwie słowno-obrazowej Frozen II nie ma sobie równych.

Ciekawe jest również to, że w „Krainie Lodu 2" nie odnajdziemy cech typowych dla baśni: brak tu księcia i wyraźnego „czarnego charakteru". Realizatorzy obrazu skupili się na postaciach: ich działaniach, pragnieniach, motywacji. Chwała im za to, że nie zdecydowali się na sztampowość czy schematyczność, choć - niestety - nie uniknęli gorzkich słów krytyki.

Jeśli chodzi o stronę muzyczną - bez wątpienia - stanowi istotny i ważny element całej produkcji, ale - powiedzmy sobie szczerze - przeboju na miarę „Mam tę moc" nie udało się, i chyba nie uda się już stworzyć. W niczym jednak fakt ten nie umniejsza Disneyowskiej opowieści. A ta „wciąga" małego i dużego widza od samego początku. Celowo nie zdradzamy fabuły, by nie psuć niespodzianki. Jedno jest pewne: przygody Elsy, Anny, sympatycznego bałwanka Olafa, Kristoffa i Svena z pewnością cię zaskoczą i nie znudzą! Zatem - w drogę! Pomóż siostrom odnaleźć źródło ich magii, odwiedź ponownie królestwo Arendelle i Zaklętą Puszczę.

osa



ŹRÓDŁO ZDJĘCIA: https://www.ibtimes.co.uk/disney-movie-schedule-until-2020-frozen-2-star-wars-9-lion-king-more-release-dates-revealed-1618762

Barbórkowa Stara Kopalnia

Od 1 grudnia trwa piąta edycja Festiwalu Tradycji Górniczych Barbórka w Starej Kopalni. Pierwszym punktem programu była Szychta Rodzinna. Przez ponad cztery godziny w kuźni czekały różne atrakcje dla całych rodzin – tworzenie własnego czako, questing, warsztaty geologiczne i archeologiczne, malowanie ozdób ceramicznych, warsztaty z KidsTech oraz fotobudka. Warto zaznaczyć, że tego samego dnia o godzinie 19.00 w sali koncertowej odbył się spektakl komediowy „Szalone Nożyczki". Przed licznie zgromadzoną publicznością wystąpili m.in. Alan Andersz, Urszula Dębska, Domnika Gwit czy Krzysztof Ibisz. Podczas przedstawienia aktorzy angażowali widzów w rozgrywający się scenariusz.

Poniedziałek rozpoczął się od Biesiady Szkolnej skierowanej do młodych wałbrzyszan. Uczniowie szkół podstawowych mogli zapoznać się z tradycjami górniczymi, a pomagali im w tym członkowie Wałbrzyskich Stowarzyszeń Górniczych oraz animatorzy. W wydarzeniu wzięło udział ponad 300 dzieci z wałbrzyskich szkół, a we wtorek odbyła się kolejna edycja – tym razem skierowana do uczniów szkół z całego regionu. 4 grudnia to tradycyjne święto Świętej Barbary czyli patronki górników. W tym wyjątkowym dniu o godzinie 12.00 odbyła się uroczysta msza święta w Kościele pw. Aniołów Stróżów. Następnie ulicami Wałbrzycha przeszła Wielka Parada Górnicza z udziałem górników, władz miasta, mieszkańców i zaproszonych gości z miast partnerskich. Parada zakończyła się złożeniem kwiatów i uroczystościami pod Pomnikiem Pamięci Górnictwa Wałbrzyskiego. Wieczorem tego samego dnia odbyły się się dwa wydarzenie najmocniej związane z górniczą tradycją czyli Karczma Piwna dla panów i Babski Comber dla pań. Tematem przewodnim tegorocznego Combra były lata 20. i 30. Z kolei 5 grudnia z okazji piątej edycji Barbórki zwiedzanie Starej Kopalni było w promocyjnej cenie 5 złotych. Natomiast wieczorem o godzinie 18.00 miał miejsce wernisaż wystawy fotografii Bogdana Konopki „Rezonanse". Na zakończenie dnia o godzinie 19.00 w Kawiarni Sztygarówka odbył się Wieczór Górniczy – idealna okazja do rozmów z byłymi górnikami. Wstęp na oba wydarzenia był bezpłatny.

