

W środku
dodatek
EKOLOGICZNY



Ile płacimy lekarzom?

Catering dietetyczny od Qmamy Smaki

diety dostosowanej do twoich potrzeb

Pięć smacznych, zdrowych, zbilansowanych i różnorodnych posiłków, z dostawą pod drzwi każdego ranka – to catering dietetyczny od Qmamy Smaki. Zestawy dla osób które chcą zredukować wagę, dla sportowców czy wegetariańskie - propozycji jest wiele, a dietetyk pomoże Ci wybrać taką, która spełni wszelkie oczekiwania.

– Catering dietetyczny to oszczędność czasu, nie tracimy go na zakupy, gotowanie i sprzątanie. Możemy spróbować nowych smaków, a nie zawsze posiadamy odpowiednie umiejętności, aby przygotować danie, które chcielibyśmy zjeść. Gwarantujemy również, że przez sześć tygodni żaden posiłek się nie powtórzy - to kolejny argument przemawiający za wyborem naszego cateringu. Oferujemy zestawy o różnych kalorycznościach od **1 200 kcal** do **2 500 kcal** w zestawie standard, natomiast w zestawie dla osób uprawiających sport do **4 000 kcal**. To jaka opcja będzie dla nas najlepsza możemy skonsultować z panią dietetyk, która odpowie na wszelkie pytania – mówi Robert Pękalski, właściciel marki **Qmamy Smaki**.

– Z roku na rok wzrasta liczba osób, które mają nietolerancje glutenu i laktozy w posiłkach. Takie dania również przygotowujemy i cieszą się one ogromną popularnością. Ponadto w ofercie mamy propozycję wegetariańską, decydują się na nią nie tylko osoby, które nie jedzą mięsa, ale też klienci, którzy chcieliby aby na ich talerzach było więcej owoców i warzyw – dodaje Robert Pękalski.



Catering dietetyczny od **Qmamy Smaki** to opcja nie tylko dla osób, które chcą zrzucić zbędne kilogramy, ale też dla koneserów nowych, wyszukanych smaków. Wszystko to łączy jedna zasada ma być smacznie i zdrowo.

Dietę od **Qmamy Smaki** możemy w szybki i łatwy sposób zamówić i opłacić poprzez stronę internetową qmamysmaki.pl.



573 000 503

PW 09/06/2021



SKLEP MEDYCZNY

Alfa-med dla dobra pacjenta

Nowa
kolekcja letniego
obuwia

WYGODNE BUTY RENOMOWANYCH FIRM Scholl, Berkemann, Comfortabel



Prezentowane modele są poglądowe. Chcesz poznać pełen asortyment i rozmiarówkę? Przyjdź do sklepu medycznego, dobierzemy idealny wzór i rozmiar!

Serdecznie Państwa zapraszamy do korzystania z naszej oferty. Dołożyliśmy wszelkich starań, aby zadbać o Wasze bezpieczeństwo na terenie naszego sklepu.



realizujemy wnioski oraz prowadzimy sprzedaż wyrobów i sprzętu medycznego



Kielce ul. Kościuszki 8;
Sklep medyczny czynny: pon. - pt. 9.00-17.00; sob. 9.00-13.00
Salon odzieży medycznej czynny pon. - pt. 9.00 - 17.00

608 694 435
41 34 347 81

PW 01/07/2021

Rocznica pogromu

Jak co roku Stowarzyszenie im. Jana Karskiego organizuje obchody 75. rocznicy pogromu w Kielcach. Uroczystości rozpocznie 4 lipca o godzinie 13 wspólna modlitwa na cmentarzu żydowskim w Kielcach. Dwie godziny później wyruszy Marsz Pamięci spod pomnika Menora przy alei IX Wieków Kielc. Następnie uczestnicy przejdą pod budynek dawnej synagogi przy ulicy Warszawskiej, aby zatrzymać się przy Memoriale Sprawiedliwych Wśród Narodów Świata upamiętniającym Polaków ratujących Żydów



podczas II wojny światowej. Marsz zakończy się przy kamienicy przy ul. Planty 7/9. W Kościele Akademickim pw. św. Jana Pawła II przy ulicy Wesołej 54 odprawiona zostanie 8 lipca o godzinie 18.30 Msza Święta w intencji ofiar i sprawców pogromu w Kielcach oraz w intencji pojednania. /mł/

Dziki Różę rozdane

Zakończył się 29. Plebiscyt Publiczności „O Dziką Różę”, którym Teatr im. Stefana Żeromskiego podsumował sezon artystyczny 2020/2021. Najlepszymi aktorami zostali Anna Antoniewicz i Wojciech Niemczyk, a za najlepszy spektakl widzowie uznali „Klątwę rodziny Kennedych”. Nagrody przyznali również kieleccy dziennikarze. Za najlepszy spektakl sezonu uznali „Loret-



tę” w reżyserii Michała Kotańskiego, a „Dziką Różę” przyznali, podobnie jak publiczność, Annie Antoniewicz. Redakcja Radia eM nagrodziła Ewelinę Gronowską. W tegorocznej edycji plebiscytu głosowało 177 widzów. Statuetki, upominki i kwiaty wręczono artystom podczas uroczystej gali w Teatrze. Gwiazdą wieczoru był Ralph Kaminski. /bk/



Pomóżmy!

Pomóżmy! O pomoc dla poszkodowanych w wyniku gwałtownej burzy jaka nawiedziła region świętokrzyski zaapelował Biskup Kielecki Jan Piotrowski. „Ufam, że dzięki wspólnemu wysiłkowi zdołamy wesprzeć naszych braci i siostry, którzy znaleźli się w potrzebie” – napisał Pasterz naszej diecezji. Odpowiednia zbiórka miałyby być przeprowadzona 4 lipca w parafiach diecezji kieleckiej. „Módlmy się za poszkodowanych, a przed kościołami zorganizujemy zbiórkę datków dla nich. Ewangeliczna zasada „jeden drugiego brzemiona noście” (Ga 6,2), mimo naszych niedostatków, zachęca nas, aby podjąć wyzwanie solidarności z poszkodowanymi” – dodał Biskup Kielecki. /mł/

Podkarczówka i pytania

Ruszyły konsultacje społeczne w sprawie sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla osiedla Podkarczówka. Jego mieszkańcy od marca zabiegają,

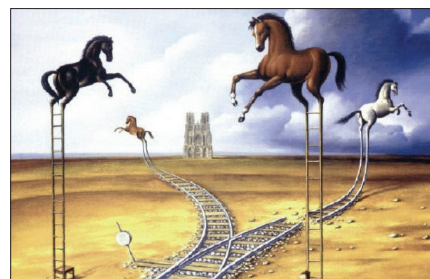


by na południowym zboczu wzgórza nie powstały bloki. Teraz mają szansę realnie wpłynąć na przyszłość tego terenu. - Zainteresowani mogą składać uwagi do 19 lipca. Można to uczynić w formie pisemnej, ustnie do protokołu lub za pośrednictwem komunikacji elektronicznej czyli na adres: prezydent@um.kielce.pl lub za pośrednictwem geoportalu, a także specjalnego formularza dostępnego na stronie internetowej Idea Kielce - mówi Tomasz Porębski, rzecznik prezydenta Kielc. /wk/

