

Aktywny jak senior!

czytaj w Dodatku Senioralnym

Ponad 60 mln zł dla seniorów

Dzięki nowemu projektowi „Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów”

- ponad 3,5 tysiąca seniorów z Kielc i powiatu kieleckiego może liczyć na ogromne wsparcie



Fundusze Europejskie

Głównym celem projektu partnerskiego pod nazwą „Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów”, którego liderem jest Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Świętokrzyskiego, którego całkowita wartość to ok. 63,5 mln zł. w tym 54 mln zł dofinansowania przez Unię Europejską, jest wsparcie 3,5 tysiąca seniorów z terenu miasta Kielce i 19 gmin powiatu kieleckiego, głównie osób niesamodzielnych, zależnych i z niepełnosprawnościami oraz osób wymagających aktywizacji i kompleksowego zdiagnozowania stanu zdrowia.

Wicemarszałek województwa świętokrzyskiego Renata Janik zachęca seniorów do udziału w projekcie: „ Jest to działanie zaadresowane wprost do Waszej gminy, krótko mówiąc - dla Was! Gorąco zachęcam zgłosić się! Poinformujcie o nim swoich bliskich i znajomych. Wszystkie potrzebne informacje znajdziecie Państwo w biurach realizatorów projektu (to jest w Miejskich/Gminnych Ośrodkach Pomocy Społecznej, MOPR w Kielcach, Centrach Usług Społecznych, Urzędach Gmin). Każdy senior, który zgłosi się do lidera w swojej gminie, czy mieście, otrzyma indywidualny program wsparcia. Projekt ma pomóc starszym mieszkańcom, zwłaszcza tym najbardziej potrzebującym, w codziennym funkcjonowaniu” - dodaje Pani wicemarszałek.

Seniorzy będą mogli liczyć na pomoc w zakresie m.in :

- usługi asystenta i opiekuna dla osób starszych i niepełnosprawnych, specjalistyczne usługi opiekuńcze i pielęgnacyjne, wspomagające proces leczenia osób przewlekle chorych - specjalistyczną opiekę dla osób z zaburzeniami psychicznymi, specjalistyczne usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania, usługi typu pomoc „złotej rączki” w drobnych naprawach czy „taxi dla seniora”

Dla aktywnych seniorów zaplanowano m.in: wsparcie trenerów, rehabilitantów i fizjoterapeutów w ramach zajęć relaksacyjno-usprawniających, spotkania integracyjne - połączone z działaniami prozdrowotnymi, udział w różnorodnych wydarzeniach kulturalnych, wykłady specjalistów dotyczące profilaktyki zdrowotnej oraz usługi wspierające: terapie typu ziołolecznictwo, dogoterapia, akupunktura czy muzykoterapia, korzystanie z usług fryzjera czy kosmetyczki.

- Projekt „Tworzenie Lokalnych Systemów Wsparcia dla Seniorów”, jest to projekt strategiczny, który przyjęła Komisja Europejska, dlatego że największą populacją 60 plus jest w Kielcach i w Powiecie kieleckim i ta tendencja niestety rośnie, w takiej sytuacji jedyne, co możemy zrobić to wspierać seniorów – mówi dyrektor Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej Elżbieta Korus.



Dziewięć milionów do wydania

Ruszyła 12. edycja Budżetu Obywatelskiego. W tym roku ratusz przeznaczy na jego realizację ponad dziewięć milionów złotych. W obecnej edycji można zgłaszać projekty które będą realizowane na przykład na gruntach należących do spółdzielni mieszkaniowych czy skarbu państwa. Zrobimy to tylko elektronicznie, a odpowiedni formularz jest dostępny na stronie Budżetu Obywatelskiego. Do najbardziej znanych dotychczasowych inwestycji należą m.in. wymiana części siedzisk na Suzuki Arenie, budowa skateparku przy Kadzielni, a także mała skocznia narciarska. Pomysły można zgłaszać do 5 maja.

/mp/

Wycieczki z Radiem eM

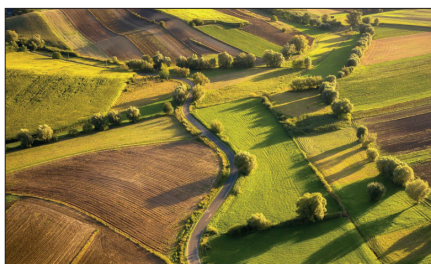
Radio eM Kielce wraz z parafią Niepokalanego Serca Najświętszej Maryi Panny w Kielcach organizuje cykl wyjazdów po Ziemi Świętokrzyskiej. Pierwszy z nich odbędzie się już w sobotę (25 maja). Uczestnicy przemierzą najbardziej malownicze tereny przepięknego Ponidzia i Ziemi

Miechowskiej. Odwiedzimy Pińczów, Busko-Zdrój, Wiślicę, Skalmierz, Rosiejów, Raławicę i Miechów. Wyjazd zaplanowano o godzinie 8, a powrót o godzinie 20. Zapisy na wycieczkę odbywają się w naszej siedzibie przy ulicy Sienkiewicza 2. Opłata wynosi 150 złotych. W planie wyjazdu jest obiad i odpoczynek.

/m/

Z Ghany do RPA

Pochodzący z diecezji kieleckiej arcybiskup Henryk Jagodziński został mianowany przez papieża Franciszka nuncjuszem apostolskim w RPA i Lesotho. Dotychczasowy nuncjusz w Ghanie urodził się 1 stycznia 1969 roku w Małogoszczu. Studiował w Wyższym Seminarium Duchownym



reklama

Następny
tygodnik **eM**
12 maja
Zapraszamy do lektury!

w Kielcach, ale także przez pewien czas w Seminarium Polskim w Paryżu. Święcenia kapłańskie przyjął 3 czerwca 1995 roku. Doświadczenie dyplomatyczne zdobywał w nuncjaturze na Białorusi, Chorwacji, Bośni i Hercegowinie oraz



reklama

KOŁDREX
Szycie kołder
Pranie pierza
20%
Z tym KUPONEM rabatu
na cały asortyment!
tel. 534-222-122; www.koldrex.pl

KW 07-04

OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

Kielce, ul. Jagiellońska 92



ZAPRASZAMY

Od poniedziałku
do piątku w godzinach
7.00 – 21.00
w soboty 7.00 – 14.00

Tel. 41 345 76 25, 41 201 41 10 wew. 241

HOLOWANIE POJAZDÓW 24 h powyżej 3,5 t



Wydawca:

Radio eM Kielce

Kielce 107,9 FM

Busko-Zdrój 91,8 FM

Święty Krzyż 91,3 FM

Włoszczowa 94,4 FM

Redaktor naczelny:

ks. Karol Rasala

Z-cy redaktora naczelnego:

Tomasz Natkaniec red. prowadzący

Piotr Michalec

DTP: Radosław Kaszyński

eM Reklama:

www.em.kielce.pl/reklama

reklama@em.kielce.pl

tel. 41 368 07 17

facebook.com/radioemkielce

KONTAKT Z REDAKCJA: 41 349 50 23

ADRES REDAKCJI: Tygodnik eM Kielce

ul. Sienkiewicza 2, 25-333 Kielce

tel. 41 368 04 61

tygodnik@em.kielce.pl

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń

► Czarnogórze. Arcybiskup Henryk Jagodziński pracował też na Dalekim Wschodzie. W Indiach był radcą nuncjatury. W 2020 roku został mianowany nuncjuszem apostolskim w Ghanie. /mł/

Uran w regionie

Świętokrzyska Grupa Przemysłowa „Industria” potwierdziła znalezienie złoża uranu w Górach



Świętokrzyskich. Odkrycia miały miejsce w okolicach Daleszyc i Łągowa; poinformował o tym prezes spółki, Szczepan Ruman. Przypomnijmy, że w 2021 roku Industria złożyła wniosek o udzielenie pozwolenia na poszukiwania złóż z zawartością tego pierwiastka. Po przekazaniu koncesji rozpoczęły się prace poszukiwawcze, właśnie w ramach których potwierdzono obecność uranu w złożu. Będą one kontynuowane w nadchodzących miesiącach, aby dokładnie określić rozmiar złoża oraz potencjalne metody jego eksploatacji. /mł/

Płonął po raz trzeci...

Nocą z 17 na 18 kwietnia, około godziny 1.30, doszło do trzeciego już pożaru w opuszczonym budynku przy ulicy Silnicznej w Kielcach. Na



miejscu pracowały cztery zastępy straży pożarnej, ogień ogarnął wieżbę dachową, a na poddaszu budynku panowało silne zadymienie. Ratownicy siłą otworzyli zamknięte drzwi i ugasiли pożar dwoma strumieniami wody. Strażacy monitorowali kamerą termowizyjną dach budynku, równocześnie trwało przeszukiwanie obiektu, na szczęście wewnątrz nikogo nie było. Poprzednie pożary w tym miejscu miały miejsce 24 marca i 10 lutego. /ar/

Oto mistrzowie

Kapłani z diecezji kieleckiej zdobyli złoty medal na XVIII Mistrzostwach Polski Księży w Halowej Piłce Nożnej. Nasi duchowni przeszli jak burza przez fazę grupową. Pokonali diecezję siedlecką 3:0, diecezję tarnowską 1:0, diecezję sandomierską 2:0 oraz diecezję radomską



2:1. Równie dobrze grali w fazie pucharowej. W ćwierćfinale wygrali z reprezentacją archidiecezji lubelskiej 3:0, a w półfinale, po zaciętym boju, zwyciężyli archidiecezję gdańską 2:0. W finale zdecydowanie pokonali archidiecezję częstochowską 4:0. Złote medale zdobyli: ks. Marek Łosak, ks. Edward Giemza, ks. Stanisław Kostucha, ks. Dariusz Snochowski, ks. Tomasz Równicki, ks. Arkadiusz Pasoń, ks. Damian Liwocha, ks. Michał Bieroński, ks. Tomasz Chowaniec, oraz ks. Łukasz Chowaniec. /tc/

Teraz pograją!

Uczniowie Szkoły Podstawowej numer 13 w Kielcach im. Władysława Jagiełły już wkrótce będą



mogli cieszyć się z nowych boisk. W miejsce asfaltowego, powstanie wielofunkcyjny plac do gry w koszykówkę i piłkę ręczną, wykonany z nawierzchni poliuretanowej (mieszanka żywicy i gumowych granulatów). Wybudowane zostaną także boisko do siatkówki. W ramach rewitalizacji zamontowane będą bramki, kosze i siatki. Staną ławki, kosze na śmieci, położone zostaną nowe chodniki. Całość obejmie monitoring. Inwestycja kosztować będzie około 1,2 mln zł. /mp/

reklama

abe
OKNA DRZWI

OKNA • DRZWI • ROLETKI • BRAMY

Wysoka jakość
w najlepszej cenie

Kielce ul. Wspólna 6, tel. 515 015 563, biuro@abe.kielce.pl; www.abe.kielce.pl

SERWIS OGUMIENIA

Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacji Sp. z o.o. w Kielcach, ul. Jagiellońska 92

OFERUJEMY:

- wymianę opon w profesjonalnych montażowniach
- sprzedaż opon do wszystkich typów pojazdów samochodowych
- prostowanie, piaskowanie i malowanie felg aluminiowych i stalowych
- naprawę ogumienia materiałami o najwyższej jakości
- pompowanie kół azotem
- komputerowe wyważanie kół na najnowocześniejszych urządzeniach
- sezonową przechowalnię ogumienia i kół

Od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00 – 16.00, sobota 8.00 – 15.00

Tel. 41 201 41 10 w. 325, 41 201 41 75

Oczyszczają Staszica

Pomnik Stanisława Staszica w Parku Miejskim w Kielcach jest zaniedbany. Reprezentacyjne miejsce w parku zdobią ptasie odchody i ze-



schnięte liście. Tak nie powinno być – skarżą się słuchacze Radia eM Kielce. Po naszej interwencji władze miasta zleciły uporządkowanie terenu wokół pomnika patrona kieleckiego parku. – Z uwagi na to, że w tym miejscu każdego roku odbywają się główne obchody uchwalenia Konstytucji 3 Maja, teren wokół pomnika Stanisława Staszica i sam monument zostanie uprzątnięty – wyjaśnia Marcin Januchta, rzecznik kieleckiego ratusza. /mk/

To przyszłość motoryzacji?

