

WieszCo

„Dla nas ważna jest
dobra kawa, wspinanie
się oraz spokój i
odprężenie” str. 9



WAŁBRZYCH | BOGUSZÓW-GORCE | CZARNY BÓR | GŁUSZYCA | JEDLINA-ZDRÓJ | MIEROSZÓW | STARE BOGACZOWICE | STRZEGOM | SZCZAWNO-ZDRÓJ | ŚWIDNICA | ŚWIEBODZICE | WALIM

**Mózg w
praniu**

str. 4



**Salzbrunn –
ważny kurort**

str. 16-17



**Festiwal nie
tylko piosenki**

str. 23



IGRZYSKA W TERENIE



Fot. ilustracyjne (www.shutterstock.com/red)

SkipMax



- wynajem kontenerów,
- wywóz gruzu,
śmieci, odpadów

536 131 009

„WIT-DREX” HANDEL OPAŁEM

DREWNO

- OPAŁOWE • KOMINKOWE
- IGLASTE • DO WĘDZENIA
- LIŚCIASTE • ROZPAŁKOWE

502 686 045

Fines operator bankowy

**Kredyty i pożyczki
w jednym miejscu**

WAŁBRZYCH
ul. Broniewskiego 69

74 666 88 99

 ZESKANUJ KOD

Czy wiesz, że...

Budynek dworca kolejowego Wałbrzych Miasto obchodzi w tym roku setną rocznicę powstania?

Stacja na linii kolejowej z Wrocławia, przedłużonej ze Świebodzic w latach 1851-1853 do Wałbrzycha, miała duże znaczenie nie tylko dla ruchu pasażerskiego, ale także dla znajdujących się w jego sąsiedztwie dużych zakładów przemysłowych. Pierwszy budynek dworca zbudowano w 1853 roku w stylu arkadowym szkoły berlińskiej. W 1901 roku został on rozebrany i na jego miejscu wzniesiono nowy dworzec, w stylu secesji z elementami historyzmu. Po przyłączeniu Starego Zdroju do Wałbrzy-

cha (1910) stał się on głównym dworcem miejskim.

Obecną postać budynek dworca uzyskał w 1925 roku. Północną jego część nieznacznie przekształcono, a starą halę dworcową przebudowano i celowo upodobniono (dla upamiętnienia przeszłości Starego Zdroju) do budynku uzdrowiskowego.

W latach 2010-2012 przeprowadzono modernizację dworca, a na środku holu stanął kilkuntonowy zabytkowy żuraw wodny, pochodzący ze stacji Wałbrzych Główny.

Red

Rubryka powstaje we współpracy z Biblioteką pod Atlantami



Fot. użyte (Biblioteka pod Atlantami/Lerzy Korpa)

WYLUZUJ! UŚMIECHNIJ SIĘ



Frys. Katarzyna Zalepa

Czytaj str. 11

Tylko u nas 32 strony! Białe, to... białe

Nigdy czarne i odwrotnie. Taką wyznajemy filozofię, żeby pisać prawdę, a rzeczy nazywać po imieniu. Choć dostrzegamy także szarości. Naszą misją, powiedzmy taką idee fixe, ale nie żadną natrętną myślą, zaprzatającą nasz umysł, jest od zawsze przekaz pozbawiony kłamstwa i manipulacji. My tak po prostu uważamy, żeby pisać prawdę prosto w oczy, choćby była ona najbardziej niewygodna. W nosie mamy poprawność polityczną, do czego was już chyba przyzwyczailiśmy.

Z drugiej strony staramy się nie przesadzać w krytykowaniu wszystkich i wszystkiego. Wszak szklankę zawsze uważamy za wypełnioną do połowy. Co chyba nie raz i nie dwa udowadniailiśmy. Pokazując wam niezwykle pożyteczne idee, ciekawych

ludzi i godne pochwały akcje. Zdajemy sobie sprawę, że jako jedna z najbardziej poczytnych gazet w regionie (tak, tak, to nie jest żadna przesada, bo 10 tys. sztuk WieszCo o czymś mówi), wpływamy na opinię dziesiątek tysięcy ludzi. A więc nie kar-

mimy was Szanowni Czytelnicy żadną socjotechniką, tylko prosto z mostu piszemy, co myślimy. Gdy trzeba pochwalić, robimy to, ale gdy nadchodzi czas na zganianie, nie mamy z tym problemu. I jak zauważyliśmy, to wam się bardzo podoba. I niech

tak zostanie. Białe będzie zawsze białe. Koniec, kropka.

Poszukując ciekawych tematów zdajemy się także na was. To wy bowiem nierzadko podsuwacie nam ciekawe pomysły, a my je następnie realizujemy. Róbcie tak dalej. Informujcie nas o rzeczach,

które uważacie, że powinny znaleźć się w WieszCo. Piszcie na rozmaite tematy. Nawet wtedy, gdy wydają wam się błahy. Zaręczamy, że my możemy z nich zrobić naprawdę ciekawy materiał, o czym pewnie już się przekonaliście. Na informacje czekamy pod naszym stałym adresem poczty elektronicznej: redakcja@wieszco.pl.

Od dziś, jak co dwa tygodnie – po regionie zaczęto rozlewać się WieszCo. Na 32 stronach naszego czasopisma znajdziecie jak zwykle mnóstwo ciekawych artykułów. Oprócz stałych rubryk, także wiele nowości. Papierową wersję naszego dwutygodnika znajdziecie w jednym z ponad 500 punktów kolportażu na terenie całej Aglomeracji Wałbrzyskiej. W wersji online możecie nas poczytać po ściągnięciu dowolnego wydania w formacie PDF ze strony www.wieszco.pl. Rozkładajcie gazetę na stoliku lub otwierajcie plik w laptopie albo telefonie i zobaczcie co dla was przygotowaliśmy.

Redakcja

WieszCo

Wydawca
INF-COM Beata Burdek,

Redaktor naczelny
Tomasz Piasecki
t.piasecki@wieszco.pl

Redaguje zespół
Piotr Frąszczak, Piotr Bogdański,
Sławomir Skonieczny, SCB, KaR

Reklama
Włodzimierz Kaźmirowicz
w.kaźmirowicz@wieszco.pl
reklama@wieszco.pl

Skład
Michał Marczak

Nakład
10.000 egzemplarzy

Druk
Polska Press Sp. z o.o., Oddział
Poligrafia, Drukarnia w Sosnowcu
Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń oraz za materiały nadesłane.

Kontakt
ul. Hetmańska 80i,
58-316 Wałbrzych
tel. 510 408 085
www.wieszco.pl
e-mail: redakcja@wieszco.pl

» Super, że ktoś organizuje takie aktywności dla dzieciaków



Fot. używane (Seweryn Panek/CKGNP)

Igrzyska w terenie

Pokolenie ludzi urodzonych w latach 60. czy 70. sztukę przetrwania opanowało do perfekcji. Trzebawłowytebydobrzepokombinować,żebyniespaśćzhuśtawkizrobionej ze strażackiego węża i zawieszanej na suchej gałęzi dębu. Uważać na trzepaku, gdy zwisało się głową w dół i być ostrożnym w wykopanej przez kolegę ziemiance. Dziś takie „zabawy” to przeważnie mokry sen dla wychowawców. Dobrze jednak, że są tacy, którzy survivalowymi przygodami próbują zarażać dzieci i młodzież.

jest nawigacja w terenie, z wykorzystaniem mapy papierowej, przy pomocy np. kompasu słonecznego. Młodzież uczy się też praktycznego wykorzystania smartfona do nawigacji jako zapisu śladu wycieczki i jej planowania.

Dzięki zajęciom udaje się odciągnąć dzieci od telefonów i komputerów, a także nauczyć je bezpiecznych zachowań w lesie

Świetnie przyjęły się zajęcia z budowy ogniska sygnalizacyjnego, czyli takiego dzięki któremu można wezwać pomoc, dając znać o swojej lokalizacji. Inną aktywnością są „zabawy” modelami RC. Uczestnicy sekcji mają możliwość nauki jazdy modelami przeprawowymi w skali 1:10 i 1:18. Są to zajęcia uczące koncentracji, opanowania, przewidywania i planowania trasy. Nastolatki same przygotowują trasy, po których następnie jeżdżą. Zachowanie modeli w terenie odzwierciedla niemal dokładnie zachowanie pojazdów w rzeczywistości. Przyznacie, świetna zabawa, połączona z nauką, podobnie jak zawody trialowe, czyli przejazdy pomiędzy bramkami rozmieszczonymi w terenie

Dzieciaki uprawiają też strzelectwo ASG. To zajęcia z użyciem replik na bezpieczne plastikowe kulki. Kto by nie chciał postrzelać do celów czy tarczy. Turystyczno-rekreacyjne imprezy na orientację to z kolei taki dawny podchody. Uczestnicy poruszają się w terenie, szukając punktów kontrolnych za pomocą mapy, dopasowując szczegóły do ponumerowanych zdjęć na mapie. Geocaching to natomiast nic innego jak poszukiwanie za pomocą GPS ukrytych „skarbów” w postaci pojemników schowanych w różnych miejscach. Ta zabawa pozwala odkrywać miejsca, o których uczestnicy nie mają pojęcia. Przykładem były ruiny wieży widokowej Grodziszcz w Bożkowie. Młodzież uczy się także fotografii.

Zajęcia są odpłatne, co jest chyba oczywiste, ale są to tak niewielkie pieniądze, że naprawdę warto wydać te „parę groszy”, by dziecko nauczyło się tego, jak bezpiecznie przetrwać w lesie.

TOP



**KAMPER
DO WYNAJĘCIA**

☎ 502 506 426

5-OSOBOWY KAMPER

**W AUTOMACIE 2022R W PEŁNI WYPOSAŻONY.
BEZ LIMITU KILOMETRÓW.**

**MOŻLIWOŚĆ POZOSTAWIENIA SWOJEGO AUTA
NA PARKINGU STRZEŻONYM NA CZAS NAJMU.
DOSTĘPNY TERMIN NA WIELKANOC I MAJÓWKĘ.**

ZAPRASZAM!

**ODNOŚNIK
DO OFERTY**



Tak, dobrze przeczytaliście. W dobie tzw. pokolenia płatków śniegu, gdy młodzi ludzie uważający się za wyjątkowych i unikalnych, mają kłopoty z poradzeniem sobie z prozaicznymi trudnościami życia, wyjście w teren jest im niemal tak niezbędne jak deszcz na wiosnę i potrzebne jak... nowy smartfon. Nie ma co zabraniać swoim pociechom korzystania z telefonów komórkowych (takie czasy), ale trzeba też znaleźć w tym równowagę. Trochę komputera i tableta, ale też więcej chwil spędzonych na świeżym powietrzu, najlepiej z rówieśnikami.

Dlatego bardzo spodobało nam się to, co robią w Centrum Kultury Gminy Nowa Ruda. To tam organizowane są survivalowe zajęcia dla dzieci. Zarówno tych bardzo młodych, 5-letnich, jak i nieco starszych nastolatków. „Przygody” w terenie odbywają się w kilku miejscowościach gminy i cieszą się bardzo dużą popularnością. Jak mówią w centrum kultury, dzięki temu udaje im się odciągnąć dzieci od telefonów i komputerów, a w zamian za to uczą je bezpiecznych zachowań w lesie. Za zajęcia odpowiadają

fachowcy, dlatego wszystkie wyjścia i warsztaty są absolutnie bezpieczne. Sekcja, o której mówimy, nazywa się „Szkółą przetrwania – survival & outdoor”. Ładnie, prawda? Zajęcia odbywają się w formie warsztatów na torze offroadowym w Dzikowcu oraz w formie wycieczek głównie na terenie gminy Nowa Ruda. Są to nie tylko zajęcia grupowe w mniejszym i większym gronie, ale też wspólne wycieczki wraz z rodzicami lub opiekunami. Grupy zazwyczaj są kilkusobowe, aby naprawdę móc nauczyć się działać w terenie.

Warsztaty można podzielić na kilka dziedzin. O, choćby survival, czyli nauka rozpalania ognia za pomocą krzesiwa, z wykorzystaniem naturalnej podpałki z kory brzozy czy żywicy świerkowej. Na każdych zajęciach uczestnicy sami rozpalają ognisko i pieką kiełbaski. Budują także szałas. Każda z grup robi to według własnego pomysłu. Schronienie ma być zbudowane w taki sposób, aby przed wakacjami zorganizować w nim prawdziwy nocleg. Kolejną ważną umiejętnością

Na Traugutta już mieszkają

Oficjalnie przekazano już klucze nowym mieszkańcom budynku wielorodzinnego przy ul. Traugutta w Wałbrzychu.

Inwestycja stanowi kolejny krok w realizacji strategii rozwoju budownictwa komunalnego w mieście i ma na celu poprawę dostępności mieszkań dla wałbrzyszan. Nowy budynek to 6-kondygnacyjny obiekt wyposażony w 64 mieszkania o wysokim stan-

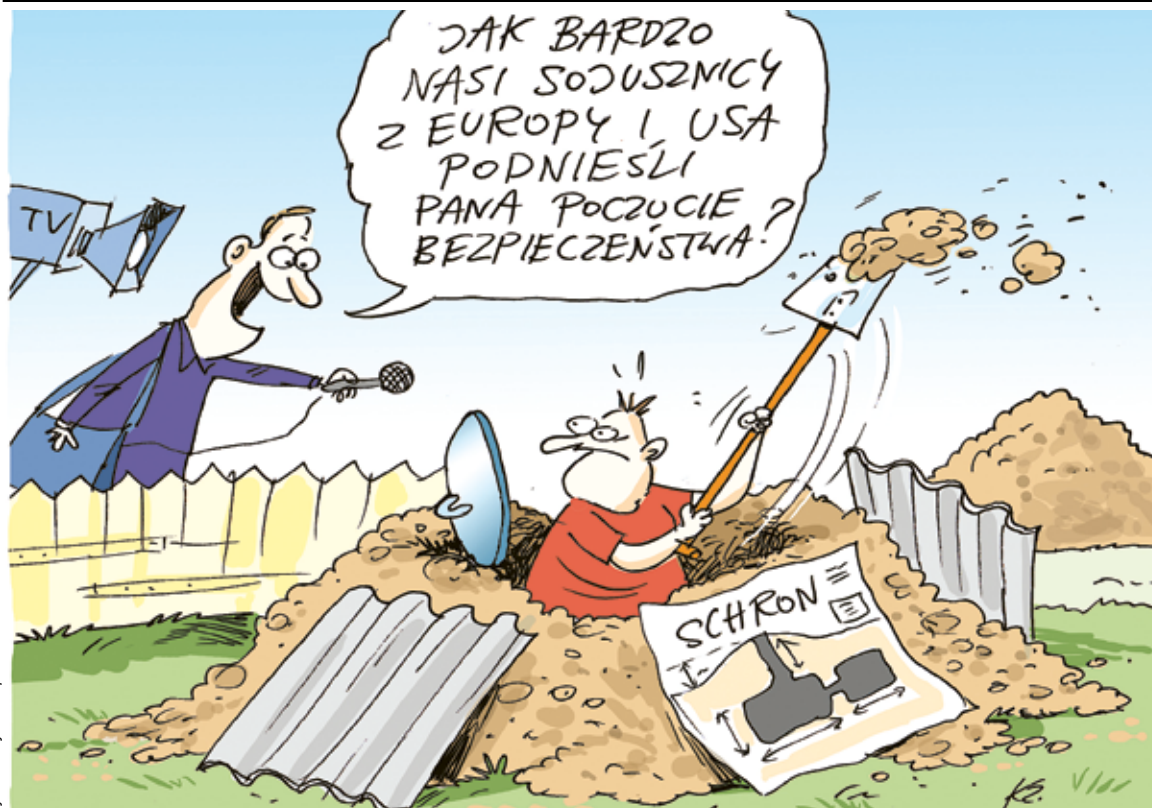
dardzie, dostosowane do potrzeb różnych grup społecznych, w tym osób starszych i niepełnosprawnych. W budynku zainstalowano nowoczesne windy, a wokół niego powstała infrastruktura towarzysząca – parkingi, tereny zielone, plac zabaw oraz

siłownia plenerowa. Budynek został wyposażony w panele fotowoltaiczne oraz system ogrzewania oparty na pompach ciepła, co przyczyni się do obniżenia kosztów eksploatacyjnych. Projekt został zrealizowany przez MZB, a jego całkowita wartość wyniosła 29,2 mln zł. Ważnym elementem finansowania było wsparcie z funduszu Banku Gospodarstwa Krajowego, który pokrył ponad 20 mln zł kosztów inwestycji.

SCB



Fot. użyczone (UM Wałbrzych)



Rys. Katarzyna Zalepa

Mózg w praniu

Nie chodzi o to, by nie ufać sprzedawcom pościeli, powątpiewać w dobre intencje polityków, czy podejrzewać banki o nieuczciwe praktyki. Ale o to, by nie wierzyć w ordynarną, tępą, a momentami nawet w chamską propagandę dotyczącą zagrożenia wojną i tego wszystkiego co dzieje się na linii Trump-Putin. Bezkrytyczne przyjmowanie wszystkiego, co się usłyszy lub przeczyta jest przerażające. To, że ktoś coś powiedział albo napisał, nie oznacza, że tak jest naprawdę. Takie bezrefleksyjne „łykanie” wszystkiego to już nie naiwność, lecz głupota.

Czym byłby dzień bez doniesień o ustaleniach i rozmowach pokojowych Donalda Trumpa z Władimirem Putinem. Dniem straconym, takim buble lub jak kto woli niepełnowartościowym towarem. Samochodem kupionym od handlarza z ukrytą wadą silnika, sobotą bez generalnych porządków w domu, Wielkanocą bez pisanek albo co gorsza programem publicystycznym bez kłótni polityków.

Mamy wrażenie, że ci ostatni, a przynajmniej większość z nich, nie ma żadnego planu. Postępują bez wypracowanej wcześniej jakiegokolwiek strategii, dopasowują się

do aktualnej sytuacji oraz do linii partii. Gadają, co im ślina na język przyniesie, nierzadko strasząc wojną, byle być w zgodzie z tzw. przekazem dnia. Zachowują się momentami jak dzieci we mgle, działają po omacku. Czasem robią lub mówią coś głupiego, zwyczajnie z niewiedzy, a kiedy indziej postępują tak, bo są... nie, nie będziemy wulgarni, bo są wręcz... otumanieni ideologią. Potem dziennikarze podłapują ich mądrości, piszą dziesiątki artykułów, nagrywają setki audycji (ups, przepraszamy, podcastów, żeby być na czasie), tworząc przy tej okazji alternatywną

rzeczywistość i często, delikatnie mówiąc, nie spotykają się z prawdą. Napędzają jednocześnie koniunkturę na plecaki wojenne lub ewakuacyjne z Biedronki.

My zastanawiamy się na poważnie „Cóż tam, panie, w polityce? Chińczyk trzymają się mocno”? Właściwie dziś każdy, nie tylko chłopi z podkrakowskich Bronowic z „Wesela”, zadają sobie to pytanie. W dzisiejszej polityce w miejsce oryginalnych „Chińczyków” możecie wstawić właściwie dowolne mocarstwo – USA, Rosję, także Chiny. Pamiętacie pewnie jak na wstępie, wspomniane-

go przez nas dramatu Stanisława Wyspiańskiego, na pytanie Czepca, dziennikarz (sic!) wił się jak piskorz, byle tylko nie udzielić konkretnej odpowiedzi. W końcu pada z jego ust formułka: „Niech na całym świecie wojna, byle polska wieś zadowolona”. To już nieaktualne. Tak się dziś nie da! Nie znamy się, zarobieni jesteśmy, ale mamy nadzieję, że czy to za sprawą jakiegoś rozsądnego męża stanu lub zbiegu szczęśliwych okoliczności, nadejdzie otrzeźwienie. Bo jeśli nie, to zakończenie dramatu z cytatem „Miałeś, chamiu, złoty róg (...) ostał ci się ino sznur” może okazać się dramatycznie aktualne.

Wracając do wspomnianej przez nas bzdurnej propagandy. Jeżeli nie oglądaliście wystąpienia Donalda Tuska mówiącego o hańbie, po tym jak europosłowie prawicy zagłosowali w Parlamencie Europejskim przeciwko rezolucji ws. obronności UE, to... właściwie niewiele straciście. To było tak ekscytujące jak wgapienie się przez dwie godziny w niedzielne przedpołudnie w garnek z gotującym się rosółem. Mówienie przez premiera, że prawica poszła w tej sytuacji na rękę Putinowi, jest właśnie... ordynarną manipulacją, o której wspominamy i wojenną narracją. Tusk zapomniał dodać, że Konfederacja i PiS zagłosowały natomiast za Tarczą Wschód jako flagowym projektem obronnym Brukseli, czyli byli za istotną z naszego punktu widzenia poprawką wchodzącą w skład głównej uchwały dotyczącej całej obronności UE. Owszem, europosłowie z prawicy byli przeciwko samej rezolucji, bo dostrzegli w niej spore zagrożenia, ale trzeba być mistrzem w praniu mózgu, żeby uznać to za robienie dobrze ruskom. Jak wół bowiem widnieje w dokumencie zapis, że europejska obronność ma być scentralizowana i zarządzana z poziomu UE. To oznacza, że państwa członkowskie musiałyby dostosować się do tego co wymyśli Bruksela. Co więcej, zaproponowano zniesienie obowiązku jednomysłności. A więc jeśli większość zdecyduje, że Europa ma być broniona nie na linii Bugu, tylko za Odrą, bo tak zechcą wspólnie Berlin z Paryżem oraz ich poplecznicy, to tak będzie i nikomu nic do tego. Sprzeciw jednego, czy dwóch państw nie będzie miał w tej sytuacji żadnego znaczenia.

