



Korona do wzięcia





WOJEWÓDZKI DOM KULTURY
IM. JÓZEFA PIŁSUDSKIEGO
W KIELCACH

Zapraszam Państwa na dwa wyjątkowe koncerty, które odbędą się już w lutym w Wojewódzkim Domu Kultury. Będzie walentynkowo, będzie karnawałowo, ale przede wszystkim proponujemy Państwu rozrywkę na najwyższym poziomie...

Magdalena Fogiel-Litwinek
Dyrektor Wojewódzkiego Domu Kultury w Kielcach



„3 dekady Śmiechu” – stand-up muzyczny w ramach Walentynkowego Weekend’u dla Zakochanych w wykonaniu **Katarzyny Pakosińskiej** 14 lutego o godz. 19:00 w Sali Widowiskowej WDK.



„Koncert Karnawałowy z Gwiazdą” 22 lutego o godz. 18:00 w Sali Widowiskowej WDK. Na scenie zobaczymy i usłyszymy **Grażynę Brodzińską**, **Magdalenę Idzik**, **Renatę Drozd**, **Jakuba Milewskiego**, **Andrzeja Wiśniewskiego** oraz zespół Strauss Ensemble. Koncert poprowadzi Artur Jaroń.

Szczegóły: www.wdk-kielce.pl | tel. 41 36-55-136

Oba wydarzenia objęte są patronatem honorowym **Renaty Janik** Marszałka Województwa Świętokrzyskiego



RENATA JANIK
MARZAŁEK
WOJEWÓDZTWA
ŚWIĘTOKRZYSKIEGO

Niech zabłyśnie na nowo!



Nie ma dnia byście nie zapytali o naszą szopkę i z całego serca dziękujemy za wszystkie słowa wsparcia, za okazane zainteresowanie i tyle dobroci od Państwa. My wciąż wierzymy, że w 2025 roku szopka przy ul. Sienkiewicza 2 rozbłyśnie swoim cudownym blaskiem. Dlatego zwracamy się z prośbą do Was, Drodzy Czytelnicy, o dalsze wsparcie.

Przypomnijmy, że naszą świąteczną atrakcję 2 stycznia 2025 roku zniszczył silny wiatr, dlatego byliśmy zmuszeni rozebrać ją wcześniej. Do tej pory, zgodnie z tradycją mogliście ją oglądać aż do 6 stycznia, czyli do Uroczystości Objawienia Pańskiego. Tym bardziej ubolewamy, że plany się zmieniły.

– Przez tyle lat przyzwyczailiśmy się do naszej szopki. Była piękna, wyjątkowa. Sprawiała, że aurę Świąt Bożego Narodzenia

czuliśmy jeszcze bardziej. W pobliżu naszej rozgłośni można było spotkać całe rodziny z dziećmi, które wspólnie kolelowały i robiły pamiątkowe zdjęcia – podkreśla Piotr Zawadzki, prezenter radia eM Kielce.

Bo szopka była naprawdę wyjątkowa: drewniana, pokryta strzechą w staropolskim stylu, z pięknymi światełkami i kołędami w tle.

– W środku spoczywała na sianku pięknie oświetlona postać Dzieciątka Jezus, na które z miłością spoglądali rodzice – Maryja i Józef. Byli także Trzej Królowie: Kacper, Melchior i Baltazar, którzy nieśli dary Panu Jezusowi. Nie brakowało pasterzy i zwierząt. Całość uzupełniały piękne i żywe choinki, które przekazywały nam Lasy Państwowe – wymienia Piotr Michalec, zastępca dyrektora Radia eM Kielce.

Teraz to tylko wspomnienia... Figury zostały zniszczone. Ale ocalała jedna, najważniejsza – postać Dzieciątka Jezus. Dlatego wiemy, że szopka w 2025 roku musi zabłyśnąć ponownie! Prosimy - pomóżcie nam zrealizować ten cel! ◀

autor: Maria karyś

DOWÓDPOKWITOWANIE DLA ZLECENIODAWCY

nr rachunku odbiorcy
18 1910 1048 2782 9908 8260 0002

odbiorca:
RADIO EM KIELCE
25-333 KIELCE
UL. SIENKIEWICZA 2

kwota:

zleceniodawca:

tytułem:

stempel dzienny

opłata:

nazwa odbiorcy
RADIO EM KIELCE

nazwa odbiorcy cd.
25-333 KIELCE UL. SIENKIEWICZA 2

nr rachunku odbiorcy
18191010482782990882600002

waluta
W X PLN kwota

nr rachunku zleceniodawcy (przelew) / kwota słownie (wpłata)

nazwa zleceniodawcy

nazwa zleceniodawcy c.d.

tytułem
**DAROWIZNA NA CELE KULTU RELIGIJNEGO -
- ODBUDOWA SZOPKI BOŻONARODZENIOWEJ**

tytułem cd.

DRUK WYGENEROWANO ZA POMOCĄ: www.dmr.vt.pl/posk

06

Oplata:

pieczęć, data i podpis(y) zleceniodawcy



Światło na oświecenie pogan

W niedzielę (2 lutego) Kościół obchodzi Święto Ofiarowania Pańskiego dawniej zwane Świętem Oczyszczenia Najświętszej Maryi Panny, a w tradycji ludowej – Matki Bożej Gromnicznej. Tego dnia wspominamy ofiarowanie w świątyni Bogu Pana Jezusa przez Maryję i Józefa, kiedy to starzec Symeon rozpoznał Zbawiciela i nazwał Go „Światłem na oświecenie pogan”. Słowa te dały początek zwyczajowi święcenia świec. To również Światowy Dzień Życia Konsekwowanego, który ustanowił św. Jan Paweł II. W sposób szczególny pamiętamy wówczas o osobach, które całe życie poświęciły Panu Bogu, czyli o siostrach, braciach zakonnych, dziewczicach i wdowach konsekrowanych. /mł/

Kierunek Uwielbienie

Już w najbliższą sobotę (8 lutego) w Wyższym Seminarium Duchownym w Kielcach odbędzie się II Forum „Kierunek Uwielbienie”. To czas wyjątkowego spotkania z ludźmi i z Bogiem, a także budowania kultury uwielbienia w życiu codziennym. Wydarzenie rozpocznie się o godzinie 9 Mszą Świętą w Kościele Seminarijnym. Następnie uczestnicy przejdą do auli Wyższego Seminarium Duchownego w Kielcach. Tam spotkanie poprowadzi Sylwia Bijak z kanału „Do Świata”. Gośćmi będą biskup Artur Ważny, ks. Piotr Białek, Marcin Jakimowicz i Marcin Zieliński. Ostatni element forum to wspólna modlitwa uwielbienia połączona z modlitwą o uzdrowienie. Przez cały dzień posługę muzyczną będzie pełnił Zespół To ON. Zgłoszenia oraz zakup wejściówek odbywają się poprzez stronę internetową Stowarzyszenia Dwa Przymierza. /mł/



No to gramy!