Jak działa samochód autonomiczny? O tym mogli przekonać się we wtorek, 23 kwietnia, studenci Politechniki Świętokrzyskiej. Na terenie kampusu kieleckiej uczelni naukowcy z Sieci Badawczej Łukasiewicz – Przemysło-



wego Instytutu Motoryzacji, zaprezentowali pierwszy tego typu pojazd w Polsce. – To nasza platforma badawcza do testowania i wdrażania algorytmów dla pojazdów autonomicznych i zautomatyzowanych. Dzięki zastosowaniu zaawansowanych rozwiązań technologicznych, m.in. kamer, czujników oraz oprogramowania wykorzystującego sztuczną inteligencję, auto potrafi niemal samodzielnie się poruszać – informuje Patryk Szwałkowski, ekspert z Sieci Badawczej Łukasiewicz. /mk/

Kieleccy kucharze najlepsi!

Podczas II Mistrzostw Polski Szkół Gastronomicznych, które odbyły się w Zespole Szkół Przemysłu Spożywczego im. Danuty Siedzikówny „Inki” zmierzyli się najlepsi młodzi kucharze z całej Polski. Konkurs wygrali Oskar Brzozowski oraz Wiktor Wolczyk z Kielc. W kulinarnych zawodach



uczniów wzięło sześć drużyn z całej Polski. Uczestnicy musieli przygotować kilka dań, w których składnikami obowiązkowymi były: schab wieprzowy bez kości, kmin rzymski, śmietana i serek do sushi. Jednym z jurorów był znany kucharz Karol Okrasa. /mp/

Ratuje życie

Najpierw odbył się pokaz, a potem oficjalne przekazanie: 18 kwietnia kieleccy strażacy otrzymali do testów najnowocześniejszy sprzęt ułatwiający ratowanie życia. Mowa o platformie



gaśniczej do samochodów elektrycznych, a także akumulatorowej dogaszarki ognia, zwijacza do węży oraz skośnym wsporniku progowym. Jak informuje st. ogn. Beata Gizowska z Komendy Miejskiej PSP w Kielcach, jeden komplet sprzętu trafił do jednostki ratowniczo-gaśniczej numer 1 w Kielcach, a z kolejnego korzystać będą warszawscy strażacy. Producentem urządzeń jest firmą Dexwal. /ar/

Poszukiwani świadkowie

Policjanci szukają świadków wypadku, do którego doszło 21 kwietnia na skrzyżowaniu ulic Zagórskiej i Tarnowskiej w Kielcach, na oznakowanym przejściu dla pieszych. Około godziny 16, na pasie w kierunku Tarnowa potrącono 16-letnią dziewczynę. Kierująca ciemnym autem kobieta, skręcała w lewo z ulicy Zagórskiej w ulicę Tarnowską i po zdarzeniu oddaliła się z miejsca wypadku. Policji poszukują zarówno jej jak i osób, które mogły widzieć zdarzenie. Można



zadzwoń pod numery: 47 802 3720, 47 802 3733 albo 112, lub zgłosić się do komendy miejskiej, przy ul. Kołłątaja 4. /ar/

Uwielbią w centrum

Stowarzyszenie Dwa Przymierza oraz zespół To On zakończyli cykl uwielbień pod nazwą „Kto idzie za Mną?”, które odbywały się w parafiach diecezji kieleckiej. Wydarzenia kolejny raz poprzedziły i przygotowały organizatorów do Uwielbienia W Centrum Miasta Kielce, które w tym roku zaplanowano na 25 maja. – To był piękny czas i dziękujemy wszystkim wiernym, którzy przyjmowali nas do swoich wspólnot. Spotkanie w centrum Kielc zbliża się wielkimi krokami, dlatego zapraszam wszystkich, aby poszli z nami do celu – mówi Tomasz Radek ze Stowarzyszenia Dwa Przymierza. Wkrótce na naszej stronie więcej informacji na temat tego wydarzenia. /lc/

Zagrali jak z nut!

W bazylice katedralnej w Kielcach odbył się I Ogólnopolski Konkurs Organowy uczniów Diecezjalnych Studiów Organistowskich. Wśród zwycięzców znalazł się nastolatek w Kielc. Jak podkreśla Mariusz Bednarz, pierwszy organista kieleckiej katedry, rywalizacja była niezwykle wyrównana i stała na bardzo wysokim poziomie. – Młodzież pokazała się z bardzo dobrej strony. Zaprezentowała wysokiej jakości wykonania, czym ujęła jurorów. Byliśmy zaskoczeni poziomem, bo nastolatki grały jak profesjonalści. To bardzo cieszy, bo niestety nauka gry na instrumentach nie jest wśród młodzieży popularna. Widać jednak, że jest grupa osób, którym to się podoba i czerpią z tego radość – mówi. W konkursie pierwsze miejsce zajęli 15-letni Alan Nowak z Kielc i Kamila Wojtala z Gliwic. Zaraz za nimi uplasował się Marcin Sołtys. /ml/

Kontakt z redakcją
41 349 50 23

reklama

ZWROT PODATKU Z ZAGRANICĄ,
PIT-y, KOREKTY KINDERGELD
ZASIŁKI NA DZIECI

ROZLICZENIA Z ZAGRANICZNYMI
URZĘDAMI SKARBOWYMI

SIS Kancelaria Prawno-Finansowa
25-334 Kielce, ul. Winnicka 24, tel.: 41 249 57 83



www.zwrotpodatkusis.pl

KW 07-01



Kto tu rządzi?

autor: Maciej Piętko

21 kwietnia odbyła się druga tura wyborów samorządowych. Mieszkańcy 17 świętokrzyskich miast ponownie wybrali się do urn i zdecydowali o tym, kto zostanie ich prezydentem, burmistrzem bądź wójtem

W województwie świętokrzyskim po raz kolejny dopisała frekwencja. W naszym regionie wydano prawie 202 tysiące kart do głosowania, co przełożyło się na 47-procentową frekwencję. Była ona o 3 punkty procentowe większa niż na terenie całego kraju.

BĘDZIE NOWA „PREZYDENTKA”

Ostatecznie nowym prezydentem stolicy województwa świętokrzyskiego została kandydatka Platformy Obywatelskiej Agata Wojda, która pokonała Marcina Stępniewskiego, przedstawiciela Prawa i Sprawiedliwości. Była wiceprezydent Kielc otrzymała 38 256 głosów (56,54%). Z kolei Marcin Stępniewski dostał 29 407 głosów (43,46%).

– Już teraz chcę podziękować kielczankom i kielczanom za ogrom zaufania i ogromną odpowiedzialność, którą prawdopodobnie oddadzą w moje ręce. Chcę również zaapelować do tych wszystkich, którzy nie oddali dziś na mnie głosu, którzy są być może smutni i rozczarowani, abyśmy dali sobie szansę na to, aby wspólnie współtworzyć Kielce – mówiła tuż po ogłoszeniu wyników Agata Wojda.

Nowa prezydent Kielc zaapelowała również do wszystkich mieszkańców o wyrozumiałość, cierpliwość i współpracę przy zarządzaniu miastem.

Nieco gorsze nastroje panowały w sztabie Marcina Stępniewskiego.

– Dziękuję mojej żonie i wszystkim, którzy mnie wspierali – mówił Marcin Stępniewski. – Mamy silną drużynę w radzie miasta i będziemy starali się wprowadzać Nową Wizję Kielc w naszym mieście. To punkty programowe poza podziałami politycznymi. Liczę, że nawet będąc w opozycji będziemy w stanie zmieniać Kielce. Wykonaliśmy nieprawdopodobnie ciężką pracę – dodał kandydat PiS.

O komentarz w sprawie wyników wyborów poprosiliśmy politolog Agnieszkę Zarembę z Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach.

reklama

abe
ANDRZEJ BEDNARCZYK

OKNA I DRZWI
NA KAŻDĄ KIESZEŃ

Kielce ul. Mielczarskiego 63
tel. 662 291 099
a.bednarczyk@abe.kielce.pl;
www.abe.kielce.pl

Kielce ul. Wspólna 6,
tel. 515 015 563, tel. 41 366 14 16
biuro@abe.kielce.pl
www.abe.kielce.pl

01/ABE/2024

– Muszę powiedzieć, że sporym zaskoczeniem jest dla mnie dobry wynik Marcina Stępniewskiego. To kandydat, który nie jest szeroko znany, ale widać, że zapracowała kampania. W tych wyborach ogromne znaczenie miał również sztyl partyjny. Wiele osób głosowało „anty-pis” bądź „anty-platforma”. Chciałabym jednak zwrócić uwagę na gigantyczną pracę wykonaną przez Agatę Wojdę. Uważam, że zrobiła bardzo nietypową, ale skuteczną kampanię – powiedziała Agnieszka Zaremba.

KTO UTRZYMAŁ STANOWISKO W REGIONIE?

Kielce to nie jedyne świętokrzyskie miasto, które będzie miało nowego prezydenta. Do innych twarzy w ratuszu przyzwyczaić się będą musieli między innymi mieszkańcy Ostrowca Świętokrzyskiego (Artur Łakomicz) i Skarżyska-Kamiennej (Arkadiusz Bogucki). Nowymi burmistrzami zostali Paweł Niedźwiedz (Sandomierz) oraz Jerzy Szydłowski (Busko Zdrój). Debiutantami na stanowiskach wójtów są również Karol Picheta (gmina Strawczyn) oraz Beata Janiszewska (Smyków). W województwie świętokrzyskim znajdziemy także idealne przykłady na to, jak ważny może być każdy oddany głos. W Radoszycach o wyniku wyborów zdecydowało bowiem... 31 osób. To dzięki nim burmistrzem pozostanie Michał Pękala. W połowie spośród dziesięciu największych świętokrzyskich miast „wymieniono” włodarza. Skąd taka tendencja?

– To oczywiście zależy od charakterystyki danego miasta. Może być to znudzenie stylem rządzenia danej osoby, bądź po prostu nią samą. Po tych wyborach generalnie widać, że wyborcy mają ochotę na coś innego. W wielu miastach podziękowano tym, którzy rządzą od wielu lat. Czujemy pewien powiew zmian – dodaje Agnieszka Zaremba.

NAJWIĘKSI PRZEGRANI

Ogłoszenie wyników wyborów to dla większości kandydatów smutny czas. W końcu prawie zawsze więcej jest tych zawiedzionych niż zadowolonych z decyzji wyborców. Wśród przegranych, jak zawsze, są też ci najbardziej pechowi.

Do takich zaliczyć mogą się urzędujący włodarze, którzy polegli w drugiej turze m.in. Zbigniew Piątek (Piekoszów), Irena Marcisz (Łopuszno), Dariusz Skiba (Bodzentyn) i Marcin Marzec (Sandomierz). Czy jest to dla nich koniec politycznej kariery?