Postanowiono też, żeby dokonywać wspólnych zamówień dla całego europejskiego sektora zbrojeniowego. Tym samym Polska nie mogłaby kupować na własną rękę czołgów np. w Korei albo zająć się wsparciem własnego przemysłu zbrojeniowego, tylko płacić z zaciągniętych przez UE kredytów za sprzęt narzucony odgórnie i pochodzący choćby z Francji lub Niemiec. Przypicie, że to dobry interes dla jakiegoś Emmanuela, czy Friedricha, ale czy dla nas?!

Z drugiej strony czy naprawdę wierzyć aż tak bardzo w to, że Trump i jego wojska stanowiące (jeszcze) trzon NATO będą ochoczo bronić Polski i każdej piędy ziemi kraju należącego do Sojuszu Północnoatlantyckiego? Uważamy, że dla Amerykanów to dylemat mniej więcej tak ważny jak wybór w Walmarcie owoców w całości lub tych już pokrojonych i spakowanych w plastikowe pudełko. Tam gdzie w Waszyngtonie pewnie ważniejszy od ochrony ludzi w Europie jest komfort i bezpieczeństwo kierowców kupujących samochody elektryczne od gościa, który przejął Twittera, przemieniając go w „iksa”. I taką też niewiadomą jest dziś dla nas postawa USA. Czy Trump „zwachujący się” z Putinem nad głowami Ukraińców w podobny sposób nie poświęciłby Polski, Litwy, czy Estonii w imię interesu swojego kraju? Nie wiercie ślepo w zapewnienia, że to raczej mało prawdopodobny i niemożliwy do zrealizowania scenariusz. Sojusz, w którym jesteśmy to jedność? Ta, jasne, mhm...

W tym miejscu skojarzenia ze słowami Józefa Piłsudskiego o tym, że „Wam kury szczać prowadzić, a nie politykę robić”, które marszałek przed ponad stu laty miał wypowiedzieć do członków rządu tymczasowego pod kierownictwem Ignacego Daszyńskiego, nasuwają się same. Nie chcieliśmy pesymistycznie kończyć tego felietonu, ale jeśli nie nastąpi wkrótce opamiętanie wśród naszych polityków, nie zapanuje zgoda co do dbałości o wspólny interes w imię polskiej racji stanu, oby nie okazało się, że za chwilę sami zostaniemy na peronie. Widząc odjeżdżające pociągi w dwóch różnych kierunkach oraz niknące nieubłagane czerwone światła w ostatnich wagonach. Nie dajcie wyprać sobie mózgu.

Tomasz Piasecki

Sanatorium Uzdrowskie AZALIA
 w Szczawnie-Zdroju zaprasza na
 zabiegi rehabilitacyjne ze skierowaniem NFZ oraz komercyjne



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ:

Sanatorium Uzdrowskie „Azalia”
 ul. Ofiar Katynia 3-5
 58-310 Szczawno-Zdrój

tel. **74 664-26-30**
 kom. **784-504-137**

Dolnośląski Ośrodek Opieki Międzypokoleniowej
„BIAŁY ORZEŁ” w Sokołowsku



Zaprasza osoby dorosłe, które:

- wymagają całodobowej opieki medycznej
- są po udarach, urazach, zawałach serca
- potrzebują rehabilitacji i rekonwalescencji
- potrzebują wsparcia medycznego

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ:

DOOM „Biały Orzeł”
 ul. Parkowa 5
 58-351 Sokołowsko

tel. **74 845 82 40**
 kom. **666 838 649**

www.sanatoria-dolnoslaskie.pl

REKLAMA




PASCAL

Gotów na nowe wyzwania?

Postaw na rozwój w Wałbrzychu!

Bezpłatne

Kierunki medyczne

Szkoły policealne

Nie wymagamy matury

Sprawdź nasze kierunki:

Technik sterylizacji medycznej
 Technik usług kosmetycznych
 Asystentka stomatologiczna
 Terapeuta zajęciowy

Florysta
 Technik bhp
 Technik masażysta
 Opiekun medyczny

WWW.PASCAL.EDU.PL

REKLAMA

» Budowa skateparków z parkiem kosztowała ponad 5,1 mln zł, a inwestycja była realizowana blisko rok

Fot. użyczone (Wałbrzych Moje Miasto)



Nowe miejsce do szaleństw

W wałbrzyskiej dzielnicy Podzamcze otwarto skatepark, o którym młodzi wałbrzyskanie marzyli od dawna. Na terenie pomiędzy Aleją Podwale a ul. Blankową zrealizowano projekt z Wałbrzyskiego Budżetu Obywatelskiego. To jednak nie koniec zmian.

Otwarcie skateparku dla młodzieży i dzieci połączono z realizacją jeszcze jednego projektu WBO, a mianowicie otwarcia miejskiego parku, za którym optował inicjator Michael Liguz. Za budowę skateparków stoi natomiast Rafał Glapiński.

- Ten obszar, a mówimy o blisko dwóch hektarach, był dotąd niezagospodarowany. Jest to obszar głównie dedykowany młodzieży. Młodzi ludzie, dzieci mogą tutaj przyjechać rowerem albo z deską i sobie pojeździć – mówi prezydent Wałbrzycha Roman Szelemej. Nowa przestrzeń to nie

tylko drabinki, ale też inne przyrządy do trenowania streetworkoutu. Jest też mnóstwo ławek, koszy na śmieci i stojaków na rowery. Pojawiła się zielona przestrzeń, są nowe nasadzenia oraz system nawadniający. Budowa skateparków z parkiem kosztowała ponad 5,1 mln zł, a inwestycja była

realizowana blisko rok. Skateparki i park będą czynne całą dobę. Są ogrodzone, oświetlone i monitorowane.

Radny Rafał Glapiński podkreśla, że jako dziecko brakowało mu przestrzeni do aktywnego spędzania czasu, co było jednym z powodów powstania skateparku. Michael Liguz

tymczasem dopełnił nową przestrzeń swoim pomysłem utworzenia w tym miejscu parku, gdzie wypoczywać mogą całe rodziny. - W latach 90. po ulicach Podzamcza jeździło niewiele aut. Można było bezpiecznie się tutaj przemieszczać. Dzisiaj każdy mieszkaniec posiada co najmniej jedno auto. Mnie bardzo brakowało takiej przestrzeni, gdzie dzieci bezpiecznie będą mogły spędzać czas, a jazda na rolkach, deskorolce czy rowerze są wciąż przecież bardzo popularne – wyjawia ideę pomysłu Rafał Glapiński.

Skateparki i park będą czynne całą dobę, są ogrodzone, oświetlone i monitorowane

Wkrótce miasto zamierza wybudować kolejny skatepark. Ma on powstać na koronie stadionu w dzielnicy Nowe Miasto. - Złożyliśmy odpowiedni wniosek o dofinansowanie w programie Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego na skatepark na Nowym Mieście. Mamy pozwolenie na budowę i mamy duże szanse, żeby uzyskać dofinansowanie i chcielibyśmy tam na koronie stadionu rozpocząć budowę drugiego skateparku na wolnym powietrzu – kończy prezydent Roman Szelemej.

SCB

Autobus na testach

Jeżdżący po Wałbrzychu autobus Mercedes-Benz eCitaro fuel cell z pewnością przypadł do gustu pasażerom. Jest testowany przez Miejski Zakład Usług Komunalnych.

Mercedes-Benz eCitaro fuel cell to rodzaj „wodorowej hybrydy”, łączy napęd pochodzący z paliwowego ogniwa wodorowego, które zasila ogromny, bo mający 300 kWh magazyn energii. Pojazd zaskakuje wyposażeniem oraz technicznymi rozwiązaniami. Posiada mnóstwo udogodnień, poprawiających komfort podróży i prowadzenia oraz bezpieczeństwo.

Dzięki dużej pojemności baterii oraz zbiornikom, które pomieszczą 30 kg wodoru, autobus może przejechać nawet 600 km (dane producenta). Doskonale spisuje się na trasach płaskich oraz w terenach o znacznych przewyższeniach. Zasięg wystarczy do całonocnej obsługi regularnej linii komunikacyjnej, np. nr 11, bez konieczności dodatkowego tankowania.

Autobus ma 12 m długości. W przedziale pasażerskim jest: niska podłoga, platforma dla osób poruszających się na wózkach, klimatyzacja oraz systemy informacji pasażerskiej i wsparcia pracy, szczególnie w zakresie bezpiecznego prowadzenia. Na uwagę zasługują radary wspierane przez kamerę. Ich zadaniem jest uniknięcie kolizji autobusu. Pasażerowie na pewno zwrócą uwagę na wygląd wnętrza, w szczególności na fotele wykonane z ekoskóry.

Kilka słów o kasownikach. Oprócz skasowania biletu z kodem QR – zakupicie bilety jednorazowe-czasowe oraz okresowe za pomocą karty płatniczej, telefonu bądź innego urządzenia działającego w technologii NFC.

Kolejne testowane modele wkrótce pojawią się na naszych ulicach. Zapraszamy do korzystania z komunikacji miejskiej.



Posadzili, bo tak należało

W wielu nadleśnictwach w całej Polsce 21 marca odbyły się społeczne sadzenia lasu. Nadleśnictwo Świdnica ma w tym temacie piękne już tradycje.

Oni znowu to zrobili. Lokalni samorządowcy, parlamentarzyści, przedstawiciele mediów, służb mundurowych, przyjaciele lasu – wszyscy oni wzięli udział w wydarzeniu organizowanym przez Nadleśnictwo Świdnica na terenie małowniczych Bojanic. To już trwająca kilka dobrych lat tradycja!

- Lasy Państwowe od ponad 100 lat dbają o trwałość lasu, tak by kolejne pokolenia mogły z tego lasu korzystać. Zarówno pod względem gospodarczym, jak i przyrodniczym i społecznym. W tym roku, w którym Lasy Państwowe rozpoczynają kolejne stulecie swojej działalności ruszyliśmy z akcją „Lasy na nowe 100-lecie”. W całym kraju odbyły się akcje sadzenia drzew, w których brały udział różne grupy społeczne. Chcemy pokazać, że tam, gdzie zostały wycięte drzewa nie powstaną zakłady przemysłowe, domy czy pola uprawne. W tym miejscu pojawi się nowe pokolenie

lasu, o które będziemy dbać, by w przyszłości mogli z niego korzystać nasi potomkowie – pięknie mówi Malwina Sokołowska, rzecznik prasowy RDLP we Wrocławiu.

Zaopatrzeni w szpadle, odpowiedni ubiór i obuwie, nie tylko sadzili drzewka, ale też dyskutowali o tym, jakie to jest ważne

A jak to wszystko wyglądało w praktyce? Leśnicy z Nadleśnictwa Świdnica zadbali o sadzonki oraz rzetelną opiekę merytoryczną, a uczestnicy wydarzenia, zaopatrzeni w szpadle, odpowiedni ubiór i obuwie, nie tylko sadzili drzewka, ale także dyskutowali o tym, jak istotne jest sadzenie nowych roślin w kwestii, chociażby zmian klimatycznych. Od czegoś trzeba przecież zacząć, prawda? Sadzenie drzew jest niezwykle potrzebne, lasy to główne

źródło pochłaniania dwutlenku węgla, a tym samym przeciwdziałania globalnemu ociepleniu. To ekologiczna i efektywna metoda walki z emisją gazów cieplarnianych.

Z całą pewnością wszyscy ci, którzy tego szczególnego dnia zmęczeni i ubrudzeni opuścili Szkółkę Leśną w Bojanicach, robili to z dumą, ponieważ właśnie przyczynili się do walki o lepszą przyszłość dla kolejnych pokoleń, a to przecież szczególnie ważne. Róbmy to częściej, dajmy z siebie więcej!

- W ostatnich latach, ze względu na brak komunikacji ze społeczeństwem, wokół działań leśników narosło mnóstwo mitów. Chcemy to powiedzieć głośno i wyraźnie – gospodarka leśna jest zrównoważona. Dbamy o to, by każda powierzchnia, z której pozyskujemy drewno, była odnowiona. Dzięki akcji „Lasy na nowe 100-lecie” chcemy jeszcze mocniej podkreślić znaczenie la-



» Zmęczeni, ubrudzeni, ale usatysfakcjonowani, bo wiedzą, że sadzenie nowych drzew to wręcz konieczność

sów dla środowiska, gospodarki i społeczeństwa. Sadźmy drzewa – to inwestycja w przyszłość Pol-

ski – mówi Witold Koss, dyrektor generalny Lasów Państwowych.

KaR

Fot. użyczone (Urząd Gminy Świdnica)

FILHARMONIA SUDECKA **UMFC**
Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina

Filharmonia Sudecka w Wałbrzychu oraz Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina zapraszają na rock operę w wersji koncertowej

Wykonawcy:
Radosław Labahua dyrygent
Studenci Uniwersytetu Muzycznego Fryderyka Chopina – soliści
Chór Mieszany Filharmonii Sudeckiej
Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Sudeckiej
tłumaczenie libretta: Wojciech Młynarski

Uniwersytecka produkcja w porozumieniu z The Really Useful Group Ltd.

JESUS CHRIST SUPERSTAR
UNIVERSITY PRODUCTION

LYRICS BY **TIM RICE**
MUSIC BY **ANDREW LLOYD WEBBER**

bilety.filharmoniasudecka.pl
501-674-397

Raketa Żytni'ski

11.04.2025, g. 19:00
piątek

12.04.2025, g. 18:00
sobota

REKLAMA

» Oto Rada Kobiet Powiatu Świdnickiego

Fot. użyczone (Starostwo Powiatowe w Świdnicy)



Rada Kobiet działa

W powiecie świdnickim zawiązała się Rada Kobiet pełniąca funkcję ekspercką, konsultacyjną, doradczą i inicjatywną w oparciu o zasoby wiedzy i doświadczenia środowiska pań.

Czym zajmować będzie się Rada Kobiet? Jakie są jej priorytety? Oto kilka z nich – priorytety wyznaczone przez radę na 5-letnią kadencję to krzewienie działalności społecznej, naukowej, sportowej i kulturalnej, promowanie przedsiębiorczości w środowisku kobiet oraz równości płci, działania w zakresie bezpie-

czeństwa i zdrowia psychicznego, a także fizycznego dziewcząt i kobiet, jak i zwiększania reprezentacji pań w życiu publicznym.

- Niesamowita Justyna Gąsior dopięła swego i doprowadziła do powstania Rady Kobiet Powiatu Świdnickiego. Jest nas w niej jedenaście. Każda z nas jest inna, ale mimo,

że różni nas wiele, to łączy nas wspólny cel – razem chcemy działać dla kobiet z naszego powiatu. Co będziemy robić? Będziemy m.in. działać na rzecz zwiększenia świadomości na temat równych szans i praw kobiet, a także przeciwdziałać dyskryminacji płciowej w różnych dziedzinach

życia społecznego – informuje Małgorzata Kus-Požoga, wiceprzewodnicząca RK.

W skład Rady Kobiet wchodzi Justyna Chrebela – zastępca burmistrza w Jaworzynie Śląskiej, Agnieszka Dobkiewicz – pisarka, dziennikarka (Świdnica), Justyna Gąsior – radna powiatu świdnickiego (Dobromierz)

i Świebodzice), Karolina Kamińska – sołtys wsi Klecin (Marcinowice), Aleksandra Kawecka-Partyka – radna gminy Jaworzyna Śląska (Jaworzyna Śląska), Iwona Kołodziej – założycielka i kapitan żeńskiej drużyny w piłce nożnej Nysa Kłaczyna (Dobromierz), Małgorzata Kus-Požoga – naczelnik Wydziału Promocji UM w Strzegomiu (gmina Strzegom), Magdalena Niedzielska – członek Rady Sołectkiej w Pszenniu (Gmina Świdnica), Alicja Sęk – przedsiębiorca rynku nieruchomości (Świebodzice), Beata Szczepankowska – radna miasta Świdnica (Świdnica), Magdalena Worsa-Kozak – naukowiec Politechniki Wrocławskiej (gmina Żarów). Zaczne grono, nieprawdaz?

Każda jest inna, ale mimo, że różni ich wiele, to łączy wspólny cel

- Rada Kobiet jest głosem doradczym, konsultacyjnym i eksperckim starosty świdnickiego. A to oznacza, że może stać się cennym głosem kobiet w naszej małej ojczyźnie. Taką mam nadzieję. Kilka dni temu z rąk Piotra Fedorowicza odebrałyśmy powołania. Jesteśmy drugą powiatową Radą Kobiet w Polsce. Pierwsza działa przy staroście człuchowskim – pisze Agnieszka Dobkiewicz, również wiceprzewodnicząca RK.

KaR





RODZIC ZASTĘPCZY – ZAWÓD Z MISJĄ

Do osób z otwartym sercem i gotowością do dzielenia się miłością!

Jesteś osobą, która ma w sobie ciepło i miłość, którymi może podzielić się z innymi? Możesz stworzyć swój dom dla młodego człowieka i stać się dla niego kimś ważnym?

Możesz przeznaczyć pewien czas na rozwój i szkolenie? Chcesz się dowiedzieć czym jest rodzicielstwo zastępcze i dlaczego jest tak ważne?

Nie wahaj się, umów się z nami.
Zadzwoń: 74 66 66 300
lub przyjdź do nas:
Al. Wyzwolenia 20-24, 58-300 Wałbrzych

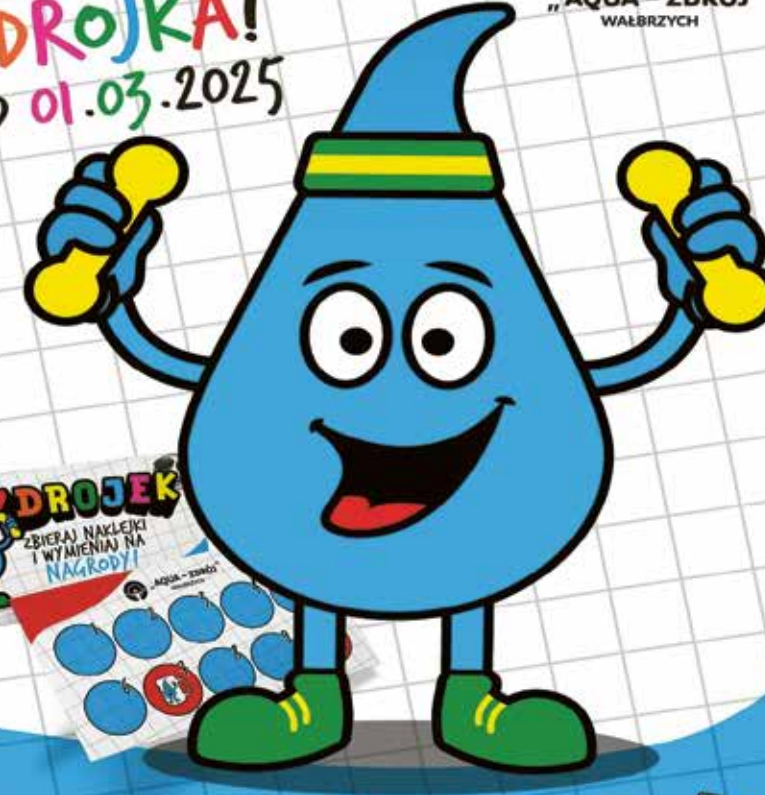
POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W WAŁBRZYCHU POSZUKUJE WŁAŚNIE CIEBIE!

Odpowiemy na pytania i wyjaśnimy nurtujące kwestie, a gdy zdecydujesz się pójść drogą rodzicielstwa zastępczego będziemy służyć pełnym wsparciem i pomocą.




ZDOBĄDŹ ZDROJKA!

OD 01.03.2025



7 wejść na basen = KUBEK ZE ZDROJKIEM

10 wejść na basen = MASKOTKA ZDROJKA

Szczegóły promocji na stronie www.aqua-zdroj.pl

Wspinacze są jak wędkarze

Muszą sobie od czasu do czasu pogawędzić. Dlatego wzięliśmy na spytki Grzegorza Górskiego, jednego ze współwłaścicieli powstającej przy pl. Teatralnym w Wałbrzychu hali wspinaczkowej. Miejsu nowoczesnym, bezpiecznym, pozwalającym rozwijać swoje pasje i z wielkim potencjałem. Powiecie „gadanie”. Wcale nie, przeczytajcie naszą rozmowę, a jesteście pewni, że zmienicie zdanie.

■ **Na początek krótko – wspinaczka, czy koszykówka?**

- (Długa chwila zastanowienia). Jednak wspinaczka (śmiech).

■ **Pewnie domyślasz się dlaczego o to zapytałem?**

- Chyba tak. Ponieważ adaptujemy dawną halę sportową na centrum do wspinaczki?

■ **Dokładnie tak. Jak doszło do tego, że w hali, w której kiedyś swoje wielkie sukcesy odnosili koszykarze Górnika, powstaje centrum wspinaczkowe?**

- Muszę sięgnąć pamięcią kilkanaście lat wstecz.