Dziś w piątek 6 grudnia przygotowano atrakcje dla małych i dużych – od 10.00 Górniczy Mikołaj dla uczniów szkół podstawowych, o godzinie 18.00 dla dzieci w wieku 9-12 lat Mikołajkowa Nocna Szychta Dziecięca z lekkimi pracami górniczymi i słodkim upominkiem za ukończenie szychty. Bilety na Mikołajkową Szychtę są dostępne online na stronie www.starakopalnia.pl. Wieczorem o godzinie 20.00, 6 i 7 grudnia odbędzie się koncert Another Pink Floyd – bilety na 7 grudnia zostały już wyprzedane, ze względu na tak duże zainteresowanie zespół wystąpi również 6 grudnia (bilety dostępne w kasie Starej Kopalni oraz na ticketmaster).

Szczegółowy program festiwalu znajduje się na stronie internetowej www.starakopalnia.pl

Stara Kopalnia również przypomina, że codziennie w godzinach 10.00-18.00 dostępna jest wystawa Tomasza Domańskiego „Pomniki Czasu. Retrospektywa". Wstęp na ekspozycję jest bezpłatny.

Red.

MIKOŁAJ W TEATRZE LALKI I AKTORA W WAŁBRZYCHU

8 grudnia o godz. 12.30 Teatr Lalki i Aktora w Wałbrzychu zaprasza dzieci od 3. roku życia na spektakl FRANIA PIORUN w reż. Przemysława Jaszczaka.

Borsuk Bazyl, Lis Daktyl i Niedźwiedź Melon to pedantyczne zwierzęta, które wiodą życie pełne monotonii i śmiesznych rytuałów. Lęk przed wyimaginowanymi stworami: „zębiratorami", „szlamiakami" i „ponurami" paraliżuje ich tak, że boją się wychodzić z domu, który jest dla nich kolebką bezpieczeństwa. Pomimo że mieszkają razem, czują się samotne. Nieustannie czekają na list od kogokolwiek.

W ich świat wkracza niczym piorun nieokrzesana i arogancka dziewczynka o imieniu Frania, burząc przy tym ich normalny rytm dnia, robiąc bałagan i wprowadzając zamieszanie. Dziewczynka, wędrując do „Lepszego Miejsca", postanawia zatrzymać się u zwierząt, których denerwują jej złe maniery i kłamstwa. Obecność Frani okaże się jednak korzystna dla obu stron. Ona spróbuje oswoić zwierzęta ze strachem, one nauczą ją dobrego wychowania. A na koniec wszyscy dowiedzą się, gdzie tak naprawdę jest „Lepsze Miejsce" oraz, co jest najważniejsze na świecie.

Po spektaklu będzie można poczuć świąteczny przedsmak, a wszystko za sprawą wyjątkowego gościa, który odwiedzi Teatr tego dnia. Zapraszamy wszystkich milusińskich na spotkanie ze Świętym Mikołajem, który wręczy prezenty (przygotowane i opisane przez opiekunów).

Foto: K. Kołowicz

CENA BILETU: 25 zł

KASA BILETOWA TEATRU tel. 74 666 73 41 – czynna jest we wtorki, czwartki i piątki od godz. 8.30 do 11.30 oraz w weekendy na godzinę przed spektaklem.

KUP BILET ON-LINE – bilety.teatrlalek.walbrzych.pl





#nicsięniedzieje

1600 znaków o kulturze w Wałbrzychu
Paweł Ludwiczak



Przebogata oferta wrocławskiej sceny muzycznej, zamykająca się w „Tribute to [wstaw dowolnego, zmarłego artystę"] oraz „[wstaw dowolnego artystę] night" przyzwyczaiła odbiorcę do „piosenek, które już raz słyszeliśmy", tylko trochę fajniej.

W Wałbrzychu jednak fala, wysyp, armagedon Queenów, Metallik i Pink Floydów dopiero wzbiera.

I tak oto, po niedawnym Pink Floydzie w filharmonii, gdzie śpiewano po polsku (w pracy próbowaliśmy nawet nucić słynne, spolszczone przez nas samych wersy „hej nauczyciele zostawcie dzieciaki w spokoju", z całkiem radosnym skutkiem - nic się nie zgadzało), pod koniec tygodnia (tj. dziś, jeśli trzymacie Państwo gazetę w dniu jej dystrybucji) czeka nas kolejny Pink Floyd - „Another Pink Floyd". Przez dwa dni.