Olbiński w Kielcach

Od czwartku w Kielcach możemy oglądać dzieła Rafała Olbińskiego. Wystawę otwarto w Dawnym Pałacu Biskupów Krakowskich. – Otwiera-

my pierwszą na świecie wystawę monograficzną artysty związanego z Kielcami. Do tej pory Rafał Olbiński miał bardzo wiele wystaw na całym świecie, ale wystawy tego charakteru jeszcze nie było. Kielce to rodzinne miasto Olbińskiego, tu się urodził i spędził lata młodości, dlatego uważałem, że taka wystawa powinna się tu właśnie odbyć – mówi Robert Kotowski, dyrektor Muzeum Narodowego w Kielcach. Na wystawie pokazane są m.in. wczesne prace



artysty - projekty okładek czasopism oraz ilustracje do artykułów różnych periodyków z lat 70. i 80. XX wieku. Wystawa czynna będzie do końca października. /bk/

Odnowili pomnik

We wtorek na pomnik upamiętniający Powstanie Listopadowe powrócił wielki, drewniany krzyż. Kieleccy Patrioci odnowili monument znajdujący się przy ulicy Zagórskiej. Przedsięwzięcie sfinansowali ze środków własnych.

► Przypomnijmy, że o zniszczonym pomniku przy ulicy Zagórskiej informowaliśmy w kwietniu. W maju dowiedzieliśmy się, że władze miasta nie planują w najbliższym czasie renowacji monumentu. W międzyczasie do naszej redakcji zgłosili się przedstawiciele Stowarzyszenia „Kieleccy Patrioci”, którzy zadeklarowali pomoc w powrocie krzyża na swoje miejsce. Po rozmowach z władzami miasta, stowarzyszenie uzyskało zgodę na renowację. We wtorek rano na miejsce trafił wielki, drewniany krzyż, któ-



ry został ustawiony przy pomniku. – Niedługo zaprosimy kielczan na poświęcenie tego krzyża – tłumaczy Wojciech Zapala ze Stowarzyszenia Kieleccy Patrioci. /mł/

S74 w przebudowie

GDDKiA ogłosiła przetarg na projektowanie i budowę odcinka Przełom/Mniów - węzeł Kielce Zachód. Droga będzie miała



długość około 16,4 km. - W ramach inwestycji zaprojektowany i wybudowany zostanie odcinek dwujezdniowej drogi ekspresowej S74, przebiegający przez teren gmin: Mniów, Miedziana Góra i Strawczyn – informuje Małgorzata Pawelec-Buras, rzecznik GDDKiA w Kielcach. Droga, na odcinku około 400 metrów bieć będzie istniejącym śladem drogi krajowej nr 74 - począwszy od miejscowości Przełom. Następnie odbije w kierunku południowo-zachodnim i poprowadzona po nowym śladzie skomunikuje się z łącznicą węzła S7 Kielce Zachód. Według harmonogramu, prace powinny potrwać około trzech lat. /ar/

Rozbudowa skateparku

Ogłoszenie przetargu na rozbudowę kieleckiego skateparku to kolejny, bardzo ważny krok w stronę realizacji największej i zarazem najdroższej inwestycji w ramach ubiegłorocznej



edycji KBO. –Zamówienie obejmuje rozbudowę i modernizację istniejącego skateparku, budowę części skateparkukids, a także budowę dojeżdżalni z kostki betonowej, wyposażenie terenu w elementy małej architektury, między innymi stojaki na rowery, stacje naprawczą do rowerów, ławki, tablice, a także wykonanie instalacji elektrycznej, oświetlenia terenu i monitoringu oraz gniazdo do podpięcia nagłośnienia – mówi Tomasz Porębski, rzecznik prezydenta Kielc. Termin składania ofert mija 12 lipca. /wk/

Zalew w Lipowicy

W niedzielę (4 lipca) odbędzie się uroczyste otwarcie kąpieliska w Lipowicy. W tym roku za-



kończyła się modernizacja zbiornika, który stał się bardzo atrakcyjnym miejscem do wypoczynku. - Wokół powstały ścieżki rowerowe i spacerowe. Są również punkty widokowe, tablice informacyjne, a także mola i miejsca dla wędkarzy. Teren jest oświetlony, wyposażony w zaplecze parkingowe oraz toalety. Wokół rozpościerają się przepiękne widoki na Zamek w Chęcinach – zachęca Robert Jaworski, burmistrz Miasta i Gminy Chęciny. Uroczyste otwarcie, uświetnione puszczaniem wianków i obrzędami Nocy Świętojańskiej w wykonaniu zespołu Siedlecczanie, rozpocznie się o godzinie 18. /ar/

Zawierz Jezusowi

Już 13 lipca rozpoczynają się 33-dniowe rekolekcje przygotowujące do zawierzenia się Jezu-



sowi przez Maryję. Dojdzie do niego 15 sierpnia w uroczystość Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny. To inicjatywa wspólnoty zwierzeniowej „Oto Matka Twoja”, na którą opiekę duchową sprawuje ks. Krzysztof Sochacki. – Jeśli sami przeżyliście już, z Niepokalaną i z nami, tę drogę to dzielcie się tą radością i świadectwem z innymi. Wasz przykład będzie najlepszą zachętą dla tych, którzy tego potrzebują. Zapraszam wszystkich do apostołstwa. Jesteś Apostołem Maryi, Apostołem Bożej Miłości – mówi ks. Krzysztof Sochacki. Po to, aby zapisać się do grupy należy kliknąć w specjalny link odsyłający do aplikacji. Konieczne jest jednak posiadanie aplikacji WhatsApp. /mł/

Co dalej z teleporadami?

Weszła w życie nowelizacja zarządzenia Prezesa NFZ dotycząca warunków i realizacji umów



w Podstawowej Opiece Zdrowotnej. Za diagnozowanie i leczenie pacjentów bezpośrednio w gabinecie lekarza, poradnie zyskują wyższe wynagrodzenie. Z danych NFZ wynika, że w części poradni POZ nadal 70 procent porad dla pacjentów to porady przez telefon. Do tego dochodzą liczne skargi dotyczące trudności z dodzwonieniem się do lekarza rodzinnego lub brak możliwości umówienia bezpośredniej wizyty w gabinecie. 14 przychodni POZ ze 182 funkcjonujących w naszym województwie wykazało, że ponad 90 procent świadczeń udzieliło w ostatnim czasie w formie teleporady. /mn/



Śmieciowy problem powraca

Zalegające przy altanach śmieciowych gabaryty to problem, który wraca jak bumerang. O zaniebaniach ze strony firmy Eneris poinformował nas jeden z mieszkańców kieleckiego Szydłówka. O komentarz w sprawie poprosiliśmy Urząd Miasta. - Nie wpłynęła do nas żadna niepokojąca informacja o problemie z odbiorem odpadów z tej lokalizacji. Natomiast bezzwłocznie po

otrzymaniu wiadomości z Radia eM, wysłaliśmy zgłoszenie do firmy Eneris. Będziemy weryfikować tę sprawę, sprawdzimy, czy doszło w tym miejscu do nieprawidłowości. Jeśli tak jest, ponaglmy wykonawcę do jak najszybszego odbioru odpadów – informuje Tomasz Porębski, rzecznik prezydenta Kielc. /wk/

Stadion Politechniki otwarty!