■ **Mamy czas.**

- Od wielu lat, wiedząc co mamy dookoła, jakie mamy skałki oraz warunki do uprawiania wspinaczki, a także to jak ten sport rozwija się w Polsce – bo chociażby we Wrocławiu jest osiem podobnych hal – zastanawialiśmy się w grupie zapaleńców zrzeszonych w Wałbrzyskim Klubie Górskim i Jaskiniowym, co można byłoby zrobić na naszym podwórku. Gdy pewnego dnia jeden z kolegów został zapytany przez inwestora, czy zbudowałby dla niego ściankę wspinaczkową w Wałbrzychu, pomysleliśmy, że musimy być pierwsi z tą inwestycją. Powiedzieliśmy sobie wtedy „albo teraz albo nigdy”.

■ **Albo weźmiecie się za to wy albo okazja przejdzie wam koło nosa?**

- Tak. Na początku zacząłem działać wspólnie z Tomaszem Jaumieniem. Poszukiwaliśmy miejsca, które można byłoby zaadaptować do wspinaczki. Pierwotnie chcieliśmy wynająć jakiś obiekt i sprawdzić, czy ten pomysł chwyci w Wałbrzychu. W końcu znaleźliśmy dość dobre miejsce, właśnie halę przy pl. Teatralnym, która początkowo nie spełniała jednak naszych wszystkich wymagań. Przede wszystkim była za niska. Mieliśmy pewne wątpliwości, ale ze względu na to, że żaden z obiektów, które wtedy braliśmy pod uwagę, nie rzucił nas na kolana, zdecydowaliśmy się postawić na byłą halę koszykarską.

■ **Co przeważało?**

- Mimo wszystko była najlepszym miejscem, które do tamtej chwili oglądaliśmy z dodatkowym atutem jakim była lokalizacja w dobrze skomunikowanym miejscu w Śródmieściu.

Była dostępna od ręki, poza tym mogliśmy rozpocząć współpracę z poważnym partnerem jakim jest miasto Wałbrzych. Jednak zamiast wynajęcia, miasto chciało sprzedać tę halę. To wymagało dodatkowego przemyślenia ryzyka, bo powodowało, że z naszego pomysłu nie będzie łatwej drogi odwrotu. Wymagało też poszukania kolejnego partnera do spółki i wzięcia udziału w przetargu. I wtedy dołączył do nas Michał Czarny.

■ **To był dobrze przemyślany plan, czy spontaniczny krok? Przed dwoma laty przypominając sobie bryłę dawnej hali, trzeba było mieć sporo wyobraźni, żeby „zobaczyć” tam ścianki do wspinaczki?**

- Na szczęście mamy bogatą wyobraźnię (śmiech). Tak naprawdę dopiero po zakupie stanęliśmy przed halą i Tomek powiedział, że jak kupiliśmy, to trzeba iść w górę, bo jak teraz tego nie zrobimy, to już później będzie trudno przebudować. To spowodowało, że inwestycja jeszcze bardziej rozrosła się i do współpracy namówiliśmy czwartego współnika, Sławomira Parzonkę.

■ **Jak długo dojrzewała w was decyzja o stworzeniu centrum wspinaczkowego w Wałbrzychu?**

- Nie skłamię, jeśli powiem, że dobrych 10 lat. Dziś, z perspektywy czasu, mogę stwierdzić z pełną odpowiedzialnością, że dla części z nas, to projekt życia.

■ **Pamiętam, że przed laty w Starej Kopalni był plan, żeby też stworzyć ściankę do wspinaczki. Wówczas w ramach budżetu obywatelskiego. Dlaczego wtedy się nie udało?**

- To był dość skomplikowany projekt pod względem budowlanym, a poza tym finalnie okazało się, że jest dużo droższy niż pierwotnie zakładano. Dlatego Kopalnia Mocy nigdy nie powstała.

■ **Teraz zainwestowaliście prywatne środki, powstała spółka, czujecie, że podjęliście duże ryzyko biznesowe?**

- Tak, ale jesteśmy przekonani co do słuszności decyzji. To jest raczej realizacja naszych pasji, a dopiero później projekt biznesowy. Mamy świadomość tego, że tabelki w Excelu przez kilka lat będą świecić się na

czerwono i przyjdzie nam poczekać na zwrot z inwestycji.

■ **Wróćmy do miejsca, które niebawem zostanie otwarte. Tylko, właśnie, kiedy będzie można się u was powspinać?**

- Mam nadzieję, że pod koniec kwietnia. Zapraszam wszystkich.

■ **Znam tę halę, zamykam więc oczy, a ty spróbuj opowiedzieć mi jak to miejsce wygląda?**

- Wejście główne dla gości znajduje się od strony amfiteatru. Nawiasem mówiąc zostawiliśmy jedno boczne, które było dawniej przeznaczone dla kibiców, ale będzie ono wejściem technicznym. Wchodząc do środka, znajdziesz się od razu w dużym, otwartym pomieszczeniu, w którym dawniej znajdowały się szatnie, magazyny i biura. Cała szerokość pierwszej fasady aż do głównej ściany, która oddzielała dawniej halę sportową, stanie się częścią gastronomiczną. Tu będzie można wejść z ulicy, zjeść dobry makaron lub włoską pizzę, bo idziemy w kierunku kuchni śródziemnomorskiej, napić się kawy lub soku, spędzić miło czas, bez konieczności wchodzenia do hali wspinaczkowej.

■ **W porządku, napiłem się soku, ale chciałbym się powspinać.**

- Kontynuacją baru jest recepcja i wejście na halę wspinaczkową. Tu kupisz bilet, wypożyczysz sprzęt i po przekroczeniu przeszklonych drzwi znajdziesz się w miejscu docelowym. W naszym świecie (śmiech). W przestrzeni, która jest dwukrotnie wyższa niż ta, którą pamiętasz z meczów koszykarzy. Robi to ogromne wrażenie, dlatego, że hala zbudowana jest w taki sposób, że w niektórych miejscach ścianka jest pionowa, w innych nachylona, ale są też takie przestrzenie, w których różnica między dolną a górną częścią ścianki wynosi 6 metrów! Jeśli wejdiesz po przewieszonej części, to zjedziesz po linie na środek hali.

■ **Jak Spider-Man?**

- Trochę tak (śmiech). W całym obiekcie jest ponad 100 dróg wspinaczkowych i każda jest praktycznie w innym kolorze. Na jednej tak zwanej linii wspinaczkowej są dwie lub trzy drogi, które „wyłożone” są różnymi kolorami uchwytów. Wspinając się całkowicie amatorsko możesz podciepić się do automatu aseku-

rującego lub mając asekuranta na dole, wchodzić po wszystkich chwytach, żeby było ci łatwo i wygodnie, rozpoczynając w ten sposób przygodę ze wspinaczką. Ale w miarę zaawansowania można zdecydować się na wspinanie drogą o określonym kolorze, która ma odpowiednią wycenę, a tym samym trudność.

■ **Każdy będzie mógł się u was powspinać?**

- Bariera wejścia jest bardzo niska. Na przykład, żeby jeździć na rowerze, trzeba potrafić utrzymać równowagę. Do tego natomiast, żeby zacząć wspinąć się, wystarczy poznać kilka podstawowych zasad bezpieczeństwa i już można wchodzić.

■ **Ta cała zabawa jest bezpieczna.**

- Tak jeśli trzymać się będziemy podstawowych zasad. W naszym obiekcie zastosowaliśmy kilka nowych rozwiązań, które zwiększają bezpieczeństwo wspinaczy szczególnie w automatach do autoasekuracji, na których najczęściej zdarzają się błędy. Powiem może obrazowo dla tych, którzy chcą spróbować swoich sił po raz pierwszy. Taśma zabezpieczająca w automacie asekuracyjnym, do której jesteś przypięty, działa trochę jak pasy bezpieczeństwa w samochodzie. Jeżeli wchodzisz powoli, pas sukcesywnie wybiera luźną linę wraz z twoim wspinaniem się, jeśli natomiast nagle odpadniesz od ściany, taśma automatycznie zablokuje się i nie pozwoli spaść. Gdy ponownie złapiesz się ściany i zaczniesz kontynuować wspinaczkę, również pas zostanie odblokowany. Nasze automaty posiadają nowoczesne karabińczyki, które wymuszają dwukrotne wpięcie się w uprząż. Jeśli ktoś zapomni lub źle wepnie się w jeden, to drugi w dalszym ciągu będzie go trzymał.

■ **Powiedziałeś w jakimś wywiadzie, że hala wspinaczkowa na pl. Teatralnym będzie najnowocześniejsza w regionie, czyli jaka?**

- Taka, w której wspinacz będzie czuł się całkowicie bezpieczny. Poza tym naszymi atutami jest nowoczesny sprzęt, a także przeszkolona i doświadczona kadra instruktorów.

» - Dla nas ważna jest dobra kawa, samo wspinanie się oraz spokój i odprężenie – mówi Grzegorz Górski



Fot. używane (archiwum prywatne Grzegorza Górskiego)

Do tego dochodzą dobre warunki wspinania się, czyli stała temperatura. Hala na całej swojej powierzchni ma ogrzewanie podłogowe, a także trzy centrale wentylacyjne z rekuperacją. Systemy zabezpieczenia, nagłośnienia oraz całe zaplecze gastronomiczne z kuchnią włoską i – mamy nadzieję – najlepszą pizzą rzymską w okolicy. To wszystko powoduje, że nasza hala będzie ewenementem na skalę całej Polski.

■ **Wspinaczka, to jedno, ale w założeniu ma to być też miejsce, które będzie żyło towarzysko?**

- Wspinacze są trochę jak wędkarze. Oprócz wspinania trzeba usiąść i pogadać o górach, o tym gdzie się wspinaliśmy, jakie drogi robiliśmy, czyli jak dużą rybę udało się złowić (wspólny śmiech). Definiuje to nasze hasło „coffee, climb and chill”. Dla nas ważna jest dobra kawa, samo wspinanie się oraz spokój, luz i pewnego rodzaju odprężenie. Dlatego nasza hala wspinaczkowa ma być miejscem nie tylko spotkań towarzyskich, ale również prezentacji czy warsztatów związanych ze środowiskiem górskim. Chcielibyśmy zapraszać do siebie alpinistów i himalaistów. Wraz z halą działać będzie siłownia, planowane są zajęcia z jogi i pilatesu. Chcielibyśmy aby ktoś, kto bardziej kompleksowo zamierza podejść do samego siebie i swojej kondycji fizycznej, mógł do nas przyjść i popracować nad sobą całościowo.

■ **Jak duży potencjał ma to miejsce?**

- Ogromne. Ale wykracza ono poza mury naszej hali. W tym, co robimy jest pewna misja. Obok MTB, region wałbrzyski powinien mieć wpisane po stronie atrakcji turystycznych, właśnie wspinaczkę, ponieważ miejsc do uprawiania tego sportu wokół Wałbrzycha jest bardzo dużo. A sam Wałbrzych może stać się świetną bazą dla wspinaczy. I zamierzamy do tego doprowadzić.

Rozmawiał Tomasz Piasecki



szkolenia dronowe

Pilot drona



aplikuj

team@pilotbsp.pl

tel. +48 579 855 940

edu.pilotbsp.pl



Ty, My i Drony : to przyszłość pracy!
To nowe możliwości!

Vision salon optyczny

Twój optyk Twoje okulary

Rok zał. 2003

Znajdziesz nas w **E.Leclercu** Świdnica (ul.Strzegomska 2)

Badania wzroku :
od poniedziałku do piątku
od godz. **11:00 - 19:00**
w każdą sobotę
od godz. **10:00 - 18:00**



Badamy również dzieci, jesteśmy
certyfikowanym specjalistą szkielec
MiYOSMART (służą one do
korekcji i spowolnienia progresji
krótkowzroczności u dzieci)

Przez cały **kwiecień** obowiązywać będzie
promocja **-30%** na szkła z powłoką
Solitaire LayR Balance firmy
RODENSTOCK, które zapewniają
komfort widzenia dzięki redukcji
światła niebieskiego

R
RODENSTOCK

Umów się na badanie wzroku osobiście bądź pod
numerem telefonu : **798-511-131**



RADOŚĆ UŚMIECH BALONY Z HELEM

TEL. 730 037 996

E-MAIL: USLUGI@BALONIUM.PL

Balonium.pl, ul. Długa 4B,
pasaż marketu Kaufland, Wałbrzych



BOGUSZÓW-GORCE

Boisko z certyfikatem

Od jakiegoś czasu na terenie gminy Boguszów-Gorce realizowana jest inwestycja związana z remontami dwóch stadionów sportowych.

W zeszłym roku do użytku zostało oddane boisko piłkarskie przy ul. Kusocińskiej w Boguszowie, które w

ostatnich dniach dodatkowo otrzymało certyfikat FIFA, który potwierdza najwyższą jakość wykonania. W okresie zimowym boisko cieszyło się dużą popularnością wśród drużyn piłkarskich i rozgrywano na nim wiele spotkań kontrolnych.

Przypominamy, że w dalszym ciągu trwa remont stadionu

przy ul. Olimpijskiej w Gorchach, a prace budowlane są już na bardzo zaawansowanym etapie. Stadion najprawdopodobniej będzie już gotowy na jesienne rozgrywki piłkarskie i wtedy piłkarze różnych grup wiekowych z terenu tej gminy wrócą na swoją murawę.

SCB



Fot. (red)

» Kandydaci w wyborach wykorzystają każdą możliwość, żeby nakłonić was do głosowania na siebie



Fot. ilustracyjne (www.pixabay.com)

WAŁBRZYCH

Politycy listy piszą

Rafał Trzaskowski, jako kandydat na prezydenta Polski, wysłał listy do samorządowców. Te w całej Polsce za pośrednictwem miejscowych biur rad miast i gmin trafiają do radnych. Podobnie stało się niedawno w Wałbrzychu. I rozpętała się burza. Trochę w szklance wody, ale... trochę racji opozycja jednak ma.

Nie wyrabiacie sobie od razu zdania. Posłuchajcie, co mówią w tej sprawie przepisy. Kodeks wyborczy zakazuje prowadzenia agitacji wyborczej zarówno w urzędach administracji rządowej jak i tej samorządu terytorialnego. Pytanie tylko, czy listy wysyłane przez Rafała Trzaskowskiego do samorządowców taką agitacją wyborczą są? Z odpowiedzi na to pytanie mamy problem. I to przez... przepisy. Te nie definiują jednoznacznie czym jest agitacja. To znaczy niby określają, ale dają tyle dowolności w interpretacji, że głowa boli. Artykuł 105 wspomnianego kodeksu wyborczego agita-

cję definiuje jako „publiczne nakłanianie lub zachęcanie do głosowania w określony sposób, w tym w szczególności do głosowania na kandydata określonego komitetu wyborczego”. Przypniecie, że w zapisie jest kilka nieprecyzyjnych określeń. No bo czym są dokładnie np. słowa „publiczne”, i „nakłanianie”? Czy mamy wziąć do ręki słownik i przytoczyć wam książkowe reguły, żeby to rozstrzygnąć? No przecież nie o to chodzi, skoro nawet prawnicy mają kłopot z bezdyskusyjną oceną. Użycie takich właśnie niejednoznacznych sformułowań z jednej strony powoduje kłopoty z interpretacją przepisów z drugiej zaś otwiera

furtkę cwany sztabowcom, żeby wykorzystać nieścisłe zapisy. Tylko tyle i aż tyle.

Kodeks wyborczy zakazuje prowadzenia agitacji wyborczej zarówno w urzędach administracji rządowej jak i tej samorządu terytorialnego

Rafał Trzaskowski w liście do radnych pisze, że „Polska jest silna, ale musi lepiej wykorzystywać siłę samorządów”, nakłania, aby „stworzyć razem, wspólny, największy w historii ruch Samorządy Naprzód, prze-

konuje, że „wspólnym celem jest wzrost dobrobytu oraz zapewnienie bezpieczeństwa wszystkim Polkom i Polakom”. To można byłoby jeszcze „kupić” jako jego troskę o ojczyznę i rodaków. Gdyby nie kilka szczegółów. W tym samym piśmie są inne sformułowania wskazujące, że to list od kandydata na prezydenta Polski. Oto przykłady: „deklaruję, że jako prezydent Polski, zawsze będę ambasadorem spraw samorządowych”, „zbudujemy wspólnotę na rzecz wyboru prezydenta” albo „mam zaszczyt ubiegać się o urząd prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej” (to akurat pierwsze zdanie z listu). I gdybyście mieli jeszcze wątpliwości,

ważny jest podpis umieszczony małą literą na dole dokumentu: „Sfinansowano z Komitetu Wyborczego Kandydata na Prezydenta RP Rafała Trzaskowskiego”. No więc jest to agitacja wyborcza, czy nie? Co my tam głupi wiemy.

Z drugiej strony dziwimy się oburzeniu dzisiejszej opozycji, krzyczącej, że to prowadzenie kampanii wyborczej w jednostkach samorządu terytorialnego i w ogóle, że to skandal. Nie dalej jak 5 lat temu (dziwnym trafem na kilka miesięcy przed poprzednimi wyborami na prezydenta Polski) rolnicy wraz z rodzinami, ubezpieczonymi w KRUS, dostali materiały związane z ówczesnym kan-

dydatem Andrzejem Dudą. W kopercie oprócz informacji o wysokości składek obniżonych dzięki „tarczy antykryzysowej” znalazły się dwa listy – od ówczesnego prezydenta ubiegającego się o reelekcję oraz od ministra rolnictwa wychwalającego pod niebiosa... Andrzeja Dudę. Połączcie kropki. Czy to nie była agitacja wyborcza i to jeszcze prowadzona częściowo za kasę podatników, bo listy rozsyłało ministerstwo rolnictwa na wyraźne polecenie ówczesnego szefa resortu Jana Krzysztofa Ardanowskiego? Ludzie, przecie to ręce opadają.

Swoją drogą ciekawe, czy biura rad miast i gmin tak ochoczo rozdawałyby korespondencję do radnych, gdyby listy wystali inni kandydaci, np. Marek Jakubiak albo Adrian Zandberg. Niech prawnicy głowią się nad rozstrzygnięciem sporu, czy listy Trzaskowskiego do samorządowców są agitacją wyborczą, czy jednak nie. Jedno jest pewne, politycy robią wszystko, waszym kosztem, żeby dorwać się do koryta. Nawet jeśli to działanie jest moralnie naganne i na granicy przepisów.

Tomasz Piasecki



» *Głuszyca z takim początkiem wiosny może być pewna, że ciepło – nie tylko to od słońca – już z nami zostanie*



Fot. użyczone (UM Głuszyca)

GŁUSZYCA

Wiosna przyszła uśmiechnięta

Jakże mogłoby być inaczej?! Jeśli ktoś jeszcze miał wątpliwości, czy jest już wiosna, wystarczyło zajrzeć 21 marca do Głuszyca. W szkołach, przedszkolach i żłobku zaroilo się od żółci, zieleni, uśmiechów i... absolutnie niepowtarzalnych stylizacji!

Tego dnia kolorowe przebrania, a także kreatywności były obowiązkowe. Podobnie jak dobry humor.

W Szkole Podstawowej nr 3 uczniowie jak zawsze stanęli na wysokości zadania. Hasło „Na żółto-zielono i wesoło”

potraktowali bardzo dosłownie. Były kapelusze i czapki, które z powodzeniem mogłyby zostać zaprezentowane

w programie o modzie, do tego biżuteria w stylu eko-glamour, pocztówki do Pani Wiosny pełne kolorów, no

i... wiosenna zastawa stołowa z recyklingu! Ekologia na wesoło, czyli jak połączyć talent, wyobraźnię i dobrą

zabawę. Uczniowie wzięli też udział w quizie Kahoot (który rozgrzał emocje bardziej niż pierwsze promienie słońca!) i dali popis wokalny podczas karaoke. Uwaga – niektórym naprawdę przydałby się mikrofon bezprzewodowy, żeby móc tańczyć i śpiewać jednocześnie!

A co działo się w Szkole Podstawowej nr 2? Otóż najmłodsi uczniowie postanowili pójść z wiosną do... urzędu! Z kolorowymi kwiatami i donośnym „Witaj wiosno!” przemaszzerowali pod siedzibę ratusza, gdzie wyśpiewali swoje nadzieje na cieplejsze dni.

W przedszkolu dzieci rozpoczęły dzień od tańców, śpiewu i pożegnania zimy z przypięciem. Korowód, prowadzony przez uśmiechniętą Panią Wiosnę, czyli jedną z nauczycielek w zachwycającym przebraniu, przeszedł przez park, rozświetlając okolicę śmiechem i śpiewem. Stroje przedszkolaków – nie do opisania! Jedni wyglądali jak kwitnące krokusy, inni jak chodzące promyki słońca.

A jeśli myślicie, że w żłobku było spokojniej, to... jesteście w błędzie. Tam odbyła się sesja zdjęciowa! Opiekunka przebrana za Panią Wiosnę, maluszki w pastelowych strojach – wszystko razem wyglądało jak scena z bajki. Uroczko? To mało powiedziane!

Red

STARE BOGACZOWICE

Niech rosną

Tego apelu z powyższego tytułu nie kierujemy do dzieci. To chyba jasne, choć maluchom życzymy dokładnie tego samego. Wyrażamy jedynie nadzieję, że drzewka zasadzone niedawno u podnóża Trójgarbu wkrótce będą cieszyć oczy spacerujących po okolicznych lasach. Posadzono ich aż 1000.