Znam, organoleptycznie doświadczyłem, efekty filharmonicznych podejść do pełnej niuansów muzyki rozrywkowej, w której nie za bardzo sprawdza się rzemieślnicze odklepywanie zapisu nutowego.

Może z jednym wyjątkiem - kiedy batutą hipnotyzuje Adam Sztaba. Z twarzy wariat - może dlatego.

Another Pink Floydzi, Tribuci to Queen i inne, znane z telewizji nazwy, tradycyjnie przyciągną tłumy.

Będzie miło patrzeć na naśladowców, czasem bardzo, gdy (to się zdarza) otrą się o wielkość oryginałów - znaczy zagrają wystarczająco i nie za bardzo nierówno, wystarczająco i nie za bardzo nieczysto.

Albo strzelą sobie w kolano.

Czy będzie komu to ocenić (nie czytaj: skrytykować)?

Mam nadzieję, że bywają Państwo na mieście wystarczająco często, że mają Państwo estetyczne rozeznanie by odróżnić kulturę od świątecznych, ogrodowych świateł.

REKLAMA R1040/19



Piłkarska fortuna kołem się toczy

Tak można by podsumować tegoroczne występy piłkarek AZS-u PWSZ w Pucharze Polski. Choć przed dwoma tygodniami wałbrzyszanki po dogrywce oraz rzutach karnych wyeliminowały Rekord Bielsko-Biała, to w minionej odsłonie dogrywka okazała się szczęśliwa dla rywalek. Po zaciętym spotkaniu akademiczki przegrały z Olimpią Szczecin 2:3 i tym samym zakończyły pucharową przygodę.



Podopiecznym trenera Kamila Jasińskiego nie udało się awansować do ćwierćfinału Pucharu Polski. Na przeszkodzie stanęła szczecińska Olimpia, która w miniony weekend wygrała na Ratuszowej 3:2. To pierwszy z dwóch meczów z Olimpią, które już po finiszu rundy jesiennej miały w planach rozegrać nasze panie. Miały w planach, co nie znaczy, iż rozegrają, gdyż w grudniu raczej nie dojdzie, chyba że tuż przed świętami, do zaległego z września pojedynku Ekstraligi. W tej sytuacji najbliższy możliwy termin do nadrobienia zaległości to luty przyszłego roku.

Pucharowe starcie na Białym Kamieniu miało bardzo zacięty przebieg. Na przerwę w lepszych humorach schodziły przyjezdne, które po golu Amelii Bińkowskiego z 41 minuty prowadziły 1:0. Znacznie więcej emocji przyniosła druga odsłona. Już w 51 minucie Karolina Ostrowska oddała niesygnalizowany, ale precyzyjny strzał z 30 metrów i futbolówka zakotwiczyła w siatce przeciwnika. Niestety, nasza radość trwała bardzo krótko, bo zaledwie kilkanaście sekund. Kornelia Grosicka popisała się ni to uderzeniem, ni to dośrodkowaniem, które jednak zaskoczyło Jagodę Sapor. W kolejnych fragmentach szczecinianki próbowały pójść za ciosem zdobywając trzeciego gola, co wykorzystały akademiczki wyprowadzając skuteczną kontrę. Klaudia Fabova dograła na skrzydło do Julity Głąb, ta dośrodkowała w pole karne do Oliwii Rapackiej, która skutecznie sfinalizowała akcję zespołu. Wynik 2:2 utrzymał się do końcowego gwizdka sędzii, a z ważniejszych wydarzeń należy wspomnieć o drugiej żółtej, a w rezultacie czerwonej kartce Ostrowskiej, która w 86 minucie musiała przymusowo opuścić plac gry.

W dogrywce byliśmy świadkami wyrównanej walki, jednak ostatecznie to szczecinianki jako jedyne miały powody do radości. W 109 minucie Matilda Böhm wyskoczyła do dośrodkowania z rzutu rożnego na krótki słupek i celną główką zapewniła Olimpii awans do ćwierćfinału Pucharu Polski.