Po ponad 1,5 roku wielofunkcyjny stadion lekkoatletyczny PŚk został oddany do użytku. W ramach inwestycji powstało m.in.: boisko



o nawierzchni z trawy sztucznej, bieżnia ogólna do biegów z przeszkodami, bieżnia prosta do biegów na sto metrów, skocznia do skoków w dal oraz skoków wzwyż i o tyczce, rzutnia do pchnięcia kulą, siłownia zewnętrzna oraz trybuna. - To było nasze marzenie, żeby dać studentom nie tylko możliwość rozwoju intelektualnego, ale również fizycznego. Mamy nadzieję, że ten stadion będzie stanowił wizytówkę Politechniki Świętokrzyskiej – mówi prof. Artur Maciąg. Realizacja inwestycji opiewała na kwotę 15 mln zł. /wk/

TELEFON
interwencyjny
Radia eM:
41 349 50 40



e-mail: radio@em.kielce.pl

reklama



RADIO TAXI

LIDER

☎ **19-666**

☎ **41 345 88 88**

☎ **510 33 80 80**

POŻYCZKI CHWILÓWKI

do 2000zł w 15 minut na 30 dni dla osób zadłużonych, z komornikiem i widniejących w BIK
MINIMUM FORMALNOŚCI
SZYBKO-WYGODNIE-BEZPIECZNIE

Zadzwoń: tel.534-980-900

LOMBARD OKAY

SKUP-SPRZEDAŻ-ZASTAW
najlepsze ceny za gram złota,
wycena nawet do 75% wartości towaru!

WSPARCIE OKAY

Oferujemy pomoc z zakresu
• ochrona odszkodowawcza
• ochrona prawna

Zadzwoń: tel.884-886-533

Dla czytelników Tygodnika eM
pierwsza pożyczka GRATIS
- oddajesz tyle ile pożyczasz

KIELCE, ul.Sienkiewicza 79; www.pozyczkaokay.pl

AP/8/12/20

abe
OKNA DRZWI



OKNA • DRZWI • ROLETKI • BRAMY

**Wysoka jakość
w najlepszej cenie**

**DO KOŃCA
LIPCA
PROMOCJA
RABAT DO 30 %**

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

AP/3/01/18

PM/01/06/21

Często długie kolejki do lekarzy specjalistów sprawiają, że wiele osób decyduje się na skorzystanie z usług prywatnych placówek medycznych. Cenniki wizyt lekarskich nieco się różnią w zależności od specjalizacji oraz tytułu i dorobku naukowego danego lekarza. Trzeba zaznaczyć, że pacjent płaci o około 20 procent więcej za wizytę niż rok wcześniej, co wynika z ogólnego wzrostu cen. Pandemia koronawirusa również miała wpływ na ceny usług w prywatnych przychodniach. Droższe są m.in. środki ochrony osobistej i akcesoria medyczne

Starzejące się społeczeństwo, zwiększony popyt na świadczenia medyczne, inwestycje w nowoczesne technologie, deficyt lekarzy i pielęgniarek, który pociąga za sobą podwyżki wynagrodzeń - to kolejne czynniki sprawiające, że koszty opieki zdrowotnej w Polsce rosną.

- Ceny konsultacji specjalistycznych kształtują się u nas na poziomie 140 zł

- 150 zł. U niektórych lekarzy wizyta kosztuje 200 zł, mowa tutaj np. o laryngologu. Ceny w ostatnim czasie wzrosły o około 15-20 procent, duży wpływ miała na to pandemia. Jeśli chodzi o badania laboratoryjne to ich koszt utrzymuje się na podobnym poziomie. Nieznacznie podniosły się jedynie ceny badań USG. Pandemia wymusiła konieczność zabezpieczenia i zapewnienia odpowiednich warunków personelowi medycznemu i pomocniczemu. Wzrosły ceny środków do dezynfekcji, zmieniła się także częstotliwość i sposób dezynfekcji, a to wszystko generuje dodatkowe nakłady finansowe - mówi Marzena Michalczyk, dyrektor ds. organizacji i współpracy w Centrum Medycznym Omega. Zainteresowanie prywatną służbą zdrowia cały czas rośnie.

- Jesteśmy jednostką znaną na rynku, można powiedzieć, że prekursorem prywatnych usług w województwie świętokrzyskim i cały czas widzimy wzrost zainteresowania naszymi usługami. Świadczy też o tym czas oczekiwania do konkretnych specjalistów - do ginekologa czy kardiologa



Ile zapłacim

wynosi on 2-3 tygodnie. Obsługujemy też wielu pacjentów, którzy mają wykupione prywatne ubezpieczenia w pracy. Coraz więcej pracodawców daje pracownikom takie możliwości - uzupełnia Marzena Michalczyk.

- Paczka rękawiczek jednorazowych kosztowała kiedyś 20 zł, dziś 50 zł. Mamy też obowiązek systemu elektronicznego, który pomimo pandemii musiał być wdrożony. Dla naszej przychodni był to koszt 40 tys. zł. Obowiązują teraz e-skierowania i e-recepty - to też generuje dodatkowe koszty oprogramowania. Rośnie również średnia płaca krajowa. Są też inne drobne aspekty, jak chociażby wzrost cen papieru, przez jakiś czas jego produkcja w Chinach została zatrzymana, po czym cena ryzy wzrosła z 10 do 15 zł. Wszystko drożeje, ceny usług medycznych to nie jakiś wyjątek na rynku - mówi Małgorzata Pawlik, dyrektor Centrum Zdrowia Darimed.

reklama

RADIO eM KIELCE ZAPRASZA NA AUDYCJE „BOHATEROWIE KIELECCZYŃNY”

– poruszające historie, wspaniali bohaterowie ziemi kieleckiej, ciekawe rozmowy o czasach niemieckiego i sowieckiego totalitaryzmu.

Zapraszamy na ostatnią audycję w piątek 2 lipca br po godzinie godz. 20.00, powtórka audycji w poniedziałek 5 lipca br po godz. 22.30.

Audycje dostępne na emkielce.pl/niepodlegla

Audycje w ramach zadania „Kielecczyzna w walce z niemieckim i sowieckim totalitaryzmem

w latach 1939-1956” współfinansowanego ze środków otrzymanych od Ministerstwa Obrony Narodowej.





Ceny u lekarzy?

CENY U SPECJALISTÓW

Ceny wizyt u konkretnych specjalistów różnią się nie tylko między różnymi przychodniami, ale nawet w obrębie jednej placówki. Różnice wynikają z m.in. z tego jakie lekarz ma doświadczenie i dorobek naukowy. – Wizyta u ginekologa kosztuje od 180 do 250 zł, w tym jest już USG. W przypadku wyższej ceny dotyczy ona lekarza, który ma dwie specjalizacje, jest ginekologiem onkologiem lub ginekologiem położnikiem. Wizyta u chirurga z tytułem doktora nauk kosztuje 200 zł, a u chirurga bez tytułu 150 zł. Okuliści natomiast mają u nas jedną stawkę 130 zł, podobnie kardiolo-

logi 150 zł. U specjalistów neurologów mamy przedział cenowy od 130 zł do 160 zł, u dermatologów 120 – 150 zł, a u specjalisty chorób wewnętrznych 100 zł – wymienia Małgorzata Pawlik, dyrektor Centrum Zdrowia Darimed. – W niektórych lecznicach do wizyty u lekarza doliczana jest opłata covidowa, zazwyczaj w kwocie 50 zł, która ma pokryć koszt środków zabezpieczających czy płynów do dezynfekcji, my takiej opłaty nie doliczamy. Koszty wizyt u specjalistów faktycznie wzrosły od nowego roku, u nas o około 10-15 procent, nie jest to jednak drastyczny skok, zwłaszcza, że od około dwóch lat podwyżek nie mieliśmy – dodaje dyrektor Pawlik.