Z okazji 100-lecia Lasów Państwowych w Starych Bogaczowicach odwalono naprawdę kawał dobrej roboty. Co ważne w tych pożytecznych pracach pomagali uczniowie nie tylko ze Szkoły Podstawowej im. Św. Jana Pawła II w Starych Bogaczowicach, ale też młodzież z Zespołu Szkół im. Marii Skłodowskiej-Curie w Szczawnie Zdroju, a także samorządowcy z

gminy i starostwa powiatowego. Jeśli robić coś dobrego, to wspólnie.

Posadzono łącznie 1000 drzew, które wkrótce staną się częścią dziedzictwa naszych lasów na kolejne lata! Okazja była nie byle jaka, bo okrążyła rocznica powstania państwowego gospodarstwa leśnego. Uczczenie 100-letniej historii Lasów Państwowych to jedno, ale edukacyjny oraz ekologiczny wydzźwięk



» *Z okazji 100-lecia Lasów Państwowych w Starych Bogaczowicach posadzono 1000 drzew*

tej akcji jest nie do przecenienia. A, bo byśmy zapomnieli, przy okazji uczniowie doskonale bawili się rozwiązując zagadki związane z przyrodą, a przygotowane przez pracowników Nadleśnictwa Wałbrzych. Po fizycznej pracy w terenie,

a także po intelektualnych łamigłówkach, przyszedł czas, jak to często bywa w plenerze, żeby miło spędzić wspólnie czas przy ognisku.

Co tu dużo pisać, chcielibyśmy pisać o podobnych akcjach w innych miejscach regionu, w których leśnicy

angażują do pomocy młodzież przy okazji pożytecznej inicjatywy. Edukacja ekologiczna i poznawanie przyrody nie kończy się na wertowaniu książek w szkole. Pamiętajcie o tym drodzy uczniowie.

Red

Fot. Użyczone (UG Stare Bogaczowice)

WALIM

Strażacy solidarni

Podczas sesji Rady Gminy Walim, radni podjęli decyzję o przekazaniu wozu strażackiego (Star 266) należącego do Ochotniczej Straży Pożarnej w Zagórz Śląskim na rzecz OSP Jedlina-Zdrój.

Decyzja ta została podjęta w związku z potrzebą optymalizacji wykorzystania sprzętu strażackiego oraz

w trosce o poprawę bezpieczeństwa w regionie. Przekazany pojazd posłuży jednostce w Jedlinie-Zdroju do dalszej realizacji działań ratowniczych i zwiększenia skuteczności w reagowaniu na zagrożenia.

„Ciężko wyrazić tak ogromne podziękowania słowami, dlatego też pragniemy, aby cała gmina Walim wiedziała,

że w razie konieczności może liczyć na wsparcie druhów z Jedliny-Zdroju. Podziękowania płyną nie tylko od zarządu i druhów, ale również od władz miasta Jedlina-Zdrój oraz przede wszystkim mieszkańców, którym auto będzie służyć” – czytamy na profilu facebookowym OSP Jedlina-Zdrój.

SCB



Fot. użyczone (UG Walim)

JEDLINA-ZDRÓJ

Zabawa po czarodziejsku

Nie mogliście doczekać się otwarcia Parku Aktywności Czarodziejska Góra? Jeszcze tylko trochę cierpliwości. Nowy sezon w tym jednym z najbardziej lubianych miejsc aktywnego wypoczynku w regionie rozpocznie się 12 kwietnia. Jedlina-Zdrój musi przygotować się na najazd miłośników dobrej zabawy na świeżym powietrzu.

Czarodziejska Góra oferuje mnóstwo atrakcji dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Na odwiedzających czeka park linowy, który zapewni dawkę adrenaliny na róż-

nych poziomach trudności: od malucha (tor przeszkód zabezpieczony siatką) po amatorów mocnych wrażeń na trasie „extreme” oraz na ścieżce „tyrolskiej”.

Jedną z największych atrakcji Czarodziejskiej Góry jest jednak bez wątpienia całoroczny tor saneczkowy typu alpine coaster. To dynamiczna przejażdżka o dłu-



Fot. użyczone (UM Jedlina-Zdrój)

» Już 12 kwietnia Park Aktywności Czarodziejska Góra zainauguruje nowy sezon

gości 500 metrów, z licznymi zakrętami, mostami i efektywnym wiaduktem, która dostarcza emocji niezależnie od wieku. Dzięki możliwości samodzielnego regulowania prędkości, tor jest bezpieczny także dla dzieci – wystarczy mieć ukończone 8 lat i 135 cm wzrostu, by zjechać samodzielnie. Młodszy śmiałkowie mogą skorzystać z przejazdu w towarzystwie osoby doro-

słej. Saneczki wyposażone są w hamulce, pasy bezpieczeństwa i automatyczny system zabezpieczający, co gwarantuje komfort i ochronę w trakcie całego przejazdu.

Dodatkowo teren wokół Czarodziejskiej Góry to idealna przestrzeń na spacer wśród zieleni, z pięknymi widokami na Góry Wałbrzyskie. Po dniu pełnym wrażeń można zrelaksować się w jednej z

lokalnych kawiarni lub restauracji, wybrać się na spacer po uzdrowskiej części miasta, zwiedzić Pałac Jedlinka lub odkryć urokliwe szlaki piesze i rowerowe. Osobom, które chcą połączyć aktywny wypoczynek z podróżą bez samochodu przypominamy, że do Jedliny-Zdroju można ojechać pociągiem ze Świdnicy i Wałbrzycha.

Red

SZCZAWNO-ZDRÓJ

Czas na dobrą kawę

Powitanie wiosny nie musi wyglądać zawsze tak samo. Udowodnili to w Szczawnie-Zdroju otwierając 21 marca w Parku Szwedzkim zmodernizowany budynek kawiarni. Już nie możemy doczekać się, kiedy napijemy się tam pysznej kawy i zjemy ciacho.

Oczywiście z okazji przywitania wiosny w Parku Szwedzkim było głośno i kolorowo. A to za sprawą zabaw zorganizowanych dla szczawieńskich przedszkolaków i uczniów. Którzy ochoczo korzystali z dmuchańców i zjadali się watą cukrową. Każdy mógł też ozdobić papierowymi liśćmi pamiątkowe drzewko. Dzięki temu w okolicy od razu zrobiło się bardziej zielono!

Gwoździem programu było jednak pokazanie budynku kawiarni, który po przebudowie prezentuje

się naprawdę efektownie. Zresztą o idei rewitalizacji tego miejsca opowiadał burmistrz Marek Ćmikiewicz. My ze swej strony cieszymy się, że rodzice przychodzący na sąsiedni plac zabaw – notabene też nie tak dawno oddany we władanie dzieci po gruntownym remoncie – będą mogli skosztować pysznej kawy i uraczyć się słodkościami. Podczas gdy ich pociechy będą tracić kalorie na huśtawkach. Odnowiony budynek kawiarni stanowi część szerszego projektu, koncentrującego się na

modernizacji infrastruktury wspomagającej lecnicztwo uzdrowskie. Projekt został dofinansowany ze środków Rządowego Programu Polski Ład.

Po symbolicznym przecięciu wstęgi zaproszeni goście oraz wszyscy zainteresowani mogli obejrzeć wnętrze kawiarni. Wrażenie robiły zdjęcia „przed” i „po”, wyeksponowane na tarasie lokalu. Aż trudno uwierzyć, że to ten sam budynek. W związku z zakończeniem prac przy kawiarni, wyłoniło się już nowego najemcę tego miejsca. Przed nim wyzwanie –

» Burmistrz Marek Ćmikiewicz też dekorował papierowymi liśćmi pamiątkowe drzewko



Fot. użyczone (UM Szczawno-Zdrój)

odpowiednie wyposażenie wnętrza lokalu, co oznacza, że do kawiarni będzie można przyjść na „małą

czarną” dopiero za kilka tygodni. Nie możemy się już doczekać.

Red

POWIAT WAŁBRZYSKI

Ziemia Wałbrzyska pełna atrakcji

Wiecie jak to jest z debiutami. Towarzyszy im z jednej strony trema, z drugiej zaś pewne oczekiwania. Pojawiają się pytania typu – jak to będzie, co uda się osiągnąć? Po wszystkim przychodzi refleksja i czas podsumowań. I do tego właśnie zmierzamy. Możemy obiektywnie stwierdzić, że stoisko Ziemi Wałbrzyskiej na Międzynarodowych Targach Turystyki i Czasu Wolnego we Wrocławiu zrobiło furorę.

Żeby nawiązać do wstępu do tego artykułu, musimy dodać, że powiat wałbrzyski zadebiutował na targach turystyki we Wrocławiu, prezentując swoją ofertę we współpracy z przedstawicielami gmin. Dołożmy do tego zdania jeszcze istotny przymiotnik – „bogata” ofertę.

To wprawdzie pierwsze tego typu przedsięwzięcie, ale od razu okazało

się dużym sukcesem. Co do tego nie ma żadnych wątpliwości. Na wspólnym stoisku przedstawiciele Jedliny-Zdroju, Walimia, Starych Bogaczowic, Szczawna-Zdroju i Mieroszowa prezentowali nie tylko atrakcje turystyczne, ale również dziedzictwo kulturowe oraz walory przyrodnicze regionu. Odwiedzający mieli okazję poznać unikalne miejsca, takie jak Zamek Grodno,

Pałac Jedlinka czy malownicze trasy rowerowe i piesze. Nie zabrakło również konkursów wiedzy o powiecie wałbrzyskim, w których uczestnicy mogli wygrać nagrody w postaci regionalnych gadżetów promocyjnych.

Obecność gmin z naszego regionu na wrocławskich targach pozwoliła nie tylko na zaprezentowanie odwiedzającym walorów turystycznych



» Ziemia Wałbrzyska zadebiutowała na turystycznych targach we Wrocławiu i od można mówić o sukcesie promocyjnym

Ziemi Wałbrzyskiej, ale także na nawiązanie współpracy z innymi regionami oraz podmiotami zajmującymi się promocją turystyki.

Odwiedzający targi mieli okazję poznać unikalne miejsca Ziemi Wałbrzyskiej, takie jak Zamek Grodno, czy Pałac Jedlinka

Nie musimy chyba dodawać, że nowe kontakty otwierają przed po-

wiatem kolejne możliwości rozwoju i promocji na szerszą skalę.

Udział w targach turystyki potwierdził, że współdziałanie samorządów w zakresie promocji przynosi wymierne efekty. Cieszą nas zapowiedzi tego, że władze powiatu wałbrzyskiego, we współpracy z gminami, planują kontynuować działania promocyjne i w dalszym ciągu rozwijać ofertę tak, aby przyciągnąć jeszcze większą liczbę turystów i miłośników aktywnego wypoczynku.

Red

Nowy Nissan X-Trail
z napędem **e-POWER**
Elektryzująca moc bez ładowania

J. M. Mazur

Wałbrzych ul. Noworudzka 4a - tel. 74 887 81 03, 74 887 81 04
pon. - pt.: 8.00 - 17.00, sob.: 10.00 - 14.00

www.jmmazur.com

Wszelkie prezentowane informacje, zdjęcia, specyfikacje, opisy, ilustracje lub parametry techniczne służą wyłącznie celom informacyjnym, nie stanowią potwierdzenia dostępności poszczególnych modeli pojazdów, wersji wyposażenia, wersji napędów i nie stanowią zapewnienia w rozumieniu art. 556(1)§2 Kodeksu cywilnego oraz nie są wiążące. Nissan X-Trail z napędem e-POWER - zużycie paliwa w cyklu mieszanym WLTP (l/km): 5,8-6,2; emisja CO₂ w cyklu mieszanym WLTP (g/km): 132-141. Zużycie paliwa i emisje CO₂ podano zgodnie z obowiązującymi przepisami europejskimi. Przedstawione dane techniczne są zgodne z nową procedurą testową WLTP (Worldwide Harmonized Test Procedure for light vehicles) stosowaną do obliczania zużycia paliwa oraz emisji CO₂. Dane testowanych samochodów, porównywane są wyłącznie według tych samych procedur. Rzeczywiste wyniki mogą różnić się w zależności od czynników takich jak warunki pogodowe, styl jazdy, obciążenie pojazdu lub wszelkie akcesoria zamontowane po rejestracji pojazdu. W celu uzyskania bliższych informacji prosimy skontaktować się z autoryzowanym dealerem Nissana.

ŚWIDNICA

Miliony na remonty

Aż 3 mln zł miasto Świdnica ma zamiar przeznaczyć na prace nad obiektami wpisanymi do rejestru zabytków.

Do władz miasta wpłynęło aż 89 wniosków. Przyznanie dotacji zaproponowano jednak 15 wnioskodawcom. Trzyna-

ście wspólnot mieszkaniowych otrzyma wsparcie w łącznej wysokości ponad 2,6 mln zł. Tu uwaga najważniejsze, są

to wspólnoty przy ulicach: Ks. Bolka Świdnickiego 4, 10; Długiej 1, 26, 45a; Komunardów 1-1a; Rynek 27; Sikorskiego 33, Środkowej 2-4; Trybunalskiej 3, 10, 21 oraz Wrocławskiej 23. To nie koniec. Jeśli radni przegłosują projekt uchwały, dotacje otrzymają także dwie parafie. Ewangelicko-augsburska p.w. Świętej Trójcy 178,8 tys. zł jako wkład

własny do unijnego projektu dotyczącego konserwacji sześciu łóż, usytuowanych na pierwszym piętrze Kościoła Pokoju oraz rzymsko-katolicka p.w. św. Stanisława i św. Wacława 100 tys. zł na remont tarcz zegarowych z mechanizmem wskazówkowym zegara znajdującego się na wieży świdnickiej katedry.

KaR



Fot. używane (UM Świdnica)

ŻARÓW

Komunikacja usprawniona

Istotna wiadomość dla korzystających z komunikacji miejskiej w Żarowie. Dokładnie 31 marca na drogi gminy Żarów powróciły autobusy MPK!

- Z radością informuję, że po wielu rozmowach i negocjacjach udało nam się osiągnąć porozumienie, dzięki któremu autobusy MPK Świdnica od 31 marca ponownie obsługują teren naszej gminy. To ważny krok w kierunku poprawy jakości komunikacji publicznej dla mieszkańców Żarowa i okolicznych miejscowości –

mówi Przemysław Sikora, burmistrz Żarowa.

Jest to linia komunikacyjna nr 315. Na chwilę obecną autobusy będą kursować w dni powszednie, od poniedziałku do piątku. Władze miasta zapewniają jednak, że trwają rozmowy dotyczące kursowania autobusów również w weekendy i święta, co jest

bardzo wyczekiwane przez mieszkańców gminy Żarów.

Pytania na ten temat nie pozostały długo bez jakiegokolwiek reakcji. - Chcemy, aby transport publiczny był dostępny dla mieszkańców nie tylko w dni robocze, ale również w weekendy i podczas przerw szkolnych. O postępach w tej sprawie będą



» **Dzięki podpisanemu porozumieniu autobusy MPK Świdnica od 31 marca ponownie obsługują teren gminy Żarów**

Fot. używane (UM Żarów)

informować na bieżąco – dodaje wódtarz Żarowa.

Bilety miesięczne będą do nabycia w punkcie sprzedaży przy pl. Grunwaldzkim 19 w Świdnicy (od ponie-

działku do piątku w godzinach funkcjonowania punktu 5:00-17:00). Aktualny rozkład jazdy autobusów linii komunikacyjnej nr 315 (Buków-Mikoszowa-Żarów-Świdnica-

Żarów-Mikoszowa-Buków) oraz cennik za bilety obowiązujący od 31 marca 2025 roku dostępne są na stronie www.um.zarow.pl.

KaR

ŚWIDNICA

Uwaga, czas na start!

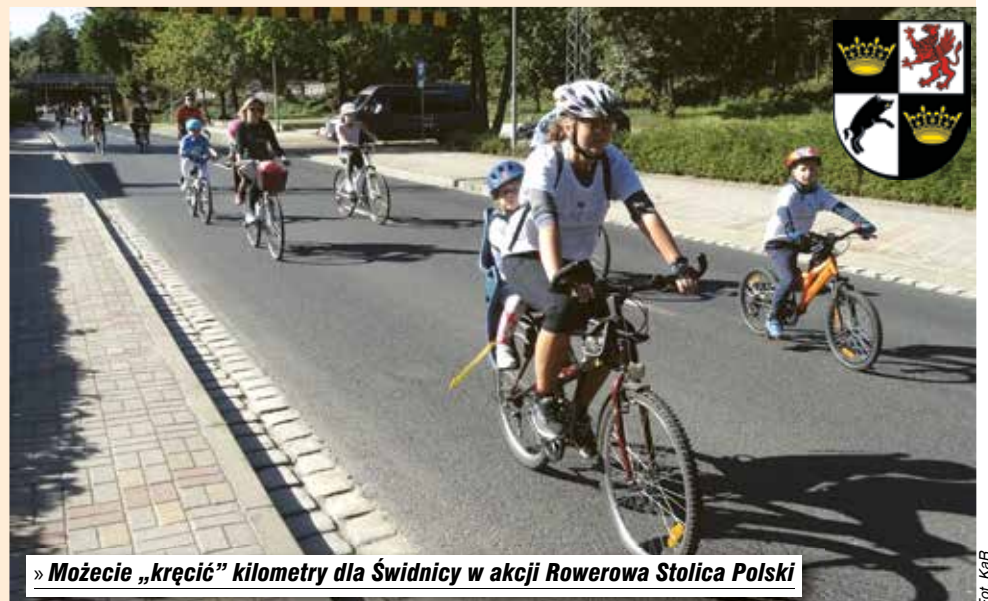
Pierwszego dnia wiosny wystartował kolejny już trening do Rowerowej Stolicy Polski. Świdnica kolejny rok jest żądna sukcesu! Do pięciu razy sztuka?

Dwa kółka to coś dla ciebie? Lubisz zdrową sportową rywalizację? Szukasz atrakcyjnej formy rekreacji? Możesz dołączyć więc do treningu w aplikacji Aktywne Miasto. Jak to zrobić? Znajdź i pobierz wspomnianą bezpłatną „apkę” z właściwego dla siebie sklepu. Później z menu wybierz „Rywalizację”, następnie w zakładce „Ogólne” kliknij w „Trening Rowerowej Stolicy Polski

2025”. Aby dołączyć do rywalizacji, z listy rozwijanej wybierz miasto, dla którego będziesz kręcić kilometry. Na koniec wybierz grupę z listy lub zaproponuj nową i razem z przyjaciółmi weźcie udział w zabawie!

- Zapraszamy do uczestnictwa wszystkich świdniczan. Dojeżdżając rowerem do szkoły, pracy czy też wybierając się na dłuższą wycieczkę poza miasto, re-

jestrujcie przejechane kilometry w aplikacji. Dla tych, którzy już dla nas „kręcili” kilometry przypominam, że wszystkie dotychczasowe grupy zostaną automatycznie przepisane z poprzedniej rywalizacji. Można oczywiście zgłaszać także nowe. Trenujcie, przygotowując się do czerwcowej rywalizacji. Dla najlepszych przygotowaliśmy rowerowe upominki. Nagrodzimy po trzy najlep-



» **Możecie „kręcić” kilometry dla Świdnicy w akcji Rowerowa Stolica Polski**

Fot. KaR

sze kobiety i mężczyzn, a spośród osób, które zajmą miejsca od 4 do 30 wylosujemy dodatkowe nagrody niespodzianki – informuje Radosław Werner, kierownik Biura Sportu i Rekreacji Urzędu Miejskiego w Świdnicy.

Trening przed właściwą częścią Rowerowej Stolicy Polski potrwa do 21 maja.

KaR

ADAXS
STACJA DEMONTAŻU POJAZDÓW
ul. Kościelna 5, STRZEGOM

KUPIMY KAŻDE AUTO
uszkodzone, bez przeglądu, bez OC

PLACIMY
NAJLEPIEJ
GOTÓWKĄ

www.adaxs.pl

SKUP AUT:
ZŁOMOWANIE
SPRZEDAŻ CZĘŚCI
UŻYWANYCH:

533 306 678
730 293 293

REKLAMA

HISTORIA NIEZNANA

» Hala spacerowa nazwana *Elisenhalle* na cześć żony Fryderyka Wilhelma IV na litografii C.T. Mattisa z 1. połowy XIX wieku. Po pożarze w 1893 roku halę odbudowano w kształcie znanym do dzisiaj / www.polska-org.pl



Salzbrunn – najważniejszy kurort

Współczesne uzdrowiska Dolnego Śląska, takie jak Kudowa-Zdrój, czy Łądek-Zdrój mają długą historię, ale mało kto wie, że jeszcze w XIX wieku jednym z najważniejszych kurortów tej części Europy było Salzbrunn – dzisiejsze Szczawno-Zdrój. Jego rozwój to fascynująca opowieść o wizjonerskich inwestycjach, znaczeniu leczniczych wód i wielkiej transformacji społeczno-gospodarczej.

Jak to się stało, że skromna wieś stała się jednym z najchętniej odwiedzanych

uzdrowisk Śląska, by następnie niemal zniknąć z powszechnej świadomości?

Odpowiedź tkwi w dynamicznych przemianach politycznych i ekonomicznych,

jaki dotknęły ten region w XX wieku.

Narodziny uzdrowiska – od Zemplina do arystokracji

Początki Salzbrunn sięgają średniowiecza, kiedy to tereny te należały do śląskich książąt i cystersów z Krzeszowa. Jednak prawdziwy rozwój uzdrowiska nastąpił dopiero na początku XIX wieku, kiedy miejscowe źródła mineralne zwróciły uwagę dr. Augusta Zemplina, lekarza osiadłego w pobliskim Wałbrzychu.