Piłkarze Korony Kielce wracają do gry. Już w najbliższą niedzielę podopieczni Jacka Zielińskiego udadzą się do Warszawy na mecz z miejscową Legią. Jak w lwiej części dotychczasowych konfrontacji obu drużyn, będzie to pojedynek Dawida z Goliatem i ekip walczących o skrajnie różne cele. Warszawianie już od pierwszej kolejki w nowym roku chcą włączyć się do wyścigu o fotel lidera, do którego tracą sześć punktów. Z kolei kielczanie pragną uciec ze strefy spadkowej. Początek spotkania w ramach 19. kolejki PKO BP Ekstraklasy o godz. 17:30. Zapraszamy do wspólnego przeżywania emocji podczas naszej transmisji z serca wydarzeń! /mg/

Zaszczep dziecko

Miasto Kielce proponuje mieszkańcom trzy programy polityki zdrowotnej obejmujące

Następny
tygodnik 

16 lutego

Zapraszamy do lektury!



szczepienia profilaktyczne. Wystarczy, że rodzice dzieci zamieszkałych na terenie stolicy regionu zgłoszą się do swojej przychodni (jednej z 19), które od stycznia będą realizować programy. Zostaną do nich włączone wszystkie dzieci po drugim miesiącu życia, do ukończenia drugiego roku życia. Głównym celem „Programu profilaktyki zakażeń meningokokowych serogrupy B” jest eliminacja ryzyka zachorowań dzieci chorobą meningokokową. Program będzie realizowany do 2028 roku. Każde z dzieci otrzyma trzy dawki szczepionki, dwie w pierwszym roku życia oraz dawkę przypominającą w drugim. /mak/



Kiedy S74 przez Kielce?

Najprawdopodobniej w tym roku rozpocznie się budowa pięciokilometrowego odcinka drogi ekspresowej S74 przez Kielce. Długo wyczekiwana inwestycja budzi duże emocje, ponieważ jej realizacja oznacza znaczące utrudnienia dla mieszkańców. Obecnie kielecki odcinek trasy czeka na wydanie zezwolenia na realizację inwestycji. Postępowanie w tej sprawie zostało rozpoczęte

Wydawca:

Radio eM Kielce
Kielce 107,9 FM
Włoszczowa 94,4 FM
Busko-Zdrój 91,8 FM
Święty Krzyż 91,3 FM

Redaktor naczelny:

ks. Karol Rasala
Z-cy redaktora naczelnego:
red. prowadzący Tomasz Natkaniec
Piotr Michalec
DTP: ARTGRAF Radosław Kaszyński

eM Reklama:

www.emkielce.pl/reklama
reklama@em.kielce.pl
tel. 41 368 07 17
facebook.com/radioemkielce
KONTAKT Z REDAKCJĄ: 41 368 04 61

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*

przez wojewodę na początku stycznia i potrwa najprawdopodobniej kilka miesięcy. Pierwotnie zakładano, że budowa zakończy się w 2026 roku, jednak ten termin z pewnością ulegnie wydłużeniu. Wartość całego przedsięwzięcia wynosi ponad 713 mln złotych. /mk/

Będzie nowa hala

Prawie 18 tysięcy metrów kwadratowych powierzchni będzie miała nowa hala wystawienicza Targów Kielce. Koszt jej budowy wyniesie sto milionów złotych. Inwestycję zrealizuje firma Strabag, a nowy obiekt zostanie oddany do użytku już w 2026 roku. – Gdybyśmy kilka lat temu nie zdecydowali się na budowę hal E i F, a później Centrum Kongresowego, nikt by nie słyszał o Targach Kielce. Musimy zrobić



kolejny krok, aby zagwarantować sobie dobrą przyszłość na następne lata – mówi Andrzej Mochoń, prezes TK. Nowa hala powstanie w zaledwie 17 miesięcy, a pierwszą imprezą, którą przyjmie, będzie Międzynarodowy Salon Przemysłu Obronnego w 2026 roku. /mk/

Dojedziemy wszędzie?

W regionie mamy coraz mniej białych plam komunikacyjnych. Jest to możliwe dzięki wsparciu w wysokości 20 mln zł z rządowego Funduszu Rozwoju Przewozów Autobusowych. – Uzyskane dofinansowanie w pełni zaspokaja potrzeby naszych samorządów, umożliwiając uzupełnienie siatki połączeń tam, gdzie oczekują tego mieszkańcy. W trakcie realizacji tych przewozów będziemy monitorować ich przebieg, aby w razie potrzeby móc je modyfikować – mówi Józef

reklama



Bryk, wojewoda świętokrzyski. W sumie rządowa pomoc pozwoli na otwarcie 129 linii autobusowych w regionie o łącznej długości ponad 6 tysięcy kilometrów. /mk/

Załatają dziury?

Na początku stycznia do radnych wpłynęło pismo od mieszkańców północno-zachodnich obrzeży Kielc domagających się remontów dróg i włączenia ich w program „Kielce bez dziur”. Doczekaliśmy się oficjalnej odpowiedzi Ratusza, w której władze miasta poinformowały, że w oczekiwanym przez mieszkańców miejscu nie można wykonać remontów nakładkowych ze względu na niewystarczającą infrastrukturę. Mimo tego niewielka część ulic zostanie wyremontowana w ramach innych



działań prowadzonych w tym obszarze. Modernizacji doczekają się ulice Piaseczny Dół i Przędzowa. Ponadto w ramach budowy S74 wyremontowany zostanie kawałek ulicy Hubalczyków. /mp/

Elektryków więcej

W ubiegłym roku w powiecie kieleckim zarejestrowano w sumie 105 nowych pojazdów elektrycznych, w tym 79 samochodów. Dużą

popularnością cieszą się również jednoślady zasilane z gniazdka. Zarejestrowano 25 skuterków i jeden motocykl. Dla porównania w 2023 roku w kieleckim starostwie wciągnięto do rejestru łącznie 81 pojazdów elektrycznych. W sumie w powiecie kieleckim mamy dotychczas 216 samochodów, 67 motorowerów i pięć motocykli elektrycznych. /mk/



„Elką” po pijaku

Podczas swojej pierwszej jazdy samochodem w ramach kursu 17-latk nie przeszła... kontroli trzeźwości. Młoda kobieta wpadła podczas porannej kontroli, którą w Sukowie prowadzili policjanci z kieleckiej drogówki. Zdarzenie miało miejsce 27 stycznia przed godziną 8. Obok 17-latki na fotelu pasażera siedziała 39-letnia instruktorka. Gdy policjant przystąpił do badania stanu trzeźwości kursantki, urządzenie wskazało wynik... 0,36 promila alkoholu. Sprawą zajmie się teraz sąd. /mp/

reklama

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

**ROZLICZENIA Z ZAGRANICZNYMI
URZĘDAMI SKARBOWYMI**

SIS Kancelaria Prawno-Finansowa

UWAGA ZMIANA ADRESU

25-647 Kielce, ul. Częstochowska 21 lok. 2,
(naprzeciw II-go Urzędu Skarbowego)

tel.: 41 249 57 83
kancelariakielce@wp.pl

KW 38-0202-25

**CZYŚCIMY, FARBUEMY
I ODNAWIAMY**

- ODZIEŻ ZE SKÓR LICOWYCH I ZAMSZOWYCH
- KOŻUCHY I FUTRA
- ODZIEŻ SPORTOWA
- INNE WYROBY ZE SKÓRY

NAPRAW,
NIE WYRZUCAJ

KIELCE
ul. Romualda 3

WSZYSTKIE NASZE USŁUGI
OBJĘTE GWARANCJĄ JAKOŚCI

uniskor@interia.pl

PHU
UNISKOR

KW 37-0202-25

BANDROWSKI
REMONTY WYKONCZENIA USŁUGI BUDOWLANE

- Malowanie i szpachlowanie
- Regipsy
- Panele ściienne i podłogowe
- Glazura, terakota, gresy
- Usługi hydrauliczne, elektryczne

tel. 788 806 705
bandrowski.com@gmail.com

KW 35-0202-25

KOŁDREX

**Szycie
kołder, poduszek
z pierzyn Klienta.
Pranie pierza**

Zapraszamy tel. 534-222-122; www.koldrex.pl

KW 36-0202-25



Korona do wzięcia

autor: **Maciej Piętka**

22 stycznia, podczas nadzwyczajnej sesji Rady Miasta, rajcy podjęli decyzję o technicznym dokapitalizowaniu Korony Kielce poprzez umorzenie jej zadłużenia wobec Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji oraz Ratusza. Kłopot w tym, że nadal nie wiemy, kto kupi klub