PACJENCI A KOSZTY WIZYT

– Wzrost cen jest widoczny w każdym aspekcie życia. U lekarza też jest drożej. Kilka miesięcy temu byłem u stomatologa i musiałem zapłacić 70 zł więcej w związku z wdrożeniem specjalnych środków ochrony. Dentysta wyglądał jak z załogi statku kosmicznego, ubrany w kombinezon, przyłbicę i maseczkę. Czy to wszystko jest naprawdę tak drogie i czy my pacjenci musimy za to płacić? Sama wizyta również była droższa, za leczenie zapłaciłem nie 150 zł - jak dotychczas a 200 zł – mówi nasz czytelnik. – Ostatnio za wizytę u urologa zapłaciłem 300 zł, wcześniejsze konsultacje kosztowały mnie 250 zł. Dziwnym procederem jest również płacenie z góry za pomoc specjalisty. Opłatę uiściłem już na recepcji, jeszcze przed wejściem do gabinetu doktora – relacjonuje inny czytelnik. – U znanego profesora chirurga wizyta trwała 10 minut, zapłaciłem 250 zł, ale dzięki temu szybciej trafiłem do szpitala na zabieg – mówi nasz kolejny rozmówca.

Z danych GUS-u wynika, że w grudniu 2020 roku usługi lekarskie były średnio o 9 procent droższe niż przed rokiem. Za usługi stomatologiczne trzeba było natomiast zapłacić o 13,4 procenta więcej niż przed rokiem. Każda osoba ubezpieczona może korzystać z państwowej służby zdrowia, która jest bezpłatna, pomimo tego wielu pacjentów woli udać się do lekarza prywatnie. Krótsze kolejki i przeświadczenie, że będzie obsłużony lepiej to główne powody tego wyboru. W czasie pandemii wiele publicznych przychodni udzielało jedynie teleporad, więc wizyta prywatna, w gabinecie często okazywała się dla pacjenta jedynym wybawieniem. ◀

reklama



**ZARZĄD
TRANSPORTU
MIEJSKIEGO
W KIELCACH**

INFORMUJE



Od wtorku **6 lipca 2021r. do odwołania** w związku z przebudową mostu w miejscowości Suków Babie gm. Daleszyce zostaną wprowadzone zmiany w komunikacji miejskiej:

- autobusy **linii nr 11 (soboty i niedziele)**,
 - kursy do Sukowa Babie zostaną skierowane do parkingu przy Suków Piaskownia (bez wjazdu na Suków Babie),
 - kursy z Kielc do Borkowa i z Borkowa do Kielc będą wykonywane bez wjazdu na Suków Babie
- autobusy **linii 33 (dni robocze)**
 - kursy do Sukowa Babie zostaną skierowane do parkingu przy Suków Piaskownia (bez wjazdu na Suków Babie).

PM/02/01/2021

Co dalej z zarządem?



28 czerwca Sejmik Województwa Świętokrzyskiego nie udzielił absolutorium obecnemu Zarządowi Województwa. Przyczyniło się do tego kilku radnych Prawa i Sprawiedliwości – ugrupowania, w rękach którego spoczywa władza nad samorządem wojewódzkim. Teraz przed radnymi decyzji o ewentualnym odwołaniu Zarządu. Czy do tego dojdzie? Poniedziałkowa sesja Sejmiku Województwa Świętokrzyskiego była pod wieloma względami przełomowa. Po raz pierwszy, od pamiętnego głosowania ws. powołania Marka Bogusławskiego do Zarządu, będący u sterów władzy klub Prawa i Sprawiedliwości nie zagłosował jednomyślnie

w kluczowym głosowaniu. Sejmik nie udzielił absolutorium Zarządowi, a od głosu wstrzymali się radni PiS: Agnieszka Buras, Artur Konarski, Maciej Gawin i Mieczysław Gębski, którzy w środę zostali wykluczeni z klubu. „Przeciw” głosował zaś Janusz Koza, wybrany z listy Prawa i Sprawiedliwości. Zarząd mógł jednak liczyć na poparcie „z zewnątrz”. Dzięki nieformalnej koalicji, która wiąże się z politycznymi rozgrywkami w kieleckiej Radzie Miasta, za absolutorium głosował Grzegorz Świercz. Poparcia Zarządowi udzielił także Grzegorz Gałuszka z opozycyjnego Polskiego Stronnictwa Ludowego, który został za to wyrzucony z klubu PSL oraz Henryk Milcarz, prezes Wodociągów Kieleckich. To jednak nie wystarczyło. W 30-osobowym Sejmiku zabrakło jednego głosu i Zarząd absolutorium nie otrzymał.

Co dalej? Zgodnie z ustawą o samorządzie województwa brak absolutorium jest równoznaczne ze złożeniem wniosku o odwołanie Zarządu. Radni rozpatrzą ten wniosek na specjalnej sesji, najwcześniej 14 dni od decyzji w sprawie nieudzielenia absolutorium. Do skutecznego odwołania potrzebne jest jednak 3/5 głosów.

Obecna arytmetyka w Sejmiku raczej wyklucza takie rozwiązanie. Przeciwno obecnej władzy musiałyby zagłosować przynajmniej 18 radnych. ◀

autor: Michał Łosiak

Przejdźmy do konkretów

ZDANIEM SENATORA



Krzysztof Marek Słoń
Senator RP, PiS

Przejdźmy do konkretów, czyli do Polskiego Ładu. Oto 10 projektów PiS na najbliższe 100 dni odbudowy po pandemii:

- 30 tys. kwoty wolnej od podatku dla wszystkich – to niższe podatki dla ponad 18 mln Polaków,
- Emerytura bez podatku – emerytury i renty podwyższimy o wysokość podatku dla świadczeń do 2,5 tys. zł,
- Zniesienie limitów do lekarzy specjalistów – dla dzieci i młodzieży do 18 roku życia, a następnie dla wszystkich pacjentów,
- 7 proc. PKB na zdrowie – to więcej środków na inwestycje, cyfryzację, nowe kadry i nowoczesne terapie,

- Mieszkanie bez wkładu własnego – gwarantowany przez państwo wkład własny i dofinansowanie dla osób korzystających z mieszkania społecznego oraz rodzin wielodzietnych,
- Dom bez formalności – budowa domów jednorodzinnych do 70 m² możliwa bez pozwolenia, kierownika i książki budowy, jedynie na podstawie zgłoszenia,
- Rodzinny Kapitał Opiekuńczy – wsparcie w wysokości 12 tys. zł dla rodzin na drugie i kolejne dziecko,
- Program Inwestycji Strategicznych Polski Ład – dotacje dla gmin i powiatów na cele inwestycyjne,
- Wyższe dopłaty do paliwa rolniczego do 110 zł/1ha oraz ułatwienie bezpośredniej sprzedaży przez rolników,
- Kilkadziesiąt „Małych Centrów Nauki Kopernik” w średnich i małych polskich miastach.