– W małych miejscowościach odtworzenie poparcia może być bardzo trudne. Czasami jest zresztą tak, że tym osobom nie zależy na reelekcji. Ważny jest też układ w Radzie Gminy. Jeśli nie udało się tam wprowadzić żadnych przedstawicieli, to szanse na odzyskanie urzędu w przyszłości są niewielkie – odpowiada Agnieszka Zaremba.

NOWE SAMORZĄDY

Kadencja obecnego samorządu trwa do 30 kwietnia. Najprawdopodobniej tuż po „majówce” zaprzysiężeni zostaną nowi zarządcy świętokrzyskich miast. Ciekawie sytuacja wyglądać będzie szczególnie w stolicy regionu. Zwycięstwo Agaty Wojdy najprawdopodobniej zdecyduje o składzie koalicji w Radzie Miasta.

– Na razie „Przyjazne Kielce” są języczkiem uwagi. Dużo zależy będzie od przyszłych rozmów koalicyjnych. Wydaje mi się jednak, że Agata Wojda poradzi sobie nawet bez zawiązania tego sojuszu. Myślę, że mandat jaki uzyskała pozwoli jej na skuteczne sprawowanie władzy – wyjaśnia Agnieszka Zaremba. Poprzednia kadencja samorządu była dość burzliwa. Czy ta będzie inna?

– Jeśli chodzi o Radę Miasta to nie mam wątpliwości, że będzie spokojniej. Nie ma w niej aż tylu mocnych osobowości, które mogłyby zachwiać sceną polityczną – uzupełnia Agnieszka Zaremba.

Wyborcza gorączka już się zakończyła. Niebawem jednak rozpocznie się kolejna. Już w czerwcu odbędą się wybory do Parlamentu Europejskiego. ◀

reklama



**ZARZĄD
TRANSPORTU
MIEJSKIEGO
W KIELCACH**

INFORMUJE



KOMUNIKACJA W WEEKEND MAJOWY 2024

1 maja – Obowiązują rozkłady jazdy jak w **NIEDZIELE**

2 MAJA – Obowiązują rozkłady jazdy jak w **DZIEŃ ROBOCZY** oprócz linii **4, 8, 13, 21, 30, 36, 54, 103, 114**, których autobusy pojadą jak w **SOBOTE**. Ponadto nie będą kursowały autobusy linii **104**.

3 maja – Obowiązują rozkłady jazdy jak w **NIEDZIELE**

4 maja – Obowiązują rozkłady jazdy jak w **SOBOTE**

5 maja – Obowiązują rozkłady jazdy jak w **NIEDZIELE**

Zakątek dla potrzebujących

W Domu św. Jana Pawła II w Pietraszkach już działa Środowiskowy Dom Samopomocy. Wyremontowanie budynku zostało sfinansowane ze środków rządowych, przekazanych przez Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Kielcach.

– Jest to dom przeznaczony dla osób z problemami psychicznymi oraz znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Tacy ludzie mogą się do nas zgłaszać, kontakt znajduje się na naszej stronie oraz Facebooku. Zapewniamy tutaj bezpłatny pobyt i jesteśmy w stanie dowieźć te osoby na zajęcia. Jest też posiłek – opowiada ks. Witold Janocha, dyrektor Domu św. Jana Pawła II.

Pierwsze zajęcia w ŚDS odbyły się na początku marca. Od tamtej pory pracownicy placówki przywożą na nie codziennie ponad 20 podopiecznych.

– Ja akurat jestem chory na serce, miałem trzy zabiegi. Trafiłem tu prawie dwa miesiące temu i czuję się w ośrodku wspaniale; to idealne miejsce. Jest tu przepięknie, mamy różnego rodzaju zajęcia, ale nade wszystko czyste powietrze. Myślę, że takich miejsc powinno być zdecydowanie więcej – mówi podopieczny, Ryszard Podstawka.

Przypomnijmy, że to Biskup Kielecki Jan Piotrowski przeznaczył budynek na pomoc osobom potrzebującym. Na rzecz ŚDS-u diecezja kielecka wygospodarowała dwa piętra domu w Pietraszkach.

– Historia tego miejsca jest burzliwa i dzieliła losy naszej ojczyzny. Przed wojną użytkował je Katolicki Uniwersytet Ludowy. Myślę, że teraz budynek spełnia swoją misję i trzeba na to patrzeć jako na realizację przykazania miłości Boga i bliźniego w codzienności życia – tłumaczy biskup Jan Piotrowski.

Koszt inwestycji wyniósł trzy miliony złotych. ◀



autor: Łukasz Czerwiak

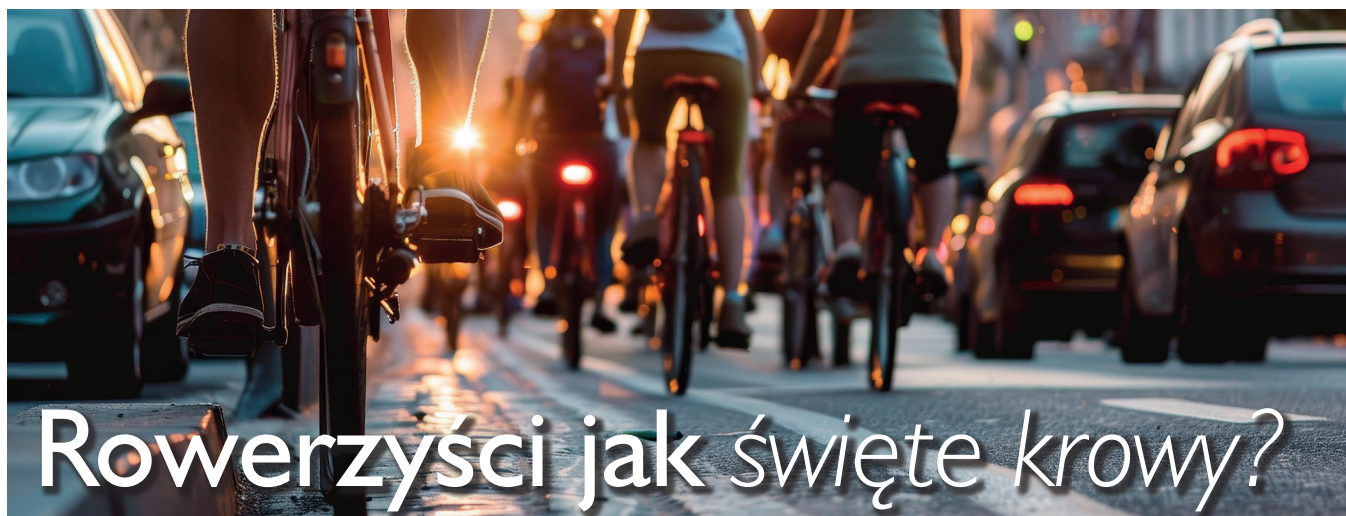


Wiosna kulinarnie w Da Vinci

Nowa karta menu w Da Vinci jest pełna wiosennych smaków i aromatów, w której królują nowalijki. Spośród przystawek ciepłych i zimnych można znaleźć królika, który podawany jest z młodą kapustą i boczniakiem na chrupiącej bułce; zielone szparagi podane ze świeżą sałatką z ziół polskich oraz śledź w bardzo lekkiej wersji z zielonym polskim jabłkiem. Do ciekawszych propozycji zalicza się sezonowy zielony barszcz, przygotowywany z pokrzyw i lubczyku- jest to wegetariańska wersja zupy. Wiosna to czas na lekkie dania, w których króluje delikatne mięso i oczywiście warzywno, wiosenne dodatki! W naszej karcie menu znajdziemy również trzy rodzaje lekkich i świeżych sałat. Poza wiosennymi przystawkami warto zwrócić szczególną uwagę na jagnięcinę z ekologicznej hodowli z miejscowości Gózd z gminy Górno podaną z zielonym groszkiem, marchwią i ciastkiem ziemniaczanym. Elementem, który wynosi to danie na wyższy poziom jest orzeźwiający sos miętowy. Kolejną naszą propozycją są dworskie pierogi z pesto z młodych polskich ziół. Pierogi faszerowane są twarogiem i pieczonym młodym ziemniakiem.

Ciekawym daniem jest również pierś z kurczaka z kostką oraz chrupiąca skórą, która podana jest w asyście wytrawnej tarty z zielonymi szparagami oraz polskim serem dojrzewającym rubin. W karcie nie zabrakło również polskich klasyków dań jak schabowy z kością marynowany w mleku ze świeżymi liśćmi majeranku podany z młodą kapustą oraz duszona wołowina z delikatnymi kluskami ziemniaczanymi.

Zwieńczeniem naszej karty są desery, gdzie hitem jest sernik królowej Bony nadziewany musem z rabarbaru z delikatną kruszonką bazyliową- podawany w formie monoporcji. Ponadto znajdziemy beż z lemon curdem oraz crème brulle z żelą limonkowym. Przygotowując kartę prowadzimy długie debaty o tym jakie dania wpisują się w klimat naszego miejsca, jakie składniki dobrać do poszczególnych dań, jak wyznaczyć trend nowego menu i co w danym sezonie ma być atrakcyjne. ◀



Rowerzyści jak święte krowy?

„Zamiast jechać prawą stroną drogi, wybrali jej środek. Takie, kompletnie nieodpowiedzialne zachowanie rowerzystów, to ogromne zagrożenie na drogach” – alarmuje słuchacz Radia eM Kielce. Przykładów takich zdarzeń kielczanie obserwują coraz więcej, a my postanowiliśmy sprawdzić, jakie zasady obowiązują cyklistów

Wojenka między kierowcami, a rowerzystami jest niestety dość powszechna. Wina, jak zwykle, leży zapewne gdzieś po środku, a my dziś na tapetę wzięliśmy sygnały dotyczące nieodpowiedzialnych zachowań wśród cyklistów.

CAŁĄ GRUPĄ I ŚRODKIEM

Sytuacja, którą opisał nasz słuchacz miała miejsce 9 kwietnia, po południu, na ulicy Sandomierskiej w Kielcach. Wtedy to grupa rowerzystów miała jechać środkiem ulicy. Ale niepokojących komentarzy otrzymaliśmy więcej.

- Codziennie jeżdżę ulicą Krakowską do pracy. Wzdłuż niemalże całej jezdni biegnie droga rowerowa. Niejednokrotnie zdarzyło mi się obserwować grupę kilku cyklistów, jadących w stronę centrum i zajmujących cały pas jezdni. Kierowcy muszą omijać ich drugą stroną drogi, bo nie są uprzejmi ustawić się w szereg i jechać wzdłuż krawężnika – napisał do nas pan Piotr.

Czytelnik wskazał jeszcze jedno, niebezpieczne i... agresywne, jego zdaniem, zachowanie.

- Dosłownie kilka dni temu, także na ulicy Krakowskiej, jechał przede mną rowerzysta. Mężczyzna również prowadził rower środkiem drogi, zmuszając kierowców do niebezpiecznych manewrów. Gdy któryś z kierujących na niego zatrąbił, cyklista pokazał środkowy palec – przekazywał pan Piotr.

A jakie komentarze pojawiają się wśród rowerzystów? Poniżej dwa, które udostępniono na naszym portalu społecznościowym.

„Rower na jezdni, straszne! Policjant też plecie bzdury (komentarz policjanta pojawi się niżej). Niech wsiądzie na rower i pokaże jak prawidłowo pojechać na wprost skoro tylko środkowy pas prowadzi na wprost. Strach pomyśleć co napiszecie jak się dowiecie, że rowerzyści jadą jezdnią też lewym pasem jak skręcają w lewo!” – napisał pan Kamil.