Zmieniają się urzędnicy, radni i prezydenci. Nie zmienia się jedno: największe emocje na sesjach Rady Miasta od zawsze wzbudza sprawa Korony Kielce. Podczas ostatniego spotkania rajców zadecydowali oni o technicznym dokapi-

talizowaniu spółki, czyli umorzeniu jej, wynoszącego 7,8 miliona złotych, długu wobec miasta. Korona nie otrzymała jednak żadnych pieniędzy, bo Ratusz po prostu zrzekł się należnej mu kwoty, co ma ułatwić negocjacje z inwestorami.

DO INWESTORA JEDEN KROK

Gorąca debata w sprawie dokapitalizowania trwała ponad pięć godzin. Ostatecznie wniosek zgłoszony przez władze miasta znalazł uznanie trzech z czterech klubów w radzie – Koalicji Obywatelskiej oraz Perspektyw i Miasta Przyszłości. – Uczyniliśmy dopiero pierwszy krok, który ma nas przybliżyć do oczekiwanego przez wszystkich procesu. To element będący ważnym argumentem w negocjacjach, które prowadzimy z inwestorami zainteresowanymi zakupem Korony Kielce. Dzięki temu możemy wrócić i zasiąść do stołu nego-

reklama

BILETY.KORONA-KIELCE.PL
BILETY

KORONA KIELCE vs. MOTOR LUBLIN
9.02.2025 12:15
EXBUD ARENA

EXBUD LEWIATAN Kielce 4F S3

KW 30-0202-25



cyjnego. Wejdziemy w finalny proces, kiedy skonstruujemy wzór umowy i dopniemy wszystkie szczegóły. Mam nadzieję, że w najbliższych tygodniach przedstawię radnym, ale także kibicom, inwestora, z którym będziemy chcieli zawrzeć transakcję – mówiła Agata Wojda, prezydent Kielc.

Część rajców domagała się konkretów, których władze miasta nie chciały podać, usprawiedliwiając się zawartymi klauzulami poufności. Początkowo żądano podania nazwisk potencjalnych właścicieli i to już w trakcie trwającej sesji. Następnie zaproponowano, aby te informacje uzyskały osoby wyznaczone przez każdy klub. Ostatecznie radni zaproponowali... wyłączenie jawności obrad, co miało zapewnić potrzebną w tej sprawie dyskrecję.

– Niestety, pomimo tego, że proponowaliśmy szereg rozwiązań, pani prezydent robi wszystko, żeby nam tych informacji nie udzielić. Cały sposób procedowania sprzedaży, który de facto rozpoczęliśmy, jest skandaliczny – twierdzi Marcin Stępniewski, przewodniczący klubu PiS.

Co ciekawe, po raz pierwszy za dokapitalizowaniem zagłosowali radni Koalicji Obywatelskiej.

– Chciałbym zwrócić uwagę, że mieliśmy do czynienia z sytuacją historyczną. Klub Koalicji Obywatelskiej jest za, a PiS przeciw. Mam nadzieję, że zmieni to, do tej pory nie do końca przyjacielską, relację KO z kibicami. W nas naprawdę nie mają wrogów. Nie traktujemy Korony jak worka ziemniaków, którego trzeba się pozbyć – zaznacza Wiktor Pytlak, radny Koalicji Obywatelskiej.

TAJEMNICZY INWESTORZY

Tak naprawdę w ostatnich dniach dowiedzieliśmy się jedynie, że przyszły właściciel ma pochodzić z „branży sportowej”. Jest

to jednak termin wyjątkowo szeroki i może oznaczać zarówno kogoś powiązanego z agencjami piłkarskimi, ale i firmę... sprzedającą piłkarskie korki.

Mimo że negocjacje prowadzone są przez zespół pani prezydent, ostateczną decyzję w sprawie sprzedaży spółki podejmą radni. I choć wydawać by się mogło, że stabilna większość zapewni bezproblemowe przegłosowanie wniosku, wcale nie musi tak być. Dla radnych kluczowy w tej sprawie jest czas.

– Pięć dni to byłoby zdecydowanie za krótko (tyle czasu minęło od konferencji prasowej do nadzwyczajnej sesji, na której głosowano techniczne dokapitalizowanie - przyp. red.). Przy tych ważnych rozmowach, stricte inwestorskich, musimy mieć dłuższy okres na zapoznanie się z ofertą. Jestem pewny, że ten niezbędny czas otrzymamy – komentuje Wiktor Pytlak.

Nie wszyscy są takimi optymistami.

– Na tę chwilę nie wiemy nic, a żeby przeanalizować tak dużą liczbę danych, potrzebne jest zdecydowanie więcej czasu niż pięć dni pomiędzy konferencją a sesją. Obawiam się, że finalną informację o tym, kto jest owym tajemniczym podmiotem, otrzymamy kilka dni przed kolejną sesją. To może być zbyt krótki okres, żeby realnie zareagować – twierdzi Marcin Stępniewski.

Są też tacy, którzy twierdzą, że na inwestora poczekamy nieco dłużej.

– W moim odczuciu teraz musimy czekać na potwierdzenie tego, co przegłosowaliśmy podczas sesji. Dopiero potem będziemy przygotowywać sprzedaż. Jestem pewny, że media wymogą na Ratuszu przedstawienie opinii publicznej nowego właściciela. Myślę, że potrzebujemy co najmniej tygodnia na jego zweryfikowanie – podkreśla Maciej Jakubczyk, radny klubu Miasto Przyszłości.

CO DALEJ?

Kolejna sesja odbędzie się 13 lutego. Jeśli do tego czasu klub nie znajdzie nowego właściciela, to będzie miał spory problem. Korona ma zapewnione środki na bieżące funkcjonowanie, w tym wypłacanie pensji, jedynie do końca lutego.

Nowy inwestor, kimkolwiek by nie był, na start będzie więc musiał wyłożyć co najmniej cztery miliony złotych również dlatego, że Korona... wciąż ma długi. W tym momencie nie spełnia tzw. wskaźnika kapitałowego, co może utrudnić uzyskanie licencji na grę w Ekstraklasie. Ponadto drużyna znajdująca się w strefie spadkowej z definicji potrzebuje wzmocnień, a w momencie pisania tego tekstu (29 stycznia) ściągnęła zaledwie jednego piłkarza. Wszystko zależy więc od inwestora, którego jeszcze nie znamy. A jeśli nie uda się go znaleźć, albo całość okaże się jedynie blefem, który miał przekonać radnych do zagłosowania w odpowiedni sposób? No cóż, zawsze można poprosić o „nietechniczne” dokapitalizowanie. ◀



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

Biskup Jan Piotrowski modlił się za więźniów

– W naszym ludzkim świecie sprawiedliwości musi stać się zadość, jednak Jezus Chrystus nikogo nie skazuje na zapomnienie, nie potępia, ale zaprasza do nawrócenia – powiedział biskup Jan Piotrowski podczas Mszy Świętej w Areszcie Śledczym w Kielcach w niedzielę, 26 stycznia.