W 1817 roku opublikował on broszurę „Salzbrunn oder das schlesische Selterwasser”, w której szczegółowo opisał właściwości tutejszych wód i ich korzystny wpływ na zdrowie. Zemplin, świadomy potencjału uzdrowiska, postarał

się o pozyskanie wsparcia arystokracji, w tym wpływowych właścicieli ziemskich – Hochbergów.

Salzbrunn nie uniknęło tragedii – w 1893 roku wielki pożar strawił *Elisenhalle*, którą odbudowano w jeszcze bardziej okazałej formie

Już w 1818 roku udało się sformalizować status miejscowości jako uzdrowiska, a w kolejnych latach rozpoczęła się budowa pierwszych pensjonatów i infrastruktury dla kuracjuszy. Miejscowość zaczęła przyciągać gości z całych Prus, a wśród nich lekarzy, naukowców i osoby

z wyższych warstw społecznych.

Rozkwit kurortu w XIX wieku

W latach 30. XIX wieku Salzbrunn przeżywało szybki rozwój. W 1835 roku ukończono *Elisenhalle* – halę spacerową, nazwaną na cześć księżniczki Elżbiety von Preußen, która była jedną z pierwszych arystokratek promujących uzdrowisko. W tym samym okresie powstały także pierwsze łaźienki zdrojowe, a miejscowe wody zaczęto eksportować do różnych miast na terenie całych Niemiec.

Teatr zdrojowy (Kurtheater), ukończony w 1836 roku, był jednym z pierwszych tego typu obiektów na Śląsku. Stał się on niemal od razu ważnym ośrodkiem kulturalnym, gdzie



» Niezwykła ciekawostka z początku XX wieku – omnibus wożący szczawieńskich kuracjuszy do Skalnego Miasta w Adrspachu / www.polska-org.pl

odbywały się koncerty i przedstawienia dla kuracjuszy. Na początku XX wieku wybudowano także Grand Hotel, który oferował luksusowe warunki i gościł wielu znakomitych gości, w tym członków pruskiej rodziny cesarskiej.

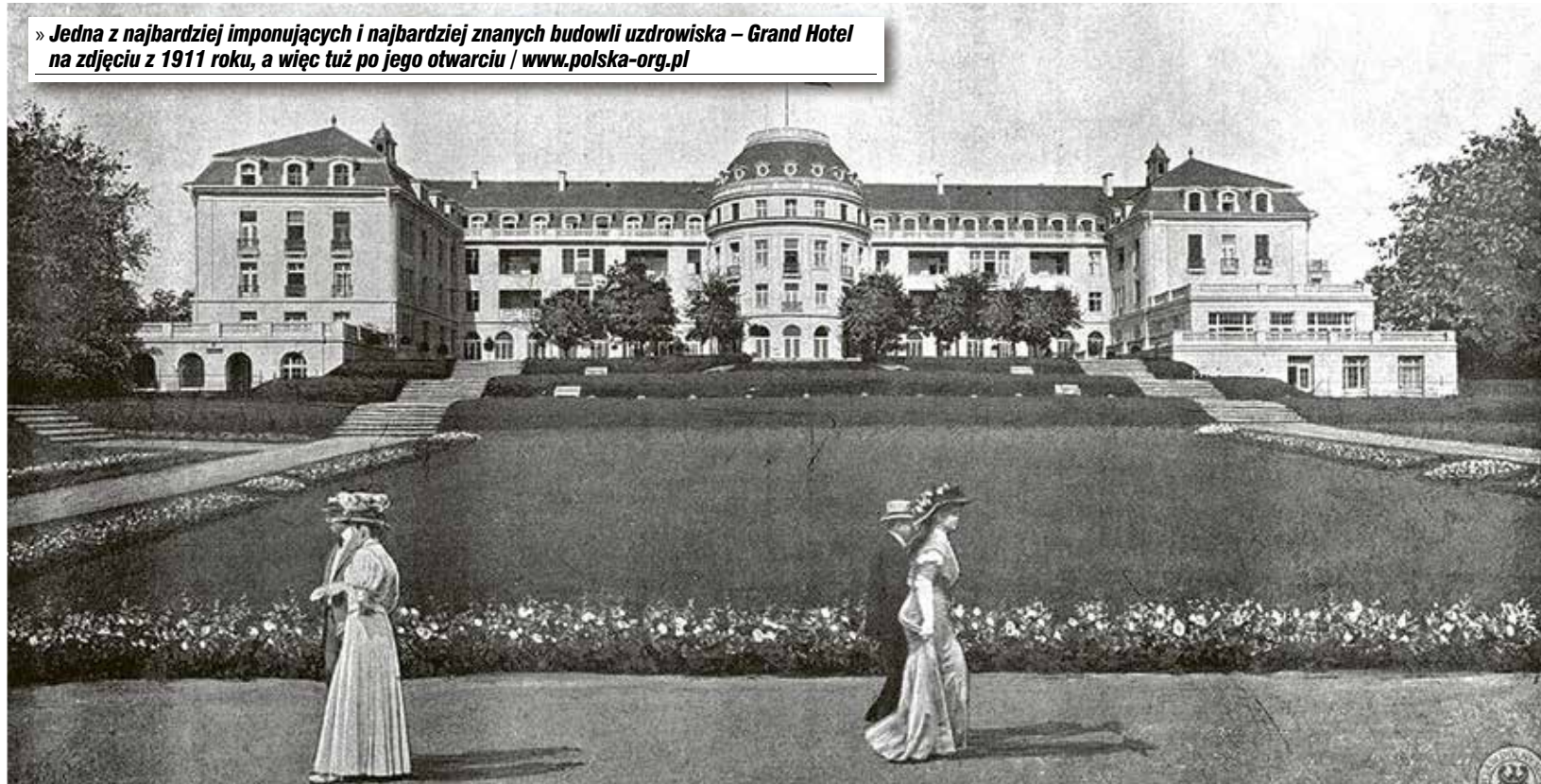
Zemplin, świadomy potencjału uzdrowiska, postarał się o pozyskanie wsparcia arystokracji, w tym wpływowych właścicieli ziemskich – Hochbergów

Do tego dochodziły wspinał się tereny zielone – w 1897 roku ogrodnik Arndt Kraft zaprojektował rozległy park zdrojowy (Kurpark), w którym posadzono rzadkie, egzotyczne rośliny. Był on wzorowany na założeniach parkowych z Baden-Baden i Karlsbadu, co dodatkowo podnosiło prestiż Salzbrunn.

Salzbrunn jako ośrodek medyczny

Poza rekreacją i wypoczynkiem, Salzbrunn stało się także ważnym centrum leczenia chorób przewodu pokarmowego i układu oddechowego. Wody z miejscowych źródeł, zwłaszcza Kronenquelle, zawierały duże ilości dwutlenku węgla i minerałów wspomagających trawienie.

W 1880 roku dr Stempelmann próbował założyć konkurencyjne uzdrowisko wokół „Luisenquelle”, jednak przedsięwzięcie to zakończyło się niepowodzeniem. Woda z Salzbrunn cieszyła się coraz większą renomą, a liczba kuracjuszy rosła – w 1880 roku



» Jedna z najbardziej imponujących i najbardziej znanych budowli uzdrowiska – Grand Hotel na zdjęciu z 1911 roku, a więc tuż po jego otwarciu / www.polska-org.pl



» Litografia z połowy XIX wieku przedstawiająca ówczesne najciekawsze obiekty Szczawno-Zdroju i okolicy. To właśnie w tym czasie następuje niezwykle szybki rozwój uzdrowiska / www.polska-org.p

uzdrowisko odwiedziło 2776 osób, a w 1913 roku już 9271 kuracjuszy.

Katastrofy, wojny i upadek uzdrowiska

Jak każde rozwijające się miasto, także Salzbrunn nie

uniknęło tragedii. W 1893 roku wielki pożar strawił Elisenhalle, którą odbudowano w jeszcze bardziej okazałej formie. Mimo to uzdrowisko nadal się rozwijało, aż do wybuchu I wojny światowej,

która spowodowała załamanie ruchu turystycznego.

W okresie międzywojennym Salzbrunn odbudowywało swoją pozycję – powstały nowoczesne kąpieliska oraz unowocześniono istniejące obiekty. Jednak prawdziwy cios przyniosła II wojna światowa i zmiana granic w 1945 roku.

Po wojnie Salzbrunn znalazł się w granicach Polski i zmieniło nazwę – początkowo na Solice, później na Szczawno-Zdrój. Niemiecka ludność została wysiedlona, a infrastruktura uzdrowiskowa przeszła pod polskie zarządy. Niektóre budynki popadły w ruinę, inne – jak Grand Hotel – zmieniły swoją funkcję.

W latach 50. XX wieku rozpoczęła się stopniowa odbudowa uzdrowiska. Mimo



» Reklama szczawieńskiej wody mineralnej z początku lat 30. XX wieku / www.polska-org.pl



» Jeden z najstarszych widoków teatru zdrojowego, którego początki sięgają lat 30. XIX wieku na karcie pocztowej z roku 1898 / www.polska-org.pl

trudności ekonomicznych, Szczawno-Zdrój zaczęło przyciągać polskich kuracjuszy, a miejscowe wody mineralne zyskały uznanie w kraju.

Historia Salzbrunn to opowieść o ambicjach, inwestycjach i wybitnych postaciach, które uczyniły z niewielkiej wioski jedno z najbardziej prestiżowych uzdrowisk XIX wieku. Dziś, przechadzając się po parku zdrojowym, odwiedzając zabytkowe pensjonaty czy popijając wodę mineralną w pijalni, warto pamiętać, że to miejsce było kiedyś jednym z najważniejszych kurortów środkowej Europy.

Na podst.: Kleinwächter Max, Werden und Wandel des Salzbrunner Kurplatzes, [w:] Schlesischer Berglandkalender 1940, Waldenburg in Schl. 1940 tłum. i opr. Jacek Drejer

Będzie kolorowo

Świdnica otrzymała dofinansowanie z resortowego programu Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej „Aktywne Place Zabaw 2025”.



Fot. użyte (UM Świdnica)

Dobre wieści dla najmłodszych. Miasto Świdnica otrzyma ponad 430 tys. zł dofinansowania. Na co przeznaczone zostaną te środki? Ano na modernizację i doposażenie placów zabaw przy dwóch miejskich żłobkach. - Dzięki tym inwestycjom stworzy-

my miejsca pełne radości, kreatywności i ruchu, które będą służyć najmłodszym mieszkańcom Świdnicy przez długie lata – mówi Beata Moskal-Staniewska, prezydent Świdnicy.

- Żłobek miejski nr 1 przeznaczy na realizację inwestycji 198 500 zł, a

żłobek miejski nr 2 skalkulował prace na kwotę 239 025 zł. Dotacja pokryje w 100 procentach planowane wydatki – wyliczają przedstawiciele świdnickiego magistratu. Koniec prac ma nastąpić jeszcze w tym roku.

KaR

Dzień wyjątkowy

Dzień 17 marca upamiętnia śmierć patrona Irlandii, który, zgodnie z legendą, wprowadził chrześcijaństwo na wyspę, posługując się trójlistną koniczyną.

W strzegomskim zespole szkół dzień ten każdego roku jest wyjątkowy. Tym razem uczniowie wzięli udział w quizach, a także oglądali na lekcjach pokaz tańca irlandzkiego, w tym „Irish stepdance”. Dodatkowo młodzież mogła obejrzeć tradycyjne irlandzkie potrawy. Zorganizowano również konkurs na najlepszą prezentację multimedialną.

Obchody St. Patrick's Day to doskonała okazja do zgłębiania tradycji irlandzkich, poznawania historii i legend związanych z tym dniem, a także ćwiczenia umiejętności językowych, które przydadzą się na maturze. Nic z niczego się nie bierze. Pomysłodawczynią i inicjatorką konkursów była anglistka, Renata Mikołajewicz-Gołąb.

KaR



Fot. użyte (Zespół Szkół w Strzegomiu)



ACADEMICA

Academica to darmowa wypożyczalnia międzybiblioteczna umożliwiająca korzystanie ze zbiorów cyfrowych Biblioteki Narodowej. Korzystanie z Akademiki jest darmowe, zarówno przystąpienie do systemu, jak i dalsze korzystanie jest bezpłatne zarówno dla instytucji, jak i użytkowników.

Do korzystania z Akademicy w Gminnym Centrum Biblioteczno-Kulturalnym w Starych Bogaczowicach 2025 r. zapraszamy każdego dnia w godzinach od 10.00 do 18.00 oraz w wyznaczone soboty:

4, 18 i 25 stycznia	7, 21 i 28 czerwca
8 i 22 lutego	12 lipca
8, 15 i 29 marca	23 sierpnia
12 i 26 kwietnia	6, 20 i 27 września
17 i 24 maja	4, 18 i 25 października
	8, 15 i 29 listopada

w godzinach od 10.00 do 14.00.



Tradycje Wielkanocne

dr Monika Bisek-Grąz
- kulturoznawczyni,
miłośniczka historii i kultury Dolnego Śląska
opowie o historii i tradycji świąt wielkanocnych

Miejska Biblioteka Publiczna
w Jedlinie-Zdroju
Plac Zdrojowy 4a

**8 KWIETNIA
GODZ. 16.00**

Sołtysi świętowali

W gminie Jaworzyna Śląska jest 12 sołtysów. Ich rola jest nieoceniona. Planują działania, integrują, zabiegają o inwestycje. Teraz świętowali.



Fot. użyczone (UM Jaworzyna Śląska)

Za nami Dzień Sołtysa. Z tej okazji burmistrz Grzegorz Grzegorzewicz i jego zastępca Justyna Chrebela zaprosili sołtysów do wspólnego świętowania.

Sołtysi nie tylko mobilizują mieszkańców do aktywności i pracy dla swo-

ich małych ojczyzn, ale też potrafią wysłuchać i pospieszyć z pomocą tam, gdzie jest ona potrzebna. Każdego dnia dbają o swoje sołectwa, reprezentując je na terenie gminy. Podczas imprezy nie zabrakło torcika, ponadto

wszystkim sołtysom wręczono upominki – bluzy z nadrukowanymi nazwami sołectw, które reprezentują. Życzymy powodzenia w działaniach, wielu inspiracji oraz oczywiście samych sukcesów!

KaR

Emocjonująco na memoriale

Uczczono pamięć Ryszarda Dudkowskiego w najlepszy możliwy sposób. Za nami turniej tenisa stołowego w kategorii open w Makowicach.

Ryszard Dudkowski był wieloletnim prezesem Powiatowego Zrzeszenia Ludowych Zespołów Sportowych w Świdnicy oraz wiceprezesem Dolnośląskiego Zrzeszenia LZS we Wrocławiu. Pełnił także funkcję wiceprezesa Gminnego LKS Świdnica i nauczyciela, wychowawcy i kierownika internatu Zespołu Placówek Specjalnych w Bystrzycy Górnej. To był już czwarty memoriał jego imienia.

Emocje były bardzo duże, jak co roku. W świetlicy w Makowicach pasjonaci, amatorzy oraz zawodowi gracze wzięli udział w turnieju. Zawodnicy z zaangażowaniem i dumą uczcili pamięć Ryszarda Dudkowskiego, podejmując się rywalizacji z klasą i na najwyższym poziomie. W Makowicach widzimy się już za rok!

KaR



Fot. użyczone (UG Świdnica)

JUBILEUSZOWA EDYCJA LIGI MTB XC AGLOMERACJI WAŁBRZYSKIEJ 2025

Szczawno-Zdrój 12.04

Stare Bogaczowice 27.04

Dobromierz 17.05

Grzędy, gm. Czarny Bór 25.05

Świebodzice 31.05

Jaworzyna Śląska 14.06

Walim 12.07

Wałbrzych 21.09

projekt i wydruk: PHU BOGLER

**BURMISTRZ GLUSZYCY ROMAN GLÓD
PRZEWODNICZĄCY RADY MIEJSKIEJ MIROSŁAW ŻOŁOPA
ZAPRASZAJĄ NA**



ŚWIĘTO WŁÓKIENNIKA

11 KWIETNIA GODZ. 16:00

SALA WIDOWISKOWA

CENTRUM KULTURY - MBP W GLUSZYCY

W PROGRAMIE:

WRĘCZENIE STATUETEK

"ZASŁUŻONY DLA WŁÓKIENNICTWA"

MUZYCZNA NIESPODZIANKA



» Warsztaty poświęcone twórczości Hansa Christiana Andersena to coś na co czekają najmłodsi



Fot. użyte (Biblioteka pod Atlantami)

KWIECIEŃ POD ATLANTAMI



czy „Królowa Śniegu”. Biblioteka pod Atlantami zaprasza wszystkie dzieci do wspólnego świętowania. W dziale dziecięco-młodzieżowym w Rynku oraz w wybranych filiach zaplanowano warsztaty poświęcone twórczości H. Ch. Andersena. Dodatkowo 4 kwietnia w budynku głównym biblioteki odbędzie się przedstawienie dla przedszkolaków przygotowane przez uczniów ZSP nr 8, a dzień później zaplanowano warsztaty dla dzieci z malowania akwarelą, które poprowadzi Edyta Drożdżyńska. Zabierzcie tam swoje pociechy.

Spotkania autorskie, wystawy, budowanie świadomości społecznej na temat autyzmu, świętowanie Dnia Książki dla najmłodszych, warsztaty i gry świąteczne – to wszystko czeka na was w Bibliotece pod Atlantami

Wszystko takie bardziej

Docenie to, co macie pod nosem, bo czasami w instytucjach kultury w większych miastach nie dzieje się tyle, co na przykład w Bibliotece pod Atlantami w Wałbrzychu. I to nie jest tekst na prima aprilis. To, co za chwilę przeczytacie może spowodować zawrót głowy. Taki pozytywny, bo tyle będzie działo się w kwietniu pod egidą wałbrzyskiej księżnicy.

Spotkania autorskie i wystawy, budowanie świadomości społecznej na temat autyzmu, świętowanie Dnia Książki dla Dzieci, ponadto warsztaty i gry świąteczne – te wszystkie działania mają wspólny mianownik. Jest nim Biblioteka pod Atlantami w Wałbrzychu. Już dzisiaj zapraszamy

wszystkich mieszkańców regionu na wydarzenia zaplanowane w kwietniu. A nie ma co ukrywać – przed nami bardzo aktywny miesiąc.

Już 2 kwietnia będziemy obchodzić ustanowiony przez ONZ Światowy Dzień Świadomości Autyzmu, który inauguruje czas kampanii i akcji spo-

łecznych poświęconych budowaniu i szerzeniu wiedzy społecznej właśnie na temat ludzi autystycznych. Pewnie przez cały kwiecień rozmaite instytucje będą podejmować działania podkreślające potrzebę poprawy jakości życia osób w spektrum autyzmu. Realizując swoją misję Biblioteka pod Atlantami również przyłączy się do inicjatywy. We współpracy z Fundacją Kalejdoskop Autyzmu oraz Urzędem Miejskim w Wałbrzychu w instytucji zaplanowano program pod hasłem „Wszystko mam bardziej”. Dla chętnych przygotowano zajęcia edukacyjne, warsztaty oraz projekcje filmowe. Kulminacyjnym punktem będzie spotkanie z Jackiem Hołubem – dziennikarzem i autorem książek poświęconych problemom

osób ze szczególnymi potrzebami, w tym dzieci w spektrum autyzmu „Niegrzeczne. Historie dzieci z ADHD, autyzmem i zespołem Aspergera”, czy „Wszystko mam bardziej. Życie w spektrum autyzmu”. Wydarzenie zaplanowano na 14 kwietnia w Multimedialnej Filii Bibliotecznej na Podzamczu. Spotkanie rozpocznie się o godzinie 17:00 i będzie miało charakter otwarty. A więc jeśli macie ochotę, wpadajcie.

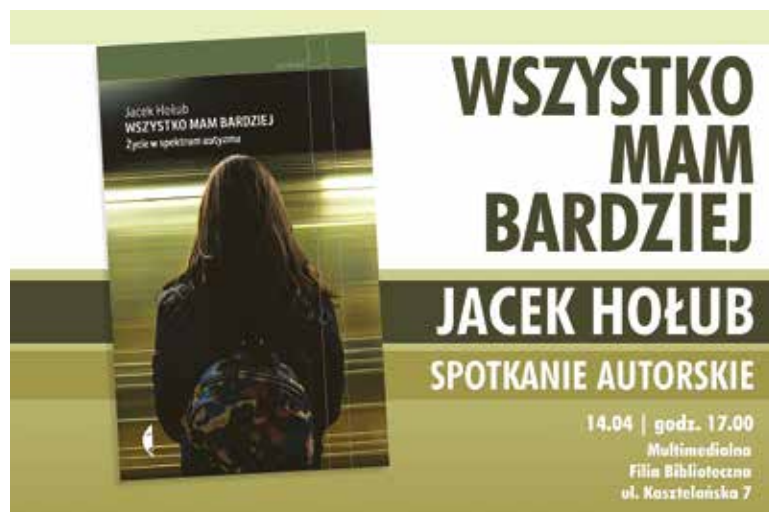
Także 2 kwietnia przypada Międzynarodowy Dzień Książki dla Dzieci. Skąd ta data? Tego dnia, w 1805 roku urodził się bodaj najsłynniejszy duński twórca baśni Hans Christian Andersen. Każdy z was pewnie doskonale zna takie pozycje jak „Brzydkie kaczątko”, „Calineczka”

Kwiecień to także długo wyczekiwane święta wielkanocne. Potraktujmy przygotowania do nich jak dobrą zabawę. Bogatą ofertę tematycznych zajęć przygotowała Filia nr 1 z oddziałem dziecięcym. Dorosłych zapraszamy na warsztaty z cyklu hand made, podczas których uczestnicy stworzą kwiaty, podstawki do jajek i koszyczki. Dla dzieci i całych rodzin przygotowano wielkanocną grę zagadkową oraz warsztaty wykonywania ozdób świątecznych.