Z kolei komentarz „Seby” brzmiał: „A ile jest takich dróg, których stan techniczny jest taki, że inaczej jak środkiem jest niemożliwe... No bo oczywiście nie remontowane. Lepiej parki i trawniki”.

OKIEM POLICJANTA I... STATYSTYKI

O komentarz poprosiliśmy policjanta. Jak stanowczo podkreśla komisarz Mariusz Bednarski ze świętokrzyskiej drogówki, jazda środkiem ulicy przez dwóch rowerzystów obok siebie, jest absolutnie niedopuszczalna.

- Przepis stanowi jasno: rowerzyści w kolumnie, już od dwóch osób, muszą poruszać się jeden za drugim. Muszą znajdować się również jak najbliżej prawej krawędzi jezdni. Oczywiście tylko w przypadku, gdy nie ma możliwości poruszania się drogą lub ścieżką rowerową – mówi policjant.

I jak dodaje, obowiązek przestrzegania zasad ruchu drogowego dotyczy tak samo kierowców, jak i rowerzystów, pieszych, czy motocyklistów.

Do jak wielu zdarzeń drogowych dochodzi z udziałem cyklistów? W minionym, 2023 roku, policjanci odnotowali 90 wypadków tego typu. - Oprócz tego doszło do 272 kolizji, rannych zostało 80 osób, zginęło pięć – wylicza mł. asp. Maciej Ślusarczyk z zespołu prasowego świętokrzyskiej policji.

Z kolei w 2022 wypadków, w których udział brali rowerzyści było 97. - Odnotowaliśmy także 226 kolizji. Rannych zostały 82 osoby, zginęło osiem – podsumowuje Ślusarczyk.

Natomiast tylko od początku 2024 roku (stan na 10 kwietnia) wypadków było już 14, kolizji - 25, obrażenia odniosło 13 osób, a zginęły dwie.

Wsiadając na rower, warto pamiętać nie tylko o swoich prawach, ale i obowiązkach. A może przede wszystkim – o zdrowym rozsądku. Wszak w starciu z samochodem, cyklista nie ma żadnych szans. ◀

Kampus XXI wieku

W styczniu br. pracę rozpoczął Świętokrzyski Kampus Laboratoryjny Głównego Urzędu Miar. Ośrodek przy ulicy Wrzosowej był jedną z najważniejszych regionalnych inwestycji w ostatnim czasie

Dziedziniec kampusu, jak mówi Piotr Ziółkowski, który oprowadza nas po obiekcie, jest wzorowany na greckiej agorze. Wśród roślinności mają tu spotykać się naukowcy i dyskutować o najciekawszych zagadnieniach z dziedziny metrologii.

Nie zwalniamy tempa i przechodzimy dalej, krocząc pachnącymi nowością korytarzami. Wchodzimy do jednej ze stref laboratoryjnych, w których znajdują się tzw. clean roomy, czyli pomieszczenia czyste.



STOJĄC NA AGORZE

Za naszymi plecami znajduje się budynek organizacyjno-techniczny, a po naszej prawej stronie widoczny jest budynek laboratorium długości, który połączony jest z kolei z laboratorium czasu. Kładką możemy przejść do laboratorium masy.

– Tam w przyszłości znajdzie się wzorzec jednego kilograma, który będzie przyjeżdżał na badania w specjalnie przygotowanym pomieszczeniu laboratoryjnym. Kolejny budynek to laboratorium termometrii i specjalny warsztat oraz laboratorium nowoczesnych technologii z drukarkami 3D i programistami badającymi wykorzystanie sztucznej inteligencji – wskazuje nasz rozmówca.

Pierwsze kroki kierujemy do najdłuższego pomieszczenia w kampusie, które przeznaczone jest do badania fotoradarów.

– Zanim takie urządzenia znajdą się na drogach, będą musiały być sprawdzone u nas. W przyszłości z pewnością będą tu przeprowadzane eksperymenty. W tunelu symulujemy prędkość i jej pomiary – opisuje Piotr Ziółkowski.

KLIMATYCZNIE I TAJEMNICZO...

Wędrując korytarzami ośrodka, docieramy do tajemniczej maszyny. To jedna z największych i najnowocześniejszych komór klimatycznych w Polsce.

– Tutaj, w warunkach laboratoryjnych jesteśmy w stanie stworzyć dowolne warunki pogodowe – mrozną temperaturę lub bardzo upalny dzień. W takiej komorze umieszczamy potem urządzenie, które chcemy sprawdzić w danych warunkach – wyjaśnia dyrektor generalny GUM.

– Aktualnie trwają badania czystości. Już teraz wiemy, że ich wyniki wychodzą lepiej niż zakładaliśmy. Wszystko po to, aby zapewnić odpowiednie warunki urządzeniom, które do nas dotrą. Myślę, że ich rozruch nastąpi w ciągu kilku tygodni – zapewnia Piotr Ziółkowski.

Wśród wspomnianych urządzeń będą dwa superdokładne zegary – maser wodorowy ze Stanów Zjednoczonych i fontanna cezowa.

... ORAZ BARDZO CICHO

Po drodze do kolejnego arcyciekawego pomieszczenia odwiedzamy m.in. warsztat, w którym powstawać mają innowacyjne elementy i urządzenia. Naszym celem są jednak dwie komory akustyczne – mała i duża. Stajemy na progu jednej z nich, „słyszac” niemalże doskonałą ciszę.

– Duża komora będzie największym tego typu miejscem w Polsce o największych parametrach akustycznych. Będziemy tu wzorcować mikrofony i inne urządzenia. Jest tu tak cicho, że jeżeli byśmy tam weszli i uspokoili oddech, to z łatwością usłyszymy bicie własnego serca – podkreśla Ziółkowski.

Tym samym kończymy naszą podróż. Budowa kampusu się jednak nie kończy. W jej drugim etapie przewidziano powstanie dwóch kolejnych budynków – laboratorium elektryczności i magnetyzmu oraz laboratorium promieniowania jonizującego. ◀



Co słychać w regionie?

Protest pocztowców w Warszawie, nielegalny hazard, „Bajkowy korowód” w Pacanowie, przymrozki zagrażające pszczołom i... kolejny Międzynarodowy Spis Bociana Białego – sprawdziliśmy, co słychać w naszym regionie

ŚWIĘTOKRZYSKY POCZTOWCY PROTESTOWALI W WARSZAWIE

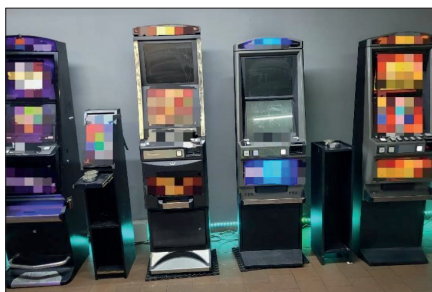
Pracownicy Poczty Polskiej sprzeciwiają się planowanej drastycznej redukcji etatów. Jak poinformowała Dorota Lipka, przewodnicząca NSZZ „Solidarność” Pracowników Poczty Polskiej w Kielcach,



w miniony wtorek ze stolicy regionu do Warszawy pojechało około stu osób. Pikietka została zorganizowana o godzinie 13 przed siedzibą Ministerstwa Aktywów Państwowych. W sumie przybyło na nią kilka tysięcy pracowników PP. Zgromadzeniem kierował Bogumił Nowicki, przewodniczący „Solidarności” w Poczcie Polskiej. – Wtorek był dniem roboczym, nie chcieliśmy paraliżować pracy urzędu, dlatego w pikiecie wzięły udział tylko delegacje poszczególnych placówek – wyjaśniała Dorota Lipka.

NIELEGALNY HAZARD

Pieniądze pochodzące z nielegalnego hazardu i automaty do gier zabezpieczyli włoszczowscy policjanci oraz funkcyjona-



riusze Świętokrzyskiego Urzędu Celno-Skarbowego na terenie jednej z posesji we Włoszczowie. Do kontroli doszło 11

kwietnia. – Zabezpieczyliśmy łącznie dziewięć automatów do gier hazardowych oraz ponad osiem tysięcy złotych, które najprawdopodobniej pochodzą z nielegalnego procederu – wylicza st. post. Weronika Rak z KPP we Włoszczowie.

Maszyny wkrótce trafią do Urzędu Celno-Skarbowego.

BAJKOWY KOROWÓD W PACANOWIE

Lubisz dobrze się bawić i masz głowę pełną pomysłów? Europejskie Centrum Bajki w Pacanowie zaprasza do udziału w „Bajkowym Korowodzie”. Zgłaszać się mogą grupy przyjaciół, rodziny, reprezentacje szkół, klubów czy domów kultury. Jak informują organizatorzy, warunkiem udziału jest stworzenie przynajmniej pięcioosobowej, bajkowo przystrojonej

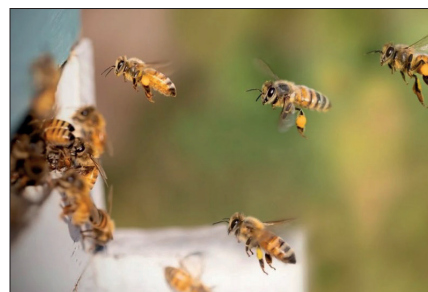


grupy. Musi ona mieć swoją nazwę i pełnoletniego opiekuna.

Tematem prezentacji ma być interpretacja wybranej bajki. Zwycięskie zespoły wskaże jury pod przewodnictwem Koziołka Matołka. Główną nagrodą w konkursie będzie karta podarunkowa o wartości czterech tysięcy złotych, ufundowana przez znaną sieć sklepów elektronicznych.

WIOSNA NIE SPRZYJA PSZCZOŁOM

Przymrozki nie wróżą nic dobrego, zwłaszcza pożytecznym pszczołom, które potrzebują teraz dużo pokarmu dla młodych rodzin. Świętokrzyscy pszczelarze obawiają się o kondycję owadów i przewi-



dują mniejsze zbiory pierwszego, wiosennego miodu. – W lutym i marcu mieliśmy wysokie temperatury, dlatego pszczoły bardzo się rozbudziły. Teraz powinny zbierać nektar, ale niestety zimno prawdopodobnie im to uniemożliwi – mówi Wiesław Sochacz, prezes Świętokrzyskiego Stowarzyszenia Pszczelarzy. Jak co roku hodowcy apelują do rolników i sadowników również o rozsądne stosowanie środków ochrony roślin.

SZUKAJĄ CHĘTNYCH DO... LICZENIA BOCIANÓW

W lipcu po raz ósmy odbędzie Międzynarodowy Spis Bociana Białego. W związku z tym poszukiwani są wolontariusze do liczenia tych ptaków. To może rozpocząć się już jednak pod koniec czerwca. Wszystko zależy od tego, kiedy bociany powrócą do gniazd i przystąpią do lęgów.



„W liczeniu może wziąć udział każda osoba, która ma podstawowe umiejętności obserwacji ptaków, posiada lornetkę i środek transportu. W powiecie kieleckim można zgłaszać się w gminach: Zagnańsk, Bieliny, Łągów, Łopuszno, Kielce”, czytamy w komunikacie.

Ziemia Świętokrzyska *nadal rodzi nowe powołania misyjne*



Nazywam się Małgorzata Giel. Pochodzę z małej miejscowości nieopodal Świętego Krzyża - Wzdół Rządowy. Tam się wychowałam, wzrastałam. W rodzinnej parafii Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny otrzymałam sakrament Chrztu Świętego, przyjąłam I Komunię Świętą i sakrament Bierzmo- wania. W tej wspólnotce parafialnej przeżywałam dziecięcy zachwyt nad osobą Jezusa, młodzieńczy bunt wiary i wreszcie świadomy wybór Chrystusa. Z sentymentem wspominam spotkania oazowe, w czasie których poznawałam Zbawiciela i doświadczałam miłości Boga. To był czas, w którym roze- znawałam swoje powołanie.