Eucharystia sprawowana była z okazji ogłoszonego przez papieża Franciszka Roku Jubileuszowego 2025. Biskup Piotrowski poświęcił nowy krzyż dla Aresztu Śledczego.

– Niech przypomina nam, jak pisał święty Jan Paweł II, że z wysokości krzyża Bóg, który jest odwieczną miłością, w Jezusie Chrystusie obejmuje wszystkich ludzi bez wyjątku. Tych lepszych i tych gorszych według naszych ludzkich ocen, ale u Pana Boga nie ma lepszych i gorszych, bo jest miłością i przychodzi do wszystkich, również chcąc zagościć w waszych sercach. Patrzcie z nadzieją na ten krzyż, o którym ktoś tak pięknie powiedział, że krzyż to jest takie okno Pana Boga, przez które patrzy na świat – mówił pasterz diecezji kieleckiej. W homilii biskup Jan Piotrowski podkreślił, że Rok Jubileuszowy jest czasem łaski, nadziei i duchowej odnowy.

– Jezus Chrystus jako boski nauczyciel nie jest pobłażliwy, bo nie może gościć się na zło, ale zaprasza człowieka do tego,

aby prostował drogę swojego życia. Odnosi się to także do więźniów i osób osadzonych w zakładach karnych i aresztach śledczych – mówił biskup Piotrowski.

We Mszy Świętej wzięło udział kilkudziesięciu więźniów, zarówno kobiet, jak i mężczyzn. W kieleckim Areszcie Śledczym przebywa obecnie około tysiąca osób odbywających kary i tymczasowo aresztowanych. ◀



autor: Michał Kita

reklama



DOMOS WSZYSTKO DLA DOMU I GASTRONOMII

- ✓ porcelana
- ✓ sztucce
- ✓ naczynia
- ✓ akcesoria kuchenne
- ✓ tekstylia
- ✓ art. do sprzątnania
- ✓ doniczki
- ✓ ceramika dekoracyjna



Kielce, ul Rolna 8 (najlepszy dojazd od ul. Domaszowskiej) ☎ 41 368 00 50, 503 196 196 ✉ biuro@domos.kielce.pl

DOMOS domoskielce.pl

GASTRO 

biznes-od-kuchni.pl

Obecnie sztuczna inteligencja jest na poziomie ośmiolatka, ale już za kilka lat może dorównać osobie dorosłej – mówią eksperci i wskazują na szanse i zagrożenia z nią związane w dziedzinie edukacji



Uwaga! Sztuczna inteligencja

Dostrzegają je także sami nauczyciele, którzy mówili o swoich nadziejach i obawach podczas niedawnej konferencji zorganizowanej przez Świętokrzyskie Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Kielcach.

DWIE STRONY MEDALU

Już od najmłodszych lat szkolnych AI może być bardzo pomocna uczniom, którzy wykorzystują ją w dobry, ale i mniej odpowiedni sposób. Jak mówiła Małgorzata Sowa, dyrektor Szkoły Podstawowej nr 27 w Kielcach, ma to różne oblicza.

– Dzieci korzystają ze sztucznej inteligencji w różny sposób. Przygotowują się na zajęcia, tworzą różnego rodzaju materiały i prezentacje. Niestety, używają AI także do uprawiania hejtu, podszywania się pod kogoś i wykorzystywania czyjś wizerunku w mało przyjemnych filmikach czy zdjęciach – tłumaczyła nasza rozmówczyni. Innym zjawiskiem, coraz bardziej powszechnym, jest zastępowanie samodzielnie tworzonych prac przez sztuczną inteligencję.

– Nie walczymy z tym. Próbujemy uczniów edukować, że to nie na tym ma polegać, i że edukacja to nie tylko zdobywanie stopni. Chodzi o to, żeby coś zostało w głowie i by nabyli stosownych umiejętności. Nie jesteśmy w stanie niczego im zakazać. Pozostaje nam tylko rozmowa – dodała pani dyrektor. Lidia Rafalska, dyrektor Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Skorzeszycach, zwróciła uwagę na olbrzymią rolę nauczycieli w tym temacie.

– Patrząc na szkołę, widzę na pewno duże korzyści, ale też zastanawiam się nad tym, czy dzieci zechcą się jeszcze uczyć z odpowiednią motywacją, czy tylko oprą się na sztucznej inteligencji. Myślę jednak, że bardzo ważna jest tu mądrość i rozwaga nauczyciela. Wszystko zależy od tego, jak podejdziesz do tematu, jak skonstruujesz pytanie. Jeśli zapyta o opis choćby Jacka Soplidy, to sztuczna inteligencja poradzi sobie z odpowiedzią wyśmienicie. Jeśli natomiast zadaniem ucznia będzie porównanie cech wspomnianego bohatera ze swoimi, wówczas

zostanie zmuszony zaangażować własny intelekt. To dla nas ogromne wyzwanie – zauważyła Rafalska dodając, że jej szkoła bierze udział w specjalnym projekcie związanym z AI.

AI CZY NAUCZYCIELE?

Wiele zagrożeń dostrzegają również eksperci. Dominik Rozdziałowski zajmujący się cyberbezpieczeństwem zwrócił uwagę na ryzyko zastąpienia nauczycieli przez sztuczną inteligencję. – Finalnie tak może być. Każdy zawód można zastąpić. Uważam jednak, że póki co AI nie umie tworzyć wiedzy i musimy ją nią karmić. To w większości robią ludzie wykształceni. Na pewno następne typy sztucznej inteligencji może zacząć tę wiedzę same wytwarzać – mówił.

Z kolei Edyta Dziedzic-Wtorek, nauczycielka ze Szkoły Podstawowej nr 33 w Kielcach, zauważyła znaczenie sztucznej inteligencji jako źródła informacji.

– Na pewno jest to coś takiego, jak kiedyś Wikipedia, która dostarczała wiedzy szybkiej i dostępnej od ręki. Zadaję dowolne pytanie i otrzymuję odpowiedź. To dokładnie tak, jak z każdym narzędziem: możemy korzystać z niej w sposób odpowiedzialny lub nie – stwierdziła. Nic więc dziwnego, że temat budzi obawy u wielu nauczycieli i osób zarządzających placówkami edukacyjnymi.

– Mamy dużo pytań ze strony nauczycieli, dyrektorów placówek oświatowych o to, jak rzeczywiście współpracować z narzędziami sztucznej inteligencji, czy rzeczywiście powinniśmy to robić. Myślę, że od tego już nie ma odwrotu – uważa Małgorzata Łakomic, dyrektor Świętokrzyskiego Centrum Doskonalenia Nauczycieli. A jak pokazują badania, większość uczniów i studentów korzysta ze sztucznej inteligencji w nauce. Robią to również nauczyciele. Wszystko wskazuje więc na to, że prędzej czy później AI zdominuje edukację. Wszystko będzie zależało od tego, w jaki sposób zostanie wykorzystana. ◀



Centrum Kielc opustoszeje

- Jak Pan postrzega obecny rozwój Kielc i inwestycje w mieście?