Wokół Polskiego Ładu narosło już wiele mitów i półprawd a jest on korzystny lub neutralny dla 90 proc. podatników. 18 mln Polaków zyskuje na zmianach, a na 6 mln nie mają one wpływu. Na zmianach zyska aż 91 proc. emerytów i rencistów. 65 proc. z nich nie zapłaci podatku. System jest tak skonstruowany, że osoby zatrudnione na umowę o pracę nie tracą nawet przy zarobkach 10-12,5 tys. zł. Gwarantuje to przewidziana w Polskim Ładzie ulga dla klasy średniej. Osoby zarabiające na umowach o prace 13 tys. zł zapłacą miesięcznie jedynie 13 zł więcej. Zmiany w zasadach opodatkowania wprowadzają sprawiedliwy system danin publicznych. Do tej pory bardziej zamożni płacili mniejsze procentowo podatki niż osoby o najniższych zarobkach. Można? Można! ◀

Wiadomości z Politechniki Świętokrzyskiej



STADION JUŻ OTWARTY

Nowy obiekt ma być sercem wydarzeń sportowych nie tylko dla Politechniki, ale także zawodów młodzieżowych i akade-



mickich mistrzostw Polski. To promocja dla Kielc i regionu. Inwestycja pochłonęła ponad 18 milionów złotych.

Politechnika otrzymała dofinansowanie 7,5 miliona złotych z Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu. Z nowego stadionu najbardziej cieszą się studenci, zwłaszcza ci, którzy trenują w sportowych sekcjach.

Główne elementy areny to: pełnowymiarowe boisko piłkarskie ze sztucznej trawy, bieżnie: okólna i prosta, rzutnie do rzutu młotem, dyskiem, oszczepem i do pchnięcia kulą, skocznie do skoków o tyczce, wżwyz i w dal, boisko do sportów plażowych a także magazyn na sprzęt sportowy.

Stadion przystosowany jest dla osób z niepełnosprawnościami, pomieści ponad 500 widzów i może być użytkowany w nocy dzięki oświetleniu.

MISTRZYNI PROJEKTOWANIA

Ogromny sukces młodych konstruktorów z Politechniki Świętokrzyskiej. Jolanta Borek zwyciężyła w ogólnopolskim konkursie modelowania 3D Fast & Studios, a Oskar Głęda zajął drugie miejsce. W finałowym Grand Prix studenci z wydziału Mechatroniki i Budowy Maszyn zdeklasowali konkurentów.



- Bardzo cieszę się z sukcesów indywidualnych. Jednocześnie dzięki znakomitym wynikom pozostałych członków naszego zespołu, Politechnika Świętokrzyska zajęła pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej, pozostawiając daleko w tyle pozostałe uczelnie i szkoły – mówi prof. Ihor Rokach, który przygotowywał młodzież do zawodów.

Konkurs polegał na jak najszybszym odtworzeniu w programie SOLIDWORKS modelu 3D z dokumentacji płaskiej. Liczy się czas oraz dokładność.

W tym roku organizatorzy zaproponowali nową formułę zawodów. Uczestnicy rywalizowali zdalnie przez siedem miesięcy. O zwycięstwie decydowała liczba punktów zgromadzonych podczas indywidualnych startów.

Zwycięzca klasyfikacji generalnej zdobył nagrodę główną – manipulator 3DConnexion. Wszyscy zwycięzcy konkursu dostali również ofertę płatnych staży w Dziale Konstrukcyjnym firmy KH Kipper, sponsora konkursu.

NOWY WYMIAR WSPÓŁPRACY

DS Smith, wiodący w Europie dostawca opakowań z tektury, zacieśnia współpracę z Politechniką Świętokrzyską.



– Ze względu na naszą lokalizację, współpraca z tak ważnym ośrodkiem akademickim, jakim jest Politechnika Świętokrzyska ma dla naszej firmy wielkie znaczenie. Podpisując dzisiaj umowę podkreślamy stabilny i długofalowy wymiar naszych relacji. Będziemy współpracować, włączając się w kształcenie przyszłych kadr inżynierskich i zapewniając im odpowiednie przygotowanie do pracy zawodowej. – powiedział Krzysztof Sadowski, Prezes Zarządu DS Smith Polska

Firma działa w Kielcach od 50 lat, wcześniej znana jako Kieleckie Zakłady Wyrobów Papierowych.

- W ramach współpracy planowane są praktyki, staże i szkolenia dla studentów i doktorantów w tym doktoraty wdrożeniowe. Będziemy też zapraszać specjalistów z firmy do wygłaszania prelekcji dla naszych studentów i pracowników oraz prowadzenia szkoleń. Z dotychczasowych kontaktów wiemy, że DS Smith jest bardzo otwarta i chętna na tego typu inicjatywy – podkreśla Rektor.

Ceny wciąż szybują!

autor: Weronika Kępa

Od żywności po nieruchomości i urlopy wakacyjne – ceny rosną jak szalone. Inflacja daje o sobie znać na każdym możliwym kroku i jak się okazuje nie zamierza odpuścić



W 2020 roku inflacja w Polsce ukształtowała się na poziomie 3,4 proc. To najwyższy wynik od ośmiu lat. - To nie jest dobre zjawisko, ale umiarkowany poziom dwa – trzy procent jest korzystny z punktu widzenia procesów makroekonomicznych. Jeżeli jednak inflacja wymknie się spod kontroli, czyli osiągnie powyżej pięciu procent to już zaczyna być groźne dla gospodarki - mówi prof. Marek Leszczyński, ekonomista. Zdaniem ekspertów dane za 2021 rok mogą być jeszcze bardziej niepokojące. Wzrost cen dotyczy między innymi żywności, przede wszystkim warzyw, owoców i zboża. - Mielśmy zimny i deszczowy maj, teraz są upały i okazuje się, że w rolnictwie nie jest za wesoło. Cały czas zmagamy się też ze skutkami suszy. Ponadto obecnie jest bardzo duży popyt na zboże, które eksportują nasi producenci. To też rzutuje na strukturę i wzrost cen produktów spożywczych. Obawiam się, że ceny żywności będą stale rosły. Tego nie da się tak łatwo zahamować – tłumaczy prof. Leszczyński.

reklama

Na rynek żywności wpływa jednak zdecydowanie więcej czynników. Podstawowym jest sytuacja międzynarodowa i trudny czas dla rynków finansowych. To powoduje wzrost cen kosztów produkcji związany z droższymi surowcami. W grę wchodzi też polityka fiskalna państwa. Jak się okazuje, oprócz żywności drożeją również nieruchomości. - Ceny mieszkań, domów, działek oraz gruntów trzymają się dobrze i mają cały czas tendencje wzrostową na poziomie kilkunastu procent każdego roku. Zjawisko dotyczy zarówno miast, jak i terenów wiejskich, gdyż rośnie popyt na działki, zwłaszcza te budowlane – informuje ekonomista.