OCZEKIWANIE

Gdy podjęłam decyzję o wstąpieniu do zakonu, szukając jakie to ma być zgromadzenie, w głowie miałam tylko jedną myśl: zgromadzenie misyjne. O misjach na tamten moment nie wiedziałam prawie nic. Po wielu rozmowach, spotkaniach i wydarzeniach Jezus doprowadził mnie do sióstr Dominikanek Misjonek Jezusa i Maryi w Zielonce pod Warszawą. Po wstąpieniu do zgromadzenia, w pierwszych latach formacji poznawałam charyzmat sióstr, ich pracę w Polsce i za granicą. Powoli rozpalalo się w moim sercu pragnienie wyjazdu na misję. Gdy składałam pierwsze śluby zakonne w 2009 roku, byłam już pewna, że chcę wyjechać na misję. Mijały kolej- ne lata w zgromadzeniu. Podjęłam studia, angażowałam się w duszpasterstwo w parafii, zaczęłam pracę w szkole jako ka- techetka. Nie widząc perspektywy upragnionego wyjazdu, zaangażowałam się w różne akcje misyjne i podejmowałam działania na rzecz misji. Dawało mi to dużo radości i jeszcze bardziej poznawałam świat misji.

PRZYGOTOWANIA

W tamtym roku, dokładnie w maju 2022, nasza Matka zapro- ponowała mi wyjazd na misję do Boliwii, do miasta Oruro. I tak trafiłam do Centrum Formacji Misyjnej w Warszawie na Zaciszu, na dziewięciomiesięczne przygotowanie do wyjazdu. Czas minął szybko i intensywnie. Przygotowanie opierało się głównie na nauce języka – 20 godzin tygodniowo. W owym roku były trzy grupy językowe: hiszpańska, francuska i angielska. Oprócz tego, w każdą środę miałam wykłady misjologiczne. Razem ze mną do wyjazdu przygotowywało się czterech księży (ks. Michała Maciołek – Ekwador, ks. Mariusz Czosny- ka – Peru, ks. Karol Pstrągowski – Kuba i ks. Marcin Kędzia – Islandia), cztery siostry zakonne (s. Gabriela Mierzwińska – Boliwia, s. Alina Winarska – Afryka, s. Aleksandra Kłodziej- ska – RCA) i jedna osoba świecka (Aleksandra Dźwilewska – Ekwador). Przez dziewięć miesięcy tworzyliśmy wspólnotę wraz z dyrektorem CFM ks. Eugeniuszem Szyszka i pracow- nikami domu. W CFM odwiedzali nas misjonarze, którzy przyjeżdżali do Polski na urlop. Spotkania z nimi były dla nas bardzo realnym zetknięciem się z rzeczywistością misyjną.

PRACA

Moja misja w Oruro, w Ameryce Południowej rozpoczęła się w sierpniu 2023 roku. Miasto to jest starą osadą górniczą położoną na płaskowyżu Altiplano w Boliwii. Jego historia sięga epoki inkaskiej - w roku 1606 Hiszpanie założyli tutaj miasto. Mieszkańcy tego regionu Boliwii żyją na ogół bardzo

ubogo, w trudnych warunkach geograficzno-klimatycznych. Zamieszkiwany przez nich płaskowyż andyjski to kraina wy- palona słońcem, w większości bezdrzewna, owiewana zimny- mi wiatrami. Wioski i miasta porzucane są po pofalowanej równinie na wysokości prawie 4000 m n.p.m. Diecezja Oruro powstała stosunkowo niedawno, bo w 1924 r. Ma ok. 54 tys. km kw., jest jak 1/6 Polski, zamieszkuje ją około 500 tys. osób, z czego połowa żyje w mieście. Warunki w jakich żyją ludzie są bardzo trudne, prymitywne, nie mieszczące się w naszej wyobraźni.

Przybyliśmy do Oruro w 2006 r. na zaproszenie ordynariusza diecezji orureńskiej ks. biskupa Krzysztofa Białasika SVD. Zamieszkałyśmy w najuboższej dzielnicy; tam powierzono naszej opiece kościół w surowym stanie, dziś już wyremon- towany, pod wezwaniem Miłosierdzia Bożego.

Nasza praca ma charakter misyjny. Nauczamy i katechizu- jemy dzieci, młodzież i dorosłych, przygotowujemy do sa- kramentów, prowadzimy grupy modlitewne i formacyjne – ministrantów, lektorów. Wprowadzamy wiernych do udziału w liturgii, przygotowujemy i organizujemy nabożeństwa, w różnorodnych formach szerzymy kult Miłosierdzia Bożego. Innym rodzajem naszego apostolstwa jest praca w księgarni diecezjalnej, w której ludzie mogą się zaopatrzyć w książki religijne, płyty, filmy, dewocjonalia, aby dzięki nim wyrażać czy pogłębiać swą wiarę.

TU JEZUS JEST TEN SAM

Wiele osób pytało mnie przed wylotem, czy się nie boję? Czy miałam jakieś obawy i pytania: jak to będzie? Czy mój organizm odnajdzie się na tej wysokości? Czy poradzę sobie z językiem? Otóż nie boję się. Pewność i wiara w to, że Jezus już tam przygotował dla mnie miejsce, zatroszczył się o wszystko i już na mnie czeka, jest większa niż te obawy. Często wraca do mnie zdanie usłyszane na początku w CFM: „Kraj do którego pojedziesz będzie inny. Kultura, ludzie, mentalność będzie inna ale Jezus będzie ten sam.” Ta pewność daje pokój i od- wagę aby podjąć powołanie, do którego zaprosił mnie Jezus. Proszę wszystkich czytelników o modlitwę! Wiemy, że tylko z Jezusem jesteśmy w stanie pójść do ludzi z Ewangelią i dawać im miłość, którą Jezus nas obdarzył. Wasza modlitwa jest dla mnie wielkim wsparciem!

Proszę w tym szczególnym czasie o dar modlitwy za kapłanów i siostry zakonne oraz osoby świeckie, by nie bały się podjąć posługi misyjnej. Centrum Formacji Misyjnej jest otwarte dla każdego i każdej z Was! Nie lękajcie się!

s. Małgorzata Giel
Dominikanka Misjionarka Jezusa i Maryi

Misyjne Dzieło Diecezji Kieleckiej
ul. Jana Pawła II 3, 25-025 Kielce

40 1240 1372 1111 0010 6117 7623

Dziękujemy za wsparcie naszych misjonek i misjonarzy
pochodzących z Diecezji Kieleckiej.

Endometrioza.

Problem co piątej kobiety

autor: **Maria Karyś**

Od początku kwietnia w szpitalu przy ul. Prostej w Kielcach funkcjonuje Poradnia Diagnostyki Endometriozy. Choroba ta jest coraz bardziej powszechna i prowadzi do niepłodności

Według najnowszych badań endometrioza jest nieuleczalną chorobą. Lekarze w Poradni Diagnostyki Endometriozy, działającej przy szpitalu Świętokrzyskiego Centrum Matki i Noworodka w Kielcach, skupiają się na leczeniu dolegliwości pacjentek. Objawami, które mogą świadczyć o endometriozie są przede wszystkim silne bóle miesiączkowe, które uniemożliwiają normalne funkcjonowanie.

Nasza czytelniczka Anna też wspomina o swoich dolegliwościach. Doskwierały jej silne bóle miesiączkowe. Zgłosiła się do specjalisty.

- Ból towarzyszył mi od dawna. Z wiekiem tylko się nasilał. Na szczęście, w moim przypadku, to nie jest endometrioza. Bardzo się tego bałam, bo chciałam założyć rodzinę – opowiada.

WSKAZANA OBSERWACJA

Szacuje się, że na endometriozę cierpi 20 proc. kobiet. Specjaliści zwracają szczególną uwagę, by nie bagatelizować objawów. Tutaj też liczy się czas. Im szybciej choroba będzie zdiagnozowana, tym skuteczniejsze będzie leczenie. Jeszcze większym problemem i to prowadzącym w niektórych przypadkach do niepłodności jest brak wyraźnych objawów endometriozy.

- Pacjentki bezbólowe i bezobjawowe stanowią w tym momencie największy problem diagnostyczno-leczniczy. Najczęściej dowiadują się bardzo późno o problemie. A wtedy trudno starać się o ciążę w sposób naturalny. Dlatego też wyszliśmy z inicjatywą otwarcia poradni diagnostyki tej choroby, bo dzięki wiedzy na temat tego schorzenia i jego

zaawansowania, kobieta jest w stanie zaplanować swoje życie rodzinne – mówi dr Bartłomiej Gieroń.

Endometrioza może również w znaczący sposób wpływać na pracę jelit, pęcherza a także kości, mózgu czy nawet płuc. Niektóre przypadki choroby wymagają operacji. Doktor Bartłomiej Gieroń mówi, że problem jest bardziej złożony. Nie dotyczy to tylko naszego regionu, ale i całej Polski ze względu na trudności z ośrodkami, które są w stanie kompleksowo i optymalnie zoperować te pacjentki.

- Nawijujemy współpracę ze szpitalami, które są w stanie zapewnić wielodyscyplinarną opiekę specjalistyczną w zakresie operacji. Problem może dotyczyć również dróg moczowych czy układu pokarmowego. Podczas takiego zabiegu muszą się angażować wszyscy specjaliści z tych dziedzin, którzy mają doświadczenie i wiedzę, aby to zrobić w sposób należyty – przekazuje specjalista.

PROBLEM RODZINNY

Aktualnie lekarze nie są w stanie wskazać, co konkretnie może uchronić kobietę przed rozwinięciem się tej choroby. Wykazano jednak korelacje występowania endometriozy genetycznie. Jeśli więc problem dotyczy jednej kobiety w rodzinie, warto aby pozostałe również przebadaly się w tym zakresie.

Poradnia działa w ramach poradni przyszpitalnej ginekologiczno-położniczej, do której nie jest potrzebne skierowanie. Należy zabrać całą dotychczasową dokumentację medyczną i przebieg leczenia.

- Wizyta w poradni z przyczyn logistycznych jest możliwa tylko w poniedziałki, natomiast diagnostyka odbywa się w ramach hospitalizacji, gdzie wykonywane jest specjalistyczne badanie USG oraz rezonans magnetyczny. Jest to w głównej mierze podyktowane koniecznością odpowiedniego przygotowania pacjenta do badania, dlatego te formy obraliśmy - dodaje ginekolog.

Rejestracja odbywa się telefonicznie od poniedziałku do piątku pod numerem telefonu: 41 20 13 926. ◀



DODATEK

Senioralny

28 kwietnia 2024



Aktywny jak... senior!

Aleksandra Rękas

Nordic walking, brydż, siłownia, wycieczki, zajęcia rękodzielnicze... zajęć, w które angażują się kieleccy seniorzy jest cała masa. Postanowiliśmy sprawdzić z czego mogą skorzystać.

W Kielcach, mamy siedem Klubów Seniora, działających w strukturze Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji. Jak się okazuje oferta aktywności dla starszych mieszkańców Kielc jest przebogata, a chętnych na angażowanie się w nią nie brakuje.

RAZEM LEPIEJ

Do Klubu Seniora przy ulicy Naruszewicza w Kielcach, należą 192 osoby. Zdecydowaną większość stanowią panie, a mężczyźni to około dziesięć procent wszystkich członków klubu. Przeważnie są to osoby w przedziale wiekowym 65-75 lat.