- Staram się unikać komentowania tego, co się dzieje, żeby nie powiedziano: „Mogłeś to zrobić za swojej prezydentury”. Jednak my trochę zrobiliśmy w tamtych czasach.

- W mieście za Pana kadencji powstały inwestycje za ponad cztery miliardy złotych.

- Biorąc pod uwagę inflację, dziś byłyby to większe kwoty. Powiem tak: nie zazdrozczę stanowiska pani prezydent Wojdziej. Ona jest w bardzo trudnej sytuacji, a ta nie do końca od niej zależała. Kiedy przegrałem z Bogdanem Wentą, przejął po mnie już rozpoczęte dwie duże inwestycje: remont dworca PKS i ulicy Witosa. Ponadto sporo gotowych do zrealizowania dokumentacji i dwieście milionów złotych kredytu z Banku Światowego. One leżały sobie na półeczce i czekały na wykorzystanie. Przekazałem mu też to, co najważniejsze: wiarygodność finansową miasta. Przez 16 lat mieliśmy zawsze nadwyżki budżetowe, a banki ustawiały się do nas w kolejce, proponując kredyty.

- Ale to już pieśń przeszłości...

- Owszem. Pani Agata Wojda przejęła miasto w zupełnie innej sytuacji. Nie ma żadnej poważnej inwestycji, nie ma żadnej dokumentacji, nie ma żadnych pieniędzy na półce i co najgorsze - nie ma wiarygodności finansowej, dlatego, że po zaledwie roku działalności pana Wenty mieliśmy już straty budżetowe i utratę wiarygodności u banków. Dzisiaj prezydent Wojda nie otrzyma kredytów w normalny spo-

sób, tylko Bank Światowy może ich udzielić, bo one tam są przyznawane na innych zasadach. Więc nie zazdrozczę pani prezydent sytuacji, ale ona jest ambitna. Z tym, że te ambicje zderzają się z rzeczywistością. Obserwuję to z ciekawością, bo to moje miasto. Tutaj zostawiłem 16 lat mojego życia. Mojego serca. Patrząc na to, co planuje pani wóldarz Kielc widać, że nie ma pieniędzy w kasie.

- Planuje na przykład rewitalizację i przebudowę placu Wolności. Podczas pana kadencji istniała już dokumentacja dla tej inwestycji, ale założenia były diametralnie inne. Jak pan chciał zmienić plac?

- Pod ziemią zamierzaliśmy zbudować parking na trzy-sta samochodów. Pani prezydent rezygnuje z niego, co jest ogromnym błędem. Ogromnym. Ale nic dziwnego, bo proszę zwrócić uwagę, że wszystkie jej inwestycje są oparte głównie o pieniądze z Krajowego Planu Odbudowy. Jakie są zaś problemy z KPO? Takie, że obecny jest w nim jak złowieszczy cień Zielony Ład. Jeśli chcemy zamienić miejsca parkingowe na skwerek, chcemy robić rewitalizację dolin, czyli biegu Silnicy, jeżeli chcemy przebudować Kadzielnę, bo takie są zapowiedzi, to widać, że za tym wszystkim stoi właśnie Zielony Ład. A co z innymi rzeczami, mniej zielonymi? Pani prezydent zapowiada na przykład, że ukłoni się w kierunku przedsiębiorców i utworzy nową drogę na Malików. Lecz to będzie trudne, bo musi wydać na to kilkadziesiąt milionów złotych - na wykup gruntów, uzbrojenie terenu i tak dalej. Myślę więc, że w tej kadencji drogi nie będzie. Trochę mi jej szkoda, bo pewnie gdyby miała miejskie pieniądze, a nie z KPO, to jej ambicje mogłyby się inaczej materializować.

- Powróćmy do placu Wolności. Według koncepcji Ratusza ma być on podzielony na trzy strefy: reprezentacyjną, edukacyjno-artystyczną i rekreacyjno-wypoczynkową. Co pan o tym sądzi?

- Bez zorganizowania parkingu w tym miejscu myślę, że jest to ryzykowna inwestycja, ponieważ ludzie muszą na ten plac przyjechać i gdzieś zaparkować, przecież oni w jego pobliżu nie mieszkają. Pytanie jednak brzmi: czy kolejne zielone inwestycje są nam potrzebne w centrum miasta? Przecież jakieś dwieście metrów od placu mamy skwer Żeromskiego, z zielenią, ławeczkami, pięknym otoczeniem. Za kolejne dwieście metrów - jeden z najpiękniejszych w Polsce XIX-wiecznych parków, Park Miejski, który ewidentnie wymaga rewitalizacji. Namawiałbym panią prezydent, żeby to tam zainwestować i wyremontować ciągi komunikacyjne, aby matki mogły po nich jeździć wózkami, a dzieci pedałować na rowerkach. To wymaga trochę pieniędzy, ale warto to zrobić. My chcieliśmy tam zbudować mur od strony ul. Ogrodowej. Nie dało się, konserwator zabytków nie wyraził zgody, więc zrobiliśmy zieloną ścianę i oświetlenie. Planowaliśmy dalsze zmiany.

- Wracając jednak do placu Wolności...

- Historycznie on zawsze był placem, wiemy to choćby ze zdjęć i pocztówek. Na przełomie XIX i XX wieku stał się targowiskiem, nawet w okresie PRL-u była tam betonowa scena, były koncerty, odbywały się różne uroczystości. Uważam, że w mieście wojewódzkim plac w takim kształcie - czyli niezabudowany - jest potrzebny. Tworzenie na nim skweru to ryzyko. Tak jak powiedziałem wcześniej: jeśli ludzie mają z niego korzystać, najpierw muszą tam dojechać i postawić samochód gdzieś blisko. Jeden z radnych nie widzi problemu, bo przecież parking jest w filharmonii. Tyle że on pomieści zaledwie około 50 aut i z reguły wszystkie miejsca są tam zajęte. Więc jeśli zlikwidujemy trzysta miejsc parkingowych dzisiaj plus kolejne wokół placu, to w ogóle sparalizujemy serce miasta.

- Na parking w centrum Ratusz najwyraźniej nie ma pomysłu. Mówi o ulicy Wesolej, obok budynku Nidy albo przy KCK.

- Przy KCK już jest parking, ale on nie funkcjonuje tak, jak powinien. Nawet jeśli tam wybuduje się obiekt piętrowy, wymaga to trochę czasu. Jeżeli są pieniądze, owe 40 milionów z KPO, to myślę, że parking podziemny na około trzysta miejsc na placu Wolności kosztowałby właśnie około

40 milionów. Więc warto go wybudować, a na powierzchni mogą znajdować się niektóre planowane rzeczy. Chociaż trzeba zauważyć, że przez dwie trzecie roku warunki do wypoczywania na placu Wolności nie są zbyt komfortowe z powodu chłodu, a przez pozostałą jedną trzecią - gdy jest słońce i ciepło - mamy tam istną patelnię, bo brakuje wysokich drzew, aby się schować w cieniu. Więc powtarzam: to nie jest dobry pomysł. Poza tym brak około trzystu miejsc parkingowych spowoduje, że kupcy będą się stamtąd powoli wyprowadzać, a instytucje czy restauracje po prostu znikną.

- Na komentarz zasługuje też planowany układ komunikacyjny wokół placu Wolności. Ulica Głowackiego ma być jednokierunkowa, bo już jest tak budowana. Z placu będzie wyjazd tylko w ulice Mickiewicza i Słowackiego. Zlikwidowany zostanie wyjazd ulicami Głowackiego i Ewangelicką w północno-wschodnią część miasta.