Puchar Polski
V runda
AZS PWSZ Wałbrzych – Olimpia Szczecin 2:3 po dogrywce (2:2, 0:1)
Bramki: 0:1 Amelia Bińkowska (41), 1:1 Karolina Ostrowska (51), 1:2 Kornelia Grosicka (52), 2:2 Oliwia Rapacka (63), 2:3 Matilda Böhm (109)
AZS PWSZ: Sapor, Kędzierska, Zawadzka, Bosak, Szewczuk, Cieśla, Ostrowska, Głąb (90+4 Turkiewicz), Rapacka (108 Podkowa), Materek, Fabova. Trener: Kamil Jasiński

Bartłomiej Nowak

Horrory domeną Górników

Koszykarze Górnika Trans.eu wyraźnie polubili podnosić swym kibicom i tak wysokie ciśnienie. Nie było bowiem praktycznie w tegorocznych rozgrywkach meczu, abyśmy nie musieli drżeć o końcowy wynik. Tak było chociażby w minioną niedzielę, gdy po kolejnym horrorze pokonaliśmy Sokoła Łańcut 82:76.

Zaczęło się fantastycznie, bo od szybkich i skutecznych akcji wałbrzyszan, którzy w krótkim czasie odjechali z wynikiem, a w połowie drugiej kwarty prowadzili różnicą aż 23 punktów (35:12). Myliłby się jednak ten, kto sądził, iż naszych czeka łatwa wygrana, a licznie zgromadzonych na trybunach kibiców – sportowy piknik. Zamiast bowiem przegryzać popcorn fani biało-niebieskich nerwowo zagryzali wargi patrząc na szybko topniejącą stratę rywali.

Do przerwy miejscowi wygrywali 39:26, ale goście nie zamierzali odpuszczać walki o wyjazdowe zwycięstwo. Niby wałbrzyszanie starali się utrzymać bezpieczny dystans, ale dobre fragmenty (61:47) przeplatali gorszymi (61:56, 73:69, 76:73). Końcówkę kibice tradycyjnie już oglądali na stojąco. Na szczęście w trudnych momentach ważne punkty zdobył Rafał Glapiński, z dystansu po wcześniejszych bezskutecznych próbach przełamał się Damian Pieloch i choć z nożem na gardle, Górnicy zdołali wyjść z opresji zwyciężając 82:76.

Przed podopiecznymi trenera Łukasza Grudniewskiego jeszcze trzy tegoroczne spotkania, w tym zaledwie jedno przed lokalną publicznością. Tym goręcej zapraszamy fanów biało-niebieskich do wizyty w najbliższą niedzielę w hali Aqua-Zdroju. O godzinie 17.30 podejmiemy zaprzyjaźniony z nami GKS Tychy. Przyjaźnie zresztą będzie zapewne tylko na trybunach. Na parkiecie możemy się spodziewać zaciętej walki, oby zakończonej dziewiątą wygraną Rafała Glapińskiego i spółki.

Górnik Trans.eu Wałbrzych – Rawlplug Sokół Łańcut 82:76 (27:7, 12:19, 14:14, 29:36)
Górnik Trans.eu: Rafał Glapiński 15 (2x3), Damian Pieloch 13 (2), Damian Cechniak 13, Krzysztof Jakóbczyk 12 (2), Grzegorz Kulka 9, Marcin Wróbel 8, Kamil Zywert 7, Bartłomiej Ratajczak 3, Maciej Koperski 2, Damian Durski. Trener: Łukasz Grudniewski

Tabela I ligi

1. Czarni Słupsk	11	20	+64
2. Górnik Trans.eu Wałbrzych	10	18	+82
3. WKK Wrocław	10	17	+69
4. Sokół Łańcut	11	17	+56
5. GKS Tychy	11	17	0
6. Miasto Szkła Krosno	10	16	+20
7. Polonia 1912 Leszno	11	16	-19
8. Księżak Łowicz	10	16	-22
9. Pogoń Prudnik	11	15	-3
10. ZB Pruszków	10	14	-51
11. Nysa Kłodzko	10	14	-51
12. Kotwica Kołobrzeg	10	13	-33
13. AZS Politechnika Opolska	10	13	-37
14. Basket Poznań	10	12	-56