To oczywiście nie wszystkie zaplanowane wydarzenia – 24 kwietnia zapraszamy na wernisaż wystawy organizowanej we współpracy z Akademią Nauk Stosowanych Angelusa Silesiusa „Historia przepisana: alternatywne narracje”. Zobaczcie prace studentów kierunku grafiki użytkowej z reklamą ANS-u w Wałbrzychu. Ponadto w kalendarzu wydarzeń znajdziecie spotkania w ramach Dyskusyjnych Klubów Książki, Bajkowych Klubów Malucha, Akademii Pogodnego Seniora i wiele więcej.

Bądźcie na bieżąco z mediami społecznościowymi Atlantów, a na stronie internetowej biblioteki znajdziecie szczegółową rozpiskę co, gdzie, kiedy?

Red



TU SZUKAJCIE INFORMACJI: www.atlanty.pl

DZIEJE SIĘ CIEKAWIE

Zrobią piękne makijaże

Już 10 kwietnia w hali sportowej ANS AS (ul. Południowa 1) w Wałbrzychu podczas Dnia Kariery EXPO – Targi Innowacji 2025 odbędą się I Akademickie Mistrzostwa Polski w makijażu. Tematem mistrzostw będą „Złote iluzje – fantazja i magia”. Są one skierowane do osób studiujących kosmetologię i będą doskonałą okazją do pokazania swojej kreatywności w sztuce makijażu. Uczestnicy mogą eksperymentować ze światłem, metalicznymi efektami, holograficznymi pigmentami oraz nietypowymi technikami, by stworzyć spektakularne i magiczne kompozycje.



AI w teatrze

Serdecznie zapraszamy na najnowszą lekcję prof. Mirosława Kocura: „Sztuczna inteligencja w teatrze”. ChatGPT twierdzi: Sztuczna inteligencja (SI) w teatrze to fascynujące połączenie nowoczesnej technologii z klasyczną formą sztuki. Współczesne eksperymenty z SI otwierają nowe możliwości w zakresie dramaturgii, reżyserii, scenografii i interakcji z widzami. A jak wygląda to w rzeczywistości? Przyjdź i przekonaj się osobiście! Zapraszamy na spotkanie z prof. Mirosławem Kocurem. Jest on reżyserem teatralnym, historykiem i teoretykiem teatru. Wykłada na Uniwersytecie Wrocławskim i w Akademii Sztuk Teatralnych (filia we Wrocławiu). Lekcja realizowana będzie w ramach projektu „Rytm i Ruch” – moduł Alchemia Teatralna. Początek o godz. 12:00, 7 kwietnia w sali teatralnej Świdnickiego Ośrodka Kultury (Rynek 43). Wstęp wolny.



Paranienormalni z nowym programem

Kabaret Paranienormalni w nowym programie „Ostre cięcie”, który odcina wszystko, co nudne i zszywa wasze serca radością! To ponad 2 godziny niezapomnianej zabawy, podczas której wyleczycie się z codziennej rutyny, a humor stanie się waszym najlepszym lekarstwem. Wraca kultowy Doktor Proz k, a wraz z nim chirurdzy z miniserialu, którzy spróbują znaleźć receptę na każdy problem – choć ich metody bywają... niekonwencjonalne. W najnowszym programie kabareciarze przygotowali prawdziwą ucztę skeczów, w których absurd goni absurd! Spotkacie zakonnicę w konopiach, seryjnego mordercę oraz kultowego aktora „Daniela” od sceny z wiadrem. Pojawi się również pacynka, która mówi więcej niż powinna! Nie zabraknie także premierowych parodii i improwizacji, które jak zawsze nawiązują do lokalnych smaczków i tematów „na czasie”. Każdy spektakl to unikalna podróż w świat absurdu, podczas której widzowie stają się częścią kabaretowej rodziny. Bez polityki, seksu i religii – tylko czysta, pełna energii zabawa w najlepszym stylu Paranienormalnych. Zapraszamy: Robert Motyka, Jarosław Pająk i Rafał Kadłucki.

Kabaret Paranienormalni – nowy program „Ostre cięcie” już 6 kwietnia o godz. 17:00 w Teatrze Zdrojowym w Szczawnie.

SCB, KaR

Gwoździem po ekranie

Misie trocinami wypchane

Najważniejszą propozycją kinową w minionym tygodniu był film „Misie” w reżyserii Mariusza Malca.

Po półtoragodzinnych zmaganiach z „Misią” jestem przekonany, że będą pretendowały do miana największego knota roku. Wybierając się na obraz Mariusza Malca nie spodziewałem się intelektualnych fajerwerków, lecz dobrej zabawy i powiedzmy wzruszeń. W końcu „Misie” to klasyczna romantyczna komedia.

Bohaterami filmu są Kuba i Wiktor. On jest rockmanem z gitarą w jednej ręce i flaszka w drugiej. Ona z kolei jest elegancką panią z korporacji. Poznajemy ich w kryzysie związku. Po jednej z kłótni muzyk ulega wypadkowi, trafia do szpitala i zapada w śpiączkę. Tym samym mężczyzna zostawia ziemską rzeczywistość i odnajduje się w... świecie misiów. Tam, jako futrzak z ludzką głową, spotyka się z innymi misiami

– nieszczęśnikami, którym nie wyszło w ludzkim życiu. W alternatywnej rzeczywistości pluszaki mają wszystkie pod dostatkiem. Brakuje im tylko jednego – kobiet. Jest jeszcze jedna bardzo ważna sprawa. Każdy z misiów może uczestniczyć w ziemskim życiu, ale wyłącznie biernie, patrząc na bliskich oczami domowych maskotek. Nasz bohater oczywiście z takiej możliwości korzysta. Obserwuje zatem jak Wiktor zakochuje się w dawnym koledze z przedszkola. Taki jest punkt wyjścia do historii o rywalizacji dwóch mężczyzn o piękną kobietę.

Niestety autorkom scenariusza – Agnieszce Porzezińskiej i Iwonie Strzałce zabrakło wyobraźni i dalszy rozwój akcji poszedł według tzw. sztancy. Na jednej szali jest przedsiębiorczy, przystojny i dający po-

czucie bezpieczeństwa. Na drugiej jest lekkoduch, muzyk, romantyk i chuligan. Przed takim wyborem staje Wiktor. Dziewczynie komplikuje wybór fakt, że jej dotychczasowy chłopak będąc w świecie misiów zrozumiał swoje złe zachowanie i jest gotów przeprosić, a nawet naprawić wszystko. Już na poziomie fabuły trudno mieć nadzieję, że można ją przekuć w interesujący film. Będąc szczerym, nawet David Lynch (gdyby żył) nie byłby w stanie sprostać takiemu wyzwaniu. Jeszcze gorzej się mają sprawy na innych płaszczyznach. Dialogi są paździerzowe. Trójka bohaterów jest tak naturalna jak grzywka Pawła Stasiaka – lidera Papa Dance. Jeszcze gorzej wypadają przyjaźni „Wiki”. Powiedzieć o nich infantylne, to jakby nic nie powiedzieć. Przerażać

mogą jakże głębokie i oryginalne przemyslenia np. o tym co jest w życiu najważniejsze.

Nie możemy pominąć aktorstwa, to znaczy jego braku. W ich obronie można jedynie powiedzieć, że nie mieli co grać. Krzysztof Zalewski

wcielający się w postać Kuby nie przekonuje, nawet kiedy dzierży gitarę. Jego entuzjaści chyba lepiej zrobią wybierając się na jego koncert. Jego filmowa dziewczyna Wiktorcia czyli Małgorzata Mikołajczak nie wychodzi poza swój atrakcyjny wizerunek. Granie wyłącznie urodą i serią stylizacji staje się co najmniej irytujące.

Podsumowując, „Misie” uwłaczają inteligencji i poczuciu humoru widzów. Od 7 marca (premiera filmu) trzeba unikać misiów, nie tylko tych w Bieszczadach, ale również w kinach.

Ocena 1/10

Piotr Bogdański



Fot. używane (materiały prasowe)

NASI ULUBIEŃCY

Wielkie „dzięki”

Adopcje: Schronisko dla Zwierząt w Wałbrzychu,
tel. 74/8424223, kom. 510 084 734,
mail: biuro@schronisko.walbrzych.pl

Piszemy tak w imieniu zwierząt, które wprawdzie same nie mogą przemówić, ale... Jesteśmy pewni, że koty i psy z wałbrzyskiego schroniska są niezwykle wdzięczne za to, że znalazły nowe domy. Oczywiście chodzi o te czworonogi, które przygarnęliście, a w kolejce czekają przecież następni „kandydaci” do adopcji. Nie czekajcie więc dłużej, podejmijcie tę ważną decyzję i weźcie do siebie jakiegoś „słodziaka”.



ANDY, nr ewidencyjny 152/21

Wiek: 7 lat

Data przyjęcia do schroniska: 04.09.2021



BUZZ, nr ewidencyjny 99/21

Wiek: 4 lata

Data przyjęcia do schroniska: 22.06.2021



CHUDINI, nr ewidencyjny 209/21

Wiek: 6 lat

Data przyjęcia do schroniska: 15.11.2021



CZAREK, nr ewidencyjny 48/21

Wiek: 13 lat

Data przyjęcia do schroniska: 02.04.2021



DIANA, nr ewidencyjny 175/21

Wiek: 11 lat

Data przyjęcia do schroniska: 28.09.2021



FERRERO, nr ewidencyjny 4/24

Wiek: 12 lat

Data przyjęcia do schroniska: 11.01.2024



LARA, nr ewidencyjny 201/24

Wiek: 4 lata

Data przyjęcia do schroniska: 21.10.2024



MAŁY DŹEKI, nr ewidencyjny 223/24

Wiek: 8 lat

Data przyjęcia do schroniska: 05.10.2024



ROCKY, nr ewidencyjny 153/24

Wiek: 5 lat

Data przyjęcia do schroniska: 06.07.2024



SPRITE, nr ewidencyjny 151/23

Wiek: 11 lat

Data przyjęcia do schroniska: 11.07.2023



SZIRA, nr ewidencyjny 239/21

Wiek: 4 lata

Data przyjęcia do schroniska: 20.12.2021



USZATEK, nr ewidencyjny 205/23

Wiek: 10 lat

Data przyjęcia do schroniska: 22.09.2023



NIE MA NAS W DOMU

» Zapamiętajcie tę datę – 27 lipca. Przez cały dzień przy „Dworzysku” bawcie się podczas IV Festiwalu Biegowego pod Chełmcem



Fot. używane (UM Szczawno-Zdrój/Patryk Makowski)

nordic walking, a także biegu z psem na smyczy, pod warunkiem ustawienia się na końcu stawki. „Bieg Idy” (ok. 10 km) – przebiega po drogach polnych i leśnych oraz prowadzi na szczyt góry Chełmiec (trasa oznakowana co 1 km).

Szczawieński festiwal biegowy, to tradycyjnie już nie tylko biegi, ale także całoniedzielnego festynu rodzinny z małą gastronomią, dużą liczbą animacji i atrakcjami dla najmłodszych

Wreszcie to, co tygryski lubią najbardziej, a więc „Bieg Babinicza” (ok. 22 km – półmaraton) – przebiega po drogach polnych i leśnych wokół masywu góry Chełmiec (trasa oznakowana co 1 km). Zapisy ruszyły na stronie www.datasport.pl już 19 marca i do końca maja zapłacicie za wpisowe dużo mniej niż tuż przed biegiem lub w dniu imprezy. Na zniżki mogą dodatkowo liczyć mieszkańcy uzdrowiska.

Od pierwszej edycji biegu głównego wzrasta frekwencja, co świadczy o rosnącej popularności imprezy. Pierwszą edycję zorganizowano w ramach projektu polsko-czeskiego i uczestniczyło w nim około 80 osób na wszystkich dystansach. W tym roku organizatorzy liczą na liczbę ok. 300 uczestników dorosłych oraz około setki dzieci i młodzieży. To specjalnie dla nich powstanie specjalny tor do rywalizacji z przeszkodami na terenie kompleksu „Dworzysko”. Organizatorami festiwalu są gmina oraz Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Szczawnie-Zdroju.

TOP

Festiwal nie tylko... piosenki

Może być biegowy. I taki pod koniec lipca odbędzie się w Szczawnie-Zdroju. Po raz czwarty miłośnicy zdrowego trybu życia spotkają się w okolicach kompleksu Dworzysko, by bawić się i rywalizować podczas IV Festiwalu Biegowego pod Chełmcem. To jedyny bieg, którego trasa przechodzi przez naszą charakterystyczną górę i u jej podnóża.

Więc choćby tylko z tego powodu warto wziąć udział w zaplanowanym na 27 lipca wydarzeniu. Gdy do tego dodamy wspaniałe i malownicze trasy, emocje

sportowe, czekające nagrody oraz puchary, a także pyszne jedzenie i doskonałą atmosferę, to właściwie nic więcej nie musielibyśmy już pisać.

A jednak coś dodamy od siebie. A co, żeby nie było tak lakonicznie. Jak to my, spróbujemy podkreślić modę na spędzanie czasu na świeżym powietrzu, bo zapowiada się bardzo fajny dzień wypełniony rywalizacją i zabawą. Wszak szczawieński festiwal biegowy, to tradycyjnie już nie tylko biegi, ale także całoniedzielnego festynu rodzinny z małą gastronomią, dużą liczbą animacji i

atrakcjami dla najmłodszych. Ci, którzy byli przed rokiem lub dwoma, wiedzą dokładnie o czym piszemy. Prawda?! A więc dołączcie do nich i zaplanujcie sobie całą ostatnią niedzielę lipca. Nawet jeśli nie czujecie się na siłach, żeby wystartować na jednej z trzech tras. Zabierzcie rodzinę, zróbcie sobie piknik na trawie, spędźcie czas ze swoimi pociechami, zajmijcie ich czymś,

poza oglądaniem rolek na Tik Toku.

Najważniejsze będzie tego dnia jednak bieganie. Miłośnicy tego rodzaju aktywności otrzymają do wyboru trzy dystanse. „Bieg Uzdrowski” (ok. 5 km) – przebiega po drogach polnych i leśnych u podnóża masywu góry Chełmiec, w którym organizatorzy dopuszczają możliwość startu z kijkami do



» Uczestnicy będą mieć do wyboru trzy dystanse – 5, 10 i 22 km

ZAPISUJCIE SIĘ NA FESTIWAL BIEGOWY

- Do 31 maja – 70 zł
- Od 1 czerwca do 22 lipca – 90 zł
- W dniu biegu w biurze zawodów – 120 zł
- Mieszkańcy Szczawna-Zdroju – 50 zł
- Seniorzy 65 lat i więcej – zwolnieni z opłaty startowej
- Dzieci i młodzież za okazaniem legitymacji szkolnej lub studenckiej – zwolnieni z opłaty startowej

Odkrywaj z nami pod Atlantami

Mały kawałek piękna

Ekslibris to zapomniana forma znaku własnościowego związanego z książką. W praktyce funkcjonuje już raczej jako czysta forma graficzna oderwana od książki i związana ze sztuką.

Jednak ekslibrisy – jak sama nazwa wskazuje (łac. ex libris = z książek) – związane są od początku z książkami. Ta mała kartka zwykle zawiera imię i nazwisko bądź symbol właściciela księgozbioru, nazwę instytucji lub wydarzenia. W swojej formie graficznej odzwierciedla często pasje i charakter właściciela. Na przestrzeni wieków zajmowali się tą formą tacy artyści, jak m.in. Albrecht Dürer, Lucas Cranach czy Hans Holbein.

Ze względu na wyjątkowe piękno ekslibrisy stały się przedmiotami



BIBLIOTEKA
POD ATLANTAMI
W WAŁBRZYCHU

kolekcjonerskimi. Do najbogatszych w świecie należy kolekcja British Museum, a w Polsce – Biblioteki Zakładu Narodowego im. Ossolińskich. Również w Pracowni Regionalnej Biblioteki pod Atlantami znajduje się zbiór ekslibrisów, głównie związany z wałbrzyską księżnicą (pod różnymi nazwami) i

innymi bibliotekami z terenu dawnego województwa wałbrzyskiego. Ich autorami są m.in. Henryk Grajek, Zbigniew Więckowski i Małgorzata Laszczak.

Na szczególną uwagę zasługują ekslibrisy, które powstały w związku z cyklicznymi imprezami: Dniami Oświaty, Książki i Prasy czy Wałbrzyską Giełdą Bibliofilską. Stanowiły ich rozpoznawalny znak, często nawiązujący do hasła przewodniego. Zbiory ekslibrisów pod Atlantami uzupełniają znaki innych instytucji kultury, np. księgarń czy muzeów.



» Ze względu na wyjątkowe piękno ekslibrisy stały się przedmiotami kolekcjonerskimi

W wałbrzyskiej księżnicy nadal powstają ekslibrisy okolicznościowe, nawiązujące do jubileuszów czy

obchodów np. Roku Księżnej Daisi w Wałbrzychu.

Fot. użyczone (Biblioteka pod Atlantami)

Red

Prawnik radzi

Czy można rozwiązać umowę dożywocia? Odpowiada adwokat Adam Daraż.

Dożycie jest prawem majątkowym osobistym, a co za tym idzie jest niezbywalne i nie podlega dziedziczeniu. Wygasa zawsze na skutek śmierci dożywotnika (art. 908 § 1 Kodeksu cywilnego). Jeśli natomiast zostało to prawo ustanowione na rzecz kilku osób, ulega odpowiedniemu uszczupleniu w razie śmierci jednej

z nich (art. 911 Kodeksu cywilnego).

W wyjątkowych sytuacjach umowa dożywocia może zostać rozwiązana przez sąd. Aby to nastąpiło muszą być spełnione następujące przesłanki opisane dyspozycją art. 913 § 2 Kodeksu cywilnego, a mianowicie wytworzą się między dożywotnikiem a

zobowiązanym z umowy dożywocia takie stosunki, że nie można wymagać od stron dalszego pozostawania ze sobą w bezpośredniej styczności. Z żądaniem rozwiązania umowy o dożycie musi wystąpić osoba zobowiązana z tytułu dożywocia lub dożywotnik będący zbywcą nieruchomości.

Jeśli sąd uwzględni żądanie rozwiązania umowy o dożycie, to prawo dożywocia wygasa i prawo własności nieruchomości przechodzi z powrotem na dożywotnika. Kiedy można żądać uznania umowy o dożycie za bezskuteczną? Generalnie do umowy o dożycie stosuje się prze-

pisy o ochronie wierzyciela w razie niewypłacalności dłużnika (art. 527 i następne Kodeksu cywilnego). Jednak art. 916 Kodeksu cywilnego przewiduje łagodniejsze przesłanki uznania umowy za bezskuteczną.

Osoba, względem której ciąży na dożywotniku ustawowy obowiązek alimentacyjny może żądać uznania umowy o dożycie za bezskuteczną w stosunku do niej, jeżeli skutek tej umowy dożywotnik stał się niewypłacalny. Uprawnienie to przysługuje bez względu na to, czy dożywotnik działał ze świadomością pokrzywdzenia wierzycieli oraz bez względu na czas zawarcia umowy.

Dopuszczalna jest zmiana treści stosunku dożywocia tylko w następujących wypadkach: gdy z jakichkolwiek powodów powstaną między dożywotnikiem a zobowiązanym takie stosunki, że nie można wymagać od stron, żeby nadal pozostawały w bezpośredniej styczności ze sobą (np. jeśli będą ze sobą poważnie skłócenie) – polega na zmianie wszystkich lub niektórych uprawnień związanych z prawem dożywocia na dożywnię rentę, zaś może jej żądać każda ze stron umowy; gdy zobowiązany z tytułu dożywocia doprowadzi do zbycia nieruchomości – w tym wypadku tylko dożywotnik może domagać się zmia-

ny prawa dożycia na dożywnię rentę.

Żądać uznania umowy o dożycie za bezskuteczną można w terminie 5 lat od daty jej zawarcia.

Adwokat Adam Daraż, Kancelaria Adwokacka Adama Daraża, ul. Chrobrego 12/4, 58-300 Wałbrzych, tel. 579 730 046, 601 472 787 lub 74 846 11 10, e-mail: kancelaria@daraz.pl.