- Myślę, że nie jest potrzebne blokowanie ulicy Ewangelickiej, bo wtedy nie mamy jak dojechać z placu Wolności do ulicy Zagórskiej i Kościuszki. Udrożnienie ulicy Ewangelickiej jest bardzo ważne. Nie chcę nikogo krytykować, bo pewnie intencje władz są dobre, ale należy rzecz dokładnie rozważyć, żeby się nie okazało - jeszcze raz to powtórzę - iż to będzie martwa część miasta. Martwi mnie jeszcze coś: często chodzimy z małżonką ulicą Sienkiewicza i ona jest niemal pusta. Więc jeżeli jeszcze ograniczymy możliwość dojazdu do centrum i możliwości zaparkowania, to ludzie przeniosą się z wypoczynkiem i zakupami do galerii.

- Co na koniec naszej rozmowy może Pan przekazać mieszkańcom i władzom Kielc?

- Ponownie podkreślę, że poważnie zastanawiałbym się nad obecnymi planami przebudowy placu Wolności. Myślę natomiast, że rewitalizacja doliny Silnicy to jest dobry pomysł. To teren, który można przekazać kielczanom do różnych celów, w tym do rekreacji. Szybko, bo do 2026 roku i bez specjalnej dokumentacji, można też zrealizować, sięgając po pieniądze z KPO, remont Parku Miejskiego. Tam istnieje pewne miejsce między Plotkarką a ulicą Jana Pawła II, gdzie nie ma drzew. Mieliśmy pomysł, nawet stworzyliśmy projekt, żeby tę przestrzeń wyrównać, zasadzić trawę i zrobić kielecki Central Park, w którym ludzie się spotykają, mogą odpoczywać, gdy jest ładna pogoda. W parku pozostało wiele do zrobienia i te 40 milionów można tam efektywnie zainwestować. On jest wyjątkowej urody, a trzeba ożywić centrum Kielc, nie blokować go, bo później przez lata nie odbudujemy tego, co zniszczyliśmy.

- Dziękuję za rozmowę. ◀

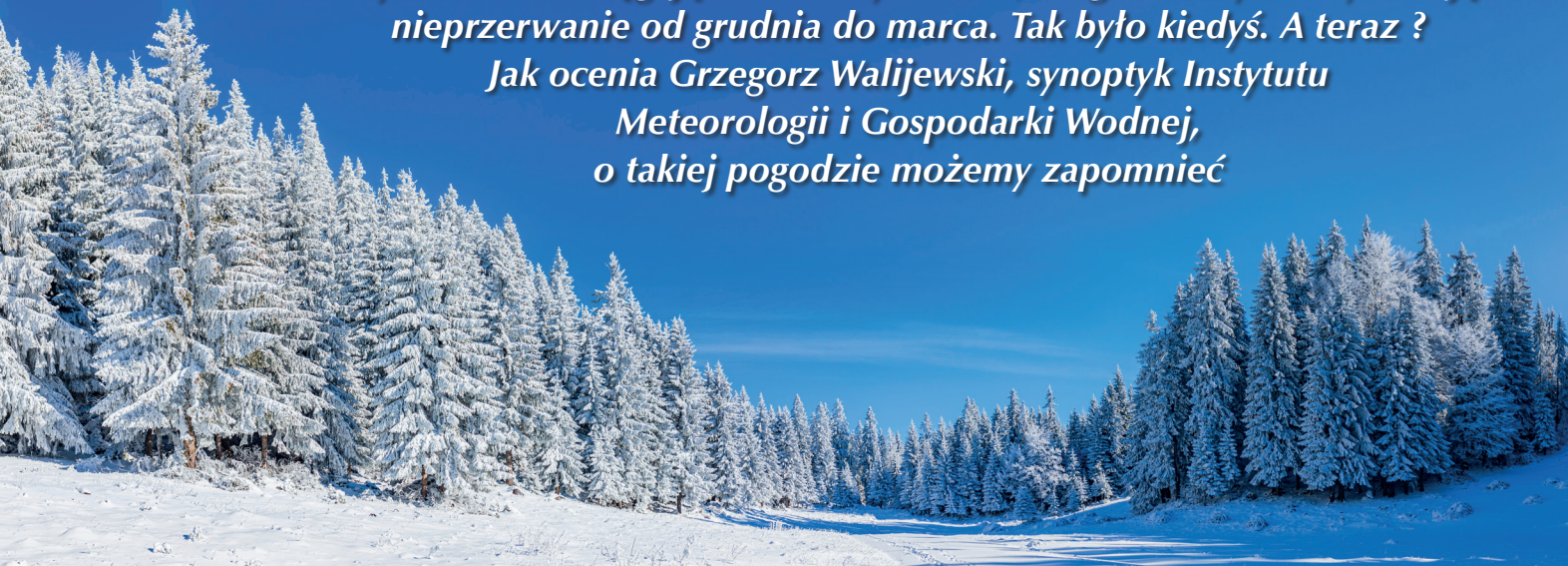


„Prawde mówiąc” - poranna rozmowa Radia eM
od poniedziałku do piątku godz. 8.40. Zaprasza dr Katarzyna Bernat



KIELCE 107,9 FM
BUSKO-ZDRÓJ 91,8 FM
ŚWIĘTY KRZYŻ 91,3 FM
WŁOSZCZOWA 94,4 FM

Pokrywa śnieżna sięgająca 70 centymetrów, srogie mrozy i zimy trwające nieprzerwanie od grudnia do marca. Tak było kiedyś. A teraz? Jak ocenia Grzegorz Walijewski, synoptyk Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej, o takiej pogodzie możemy zapomnieć



autor: Aleksandra Rekas

Zima? Nie, *incydent zimowy*

Gdzie się podziały tamte... Nie, nie. Nie prywatki, jak śpiewał Wojciech Gąssowski, a zimy – chciałoby się zapytać wyglądając w styczniowy poranek przez okno. A odpowiedzi brak.

KIEDYŚ TO SYPAŁO!

Zima na przełomie 1978/79 roku określana jest mianem „zimy stulecia”. Właśnie wtedy opadów śniegu było rekordowo dużo, a temperatury sięgały -30 stopni Celsjusza.

– Pokrywa śnieżna w Staszowie miała aż 70 centymetrów. W Kielcach było to około 55 centymetrów, podobnie w Sandomierzu. Teraz mamy... okrągłe zero. Co prawda pojawiło się nieco białego puchu, lecz te opady można prędzej nazwać incydem zimowym. Zimy generalnie jest po prostu coraz mniej. Jak wynika z badań klimatologów z Climate Central, w ciągu ostatnich dziesięciu lat sezon zimowy w województwie świętokrzyskim skrócił się o ponad dwa tygodnie – mówi Grzegorz Walijewski.

W okresie od grudnia do lutego ze świecą szukać dni, w których temperatura średnia wynosi poniżej 0 stopnia Celsjusza. Śnieg, jeśli się pojawia, leży niedługo, a grubość pokrywy jest znacznie mniejsza.