Istotną rolę w kształtowaniu wskaźnika inflacji ma również poziom cen nośników energii, głównie prądu. - Koszty produkcji i dystrybucji energii będą stale rosły. Przepuszczam też, że wzrosną ceny usług komunalnych - większość samorządów będzie chciała prawdopodobnie zrekompensować sobie spadek wpływów podatkowych spowodowanych pandemią. Toteż niebawem możemy więcej zapłacić m.in. za wywóz śmieci czy dostarczanie wody – stwierdza.

LUKA DOCHODOWA WCIAŻ ZBYT DUŻA

Eksperti prognozują także sezonowe wzrosty cen paliw. - Powinniśmy się spodziewać pewnej stabilizacji na tych poziomach, które mamy teraz z perspektywą korekty zwykłej, ale bardzo niewielkiej, o kilka groszy – mówi Jakub Bogucki, analityk rynku paliw z portalu e-petrol.pl. Jak paliwa to i motoryzacja. Od pewnego czasu ceny samochodów szybują. Na rynku używanych aut za pojazd wart do niedawna ok. 6 tysięcy teraz trzeba dać 9. Tę samą tendencję możemy zaobserwować jeśli chodzi o nowe samochody. - Wpływ na tę sytuację ma cena euro, ale również pandemia. Mało samochodów wchodzi na rynek, bo produkcja jest ograniczona, a zainteresowanie rośnie. Podobnie jak wymagania klientów, bo każdy szuka idealnego samochodu – wyjaśnia Artur Kozerawski z Autokomisu Camaro. Niestety, ceny towarów i usług wciąż mają się nijak do wynagrodzeń Polaków. - Mimo że w ostatnich latach udało się zmniejszyć lukę dochodową i ograniczyć sferę skrajnego ubóstwa to wciąż poziom wynagrodzeń znacznie odbiega od naszych aspiracji. Jednak tempo wzrostu poziomu wynagrodzeń generalnie nie powinno być większe niż tempo wzrostu wydajności pracy. W innym przypadku inflacja będzie napędzana – niby będziemy mieć więcej w portfelu, ale inflacja to wszystko „zje” i efekt będzie odwrotny do zamierzonego – zauważa Leszczyński. ◀

RADIO eM KIELCE ZAPRASZA NA AUDYCJE „BOHATEROWIE KIELECCZYŃNY”

– poruszające historie, wspaniali bohaterowie ziemi kieleckiej, ciekawe rozmowy o czasach niemieckiego i sowieckiego totalitaryzmu.

Zapraszamy na ostatnią audycję w piątek 2 lipca br po godzinie godz. 20.00, powtórka audycji w poniedziałek 5 lipca br po godz. 22.30.

Audycje dostępne na emkielce.pl/niepodlegla

Audycje w ramach zadania „Kielecczyzna w walce z niemieckim i sowieckim totalitaryzmem

w latach 1939-1956” współfinansowanego ze środków otrzymanych od Ministerstwa Obrony Narodowej.



DODATEK

4
LIPCA
2021 r.

EKOLOGICZNY

foto: Piotr Michalec

Bogactwo Nadnidziańskiego Parku Krajobrazowego

Nadnidziański Park Krajobrazowy znajduje się w obrębie Niecki Nidziańskiej. Obejmuje środkowy i dolny fragment Doliny Nidy, Nieckę Solecką i północno – zachodnią część Garbu Pińczowskiego. Na terenie parku znajduje się unikatowy zespół zjawisk i form krasu gipsowego, a także liczne meandry i starorzecza

tekst: Aleksandra Rękas

Najbardziej charakterystycznym elementem Nadnidziańskiego Parku Krajobrazowego jest dolina Nidy. Bogactwo naturalne nie tylko urzeka swoim pięknym, ale i stanowi ostoję psectwa wodno – błotnego.

RÓŻNORODNA ROŚLINNOŚĆ I RZEŻBA TERENU

Teren parku charakteryzuje się dużym zróżnicowaniem siedlisk – począwszy od skrajnie suchych, aż po bagienne i wodne. Znajdziemy tam niezwykle cenne gatunki flory, które występują bardzo rzadko. Ich lista jest niezwykle różnorodna – to między innymi dyptam jesionolistny, szyplin jedwabisty, sierpik różnolistny, dziewięciśń popłocholistny, gęsiówka uszkowata, sesleria błotna, groszek szerokolistny, rezedka mała, przetacznik zwodny i wczesny, stulisz miotłowy, ostnice: Jana i włosowata, len włochaty.

- Dolina Nidy zachwyca różnorodnością zbiorowisk roślinności wodnej, szuwarowej i torfowiskowej. To takie gatunki jak grążel żółty, grzybień biały, osoka aloesowata, bobrek trójlistkowy, kruszczyk błotny, storczyk kukawka, szerokolistny i krwisty, turzyca Davalla – wylicza Anna Chwalik-Borowiec z Zespołu Świętokrzyskich i Nadnidziańskich Parków Krajobrazowych.

Bogata roślinność to nie wszystko. Pod względem rzeźby terenu obszar parku także jest niejednorodny. Jego zróżnicowanie wynika z litologicznych uwarunkowań starszego podłoża oraz różnego stopnia pokrycia rzeźby strukturalnej morskimi utworami paleogenu i neogenu. Najbardziej charakterystyczne skały gipsowe zbudowane są z ustawionych pionowo, zrosniętych kryształów gipsu potocznie nazywanych „szklicą” lub „jaskółczymi ogonami”. Wielkość ich dochodzi

nawet do trzech i pół metra – to jedne z największych kryształów gipsu na świecie!

REZERWATY I POMNIKI PRZYRODY

Niezwykle bogactwo form przyrody żywej i nieożywionej sprawiło, że na terenie Nadnidziańskiego Parku Krajobrazowego utworzono aż dziewięć rezerwatów przyrody. To Skowronno, Grabowiec, Pieczyska, Krzyżanowice, Skorocice, Skotniki Górne, Winiary Zagojskie, Przęślin i Góry Wschodnie.

- Park obfituje również w pojedyncze chronione obiekty przyrodnicze. Znajdziemy w nim 30 pomników przyrody. W tej liczbie mieści się 15 pomników przyrody żywej - okazałe drzewa takie jak lipy, dęby, topole i ich skupiska, a także 15 pomników przyrody nieożywionej oraz trzy użytki ekologiczne – podkreśla Anna Chwalik-Borowiec

Rzeka Nida królową parku

Nida powstaje z połączenia Białej i Czarnej Nidy, w miejscowości Żerniki. Ma szeroki obszar zalewowy pokryty łąkami, co wygląda niezwykle malowniczo. W najwęższym miejscu koryto Nidy ma szerokość sześciu metrów, w najszerszym punkcie – 79 metrów, a głębokość rzeki dochodzi do 2,6 metra. Co ciekawe, to jedna z najcieplejszych polskich rzek. Temperatura wody w lecie dochodzi nawet do 27 stopni Celsjusza, co sprawia że nad jej brzegami wypoczywa wiele osób. Nida mimo, że nie wpływa do morza, ma swoją własną deltę. Między miejscowościami Motkowice i Skowronno Dolne dzieli się na wiele koryt. Nida jest lewym dopływ górnej Wisły, jej długość wynosi 151 km, wraz Białą Nidą. Powierzchnia dorzecza to 3862 kilometrów kwadratowych, rzeka przepływa między innymi przez Sobków, Motkowice, Pińczów i Wiślicę.