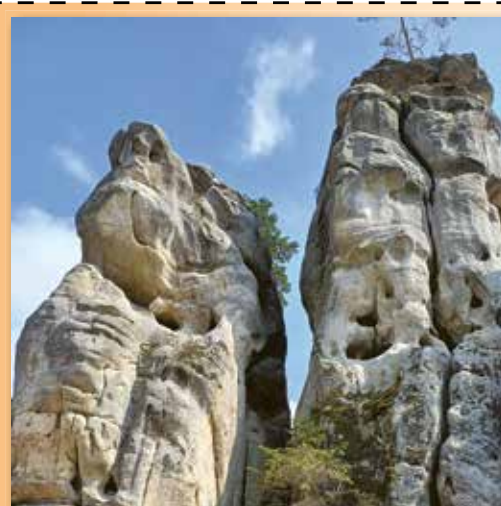
Fot. użyczone (Adam Daraż)

Red

UWAGA KONKURS

Nadeszła kalendarzowa wiosna, nawet widać ją już powoli za oknami, a czy zagościła też w waszych sercach? Dobra, nic nam do tego, tak tylko zapytaliśmy. Wiosnę za to na pewno zobaczycie na swoich talerzach, idąc na przykład do pewnej miłej restauracji w Wałbrzychu. Mowa o Kryształowej Gospodzie Kuflowej. Tam to dopiero poczujecie ciepło na... żołądku. Wybór pysznych potraw jest tak duży, że zaręczamy, nie będziecie potrafili się zdecydować. Poza tym w tej właśnie restauracji dostaniecie całkiem przyjemny rabat na wybraną potrawę. Oczywiście pod warunkiem, że weźmiecie udział w naszej zabawie i dobrze odpowiecie na pytanie. Jak nazywa się to czeskie skalne miasto?

Wpiszcie odpowiedź do kuponu i pokażcie go przy składaniu zamówienia w restauracji. Wtedy otrzymacie 15-procentowy upust na wskazane danie z menu. Na miłośników pysznego jedzenia i posiadaczy kuponów z naszej gazety w Kryształowej Gospodzie Kuflowej w Wałbrzychu czekają od najbliższej środy (2 kwietnia) do piątku (4 kwietnia). Regulamin jest na stronie www.wieszco.pl.



Nagroda do odebrania w Restauracji
Kryształowa Gospoda Kuflowa przy
ul. Dunikowskiego 20 w Wałbrzychu

KUPON

Jak nazywa się to czeskie skalne miasto?

WieszCo

odpowieź



» **Odstawienie węglowodanów (np. makaronu) nie załatwi wszystkich problemów z odchudzaniem**



Fot. ilustracyjne (www.pixabay.com)

Z czym to się je

Błędy przy odchudzaniu

Pacjenci, którzy przychodzą do mojego gabinetu z historią swojego odchudzania, najczęściej opowiadają, że odstawili ziemniaki, chleb i makaron. W ich przekonaniu, to najlepsza strategia, aby zgubić masę ciała. A jak jest w rzeczywistości?

Całkowite odstawienie węglowodanów faktycznie daje na początku trochę szybszy efekt widoczny na wadze, ale niestety

nie jest to utrata tkanki tłuszczowej.

Po odstawieniu węglowodanów organizm wykorzystuje zmagazyno-

wany w mięśniach glikogen, który wiąże wodę. Większość ludzi ma ok. 2-3 kg glikogenu i wody z nim związanej. Tak więc bardzo duża redukcja

węglowodanów powoduje utratę glikogenu i wody w ilości... oczywiście ok. 2-3 kg. Niestety ten efekt widoczny jest tylko na początku. Na

dalszym etapie stosowania tego typu restrykcyjnych metod, mamy coraz większy problem z ograniczeniem węglowodanów. Posiłki mają małą objętość, więc trudniej jest się nimi najeść, a poza tym większość z nas po prostu lubi chleb i ziemniaki. Im bardziej o nich myślimy, że ich nie możemy spożyć, tym bardziej chcemy je zjeść.

Badania wykazują, że przyczyną nadmiernej masy ciała nie są ziemniaki, chleb czy makaron, ale zbyt duża ilość tłuszczu i cukru. Zamieniając smażonego w panierce schabowego na takiej samej wielkości grillowaną pierś z kurczaka zredukujemy ilość kalorii nawet pięciokrotnie! Jedynie 2 łyżki oleju to równowartość 5 średnich ziemniaków lub połowa torebki ryżu. Sami widzicie, że chyba zdecydowanie łatwiej będzie usunąć 2 łyżki oleju z waszego posiłku niż 5 średnich ziemniaków.

Pamiętajcie, że najlepsza dieta to taka, którą możecie stosować przez całe życie. Jeśli wróćcie do jedzenia ziemniaków, chleba i makaronu od razu uzupełnicie glikogen z wodą, co przełoży się na wzrost wagi o ok. 2-3 kg. Jeśli zamierzacie do końca życia ograniczać chleb i ziemniaki, to w porządku. Jeśli jednak chcecie jeść „normalnie”, to zredukujcie ilość cukru oraz tłuszczu i zadbajcie o to, aby wasze posiłki były zbilansowane wraz z dobrej jakości węglowodanami takimi jak chleb, ziemniaki czy makaron.

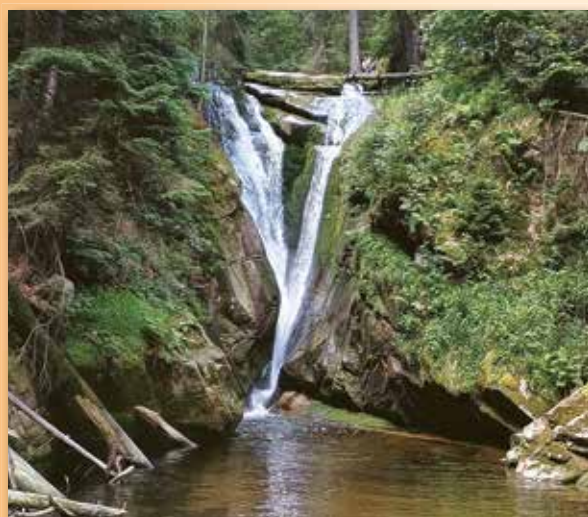
Jarosław Piotrowski

Jarosław Piotrowski,
dietetyk kliniczny
Prywatny gabinet
ul. Chrobrego 51
w Wałbrzychu
www.fiteko.pl
tel. 602 315 732

UWAGA KONKURS

Nie wiemy jak wy, ale my bardzo lubimy spędzać czas z rodziną. Można to robić na wiele sposobów, a jednym z nich jest wspólne wyjście do restauracji. Oczywiście po pierwsze, żeby zjeść w miłym towarzystwie pyszny posiłek, pobyć ze sobą, porozmawiać, pośmiać się, ot tak zwyczajnie. Jednym z miejsc, do którego warto wybrać się na obiad lub kolację jest pewna restauracja, Krysztalowa Świdnica. To miejsce wyjątkowe, ale co my wam będziemy dłużej pisać, sprawdźcie sami. Możecie tam spędzić miło czas i zjeść posiłek taniej niż inni. Jeśli weźmiecie udział w naszej zabawie i poprawnie odpowiecie na pytanie konkursowe, wtedy otrzymacie zniżkę na wybraną przez siebie potrawę. Jak nazywa się widoczny na zdjęciu wodospad?

Odpowiedź wpiszcie do kuponu i pokażcie go w lokalu podczas składania zamówienia. Wtedy dostaniecie 15-procentowy rabat na wskazane danie. Na lubiących dobrze zjeść i posiadaczy kuponów z naszej gazety w świdnickiej Restauracji Krysztalowa czekają od najbliższej środy (2 kwietnia) do piątku (4 kwietnia). Szczegółowy regulamin konkursu dostępny jest na stronie www.wieszco.pl.



Nagroda do odebrania w Restauracji Krysztalowa Świdnica przy ul. Równej 3

KUPON

WieszCo

Jak nazywa się widoczny na zdjęciu wodospad?

WieszCo

odpowiedź

Krysztalowa
GOSPODA KUFLOWA

WIEMY JAK ŻYĆ

Czas na przebudzenie, czyli...

... jak aktywnie wejść w wiosenny sezon? Zapytamy na początek retorycznie, zauważyliście już, że wstając wita was słońce, a dni stają się dłuższe? Coraz częściej słońce śmielej przebija się przez chmury, a wy w końcu możecie schować zimowe kurtki głęboko do szafy. Wiosna to idealny też moment, by odświeżyć swoją aktywność fizyczną i dodać jej nowej energii!

Jeśli zimą wytrwaliście w swoich postanowieniach i pomogły wam nasze plany, gratulujemy! A jeśli dopadło was znużenie, nic nie szkodzi, właśnie teraz możecie wskoczyć na nowy poziom. Dziś mamy dla was propozycję nieco innego spojrzenia – od rutyny do eksploracji. Każda zmiana pory roku to świetna okazja do wprowadzenia nowości. Dlaczego nie spróbować czegoś zupełnie innego niż dotychczas? Oto kilka nietuzinkowych pomysłów

- **Leśna joga o poranku** – ćwiczenie asan na świeżym powietrzu, wśród śpiewu ptaków, to sposób na regenerację ciała i umysłu. Nie musicie być mistrzami jogi, wystarczy mata i chęć do eksperymentowania. Mieszkamy w pięknym zielonym mieście, z pewnością znajdziecie w okolicy idealny skrawek dla siebie.

- **Bieganie na boso po trawie** – tzw. earthing (uziemiaenie) to nie tylko trend, ale i naukowo udowodniona me-

toda poprawy samopoczucia. Kontakt stóp z ziemią redukuje stres i poprawia równowagę. Wybierzcie bezpieczne, miękkie podłoże i poczujcie wiosnę całym ciałem!

Jeśli czujecie, że samotne treningi nie są dla was, bo szybko tracicie motywację, to wciąż podpowiadamy, że wspólne wyzwania mogą zdziałać cuda

- **Trening na placu zabaw** – może brzmi zabawnie, ale drabinki, poręcze i huśtawki to świetne narzędzia do ćwiczeń siłowych i mobilizacyjnych. A dodatkowy plus, to fakt, że poczujecie się znowu jak dziecko!

- **Rower w wersji adventure** – zamiast tradycyjnej trasy wokół miasta, postawcie na bikepacking. To połączenie jazdy rowerowej z od-

krywaniem nowych miejsc. Wystarczy lekki plecak, mapa i chęć przeżycia małej przygody! Wiemy, tereny mamy wymagające, ale od czego są rowery elektryczne.

- **Trekking o zachodzie słońca** – nie musicie zdobywać wysokich szczytów. Wystarczy pobliski pagórek, by nacieszyć się wiosenną panoramą. Warto zabrać termos z herbatą i docenić chwilę ciszy. Czy na pewno znacie dobrze okolice? Jeśli nie, to zmieście to od razu.

Zmiana sezonu to dobry moment na wyznaczenie nowych, małych wyzwań. Co powiecie na codzienne 10-minutowe rozciąganie przed snem, albo 5 km spaceru każdego dnia? Wiosna to czas energii, więc niech wasze cele będą radosne i lekkie!

Jeśli czujecie, że samotne treningi nie są dla was, bo szybko tracicie motywację, to wciąż podpowiadamy, że wspólne wyzwania mogą zdziałać cuda. Może



» Zamiast tradycyjnej trasy wokół miasta, postawcie na bikepacking. To połączenie jazdy rowerowej z odkrywaniem nowych miejsc

przekonacie znajomych do weekendowych poranków na kijkach, albo zapiszecie się na lokalny bieg, który auto-

matycznie zmusi do podjęcia aktywności. Wiosna budzi nie tylko naturę, ale i chęć do działania razem.

Do zobaczenia na treningu! Pozdrawiamy, Monika i Krzysiek

Monika i Krzysztof Grajek

Z WieszCo darmowy trening

WieszCo

Dla tych, którzy potrzebują dodatkowego impulsu – niespodzianka.

Nadal czeka na was darmowy trening w FitKlub 24 Wałbrzych!

Wystarczy, że weźmiecie ze sobą ten numer Wiesz Co i wpadniecie do klubu.

Gotowi na wiosenne przebudzenie?

FitKlub24 Wałbrzych

Monika Grajek

tel. 603 134 696

e-mail: monika@fitklub24.pl

www.fitklub24.pl

24

FIT KLUB
WAŁBRZYCH

» W tym roku Świdnica postanowiła z przytupem włączyć się do obchodów Światowego Dnia Ziemi



Fot. ilustracyjne (www.pixabay.com)

Ziemia nasza kochana

Nie pozostaje nam nic innego, jak o takich inicjatywach pisać i pisać. Miejsca w naszej gazecie nie mamy wprowadzić za dużo (wiadomo, mnóstwo ciekawych tematów), ale na Świdnickie Dni Ziemi zdecydowaliśmy się poświęcić całą stronę. I gdzież by indziej jak nie w rubryce „Wiemy jak żyć”?! Uważamy bowiem, że o ekologii nigdy za wiele.

Przypomnijmy, że 22 kwietnia obchodzony będzie Światowy Dzień Ziemi, czyli międzynarodowe święto ekologiczne, zainicjowane przed 50 laty. W tym roku Świdnica postanowiła z przytupem i aktywnie włączyć się do obchodów tego dnia organizując mnóstwo wydarzeń pod wspólną nazwą „Świdnickie Dni Ziemi”. Będzie w czym wybierać.

W ekologicznych wydarzeniach możecie wybierać jak w ulęgałkach, niemal przez cały kwiecień

W wydarzeniach możecie wybierać jak w ulęgałkach, niemal przez cały kwiecień. Propozycji jest tyle i są one tak różnorodne, że prosimy was o wybaczenie, ale musimy posłużyć się w tym miejscu wyświechtanym powiedzeniem, że każdy znajdzie coś dla siebie. A to wszystko za sprawą tego że w organizację „Świdnickich

Dni Ziemi” włączyło się wiele instytucji i fundacji, dzięki czemu edukacyjne działania będzie można skierować zarówno do dzieci, młodzieży, jak i do seniorów. Do współorganizatorów wydarzenia, poza Urzędem Miejskim w Świdnicy, należą m.in. Nadleśnictwo Świdnica, Fundacja „Mam Pomysł”, Fundacja Kids’n’Trees, Fundacja Odzyskaj Środowisko, Miejska Biblioteka Publiczna w Świdnicy, Świdnicki Ośrodek Kultury, Młodzieżowy Dom Kultury, a także Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej.

Jeśli lubicie oryginalne dekoracje, a ochrona środowiska nie jest wam obca dowiecie się jak za pomocą papierowej serwetki i paru drobiazgów stary słoik lub niepotrzebną butelkę zamienić w atrakcyjny i niepowtarzalny przedmiot. A może chcecie stworzyć swój własny las w.... słoiku? Nie będzie z tym problemu. Zabawki dla psa typu „Zrób to sam”, to z kolei doskonały wręcz pomysł na

wykorzystanie zużytych już koszulek typu T-shirt, które i tak wylądowałyby w śmietniku. Co innego natomiast zrobić z dawno nienoszoną koszulką? Dać jej drugie życie. Jakie to proste! Dzieci z pewnością chętnie posłuchają też o drzewach oraz ich roli w ekosystemie. Wszak zieleń wiele znaczy dla środowiska, prawda? Będzie można przekonać się o tym np. podczas spaceru po Parku Sikorskiego. Robienie porządków w szafie również może być pożyteczne. Stare ubrania, ręczniki, pościel i inne tekstylia przynieście na parking pod magistratem i... po sprawie. Ponadto w trakcie Świdnickich Dni Ziemi foliówkę zamienicie w ekoreklamówkę, wraz ze swoimi pociechami będziecie mogli wziąć udział w konkursie plastycznym, ekologicznym turnieju szachowym, a także obejrzycie fantastyczny musical. I to jeszcze nie wszystko. Przemyślcie sprawę spaceru z niejakim bezdomniakiem, czyli czworonogiem czekającym na adopcję, weźcie udział w ekospotkaniu z seniorem lub obejrzycie prace Maksymiliana Wnęka.

To wszystko w kwietniu podczas Świdnickich Dni Ziemi.

Red

PROGRAM ŚWIDNICKICH DNI ZIEMI

* „Stare butelki i słoiki zamieniamy w wazoniki”

Warsztaty recyklingu i powtórnego wykorzystania
5 kwietnia, godz. 10:00-12:00
Miejskie Centrum Inicjatyw, Rynek 39-10

* „Las w słoiku”

Warsztaty recyklingu i powtórnego wykorzystania
5 kwietnia 2025, 12:30-14:30
Miejskie Centrum Inicjatyw, Rynek 39-10

* Szarpaki dla psa i kota”

Warsztaty recyklingu i powtórnego wykorzystania
12 kwietnia, godz. 10:00-12:00
Miejskie Centrum Inicjatyw, Rynek 39-10

* Biżuteria z T-shirtu”

Warsztaty recyklingu i powtórnego wykorzystania
12 kwietnia, godz. 12:30-14:30
Miejskie Centrum Inicjatyw, Rynek 39-10

* „Co z ciebie wyrośnie”

Warsztaty edukacyjne
7-11 kwietnia, godz. 10:00
Miejska Biblioteka Publiczna, ul. Franciszkańska 18

* „Warsztaty i spacer z leśnikiem po Parku Sikorskiego”

25 kwietnia, godz. 15:00-17:00
Park im. gen. Władysława Sikorskiego

* „Wietrzenie szafy”

26 kwietnia, godz. 10:00-13:00

Parking pod Urzędem Miejskim w Świdnicy, ul. Armii Krajowej 49

* „Wymień foliówkę na ekoreklamówkę”

10-12 kwietnia, godz. 7:30-15:30
Urząd Miejski w Świdnicy, ul. Armii Krajowej 49, pok. 2

* „Moja eko-zabawa”

5-24 kwietnia

* „Frania recykling, cztery żywioły i ekodancing”, musical

12 kwietnia, godz. 16:00
Sala teatralna ŚOK, Rynek 43

* „Spotkanie z bezdomniakiem”

13 kwietnia, godz. 11:30-15:00
Park im. Gen. Władysława Sikorskiego, start – schronisko dla bezdomnych zwierząt, ul. Pogodna

* „Ekologiczny turniej szachowy”

26 kwietnia, godz. 9:00-15:00
Młodzieżowy Dom Kultury Dział II, ul. M. Kozara-Słobódzkiego 19

* „Metaloplastyka”. Wystawa prac Maksymiliana Wnęka

1-24 kwietnia.
Wieża Ratuszowa, ul. Wewnętrzna 2

* „Ekospotkania z seniorami”

1-29 kwietnia
Świdnickie kluby seniorów

SkipMax

WYNAJEM KONTENERÓW



TRANSPORT ODPADÓW



BOGUSZÓW GORCE

UL. PIĘKNA 1

+48 536 131 009

SKIP-MAX@o2.PL

STREFA ROZRYWKI

BAW SIĘ Z NAMI. ZNAJDŹ 20 RÓŻNIC. ARTYKUŁ CZYTAJ STR. 3



Poziomo:

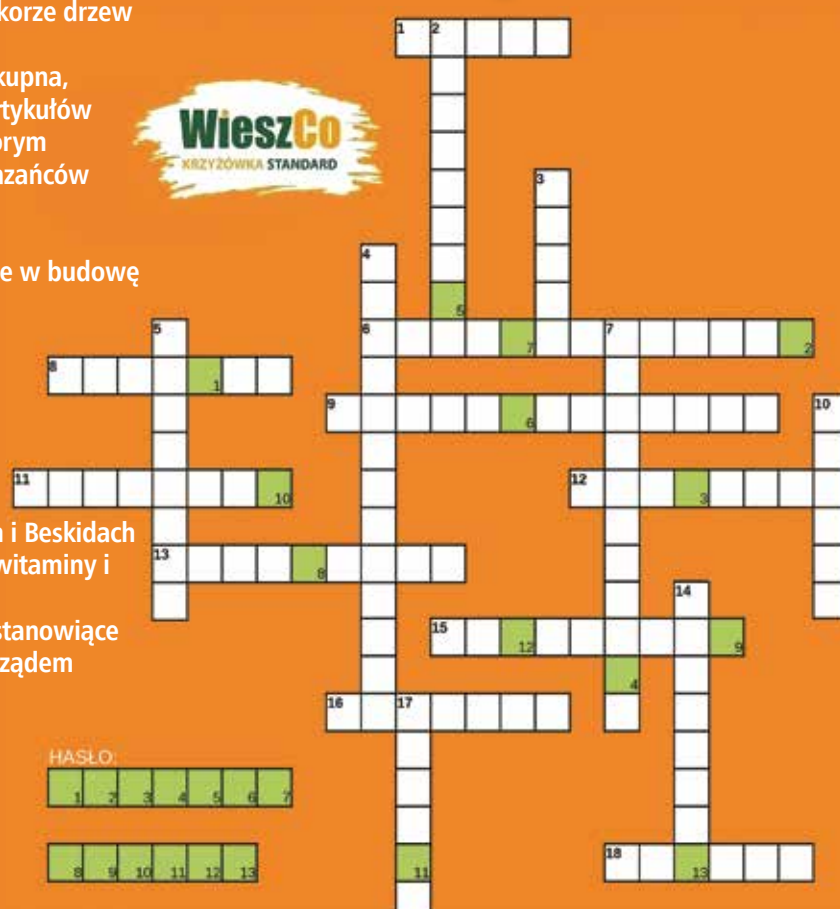
- 1 - zacisk przygotowany w formie szerszej opaski z elastycznego i wytrzymałego materiału
- 6 - wrodzona skłonność lub zdolność do czegoś
- 8 - rośliny zarodnikowe rosnące na korze drzew i skałach
- 9 - regulowanie bądź ograniczanie kupna, produkcji lub sprzedaży pewnych artykułów
- 11 - w średniowieczu: słup, przy którym wystawiano na widok publiczny skazańców
- 12 - stan fizyczny organizmu
- 13 - środek zaradczy na coś
- 15 - osoba lub firma, która inwestuje w budowę domów na sprzedaż
- 16 - sposób postępowania mający doprowadzić do osiągnięcia celu
- 18 - niepowodzenie

Pionowo:

- 2 - oberwanie się skał w kopalni, połączone z silnym wstrząsem
- 3 - młodszy pasterz owiec w Tatrach i Beskidach
- 4 - uzupełnianie diety o niezbędne witaminy i składniki mineralne
- 5 - przedsiębiorstwo przemysłowe stanowiące zespół zakładów pod wspólnym zarządem
- 7 - przewlekłe odwapnienie kości
- 10 - bardzo drobny deszcz
- 14 - dobór osób lub rzeczy przez eliminację tych, które nie spełniają określonych warunków
- 17 - część zarodka w nasieniu zawierająca pąk i zawiązek korzenia

Wątrzyszanka

WieszCo
KRZYŻÓWKA STANDARD



HASŁO:

1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13

Odpowiedzi do krzyżówki z poprzedniego wydania

Poziomo:

- 2 - remisowa sytuacja w szachach – pat
- 5 - część teatru za sceną, niewidoczna dla widzów – kulis
- 6 - utwór dramatyczny, w którym występuje jeden aktor – monodram
- 10 - wyodrębnione pomieszczenie w teatrach, przeznaczone dla kilku osób – łoża
- 11 - najwyższy tytuł przyznawany w szachach sportowych – arcymistrz
- 12 - część utworu dramatycznego lub przedstawienia teatralnego – akt
- 14 - układ zdarzeń, wątków przedstawionych w utworze literackim lub w filmie – fabuła
- 15 - aktor występujący w pantomimie – mim
- 16 - klasyfikacja osób, rzeczy, firm według określonych kryteriów - ranking
- 17 - widowisko o bogatej oprawie scenicznej, złożone z krótkich scenek, piosenek i tańców - rewia

Pionowo:

- 1 - but na bardzo grubej podeszwie, używany przez aktorów teatru antycznego – koturn
- 2 - odsłonięta część sceny przed kurtyną, wysunięta nieco w stronę widowni – proscenium
- 3 - w teatrze, cyrku: część widowni wznosząca się kolistnie lub półkolistnie ku górze - amfiteatr
- 4 - przebieg jakiejś przestrzeni drogą powietrzną – przelot
- 7 - w grze w szachy: jednoczesny ruch króla i wieży – roszada
- 8 - w szachach sytuacja, w której król nie ma możliwości wykonania legalnego ruchu - mat
- 9 - układ i wzajemne relacje elementów stanowiących całość – struktura
- 13 - rząd lamp wzdłuż sceny na poziomie podłogi, oświetlających scenę od przodu - rampa

SkipMax
WYNAJEM KONTENERÓW

TRANSPORT ODPADÓW

BOGUSZÓW GORCE
UL.PIĘKNA 1
+48 536 131 009
SKIP-MAX@o2.PL

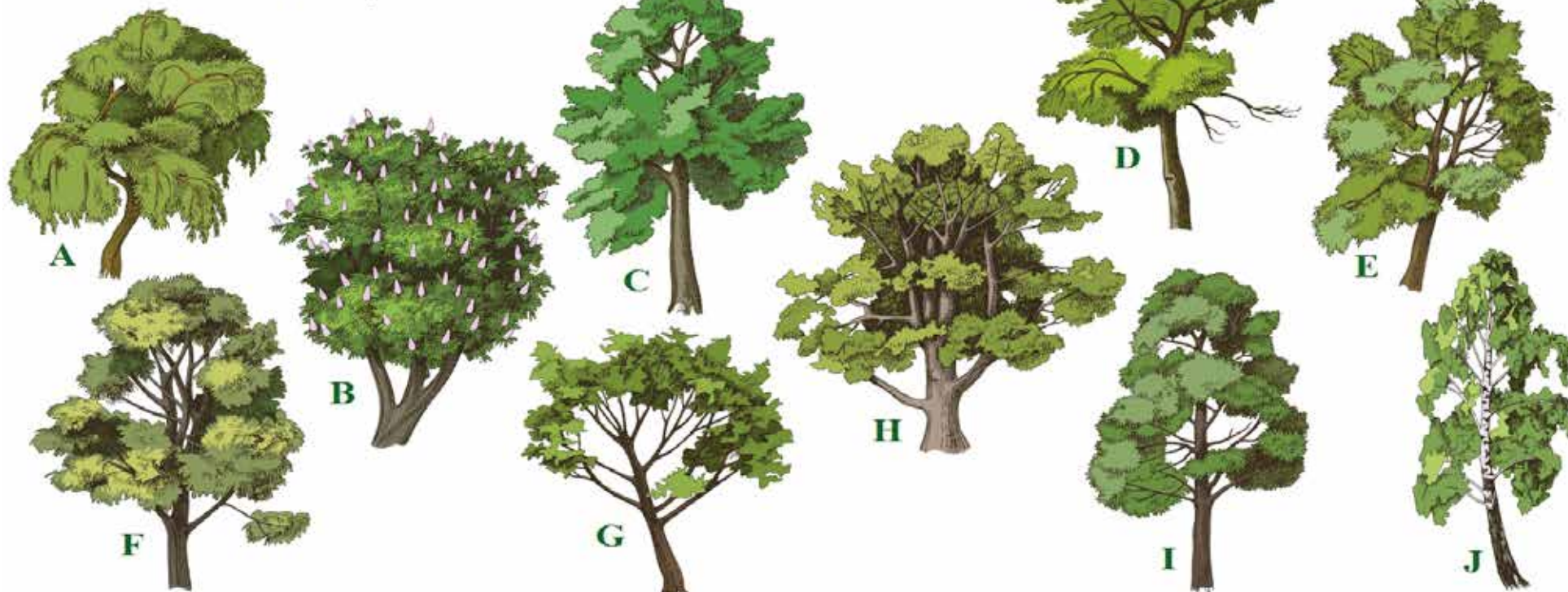
„ROZPOZNAJ GATUNEK DRZEWA”

Czy jesteś w stanie rozpoznać gatunek drzewa po jego sylwetce?

1.BRZOZA 2.KASZTANOWIEC 3.WIERZBA 4.LIPA 5.JESION 6.DĄB 7.TOPOLA
8.KLON 9.OLCHA 10.JARZĘBINA

ZADANIE

fot.ilustracyjne (shutterstock.com)



AKCJA WIOSNA W ASO NISSAN J. M. MAZUR

WIOSENNY PRZEGLĄD TWOJEGO NISSANA PRZEZ PROFESJONALISTÓW W SERWISIE JM. MAZUR.
UMÓW SIĘ NA WIZYTĘ W NASZYM SERWISIE I ZADBAJ O BEZPIECZEŃSTWO SWOJE I SWOJEJ RODZINY!



ZAPRASZAMY RÓWNIEŻ SAMOCHODY INNYCH
MAREK

KONTAKT W CELU REZERWACJI TERMINÓW

TEL. 74 88 78 105 LUB 74 88 78 106

KOSZT PRZEGLĄDU:

160 ZŁ

WYMIANA PŁYNU HAMULCOWEGO GRATIS

RABATY NA ORYGINALNE
CZĘŚCI I AKCESORIA NISSAN

DO -20%

RELACJE SPORTOWE
ZAPEWNIAMAutoryzowany Dealer Volkswagena
Jodko-Schiewe» *Stal walczyła w Wałbrzychu o życie i „złamała” walecznych biało-niebieskich*

czy. - Dzielnie walczyliśmy, ale drużyna Stali zagrała dziś bardzo dobre zawody. Myślę, że mecz mógł się podobać. Gdyby było inne zakończenie, pewnie podobałby się jeszcze bardziej – mówił po spotkaniu Andrzej Adamek. Co do tego ostatniego nie mamy żadnych wątpliwości. Czwartkowe popołudnie zaoferowało kibicom, i tym w hali, i tym przed telewizorami, najlepszą reklamę koszykówki – zacięty mecz, zmiany prowadzenia, zwroty akcji i aż dwie dogrywki. I przede wszystkim ogrom sportowych emocji.

Ostatnie takie uniesienia biało-niebiescy kibice przeżywali w maju 2022 roku w czasie niezapomnianej serii z Sensation Kotwicą Kołobrzeg w półfinale rozgrywek o mistrzostwo I ligi. 1 maja lepiej drugą dogrywkę wytrzymali wałbrzyskanie, ale 6 dni później w Kołobrzegu los się odwrócił i górą byli kołobrzeżanie. A pamiętacie domowy mecz Górnika Trans. eu z listopada 2019 roku? Do Wałbrzycha przyjechał z ekipą Miasta Szkła Krosno Marcin Radomski, który bardzo chciał wygrać. I wówczas Górnik dwa razy podnosił się z desek, ale w drugiej dogrywce był zdecydowanie lepszy.

W potyczkach z Dzikami i Czarnymi mankamentem

naszych koszykarzy była skuteczność, która w ostatnich meczach w końcu się poprawiła. Przeciwko Spójni pięciu zawodników uzyskało dwucyfrowy wynik punktowy, a w meczu ze Stalą aż sześciu.

Czwartkowe popołudnie zaoferowało kibicom najlepszą reklamę koszykówki – zacięty mecz, zmiany prowadzenia, zwroty akcji i aż dwie dogrywki

Jedenastcie trójek w spotkaniu ze stargardzianami to tyle, ile łącznie w trzech poprzednich meczach. A ze Stalą było jeszcze lepiej (12). Po raz pierwszy w tym sezonie aż dwóch koszykarzy Górnika zdobyło double-double: Gilbert rzucił 17 punktów i rozdał 11 asyst, a Patton do 14 punktów dodał 10 zbiórek. Ostatni taki wyczyn w PLK Górnicy zanotowali 19 grudnia 2008 roku w meczu z Kotwicą Kołobrzeg, za sprawą Marcina Stefańskiego (11 pkt., 12 zb.) i Ousmane Barro (13 pkt. i 11 zb.).

W następnej kolejce do Wałbrzycha przyjeżdża Anwil Włocławek. Mecz z liderem tabeli już w najbliższą niedzielę.

Stawomir Skonieczny

Emocjonalny rollercoaster

W dwóch ostatnich kolejkach Polskiej Ligi Koszykarzy Górnik Zamek Książ Wałbrzych podejmował na własnym parkiecie PGE Spójnię Stargard i Tasomix Rosiek Stal Ostrów Wlkp. Oba spotkania dostarczyły mnóstwa emocji, choć każde z innego powodu.

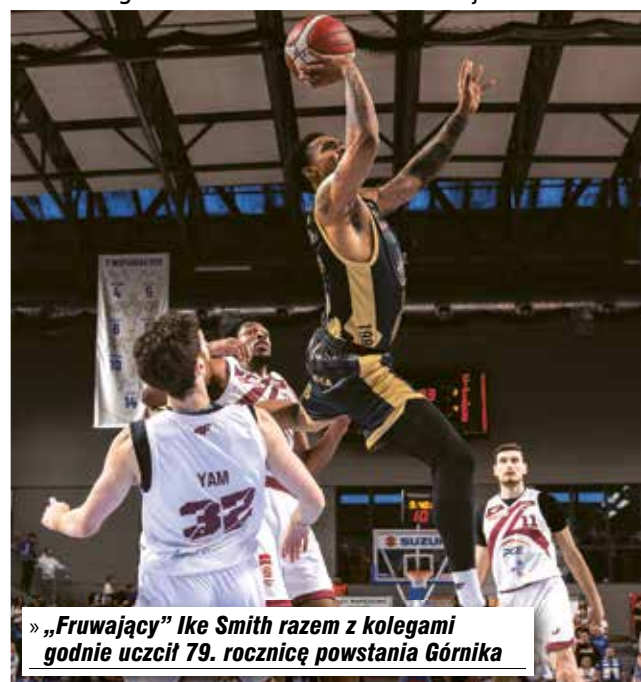
Mecz z PGE Spójnią rozgrywany był 22 marca. To bardzo ważna data dla wszystkich osób związanych z Górnikiem bowiem tego właśnie dnia 79

lat temu powstał wałbrzyski klub. W dniu urodzin musiało być uroczyste. I było. Przed spotkaniem 22 kolejki OBL na boisko wjechał okoliczno-

ściowy tort. Zadanie zdmuchnięcia świeczek przypadło w udziale przedstawicielom trzech sekcji: koszykarskiej (Jerzy Żywarski), piłkarskiej (Leszek Kosowski) i lekkoatletycznej (Amelia Kielar). Podniosła atmosfera jubileuszu została uczczona przez koszykarzy okazałym zwycięstwem, sam mecz jednak nie przyniósł większych emocji. Występujący w odświętnych, czarno-złoty trykotach wałbrzyskanie byli zdecydowanie lepszym zespołem i pokonali Spójnię ponad 20 punktami. - Zaczęliśmy bardzo miękko, w pierwszej kwarcie brakowało nam twardości. Potem było już więcej energii. W kolejnych częściach lepiej poruszaliśmy się na parkiecie – ocenił występ swoich podopiecznych Andrzej Adamek.

Dużo lepiej Górnik wszedł w spotkanie ze Stalą. Grający

w siódmkę (a od 22 minuty nawet w szóstkę) ostrowianie nie zamierzali jednak tanio sprzedać skóry. Powiedzenie „walczyć o życie”, używane w meczach drużyn grających o utrzymanie samo się narzucało, gdy obserwowało się poczynania gości. W efekcie, po dobrym początku wałbrzyszan, inicjatywę przejęli ostrowianie i to oni większość meczu prowadzili. Kibice zgromadzeni w Aqua-Zdroju po raz pierwszy w tym sezonie byli świadkami takiego emocjonującego pojedynku. Górnik dwukrotnie był na deskach (pod koniec regulaminowego czasu i w końcówce pierwszej dogrywki) i dwukrotnie potrafił się podnieść (znakomite przechwyty Janisa Berzinsa i Josha Pattona). Trzeci nokaut w drugich doliczonych 5 minutach okazał się jednak dla biało-niebieskich zabój-



» *„Fruwający” Ike Smith razem z kolegami godnie uczcił 79. rocznicę powstania Górnika*

GŁOS MA DAVID JACKSON



- Nadchodzi mecz z Anwilem. Aby wygrać to spotkanie, musimy zagrać świetnie w obronie i ataku. Włocławianie zdobywają średnio 89 punktów na mecz, pokonując przeciwników średnio dziesięcioma oczkami. Musimy zatrzymać ich najlepszych strzelców Michałaka i Funderburka. Musimy sprawić, by oddawali trudne

rzuty. W ataku musimy zachować natomiast cierpliwość, ale też agresywność, dzielić się piłką, jak już to robiliśmy w tym sezonie, aby skutecznie punktować.

Anwil ma dobrego trenera i dobry system gry z wieloma opcjami. Jeśli naszą postawą wpłyniemy na ich grę, możemy zakończyć mecz zwycięstwem. Przegraliśmy z nimi w pierwszej rundzie, ale wiem, że nasi zawodnicy o tym pamiętają i będą jeszcze bardziej zmotywowani. Jestem również pewien, że nasi kibice będą wsparciem, które również może wpłynąć na wynik tego spotkania.

RELACJE SPORTOWE ZAPEWNIAM

Autoryzowany Dealer Volkswagena
Jodko-Schiewe



Młodzi mistrzowie

Kadra Dolnego Śląska z dwoma koszykarzami Akademii Górnik Wałbrzych w składzie zajęła pierwsze miejsce podczas Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży chłopców z rocznika 2011 i młodszych. Zwycięski zespół tworzyli Mikołaj Tomczyk i Michał Wysocki.

Po finałowym turnieju OOM rozmawialiśmy z Mikołajem Tomczykiem. Oto co nam powiedział.

Ciężko na to zapracowałem

- Jakie są twoje wrażenia po finałowym turnieju OOM?
- Turniej bardzo mi się podobał. Jestem zadowolony, że trenerzy stworzyli taką zgraną drużynę, która dogadywała się świetnie nie tylko na boisku, ale także poza nim. Jestem dumny, że mogłem reprezentować Górnika Wałbrzych w kadrze Dolnego Śląska i być częścią tego zespołu.

- Jak ocenisz swój udział w turnieju w Proszowicach?
- Jestem bardzo zadowolony z mojego występu. Uważam, że miałem spory wpływ na zdobycie złota przez moją drużynę. Zagrałem cały turniej, mimo kontuzji, której doznałem już w pierwszym meczu. Dzięki fizjoterapeutom wróciłem szybko do gry i dałem z siebie 100 % prowadząc swój zespół do mistrzostwa.

- Czym było dla ciebie wybranie do pierwszej piątki turnieju?
- Jestem szczęśliwy i dumny z tego wyróżnienia. Wiem też, że ciężko na to zapracowałem swoją dobrą grą w ataku i w obronie, co zaowocowało najlepszą statystyką plus/minus w całym turnieju. Dzięki temu, jak się domyślam, zostałem wybrany do najlepszej piątki olimpiady. Dodatkową radość sprawia mi fakt, że mogłem reprezentować moje miasto w tak ważnym wydarzeniu sportowym i przynieść dumę Wałbrzychowi.



» Koszykarski zespół z Dolnego Śląska wygrał OOM chłopców z rocznika 2011 i młodszych

Fot. używane (Agnieszka Tomczyk)

Trener Daniel Cejba i jego asystent Paweł Domaradzki wyselekcjonowali grupę młodych koszykarzy z naszego województwa, która wzięła udział w rozgrywkach OOM. Na przełomie listopada i grudnia chłopcy zwyciężyli w kwalifikacjach (wygrywając wszystkie swoje spotkania) i w turnieju finałowym w Proszowicach byli rozstawieni z numerem jeden.

W zawodach wzięło udział 8 ekip podzielonych na dwie grupy. W nich każda drużyna rywalizowała systemem ligowym o awans do półfinału. Młodzi Dolnoślązacy zaczęli zmagania od porażki z zespołem z województwa łódzkiego, ale po pokonaniu rywali z Pomorskiego i z Wielkopolski awansowali do półfinału z drugiego miejsca.

Tam czekał zespół z Mazowsza, który systematycznie zdobywa na OOM medale. Mecz był emocjonujący, na 5 minut przed końcem regulaminowego czasu 16 punktami prowadzili nasi rywale. Jednak końcówkę podopieczni Cejby zagrali koncertowo doprowadzając do dogrywki, a w niej nie dali ekipie z mazowieckiego żadnych szans. Finał imprezy był bardzo jednostronny, dolnośląskie zupełnie zdominowało zawodników z Podkarpacia i wygrało z ogromną przewagą. Ostatni raz młodzież z naszego województwa triumfowała przed 4 laty.

Miło, że zespół Dolnego Śląska do triumfu poprowadził Mikołaj Tomczyk, na co dzień zawodnik drużyny młodzików

Akademii Górnik Wałbrzych. Przypomnijmy, że wałbrzyszanin w turnieju eliminacyjnym został MVP imprezy, a podczas finału w Proszowicach wybrano go do pierwszej piątki turnieju, mimo że w pierwszym meczu doznał drobnego urazu i nie mógł zagrać w kolejnym spotkaniu. Wrócił na trzeci mecz grupowy i był najlepszy na parkiecie – zdobył 17 punktów, zebrał 9 piłek, miał 3 asysty i 6 przechwyty. Tyle samo punktów zdobył w meczu półfinałowym. Nie zapomnijmy również o drugim wałbrzyszaninie, Michale Wysockim, najlepiej punktującym w drugim meczu turnieju. Dodajmy też, że asystent trenera Cejby, Paweł Domaradzki to trener naszej koszykarskiej Akademii.

Stawomir Skonieczny

Decyzja już po sezonie

Kończymy w tym numerze prezentację zespołów Akademii Koszykówki Górnik Wałbrzych. Dziś trzeci zespół juniorów.

Zespół nazywany potocznie junior III tworzą chłopcy urodzeni w latach 2008, 2009 i 2010. Występują w nim zawodnicy, którzy dość późno rozpoczęli treningi, ale dostają możliwość trenowania swojej ulubionej dyscypliny. Poprzez treningi mają okazję uczyć się

koszykarskiego rzemiosła i je doskonalić. Drużyna nie występuje w rozgrywkach wojewódzkich, swoje umiejętności prezentując jedynie w meczach wewnętrznych. Decyzja o przyszłości zawodników tej grupy zapadnie po zakończeniu obecnego sezonu.



» Choć rozpoczęli przygodę z koszykówką dość późno, mają możliwość trenowania swojej ulubionej dyscypliny

Fot. używane (Stowarzyszenie Górnik 2010)

Drużynę junior III tworzą: Adrian Abel, Krzysztof Antczak, Dominik Bielakiewicz, Dominik Chmielewski, Dawid Ciesielski, Michał Dekert, Błażej Grudzień,

Kacper Jarocki, Hubert Jurerek, Antoni Kluska, Marceli Lamantowicz, Jakub Malon, Collins Oleksiak-Forde, Tomasz Piorun, Michał Sadowski, Alan Schmidt, Bartosz

Sodolewski, Maksymilian Strzyż, Bryan Walczak, Filip Warkoczyński, Szymon Wasilewicz oraz Alan Więclawski. Trenerem jest Marcin Ewiak, a treningi odbywają

się w każdy piątek w godzinach 19:00-20:30 w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 7 na Podzamczu (dawna PSP nr 21).

Stawomir Skonieczny



Nowy Tiguan

Już od 1380 zł

netto/mies.



Leasing dla przedsiębiorców. Materiał nie stanowi oferty w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego. Dane o zużyciu paliwa oraz emisji CO₂ sprawdź na stronie www.volkswagen.pl. Materiał może prezentować elementy wyposażenia dodatkowego lub opcjonalnego.



Autoryzowany Dealer Volkswagena
Jodko-Schiewe