– Co ciekawe, o okresie zimowym mówimy, gdy temperatura jest „na minusie”. Jednak biorąc pod uwagę średnią temperaturę, od 25 lat jedynie kilkakrotnie spełniane były te wymogi. Czy więc teraz wciąż możemy mówić o zimie? Jak oceniają klimatolodzy, ta pora roku w naszej długości i szerokości geograficznej powoli zanika. Prawdopodobnie za jakiś czas będą dwie pory roku: ciepła i chłodna. Ta druga byłaby okresem przejściowym pomiędzy jesienią a wiosną – zauważa synoptyk.

ŚWIAT SIĘ ZMIENIA

Z obserwacji synoptyków wynika również, że typowe stają się pojedyncze i bardzo intensywne „epizody pogodowe”.

– Jednostkowe i gwałtowne opady, w trakcie których może napadać nawet kilkadziesiąt centymetrów śniegu, są efektami zmieniającego się klimatu. Takie śnieżycy i zawieje mogą trwać jedynie dzień, dwa. Ale bywa tak i latem, kiedy w trakcie gwałtownej burzy spada rekordowa ilość deszczu – mówi synoptyk.

W naszym klimacie śnieg i mróz jest jednak bardzo potrzebny. Choćby ze względu na stan wód.

– Po okresie zimy, wiosną śnieg się roztapia a woda zasila rzeki. Brak odpowiedniej ilości śniegu jest więc pierwszym krokiem do suszy. Topniejący, zwiększa także poziom wód gruntowych, poprawia wilgotność gleby. To ogromnie ważne dla rolników. Z kolei ostatnimi laty mamy znacznie więcej deszczu, co zaburza pewną równowagę w przyrodzie.

Widoczne jest to na przykład wśród gryzoni, które zazwyczaj spędzały okres zimowy w bezpiecznym schronieniu, nie szukając pożywienia na zewnątrz. Podobnie jest z większymi ssakami, które nie zapadają już w sen zimowy.

– Niektóre rośliny zakwitły w grudniu, nie czekając do wiosny. Ale taka aura nie jest dobra i dla ludzi. Jesteśmy przystosowani do zmieniającej się pogody – po okresie ciepłym następuje przejściowy i zima, potem znów okres ciepła. Zmiany nas rozstrajają i negatywnie wpływają na samopoczucie – kwituje Walijewski.

Choć nie brakuje entuzjastów cieplejszych i delikatniejszych zim, to w większości tęskno nam za śnieżnym puchem i zimową aurą. A to, że nie poszalejemy na nartach lub sankach to chyba najmniejszy problem. ◀

Czas zabłyśnąć!

Początek roku to czas noworocznych i karnawałowych imprez i – rzecz jasna – studniówek. Jakie trendy w makijażu i stylizacji pojawiają się w tym okresie? Otóż króluje brokat i mocne kolory

Szaleństwo na parkiecie, ale i w kwestii makijażu – z tym często kojarzy się karnawał. Doskonale wiedzą o tym panie pracujące w salonach piękności. Chętnych na to, by zabłyśnąć nie brakuje.

INTENSYWNIE I Z BLASKIEM

W pierwszych tygodniach nowego roku nie tak łatwo zarezerwować termin u stylistki.

– Okres bożonarodzeniowy, karnawałowy, świąteczny, zawsze rządzi się swoimi prawami i rzeczywiście mamy dużo pracy. Co proponujemy? Króluje brokat, który dodaje blasku naszym kreacjom i makijażowi. Pojawiają się takie kolory jak złoto, srebro, bordo, śliwka. A że panie obecnie zdobią twarze z okazji balów studniówkowych czy innych okolicznościowych imprez i chcą wyglądać modnie, to nie brakuje okazji do wyjątkowego makijażu – mówi Kinga Słupska, właścicielka mobilnego salonu kosmetycznego Beauty Vibe paznokci i makijażystka.

W karnawale pojawiają się i inne kolory: brązy, beże, delikatne róże.

– Połączenie tych barw zawsze dobrze sprawdza się w makijażu. Sprawia, że nasze oczy są delikatnie podkreślone i wyraziste, a nie przytłoczone. Nie brakuje i błyszczących pigmentów, dających bardzo mocne efekty. Takie zdobienia z pewnością wytrzymają całonocną zabawę – podkreśla pani Kinga.

Choć oczywiście brokat w karnawale najlepiej umieścić w każdym możliwym miejscu, to stylistki doskonale wiedzą, że błyszczące drobinki dodające blasku mogą też zaszkodzić, ponieważ jasny brokat może akcentować zmarszczki lub niedoskonałości skóry.

– Dużą popularnością cieszy się już od dawna „smokey eye”, czyli mocno podkreślone oko. Taki makijaż sprawia, że oczy są zdecydowanie najbardziej wyeksponowane. Do tego delikatne zdobienia powiek - złote, brązowe, brzoskwińowe cienie. Lub nieco bardziej odważne barwy, jak fiolet czy śliwka – dodaje Kinga Słupska.

ZDOKIĄ NIE TYLKO TWARZ

Co ciekawe, panie często dobierają makijaż pod swoją karnawałową kreację. I zdobią nie tylko twarz.

– Oprócz makijażu, bardzo istotna jest... sukienka. To, czy ma dekolt, odkryte ramiona, plecy. Są specjalne kosmetyki, które stosujemy do ciała. Możemy sprawić, że te widoczne części skóry będą pełne blasku – zdradza stylistka.

Tego typu kosmetyki można stosować również na włosy. I nie należy nigdy zapominać o paznokciach:

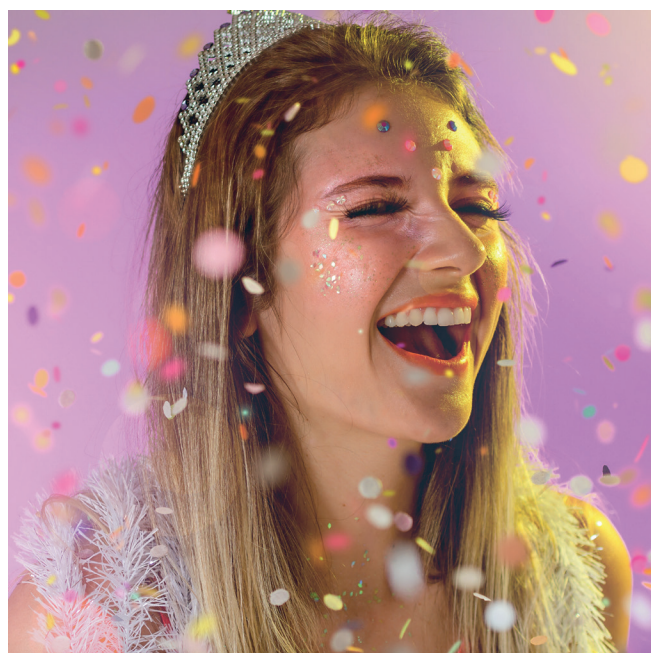
– W okresie karnawału pojawiają kolorowe brokаты, czerwienie, fiolety i bardzo popularna ostatnio czern. Prawdziwym hitem są oczywiście ręcznie malowane wzorki – w grudniu to oczywiście śnieżynki, mikołaje, choinki. W okresie karnawałowym z kolei większość dodatków bazuje na brokacie. Popularne stało się zdobienie typu „french”, w którym biały lakier zastępujemy kolorowym brokatem – wyjaśnia właścicielka „Beauty Vibe”.

W KLIMACIE „NUDE”

Choć okres noworoczny rządzi się swoimi prawami, to panie bardzo szybko wracają do delikatniejszych odcieni. Bo to właśnie one, generalnie, są najpopularniejsze w stylizacji paznokci.