Rezerваты i... lekcja historii

foto: Piotr Michalec

Na terenie Nadnidziańskiego Parku Krajobrazowego znajduje się dziewięć rezerwatów przyrody. Każdy z nich zachwyca bogactwem naturalnym i jest miejscem występowania jedynych w swoim rodzaju gatunków roślinnych. Na terenie parku możemy także, w wyjątkowy sposób, zapoznać się z historią naszego kraju.

tekst: Aleksandra Rękas

Najcenniejsze obiekty i obszary Nadnidziańskiego Parku Krajobrazowego zostały objęte ochroną. Wśród rezerwatów przyrody wyliczamy Skowronno, Grabowiec, Pieczyska, Krzyżanowice, Skorocice, Skotniki Górne, Winiary Zagajskie, Przęślin i Góry Wschodnie.

OCHRONA NAJCENNIJSZYCH MIEJSC

Większość rezerwatów przyrody związanych jest z występowaniem roślinności kserotermicznej, która porasta wzgórza gipsowe i wapienne. Choć głównym celem ochrony jest tam roślinność ciepłolubna, to na ich terenie zobaczyć można też odsłonięcia skał gipsowych i wapiennych.

GÓRY WSCHODNIE

To rezerwat stepowy, jego celem jest ochrona roślinności kserotermicznej. Obejmuje fragment niewielkiego wzniesienia zbudowanego z grubokrystalicznych gipsów. Rosną tam chronione gatunki roślin - dziewięciślim bezłodygowy, miłek wiosenny, kostrzewa walezyjska, ożota zwyczajna, mikołajek polny, traganek duński, oman wąskolistny i zagorzałek żółty.

KRZYŻANOWICE

Zajmuje część wzniesienia zbudowanego z margli kredowych, znajduje się we wschodniej części Doliny Nidy. Zbocza porasta roślinność o charakterze muraw stepowych ze stepem ostnicowym i stepem łąkowym. Znajdziemy tam dziesiątki gatunków roślin objętych ochroną, są to na przykład - miłek wiosenny, zawilec wielkokwiatowy, ost-

nica Jana, dziewięciślim bezłodygowy, len włochaty, ostrożeń pannoński, pierwiosnek wyniosły.

SKOTNIKI GÓRNE

Rezerwat położony wśród pól, znajdują się tam murawy kserotermiczne. Żyje tam wiele gatunków owadów, a wśród roślin chronionych znajdują się - miłek wiosenny, zawilec wielkokwiatowy, ostnica włosowata, śniadek cienko listny, turzycza delikatna, gęsiówka uszkowata czy ożota zwyczajna.

SKOWRONNO

Na terenie tego rezerwatu znajdują się cenne murawy kserotermiczne i liczne gatunki roślin chronionych i zagrożonych wyginięciem. To na przykład: ostnica Jana, wężymord stepowy, ostnica włosowata, miłek wiosenny, zawilec wielkokwiatowy, rezeda mała czy pierwiosnka lekarska. Żyją tam rzadko spotykane chrząszcze oraz stonka Longitarsus minimus. Rezerwat znajduje się na północnym krańcu Garbu Pińczowskiego.

GRABOWIEC

To florystyczny rezerwat przyrody, położony we wschodniej części Doliny Nidy. Obejmuje płaskowzgórze zbudowane z gipsów i ilów miocenkich z licznymi wertebami i lejami krasowymi. Z gatunków bardzo rzadkich występują tam między innymi: dyptam jesionolistny, czyli „gorejący krzew Mojżesza”, wisienka karłowata, obuwik pospolity i zawilec wielkokwiatowy.

PIECZYSKA

Rezerwat torfowiskowy, na jego terenie występują takie rośliny chronione jak wawrzynek wilczełyko, pełnik europejski oraz storczyk kukawka. Przedmiotem ochrony są śródleśne torfowiska, w tym zespół torfotwórczy z lepiężnikiem różowym.

SKOROCICE

Rezerwat o charakterze stepowo – geologicznym. Jego celem jest ochrona doliny wykształconej w gipsach, roślinności stepowej i stanowisk rzadkiej fauny stepowej. Znajduje się tam wiele form krasu gipsowego - mosty skalne, jaskinie, lejki krasowe. Do roślin chronionych należą między innymi - ostnica włosowata, wężymord stepowy, sierpik różnolistny, przetacznik wczesny.

Winiary Zagojskie

Rezerwat florystyczny, bogaty we florę kserotermiczną roślin naczyniowych. Ochroną ścisłą objęte są - len włośchaty, ostrożeń pannoński, wężymord stepowy, ostnica włosowata, ożota zwyczajna. Występują tam gatunki kserotermiczne, tworzące różnobarwne murawy kwietnego stepu łąkowego.

PRZEŚLIN

Na terenie tego rezerwatu wykształciły się zbiorowiska stepu ostnicowego, kwietnego i łąkowego. Do chronionych gatunków roślin należą - ostnica włosowata, stulizmiotłowy, wiechlina cebulkowata w odmianie żyworodnej, len włośchaty, len złocisty. Żyją tam również rzadkie gatunki ciepłolubnych owadów, na przykład cykady.

OBIEKTY KULTURALNE I HISTORYCZNE

Nadnidziański Park Krajobrazowy to nie tylko bogata roślinność. Wizyta w nim to także okazja do zaznajomienia się z historią Polski.

- Warto wspomnieć o tym, że Nadnidziański Park Krajobrazowy znany jest z tego, że na jego terenie występują

liczne obiekty kultury materialnej. W IX wieku powstało tu państwo Wiślan z ośrodkiem władzy w Wiślicy. Wśród wyjątkowych obiektów kultury należy wymienić wzniesioną w XIV wieku, gotycką bazylikę kolegiacką Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Wiślicy – opowiada Anna Chwalik-Borowiec z Zespołu Świętokrzyskich i Nadnidziańskich Parków Krajobrazowych.

Z kaplicą sąsiaduje późnogotycki dom Długosza. Natomiast w korytarzu głównym bazyliki znajdziemy płaskorzeźbę uśmiechniętej Madonny z dzieciątkiem.

- Przed tą płaskorzeźbą modlił się Władysław Łokietek walcząc o zjednoczenie Polski. W podziemiach kościoła znajduje się Płyta Orantów, czyli unikalny na skalę światową zabytek sztuki romańskiej. Jednym z najcenniejszych dzieł polskiego renesansu są znajdujące się w Kościele Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Chrobrzu nagrobki Stanisława Tarnowskiego, fundatora kościoła, oraz proboszcza Zbigniewa Ziółkowskiego – opowiada Anna Chwali-Borowiec.

Z kolei do najcenniejszych kościołów późnobarokowych na terenie parku należy monumentalna świątynia pod wezwaniem Ducha Świętego i Matki Bożej Bolesnej w Młodzawach Małych.