Bartłomiej Nowak



KARTA WAŁBRZYSKIEGO SPORTOWCA



Imię: Klaudia
Nazwisko: Fabová
Data urodzenia: 12 września 1998 roku
Pseudonim sportowy: Fabi
Klub: AZS PWSZ Wałbrzych, reprezentacja Słowacji (piłka nożna)

Największy dotychczasowy sukces?
Myślę, że moim największym dotychczasowym sukcesem jest gra w reprezentacji Słowacji, a zarazem udział w Mistrzostwach Europy do lat 19. Jeśli chodzi o klub, to w minionym sezonie Ekstraligi byłam najskuteczniejszą zawodniczką AZS-u PWSZ (15 goli – red.), co ma dla duże znaczenie. Bardzo się również cieszę, że w poprzednich rozgrywkach Ekstraligi wywalczyliśmy wysokie 4. miejsce.

Kto jest twoim idolem sportowym?
Cristiano Ronaldo

Dlaczego piłka nożna?
Od małego lubiłam wychodzić na podwórko i grać z chłopakami w piłkę nożną. Któregoś dnia kolega zabrał mnie do klubu, gdzie dosłownie zakochałam się w tym sporcie. I tak mi już pozostało.

Jaki cel jako zawodnik AZS-u PWSZ oraz reprezentant Słowacji chcesz osiągnąć?
Jako zawodniczka AZS-u PWSZ chciałabym z dziewczynami wywalczyć jak najlepsze miejsce w lidze. Moim marzeniem zaś jako reprezentantki Słowacji jest awans do Mistrzostw Europy.

fot. użyczone (azs.pwsz.walbrzych.pl)

30 minut Subiektywnie o sporcie
BARTŁOMIEJ NOWAK



Ponad 20 lat stałej obecności na wałbrzyskich arenach, relacjonowania sukcesów i porażek reprezentantów regionu. 20 lat to szmat czasu, a mimo to wciąż nie przywykłem, a tym bardziej nie zaakceptowałem wszechobecnego hejtu, który niestety dotyka również naszych sportowców. Czasami dotyka i mnie, a także kolegów po fachu.

Poranek z reguły zaczynam od krótkiej prasówki, czyli przeglądu wiadomości z regionu, kraju i świata. Niestety, często wystarczy krótkie spojrzenie na dany tekst, a następnie komentarze internautów, aby dowiedzieć się, że bohater niedawnego meczu jest: „Judaszem, sprzedawczykiem oraz zwykłą chorągiewką". I nie ma znaczenia, że Rafał Glapiński, bo Jego (z wielkiej litery) mam tu na myśli, jest od lat kapitanem Górnika, wręcz legendą wałbrzyskiego klubu. Wciąż są tacy, dla których nie liczą się ważne punkty i wygrane przez Glapińskiego niemal w pojedynkę mecze, ale tak naprawdę niemająca żadnego znaczenia decyzja w sprawie piłkarskiego Górnika podczas letniej sesji Rady Miasta.

Wspomniany powyżej piłkarski Górnik jest zresztą najlepszym przykładem najgorszego z możliwych hejtu. Choć wiosenna akcja „Razem dla Górnika" spotkała się z ogromnym odzewem kibiców biało-niebieskich praktycznie na całym świecie, to w samym Wałbrzychu na organizatorów akcji i działaczy wylała się lawina słownego błota. Z racji wykonywanego zawodu byłem w centrum operacji ratowania Górnika, a mimo to z internetu dowiedziałem się, że wzbogaciwszy się (chyba na biedzie klubu) działacze postanowili opuścić tonący okręt. „Lumpy, patologia, żebracy i złodzieje", to najdelikatniejsze i jedne z nielicznych dających się zacytować określenia.

Od koszykówki zacząłem, na koszykówce więc skończę. Bohaterami niedzielnego, zwycięskiego pojedynku z Sokołem Łańcut byli przedstawiciele naszej drużyny, ale również osoby niepełnosprawne intelektualnie, uczestnicy Europejskiego Tygodnia Koszykówki Olimpiad Specjalnych. Ich radości z obecności na parkiecie, wspólnego, przedmeczowego z zawodnikami zdjęcia nie da się opisać. I tym cieplejszym akcentem zakończę wciąż wierząc, że sport częściej łączy, aniżeli dzieli.