- W naszym punkcie jednocześnie mogą przebywać 42 osoby. Organizujemy dla nich szereg ciekawych zajęć. To wszelkiego rodzaju gimnastyka – ogólnousprawniająca, taneczna, odchudzająca, na zdrowy kręgosłup, gimnastykę na basenie i na sali. Tam nasi podopieczni mają do dyspozycji bieżnię, rowerki, steppery i wiele innych urządzeń – wylicza Monika Górską, kierownik placówki. Oprócz tego, zapisani do klubu seniora mogą brać udział w ciekawych warsztatach. To zajęcia z rękodzieła, czy makramy, a w zależności od sezonu – seniorzy wykonują ozdoby na święta Bożego Narodzenia i Wielkanoc. - Zabieramy naszych podopiecznych na wycieczki do Buska i Solca-Zdroju, organizujemy spotkania, którym towarzyszą ogniska i biesiady. Mamy także... kącik kosmetyczny, w którym można skorzystać z wielu usług. Są też propozycje związane z rozwojem umysłowym – rozwiązujemy krzyżówki, łamigłówki. Uczymy się także języka angielskiego – wyjaśnia Górską.

Seniorzy mogą uczestniczyć także w wieczorkach tanecznych, imprezach okolicznościowych, chodzić wspólnie do kina i teatru.

- Jest również kącik kulinarny, zajęcia z tai-chi, są indy-

widualne ćwiczenia z obsługi komputera, czy smartfona – dodaje kierownik.

Do klubu seniora zapisać się mogą niepracujące osoby po 60. roku życia.

I NA ŁONIE NATURY

Są jednak aktywności, które nie wymagają zrzeszania się w grupach. Nic prostszego – wystarczy zabrać dobry humor, wygodne buty i... "czas w las"! A pomoc w tym może przewodnik pod takim właśnie tytułem, który wskaże popularne, ale i nietypowe miejsca na leśną wędrowkę i ułatwi bezpieczny powrót. Korzystając z proponowanych w przewodniku wycieczek, możemy dotrzeć do najciekawszych miejsc zlokalizowanych na terenach leśnych województwa świętokrzyskiego.

- Wyznaczono w nim 25 nowych tras. To zarówno trasy rowerowe, jak i piesze. Wszystkie mają postać pętli, tak by można było bezpiecznie zostawić samochód i wrócić w to samo miejsce. Wszystkie dodaliśmy także do aplikacji Świętokrzyskie Trasy Turystyczne – mówi leśnik. Większość ścieżek biegnie przez lasy, a wszystkie prowadzą przez najciekawsze miejsca w danym kompleksie.

- Obok klasycznych tras, jak na przykład dookoła Łyso-gór, poprzez Park Narodowy, są i te mniej oczywiste. To choćby ścieżka w Paśmie Jeleniowskim, poprzez Szczytniak i kaplicę na Górze Witosławskiej. Zahaczamy także o nowe atrakcje, jak Oczy Ziemi czy Cygańska Kapa. Nie wszyscy te miejsca znają – zauważa Kosin.

Każda z wycieczek, które znajdziemy w przewodniku zawiera wiele cennych informacji. To na przykład wiadomości dotyczące trudności trasy, jej atrakcyjności czy komunikacji w regionie. Przewodnik „Czas w Las” dostępny jest w wersji papierowej w Regionalnym Centrum Informacji Turystycznej w Kielcach przy ul. Sienkiewicza 29 oraz w wersji elektronicznej.

Jak więc widać, na kieleckich seniorów czeka cała gama ciekawych propozycji i aktywności. Każdy znajdzie coś dla siebie!

Bogata oferta „Klubów Seniora” w Kielcach



Działając na rzecz aktywizacji osób starszych i niepełnosprawnych Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Kielcach realizuje projekt „Tworzenie lokalnych systemów wsparcia dla Seniorów”, do którego trwa aktualnie nabór.

Ponadto od 2020 roku w Kielcach przy ulicy Marszałkowskiej 12 działa Specjalistyczny Klub Seniora. Środki finansowe na uruchomienie działalności Klubu zostały pozyskane z projektu „Efekt – dostępność i rozwój usług społecznych w Kielcach”.

Klub nastawiony jest przede wszystkim na zaspokojenie potrzeb rehabilitacji seniorów z niepełnosprawnością w stopniu umiarkowanym lub znacznym. Klub ma za zadanie wspieranie sprawności fizycznej kieleckich seniorów oraz zapobieganie wykluczeniu społecznemu związanemu z wiekiem. Placówka ma do dyspozycji stoły do masażu, bieżnie, rowery stacjonarne, orbitrek, rotor, piłki gimnastyczne, stepery, drobny sprzęt do ćwiczeń, specjalistyczną kabinę do rehabilitacji - UGUL (Uniwersalny Gabinet Usprawniania Leczniczego). W ramach zajęć rehabilitacyjnych realizowane są również: aqua aerobic na basenie, ogólnousprawniające ćwiczenia grupowe oraz wyjscia nordic walking. W ośrodku oprócz dbania o formę i sprawność fizyczną, seniorzy mogą rozwijać swoje pasje i zainteresowania poprzez udział w zajęciach:

- muzykoterapii,
- arteterapii,
- ludoterapii (gry i zabawy, wspomagające pamięć, koncentrację i logiczne myślenie),
- hortikuloterapii (zajęcia w ogrodzie).

W klubie odbywają się liczne prelekcje tematyczne

z zakresu dietetyki, kosmetyki, informatyki oraz zagrożeń związanych z funkcjonowaniem seniora w sieci.

Dodatkowo, seniorzy mogą brać udział w:

- kąciku kulinarnym
- imprezach poetycko-tanecznych
- wspólnym świętowaniu uroczystości ważnych dla seniorów, takich jak: urodziny, imieniny, Walentynki, Dzień Kobiet i Mężczyzn, Dzień Matki i Ojca, Święta Bożego Narodzenia i Wielkanocy itp.

Dodatkową formą atrakcji są: wspólne wyjscia do kina, teatru, filharmonii, muzeum, grille, oraz wycieczki krajoznawcze.

Oprócz Specjalistycznego Klubu Seniora mieszczącego się przy ul. Marszałkowskiej 12, na terenie Miasta Kielce funkcjonuje sześć innych Klubów Seniora oraz trzy „Kluby Senior +” z dogodnym i łatwym dostępem dla mieszkańców:

1. Klub „Senior +”, ul. Naruszewicza 23
2. Klub „Senior +” ul. Krzemionkowa 1
3. Klub „Senior +” ul. Warszawska 151
4. Klub Seniora, ul. Św. Stanisława Kostki 4a
5. Klub Seniora, ul. Jana Nowaka - Jeziorańskiego 75
6. Klub Seniora, ul. Hoża 39,
7. Klub Seniora, Al. Legionów 5,
8. Klub Seniora, ul. Marii Konopnickiej 5,
9. Klub Seniora, ul. Tujowa 2

Wszystkie Kluby Seniora posiadają bardzo szeroki wachlarz świadczonych usług, dzięki którym aktywizują i integrują osoby starsze poprzez: prowadzenie zajęć w ramach terapii zajęciowej, manualnej i ruchowej, organizowanie spotkań tematycznych, wycieczek krajoznawczych i kulturoznawczych, imprez okolicznościowych, a także działania o charakterze edukacyjnym (np. kursy językowe, komputerowe).

Zaznaczyć należy, że prowadzenie działań w środowisku lokalnym ma na celu zapobieganie izolacji, separacji i marginalizacji ludzi starszych poprzez organizowanie wsparcia psychicznego i środowiskowego. Podejmowanie tego typu działań służy również budowaniu więzi międzypokoleniowej oraz promocji wiedzy, doświadczenia i zainteresowań ludzi w podeszłym wieku.

Aktywność w grupie jest bardziej motywująca i przyjemna dla seniorów. Tworzenie społeczności klubowych to coś więcej niż tylko zajęcia. To możliwość spotkania z drugą osobą o podobnych zainteresowaniach i z podobnym bagażem doświadczeń. Organizując grupowe zajęcia kreatywne umożliwiamy seniorom wspólne spędzanie czasu i nawiązywanie nowych znajomości. Członkostwo w przyjaznej grupie stwarza poczucie przynależności i wsparcia, co może dodatkowo zwiększyć zaangażowanie seniorów w regularne aktywności. Aktywność fizyczna i umysłowa są kluczem do pełniejszego i zdrowszego życia w późniejszym wieku, dlatego warto inwestować czas i wysiłek w zachęcanie seniorów do aktywności.

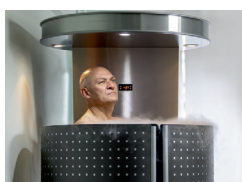




UZDROWISKO
BUSKO-ZDRÓJ S.A.

ZAPRASZAMY PO ZDROWIE I WYPOCZYNEK

Od blisko 200 lat skutecznie leczymy i rehabilitujemy schorzenia: ortopedyczno-urazowe, reumatologiczne, neurologiczne, kardiologiczne i dermatologiczne. Naszymi największymi bogactwami są unikalne lecznicze wody siarczkowe oraz solanki jodkowe. Najbardziej rozpoznawalne obiekty Uzdrowiska to Sanatorium MARCONI, KRYSZYNA i GÓRKA.



SKLEP INTERNETOWY

www.slonecznekosmetyki.pl

TWOJE
DOMOWE
SPA



SLONECZNE KOSMETYKI
z Uzdrowiska Busko-Zdrój S.A.
zawierająca naturalne substraty
lecznicze: wodę siarczkową,
solankę jodkową i borwinę.

UZDROWISKO BUSKO-ZDRÓJ S.A. to miejsce, w którym znajdują Państwo doskonałe warunki do skutecznej kuracji, wypoczynku, zatrzymania się w codziennym biegu. Panuje tu szczególnie aura, która pozwala wyciszyć się i zrelaksować. Komfortowo wyposażone pokoje, bogata baza zabiegowa i smaczna, zdrowa kuchnia sprawiają, że poczujecie się u nas wyjątkowo, a spędzony czas pozostawi wspaniałe wspomnienia. Tu zawsze chętnie się wraca.

DZIAŁ REZERWACJI POBYTÓW PEŁNOPŁATNYCH tel. 41 370 38 00 | e-mail: rezerwacja@ubz.pl

www.uzdrowiskobusko.pl

KW 09-04



DARIMED
Centrum Zdrowia

SPRAWNIE, SKUTECZNIE I NOWOCZEŚNIE
INDYWIDUALNE PODEJŚCIE DO PACJENTA

- nowoczesne gabinety lekarzy specjalistów z możliwością zabiegów
- wykonanie wielu badań w jednym miejscu
- medycyna sportowa dla dorosłych i dzieci
- badania laboratoryjne, diagnostyka obrazowa
- testy wysiłkowe, spirometria, gastroscopia, kolonoskopia, kolposkopia, biopsja cienkoigłowa, laserowe usuwanie zmian skórnych
- medycyna estetyczna

Prosta 42, 25-371 Kielce

REJESTRACJA pn-pt: 7.00-20.00

TEL.41 3000-100; 664-755-655 lub 602-149-004

www.darimed.pl



UWAGA!!!