– Minął już czas, w którym moje klientki decydowały się na przykład na inne zdobienia każdego paznokcia, mieszanie różnych kolorów i dodatków. Gdy minie karnawał, najchętniej zostajemy w klimacie „nude”. To pastelowe, delikatne barwy – róże, jasne brązy, kolory cieliste, ewentualnie klasyczna czerwień. Powrócił natomiast trend naprawdę długich paznokci, choć już w nieco innych kształtach – raczej to kwadraty, rzadziej owal.

Jak więc widać, nie ma lepszego czasu niż w karnawał, by zabłyśnąć. I warto z niego skorzystać! ◀





**Wymarzone miejsce na film
w kinie Helios w Kielcach**

Wcześniej kupujesz, więcej zyskujesz!

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



Centrum Medyczne
Zdrowie

CENTRUM MEDYCZNE ZDROWIE

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

OFERUJEMY:

- Przychodnie POZ w ramach NFZ
- Rezonans magnetyczny prywatnie oraz w ramach NFZ
- Pracownię endoskopii (gastroskopia, kolonoskopia, sigmoidoskopia)
- Badania USG i RTG
- Dyżury pediatryczne w weekendy
- Rehabilitację dla m.in.:
 - * dzieci do 18 roku życia
 - * pacjentów z orzeczeniem o niepełnosprawności
- Zespół lekarzy specjalistów
- Opiekę nad pacjentem w warunkach domowych
- Badania laboratoryjne
- Kriokomorę
- Diagnostykę zaburzeń snu
- Poradnię leczenia otyłości



KW 32-0202-25



Placówki Centrum Medycznego Zdrowie zlokalizowane są w dogodnych punktach na terenie województwa świętokrzyskiego:



- Kielce, ul. Karczówkowska 45
- Kielce, ul. Warszawska 30
- Kielce, ul. Konopnickiej 5

- Masłów Pierwszy, ul. Jana Pawła II 3
- Mąchoćce Kapitulne, ul. Szkolna 14
- Kije, ul. Szkolna 17

PM/03/Reklam/2025

KONTAKT:



41 201-01-01



www.zdrowiekielce.com



rejestracja@zdrowiekielce.com



1

Uzupełnienie mikro i makroelementów niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu dzięki unikalnemu, na skalę świata składowi naturalnej wody leczniczej pochodzącej ze źródła Malina i wykorzystywanej w obiekcie BM do uzupełniania wody w nieckach basenów oraz do kąpieli leczniczych w Przychodni Rehabilitacyjnej Centrum Zdrowia. Skład wody posiada ogólną mineralizację na poziomie 33 571,0 mg/l zawiera związki siarki rozpuszczalnej w wodzie oraz siarkowodor na poziomie około 910 mg/l. Poza związkami siarki woda lecznicza posiada wysokie stężenia wapnia, jodu, potasu, magnezu, sodu, bromu. Kąpiel w wodzie w basenach oraz w wannach z wodą leczniczą dzięki wyższej temperaturze i ruchowi w basenie pobudza krążenie w warstwach podskórnych zwiększając suplementację związków mineralnych przez największy organ naszego ciała czyli skórę. Dowodem jest lekki rumień na skórze spowodowany zwiększonym mikrokrążeniem. Uzupełnienie mikro i makro elementów pozytywnie wpływa na procesy przemiany materii, odbudowy tkanek w tym tkanki chrząstek stawowych, odbudowy i regeneracji tkanek skóry dzięki produkcji kolagenu odpowiadającego za elastyczność i wygląd skóry oraz opóźnia procesy starzenia.

Aktywność ruchowa w wodzie prowadzi do zwiększenia sprawności układu ruchowego i zwiększenia zakresu ruchów bez szkodliwych obciążeń dla stawów biodrowych, kolanowych, skokowych oraz całego kręgosłupa. Dzięki wodzie dochodzi do rozluźnienia napięć mięśniowych co poprawia ogólny stan ruchomości układu mięśniowo – szkieletowego oraz obniżenie odczucia bólu stawowego i bólu kręgosłupa. Ćwiczenia poprawiają również koordynację ruchową i modelują postawę naszego ciała.

2

3

Zwiększenie wydolności układu krążeniowo-oddechowego dzięki aktywnościom w wodzie takim jak pływanie, zajęcia aqua fitness, zajęcia rehabilitacyjne. Zmiana położenia z pionowego na poziome w wodzie poprawia wydajność krążenia a ruch i wysiłek podnosi częstotliwość skurczów serca oraz zwiększa objętość wyrzutową. Wysiłek zwiększa zapotrzebowanie na tlen przez co układ oddechowy mobilizowany jest do podniesienia wydajności by zaspokoić zwiększone zapotrzebowanie na tlen. Ruch i wysiłek w wodzie znacząco wpływają na podniesienie ogólnej sprawności układu krążeniowo – oddechowego co bezpośrednio przekłada się na naszą kondycję, wytrzymałość, siłę czyli cechy niezbędna do codziennego sprawnego funkcjonowania.

4

Poprawa odporności poprzez systematyczne przebywanie w wodzie i zmuszanie organizmu do szybkiego dostosowywania się do zmieniających warunków środowiskowych czyli zmiana otoczenia, temperatury, ciśnienia. Uzupełnieniem terapii podnoszącej odporność jest również dieta i jakość pożywienia. W restauracji Źródło Smaku serwujemy dania przygotowywane na bazie świeżych, naturalnych surowców w większości produkowanych lokalnie. Cykliczne zmiany środowiska i warunków otoczenia powodują podnoszenie odporności ogólnej organizmu i zwiększając odporność na zmiany otoczenia spowodowane porami roku jak również sezonowym występowaniem zakażeń drobnoustrojami.

5

Poprawa odporności poprzez systematyczne przebywanie w wodzie i zmuszanie organizmu do szybkiego dostosowywania się do zmieniających warunków środowiskowych czyli zmiana otoczenia, temperatury, ciśnienia. Uzupełnieniem terapii podnoszącej odporność jest również dieta i jakość pożywienia. W restauracji Źródło Smaku serwujemy dania przygotowywane na bazie świeżych, naturalnych surowców w większości produkowanych lokalnie. Cykliczne zmiany środowiska i warunków otoczenia powodują podnoszenie odporności ogólnej organizmu i zwiększając odporność na zmiany otoczenia spowodowane porami roku jak również sezonowym występowaniem zakażeń drobnoustrojami.

6

Poprawa odporności poprzez systematyczne przebywanie w wodzie i zmuszanie organizmu do szybkiego dostosowywania się do zmieniających warunków środowiskowych czyli zmiana otoczenia, temperatury, ciśnienia. Uzupełnieniem terapii podnoszącej odporność jest również dieta i jakość pożywienia. W restauracji Źródło Smaku serwujemy dania przygotowywane na bazie świeżych, naturalnych surowców w większości produkowanych lokalnie. Cykliczne zmiany środowiska i warunków otoczenia powodują podnoszenie odporności ogólnej organizmu i zwiększając odporność na zmiany otoczenia spowodowane porami roku jak również sezonowym występowaniem zakażeń drobnoustrojami.

Baseny Mineralne Solec-Zdrój
ul. Partyzantów 18

tel. 41 377 65 65
repcja@basenymineralne.pl

basenymineralne.pl

Zapraszamy 7 dni w tygodniu!