Bartłomiej Nowak

NIERUCHOMOŚCI

MENTOR NIERUCHOMOŚCI
SKUPUJEMY MIESZKANIA ZA GOTÓWKĘ
Ul. Topolowa 25/2
(przy rondzie Tesco)
58-309 Wałbrzych
Wszystkie oferty na naszej stronie:
www.mentornieruchomosci.pl
Tel. 535-285-514

Bliźniak na górnym Sobięcinie, 4 pokoje, 76m2, murowany garaż, atrakcyjna cena, świetna lokalizacja, ulica Hercena. Cena: 219 000 złotych,tel: 530-998-374

Biały Kamień, 2 pokoje, 34m2, ogrzewanie miejskie. Cena: 120 000 złotych,tel: 577-321-840

Nowe Miasto z ogródkiem, 2 pokoje, 50m2, parter, do wejścia. Cena: 140 000 złotych,tel: 577-263-955

Podzamcze, 2 pokoje, 36m2, okna PCV, 1 piętro, niskie koszty utrzymania. Cena: 119 000 złotych,tel: 530-998-374

Świebodzice, Osiedle Piastowskie, 3 pokoje, 60m2, dobra lokalizacja. Cena: 169 000 złotych,tel: 881-700-772

USŁUGI

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

(4) ANTENY SATELITARNE – montaż, naprawy i ustawianie w najlepszej cenie i najkrótszym czasie. Tel. 606 937 229

(3) Remonty łazienek i mieszkań, instalacje wod-kan, gaz i CO. Tel. 574 219 164

(2) HYDRAULIKA, KANALIZACJA, CO I GAZ, MONTAŻ KOMINÓW tel. 506 206 102

(3) **MEBLE NA WYMIAR** - KUCHNIE, SZAFY, GARDEROBY, ZAMÓWIENIA INDYWIDUALNE -TANIO! W W W . M E B L E - I B G . WEEBLY. COM TEL. 607 218 533

(3) 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, 74 841 25 40

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

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

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

(2) Naprawa maszyn do szycia wszelkich typów, domowe i przemysłowe. Wałbrzych ul. Armii Krajowej 47, czynne w godz. 9-16. Tel. 790 26 04 51

(3) HYDRAULIK, ELEKTRYK – SOLIDNY. TEL. 795 632 130

(7) Remonty łazienek i mieszkań, instalacje elektryczne i wodno-kanalizacyjne. Tel. 660 596 328

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

REKLAMA R1041/19



UWAGA KONKURS !

Wygraj zaproszenie do McDonald's i odbierz dowolny McZestaw za darmo ! Wystarczy, że w piątek 6.12.2019 punktualnie o godz.13:30 wyślesz e-mail na adres sekretariat@30minut.pl z dopiskiem McDonald's oraz swoje dane kontaktowe.

PRACA

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

(1) Osoby niepełnosprawne!!! Do pakowania, siedząca. Wałbrzych, 734 108 163

KUPIĘ

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

SPRZEDAM

(1) Sprzedam pół domu piętrowego w Stanowicach k/ Strzegomia z zabudowaniami gospodarczymi i działką budowlaną 0,12 ha. Powierzchnia mieszkalna domu 104 m2, dodatkowo pomieszczenia piwniczne i strychowe. Tel.661 371420

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

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

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

KREDYTY
gotówkowy, firmowy, hipoteczny
ODDŁUŻENIA
Broniewskiego 65
Wałbrzych
796 610 010

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

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

Profesjonalny montaż instalacji gazowej, C.O, wod.-kan.
Tel. 665 222 910

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

REMONTY
mieszkań i domów
szybkie terminy
SZYBKO
I SOLIDNIE
504 175 028

WYCIECZKI
JARMARK W DREŹNIE
15 GRUDNIA
SYLWESTER PRADZE
31.12
WCZASY
BAŁTYK 2020!
WWW.OMNIBUS-SZCZAWNO.PL
TEL. 667 424 680