Bezpłatne miejsca postojowe dla Pacjentów Centrum Zdrowia Darimed
na ul. Nowej 1B

JK 04-04-2024



BASENY MINERALNE
SOLEC-ZDRÓJ

ŹRÓDŁO ZDROWIA I RELAKSU W TWYM ZASIĘGU

Zdrowie

- Jedyny w Polsce basen solankowo – siarczkowy
- Nowoczesna przychodnia rehabilitacyjna z kąpielami w najsilniejszej na świecie wodzie siarczkowej.

tel.: 41 377 65 55

Relaks

- basen rekreacyjny z wodą mineralną i urządzeniami masującymi
- Profesjonalne saunarium z jacuzzi zewnętrznym i wycyzalnią

tel : 41 377 65 65

Baseny Mineralne Solec - Zdrój, ul. Partyzantów 18, 28-131 Solec-Zdrój, tel. 41 377 65 65, email: recepcja@basenymineralne.pl, www.basenymineralne.pl, zapraszamy 7 dni w tygodniu!

CENTRUM MEDYCZNE ZDROWIE

miejsce, w którym o zdrowie naszych pacjentów dbamy już **ponad 30 lat!**

OFERUJEMY:

- ♥ Nowoczesną pracownię endoskopii (gastroskopia, kolonoskopia, sigmoidoskopia)
- ♥ Rezonans magnetyczny prywatnie oraz w ramach NFZ
- ♥ Opiekę nad pacjentem w warunkach domowych
- ♥ Przychodnie POZ w ramach NFZ
- ♥ Dyżury pediatryczne w weekendy
- ♥ Rehabilitację dla m.in.:
 - ▶ dzieci do 18 roku życia
 - ▶ pacjentów z orzeczeniem o niepełnosprawności
- ♥ Zespół lekarzy specjalistów
- ♥ Badania USG i RTC
- ♥ Badania laboratoryjne
- ♥ Kriokomorę



**Centrum Medyczne
Zdrowie**



41 201-01-01

KONTAKT Z NAMI:

- ✉ rejestracja@zdrowiekielce.com
- 🌐 www.zdrowiekielce.com
- 📘 CMZdrowie

NASZE FILIE:

- ▶ Kielce, Karczówkowska 45
- ▶ Kielce, Warszawska 30
- ▶ Kielce, Konopnickiej 5
- ▶ Masłów Pierwszy, Jana Pawła II 3
- ▶ Mąchoćce Kapitulne, Szkolna 14

Po drugiej stronie nieba...

Jako lekarz na co dzień doświadcza nie tylko cudu narodzin, ale i rozpaczy, dramatów i... śmierci. Książka „Po drugiej stronie nieba” jest swojego rodzaju terapią, oczyszczeniem i choć przepelniają ją wyciskające łzy historie, to na końcu jest nadzieja

Aleksandra Rękas: *W swojej książce poruszasz ogromnie trudne, bolesne tematy. Czy to doświadczenia codziennej pracy sprawiły, że po nie sięgnęłaś?*

Aleksandra Gładys-Jakubczyk: Pracuję między innymi na oddziale intensywnej terapii noworodka. To miejsce, w którym mam do czynienia z dramatami, choć powinien być on kwintesencją cudu narodzin. Jako lekarz, chciałabym zbawić świat. Niestety, na pewne sytuacje nie mamy wpływu. Nie mogę się pogodzić z tym cierpieniem, nie mogę go zrozumieć, wytłumaczyć sobie w żaden logiczny sposób. Dlatego powstała moja książka.

A.R.: *Czy historie, które poznajemy w książce są prawdziwe?*

G-J.: W każdej z nich jest cząstka prawdziwych bohaterów. Te historie nie tylko się zdarzyły, one są na porządku dziennym. Każdy oddział intensywnej terapii, onkologiczny, hospicjum dla dzieci, jest ich pełen. Trzeba z tym bólem, stratą, cierpieniem po prostu żyć. I nie zamykać na nie oczu. Jest również historia o poronieniu, a przecież doświadcza go mnóstwo kobiet. Uważam, że te sytuacje są bagatelizowane. Kobiecie trzeba pomóc przejść przez żałobę i dać jej na nią czas.

A.R.: *Choć w książce pojawiają się różne historie, to wszystkie mają wspólny mianownik – stratę dziecka.*

G-J.: Tak, choć w jednym rozdziale, najtrudniejszym dla mnie, pojawiła się historia, z którą ja na co dzień zmagam się na oddziale neonatologicznym. Tam medycyna jest w stanie zrobić bardzo wiele, ratujemy ludzkie życie. Ale bardzo często kosztem jakości tego życia. To bardzo trudne, wydaje mi się, że to pewien temat tabu.

A.R.: *W swojej książce zestawiasz ze sobą dwa światy – jeden ludzki, pełen dramatów bólu. Drugi – świat „Archaniełłów”, cudownych, mądrych istot, które pomagają nam przetrwać najtrudniejsze chwile. To miało pokazać, że mimo wszystko, jest nadzieja?*

G-J.: Tak, ja wiem że ten świat ziemski w mojej książce jest czarny, trudny, przepelniony żalem. A tam po drugiej stronie nieba rzeczywistość jest piękna, niesamowita, może przerysowana. Uważam jednak, że rodzice, którzy zmierzili się z takim bólem, jak strata dziecka, chcieliby zobaczyć je



w takim właśnie świecie. W którym nie cierpi, i w którym jest kimś wielkim. Ta książka pokazuje światło, które można znaleźć na końcu mrocznej jaskini.

A.R.: *Poruszasz w niej także temat jakości współczesnego życia. Konsumpcjonizmu przesłaniającego nam to, co istotne naprawdę.*

G-J.: Mam synka z zespołem Downa i on, w różnych momentach naszego życia, mi pokazuje: „Stop, zatrzymaj się, to nie jest najważniejsze”. Są inne sprawy i to one są kluczowe, a my bardzo często skupiamy się nie na tym, co potrzeba. Gdyby nie on, byłabym zupełnie inną osobą.

A.R.: *W „Po drugiej stronie nieba” pokazujesz także, że to nie dzieci z różnymi schorzeniami nie pasują do tego świata, ale to ten świat nie pasuje do nich...*

G-J.: Im jest tutaj po prostu niewygodnie. Na przykład dzieci z zespołem Downa mają obniżone napięcie mięśniowe, skośne oczy, bo to do czego jesteśmy tu przyzwyczajeni, po prostu im nie pasuje. W tym drugim, lepszym świecie jest zupełnie inaczej. To co było ich największą trudnością tutaj, staje się ogromną mocą. Przykładem może być historia dziecka z guzem ośrodkowego układu nerwowego – tutaj, choroba umożliwia codzienne funkcjonowanie, w tym drugim świecie maluszek staje się największym myślicielem. Druga strona nieba jest wyjątkowa, magiczna, niezemska.

A.R.: *Dziękuję za rozmowę. ◀*

**Możliwość produkcji własnej, zdrowej żywności jest niczym
możliwość emisji własnego pieniądza. Uprawa zdrowej żywności
jest możliwa tylko wtedy, jeżeli wzrasta na zdrowej glebie.
Dlatego właśnie zdrowa gleba jest cenniejsza niż złoto.**



Czym jest zdrowa gleba?

Rośliny zamieszkujące Ziemię przez miliony lat wykorzystały energię słoneczną, powietrze oraz zawarte w podłożu minerały, aby wyhodować własną glebę. Zgromadziły wokół siebie przyjazne mikroorganizmy, które wspierają ich wzrost i w kontrolowany sposób powodują rozkład obumarłych części roślin zmieniając je w bogatą w życiodajne składniki warstwę próchnicową przeznaczoną dla kolejnych pokoleń. Dzięki takiemu działaniu roślin, jałowa ziemia stała się żyzną glebą, swoistym ekosystemem zamieszkiwanym przez miliony organizmów żywych.

Gleba jest organizmem żywym

Szacuje się, że każdy hektar zdrowej gleby zamieszkuje do pięciuset kilogramów organizmów żywych, a każdy hektar gleby bogatej w próchnicę może skumulować nawet jedenaście ton dwutlenku węgla. Na stworzonej przez rośliny glebie około dziesięć tysięcy lat temu rozpoczął swoją przygodę z rolnictwem człowiek, przemieniając dzikie trawy w zboża. Pokolenia rolników dbały o glebę jak o największy skarb – tworząc systemy nawadniania, naturalnego nawożenia, stosując płodozmian i ugorowanie. Uprawiano najbardziej odporne na warunki klimatyczne i działania pasożytów odmiany roślin, dlatego ocenia się, że dawna żywność posiadała znacznie lepsze wartości odżywcze niż współczesna żywność przemysłowa, a spożywający ją przez tysiące lat ludzie nauczyli swoje organizmy jak ją trawić, zamieniając na energię i budulec.

Miłe złego początki

Rewolucja rolna, która miała miejsce w latach sześćdziesiątych dwudziestego wieku trwale zmieniła uprawę gleby w przemysłową produkcję żywności. Gleba, która rodziła kiedyś od jednej do trzech ton pszenicy z hektara obsiewana nowymi, modyfikowanymi genetycznie odmianami daje obecnie plony na poziomie ośmiu- dwunastu ton. W podobny sposób jak pszenicę zmodyfikowano niemal każdą popularną odmianę warzyw i owoców. Niestety

nowe, niebędące efektem tysięcy lat ewolucji rośliny wymagały do swojego wzrostu tysięcy litrów toksycznych środków ochrony roślin i nawozów sztucznych. Przemysłowa żywność rozwiązała problem głodu na świecie. Jednak w ciągu kilkudziesięciu lat produkcji żywności ludzie zdegradowali glebę na niespotykaną wcześniej skalę, niszcząc ponad połowę warstwy próchnicowej, wyjąławszy z minerałów, zakwaszając i zatruwając toksycznymi pozostałościami. Coraz częściej w świecie naukowców pojawiają się także głosy, że nowa żywność będąca efektem pracy laboratoriów genetycznych a nie ewolucji jest odpowiedzialna za szerzące się masowo choroby cywilizacyjne – takie jak nadwaga i otyłość, cukrzyca typu II, nadciśnienie tętnicze, choroby autoimmunologiczne i nowotworowe.



Zbadaj swoją glebę

Jeżeli uprawiasz owoce lub warzywa zacznij od zbadania stanu swojej gleby, ponieważ jej zasobność w składniki mineralne zadecyduje o tym jak zdrowa będzie Twoja żywność.

Jeżeli jesteś zainteresowany zakupem bezpiecznych nawozów na bazie kwasów humusowych, krzemu, boru, cynku miedzi i innych lub chcesz zbadać swoją glebę – skontaktuj się z nami.

Nasz sklep stacjonarny: JIW INWEX Kielce, Al. Solidarności 34 (parter).

Sklep internetowy: www.inwex.sklep.pl, kontakt do naszego doradcy: 698 809 088.

Trzy wieki „Żeromskiego”



autor: Michał Łosiak

Najstarsza szkoła w Kielcach, czyli I Liceum Ogólnokształcące im. Stefana Żeromskiego, rozpoczęła obchody swojego 300-lecia. Placówka, która wciąż uczy i wychowuje kolejne pokolenia kielczan, powstała w XVIII wieku

Ksiądz Piotr Ściegienny, Gustaw Herling-Grudziński, Rafał Olbiński i oczywiście sam Stefan Żeromski – to zaledwie kilku z wielkiego grona wybitnych absolwentów, którzy uczyli się w murach „Żeroma”. Pamięć o szkole i jej tradycjach kultywują dziś byli uczniowie i nauczyciele liceum.

TAK BYŁO

Wszystko zaczęło się w...

No właśnie, trudno powiedzieć, w którym dokładnie roku. Pomysłodawcą powstania szkoły i jednocześnie seminarium duchownego był biskup krakowski Konstantyn Felicjan Szaniawski, który za cel postawił sobie rozwój gospodarczy miasta, ale również rozwój młodzieży. Przygotowania do otwarcia placówki zaczęły się już w 1723 roku. Hierarcha sprowadził w tym celu do Kielc kapłanów ze Zgromadzenia Kleryckiego Księży Życia Wspólnego. Gmach rósł w oczach przy dzisiejszej ulicy Jana Pawła II, przy kościele Świętej Trójcy.

– Już 25 kwietnia 1724 roku odbyła się uroczystość wmurowania tam kamienia węgielnego. Pierwszy dzwonek zabrzmiał 4 września 1727 roku – przypomina Zofia Pietraszek, prezes Stowarzyszenia Absolwentów „Żeromszczacy”.

Przez ponad 200 lat szkoła działała w budynku, w którym obecnie znajduje się Muzeum Lat Szkolnych Stefana Żeromskiego. W 1962 roku przeniosła się do nowej siedziby przy ulicy Ściegiennego.

STARSZA OD... STANÓW ZJEDNOCZONYCH

W ciągu tych lat przewinęła się przez nią cała armia młodych ludzi, a wśród nich wiele wybitnych i utalentowanych osób, na czele z samym patronem – Stefanem Żeromskim.

– Ukończył szkołę, ale co ciekawe - nie zdał matury. Nie wynikało to z braku umiejętności, ale z tego, że egzaminy zaliczało się w języku rosyjskim, języku zaborcy, a on nie chciał mieć z nim nic wspólnego. Wśród absolwentów jest także choćby Edmund Biernacki, odkrywca odczynu OB; znakomity fotografik Paweł Pierściński czy nieżyjący już dziennikarz telewizyjny Marcin Pawłowski – dodaje nasza rozmówczyni.

Uczniem „Żeroma” był też Rafał Olbiński.

– Z nim wiąże się ciekawa historia. Kiedy wygrał konkurs na logo Nowego Jorku, do studia zaprosiła go jedna z wielkich amerykańskich sieci telewizyjnych. Tamtejsza dziennikarka nieco zlekceważyła go, nazywając „imigrantem z Polski”. Wówczas odpowiedział: „Proszę pani, ja w Polsce ukończyłem szkołę, której dzieje są starsze od historii Stanów Zjednoczonych” – opowiada Zofia Pietraszek.

ŚWIĘTUJĄ

Historię trzech wieków istnienia LO im. Żeromskiego trudno streścić w tak krótkim artykule, ale nie może zabraknąć w nim informacji o tym, że tak ważna rocznica wymaga odpowiedniego upamiętnienia. Postarało się zaś o nie Stowarzyszenie Absolwentów „Żeromszczacy”.

W czwartek (25 kwietnia) przed kielecką katedrą spotkali się absolwenci placówki, a okolicznościowy wykład wygłosił prof. Adam Massalski. Wszystko odbyło się przed płytą nagrobną księdza Andrzeja Karasia, budowniczego i pierwszego dyrektora szkoły.

Jubileusz będzie trwał do 2027 roku. Planowane jest spotkanie nauczycieli, ale również rajdy śladami Stefana Żeromskiego i innych absolwentów. We wrześniu 2025 roku do Kielc zjadą się byli uczniowie na specjalne spotkanie i bal. ◀

Pamiętajmy o bezpieczeństwie Polski

Rozmowa z Krzysztofem Lipcem, posłem Prawa i Sprawiedliwości.

- Parlament Europejski przegłosował tzw. pakt migracyjny.

- Bardzo niedobrze się stało, że ten pakt został przyjęty i będzie wprowadzony w życie, wbrew temu co deklarował Donald Tusk. Platforma Obywatelska miała odstąpić od tych rozwiązań. Tak się jednak nie stało. To dla nas zła wiadomość, ponieważ bezpieczeństwo wewnętrzne Polski jest mocno zagrożone. Widzimy, co się dzieje w zachodniej Europie. Przedstawiciele obcych kultur prowadzą swoje życie i politykę oraz posiadają swoje dzielnice w dużych miastach, nadając ton społeczeństwu. Za tym idą m.in. działania przestępcze. Mam przekonanie, że do Polski widmo tego niebezpieczeństwa także może dotrzeć.

- Z drugiej strony widzimy, co się dzieje na świecie. Trwa wojna na Ukrainie, gorąco jest również na Bliskim Wschodzie.

- To ma szerszy aspekt. Sytuacja jest bardzo niebezpieczna i grozi ona konfliktem światowym. Warto wspomnieć również o tym, co się dzieje na Pacyfiku i Tajwanie. Musimy, jako Polacy, wyciągać z tego wnioski i zadbać o nasze zewnętrzne bezpieczeństwo. Polityka obronna rządu Mateusza Morawieckiego powinna być kontynuowana. Niestety, jest zupełnie odwrotnie.

- Tymczasem posłowie w Sejmie zajmują się aborcją i innymi ideologicznymi pomysłami...

- Nie mają nic do zaoferowania polskiemu społeczeństwu i wrzucają tematy zastępcze. To bulwersująca sprawa. Wiele z tych osób



Krzysztof Lipiec

Posel na Sejm Rzeczypospolitej Polskiej

deklaruje, że są katolikami, a popierają rozwiązania stojące w sprzeczności z wyznawaną wiarą. Ta obłudność może uderzyć w wiarygodność koalicji.

- Dziękuję za rozmowę.

01/03/BPKL/2024

NAPRAWA SAMOCHODÓW OSOBOWYCH I DOSTAWCZYCH W ZAKRESIE:

- przeglądy rejestracyjne – Okręgowa Stacja Kontroli Pojazdów
- diagnostyka komputerowa
- ustawianie geometrii kół 3D
- naprawy główne i bieżące
- wymiana oleju i filtrów
- wulkanizacja - wymiana opon
- obsługa klimatyzacji
- usługi blacharsko – lakiernicze
- naprawy kompleksowe
- obsługa szkód komunikacyjnych
- wynajem pojazdów zastępczych
- pomoc drogowa całodobowa tel: 661 966 688

rokar

CENTRUM NAPRAW SAMOCHODOWYCH ROKAR – mgr inż. Robert Doleziński
Dąbrowa ul. Kolonia 35, 26-001 Masłów, tel. 41 368 63 66, tel. kom. 603 199 428
www.rokar.pl; e-mail: biuro@rokar.pl, szkody@rokar.pl

05/ROKAR/2024

Zgłoś projekt do Kieleckiego Budżetu Obywatelskiego

W 12. edycji KBO na pomysły kielczanek i kielczan będzie przeznaczonych 9,3 mln zł – 5,5 mln zł na projekty inwestycyjne duże, 2,5 mln zł na projekty inwestycyjne małe, 1 mln zł na projekty zielone i 300 tys. zł na projekty nieinwestycyjne. Na propozycje mieszkańców Miasto czeka do 5 maja. Projekty można zgłaszać tylko drogą elektroniczną przez platformę bo.kielce.eu. Osoby, które nie mają dostępu do komputera lub internetu mogą skorzystać z punktów w Urzędzie Miasta przy Strycharskiej lub w Centrum Organizacji Pozarządowych przy Wojska Polskiego

- Zachęcamy kielczan do aktywnego włączenia się w tegoroczną edycję. Doświadczenia z lat ubiegłych pokazują, iż wpływ mieszkańców na kształtowanie przestrzeni publicznej przy wykorzystaniu budżetu obywatelskiego systematycznie rośnie. Świadczy o tym zarówno wzrastająca liczba zgłaszanych projektów jak i frekwencja w głosowaniu. W tym roku, żeby jeszcze lepiej odpowiedzieć na potrzeby mieszkańców wprowadziliśmy zmiany w regulaminie - mówi zastępca prezydenta Kielc Bożena Szczypiór.

Kielecki Budżet Obywatelski to wyjątkowa część budżetu Kielc. To mieszkańcy proponują i decydują, na co ją przeznaczyć. Zgłaszanym zadaniem może być inicjatywa obywatelska, przyczyniająca się do rozwoju miasta, służąca ogółowi mieszkańców, polegająca na budowie, modernizacji, przebudowie lub rozbudowie elementu infrastruktury miejskiej lub mająca charakter prospołeczny, kulturalny, oświatowy, sportowy lub inny, mający na celu podniesienie jakości życia mieszkańców.

WAŻNE ZMIANY W REGULAMINIE

W odpowiedzi na sugestie i propozycje mieszkańców w tegorocznej edycji wprowadzono zmiany dotyczące procedury KBO. Najbardziej istotną jest możliwość zgłaszania projektów nie tylko, jak do tej pory, na terenach stanowiących własność miasta, ale także na gruntach, które stanowią własność Skarbu Państwa, województwa świętokrzyskiego oraz na tych, które są we władaniu spółdzielni i wspólnot mieszkaniowych.

- To bardzo istotna i wyczekiwana przez kielczan zmiana pozwalająca na dużo większą swobodę w wyborze miejsca, na którym będzie można zgłosić projekt. W przypadku zgłoszenia projektu na nieruchomości będącej we władaniu spółdzielni lub wspólnoty mieszkaniowej wnioskodawca będzie zobligowany do uzyskania i załączenia do projektu oświadczenia dotyczącego zobowiązania do ustanowienia tytułu prawnego do tej nieruchomości w formie użyczenia, w przypadku zakwalifikowania projektu do realizacji. Zachęcam do zaglądania na stronę bo.kielce.eu. Tam można znaleźć wszystkie niezbędne informacje - informuje Dariusz Detka, dyr. Wydziału Przedsiębiorczości i Komunikacji Społecznej.

Warto również wspomnieć, że dane osób zgłaszających projekty - imiona i nazwiska - będą publikowane wraz z informacjami na temat projektu. - Nastąpiła również zmiana w sposobie głosowania na projekty. Mieszkaniec będzie miał do dyspozycji jeden głos w ramach którego będzie mógł wybrać po 1 projekcie z każdej kategorii: inwestycyjny duży, mały, nieinwestycyjny i „zielony” - mówi dyrektor Dariusz Detka.



LICZYMY NA KREATYWNOŚĆ MIESZKAŃCÓW

Wzorem lat ubiegłych projekty mogą być zgłaszane wyłącznie elektronicznie za pomocą platformy internetowej bo.kielce.eu. Osobom, które nie posiadają dostępu do komputera lub internetu, miasto zapewniło możliwość zgłoszenia projektu w dwóch punktach. W siedzibie Urzędu Miasta Kielce przy ul. Strycharskiej 6, od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00-15:00 oraz w Centrum Organizacji Pozarządowych, ul. Wojska Polskiego 52 w terminie zgłaszania projektów, do 5 maja, w godzinach od 16:00-18:00.

KIEDY POZNAMY POMYSŁY KIELCZAN?

Lista wszystkich zgłoszonych przez mieszkańców projektów zostanie opublikowana 8 maja, po czym projekty zostaną poddane weryfikacji formalnej i merytorycznej. Listę projektów ocenionych pozytywnie i negatywnie poznamy 30 sierpnia. W przypadku negatywnej oceny wnioskodawcy będą mieli 7 dni na złożenie odwołania od tej oceny. Lista zadań dopuszczonych do głosowania zostanie opublikowana 17 września, a już 24 września rozpocznie się głosowanie na projekty zgłoszone w tegorocznej edycji. Na oddanie głosu mieszkańcy będą mieli czas do 7 października. Pomysły zakwalifikowane do realizacji poznamy do 18 października. ◀

Komunia Święta

CHLEBKI ♥ PODZIĘKOWANIA ♥ CIASTA ♥ TORTY