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

30 minut
Reklamuj się u nas!
Zadzwoń
531 407 736
reklama@30minut.pl

REKLAMA
R1042/19

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/



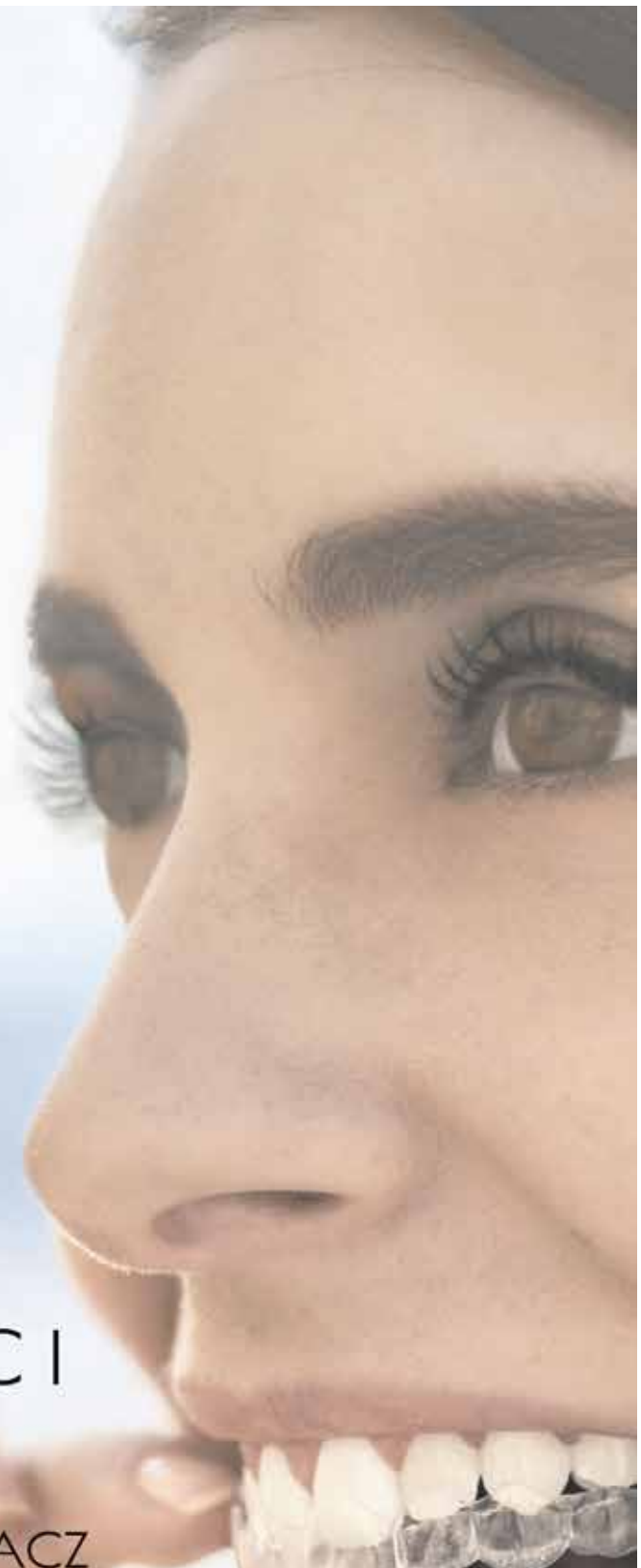
REKLAMA R1043/19

DNI OTWARTE INVISALIGN

A2 Clinic

14.12.2019

Bezpłatna konsultacja stomatologiczna z przedstawieniem możliwości nowoczesnej, estetycznej ortodoncji z zastosowaniem zdejmowanych, przezroczystych i niemal niewidocznych nakładek INVISALIGN.



DLA NASZYCH GOŚCI

- ✔ CYFROWE PROJEKTOWANIE UŚMIECHU: ZOBACZ EFEKTY LECZENIA PRZED JEGO ROZPOCZĘCIEM
- ✔ CYFROWE SKANOWANIE ZĘBÓW SKANEREM ITERO - OBRAZY 3D ZĘBÓW, OPRACOWANIE PLANU LECZENIA
- ✔ DIAGNOSTYKA RTG
- ✔ POCZĘSTUNEK

Przyjdź na Dni Otwarte z Invisalign. Umów się już dzisiaj - liczba miejsc ograniczona. Tel. 074 666 8 777, 666 704 707, www.a2clinic.pl

A2 Clinic

WYMARZONY UŚMIECH JEST BLIŻEJ, NIŻ MYŚLISZ