- Wyjątkowy charakter posiada pochodząca z lat 40. i 50. XVIII wieku fasada, zaczerpnięta z bazyliki pod wezwaniem Matki Boskiej z Loreto. Wnętrze świątyni wyróżnia się bogatym wyposażeniem, a w ołtarzu głównym znajduje się cudowny obraz Matki Boskiej Bolesnej z pierwszej połowy XVII wieku. Ten kościół pełni funkcję Sanktuarium Maryjnego – zaznacza.

Jednym z miast, które leżą na terenie parku jest Pińczów. Na przełomie XVI i XVII wieku był on głównym ośrodkiem kamieniarskim w Polsce. Wydobywany na Garbie Pińczowskim wapień był wykorzystywany jako materiał rzeźbiarski w słynnym warsztacie włoskiego artysty –Santi Gucciego. To jego projektu jest górująca nad Pińczowem kaplica św. Anny, uważana za symbol Ponidzia.



foto: Piotr Michalec



Obszar Nadnidziańskiego Parku Krajobrazowego jest świetnym miejscem do odwiedzenia, jeśli planujemy wakacyjną wycieczkę. Na terenie parku znajdują się szlaki turystyczne, mnóstwo atrakcji dostarcza również rzeka Nida.

Atrakcje dla turystów!

tekst: Aleksandra Rękas

ZWIEDZAJ PIESZO I... ROWEREM

W Nadnidziańskim Parku Krajobrazowym znajdziemy dwa oznakowywane turystyczne szlaki piesze Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego.

- To fragment szlaku niebieskiego oraz zielonego. Niebieski prowadzi z Pińczowa do Wiślicy i niemal w całości znajduje się na terenie parku. Jedyne krótkie odcinki pomiędzy Grochowiskami, a Biniątkami oraz Brzeziem, a Chotlem Czerwonym znajdują się poza jego granicami. Spacerując niebieskim szlakiem zobaczymy między innymi kaplicę świętej Anny, rezerwat Winiary Zagojskie, Skorocice i Przęślin, a trasę zakończymy w Wiślicy – wyjaśnia Anna Chwalik-Borowiec z Zespołu Świętokrzyskich i Nadnidziańskich Parków Krajobrazowych.

Natomiast szlak zielony prowadzi z Wiślicy do Grochowisk i w niewielkim fragmencie biegnie przez park. Swoim zasięgiem obejmuje między innymi Koniecmosty, Czarkowy, Stary Korczyn, Winiary, Nowy Korczyn, by wkrótce opuścić teren parku.

To jednak nie wszystko. Są jednak i propozycje dla tych, którzy wolą zwiedzać na rowerze.

- Mamy dwa szlaki rowerowe, oba długodystansowe. Jeden z nich to Rowerowy Szlak Architektury Obronnej po województwie świętokrzyskim. W granicach parku prowadzi on po trasie Sobowice-Pińczów-Chroberz – wyjaśnia Anna Chwalik-Borowiec.

Kolejny, to szlak rowerowo-pielgrzymkowy „Miejsca Mocy”, na terenie parku obejmuje fragment o długości 42 kilometrów.

- Rozpoczyna się między Chwałowicami, a Pińczowem. Na jego trasie znajdują się między innymi Młodzawy Małe, gdzie możemy zobaczyć Sanktuarium Matki Boskiej Młodzawskiej. Biegnie do Chrobrza, przed Gackami opuszcza park, by powrócić w Woli Zagojskiej. Później prowadzi do Zagości,

Gorysławic i Wiślicy, gdzie znajduje się Sanktuarium Matki Boskiej Łokietkowej. Przed Strozyskami opuszcza teren parku – wyjaśnia.

KAJAKOWE SPŁYWY I WYJĄTKOWY OGRÓD

Fakt, że Nida jest jedną z najcieplejszych rzek w Polsce sprawia, że nie brakuje chętnych do wypoczyniania w jej pobliżu. Dla tych, którzy lubią spędzać czas aktywnie jest nie lada atrakcja – spływy kajakowe. Co ważne, na trasach spływów nie ma wielu utrudnień, są za to piękne, malownicze widoki. Niektórzy, spływ kończą dopiero na Wiśle, w okolicach Szczucina.

To rozrywka zarówno dla osób indywidualnych jak i całych grup. Niektórzy organizatorzy zapraszają także osoby niepełnosprawne wraz z opiekunami. Na Nidzie znajduje się około piętnastu tras spływów kajakowych.

Kolejną atrakcją czekającą na turystów na terenie Nadnidziańskiego Parku Krajobrazowego jest Ogród na Rozstajach, położony w Młodzawach Małych. Na obszarze hektara, zgromadzono tam ponad dwa tysiące odmian roślin i kilkanaście gatunków ptaków ozdobnych. Przeważają rośliny wielosezonne, są i rośliny zielne, polne i nieliczne rośliny egzotyczne. Ogród położony jest na północnych zboczach lessowych pagórków, a jego tłem są ponad stuletnie, okazałe drzewa. Znajdziemy tam również oczka wodne, wodospady i strumyki, a także rzeźby – drewniane, żeliwne oraz kamienne.

Chcąc zwiedzić Nadnidziański Park Krajobrazowy możemy skorzystać z bogatej bazy noclegowej Pińczowa lub Wiślicy. Oba miasta również obfitują w zabytki, atrakcje turystyczne i historyczne.



Dodatek został dofinansowany ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Kielcach

Życie w zdrowym mieście



Panie Prezydencie, rozmawiamy po sesji absolutoryjnej podczas której, po raz pierwszy w tej kadencji, otrzymał pan wotum zaufania od radnych. Jak pan to ocenia?

- Podchodziłem do tego głosowania z dużym spokojem, podobnie zresztą jak w ubiegłym roku, kiedy wiedziałem już czego się można spodziewać w trakcie obrad. Konstrukcja tego głosowania sprawia bowiem, że mniej uwagi zwraca się na merytoryczną ocenę wykonywanej pracy, a do głosu często dochodzą emocje i kalkulacje polityczne. Doświadczyłem tego szczególnie mocno przy pierwszym głosowaniu w sprawie wotum zaufania. Oceniono mnie wówczas negatywnie za zaledwie kilkanaście dni pracy w 2018 roku.

W tym roku takie emocjonalne wypowiedzi także się pojawiały, ale po raz pierwszy dominował ton rozsądnej rozmowy o tym, co udało się, a czego nie udało się zrobić. Za to chciałem podziękować zarówno radnym, jak i mieszkańcom, bo nie możemy zapominać, że ta sesja jest szczególną okazją, żeby to właśnie obywatele wypowiedzieli się publicznie na temat swojego miasta.

A nie było kalkulacji politycznych? W mediach pojawiła się już wcześniej sugestia, że zawarł pan porozumienie z Prawem i Sprawiedliwością i w zamian za umożliwienie radnemu Jarosławowi Karysiowi objęcie funkcji przewodniczącego Rady Miasta otrzymał pan wotum zaufania.

- Gdyby tak rzeczywiście było, to i w jednym, i w drugim głosowaniu uchwały przeszłyby większością zaledwie 15 głosów, a klub PiS decydowałby w sposób jednolity. Wiemy przecież, że nie miało to miejsca. Przede wszystkim wcześniej doszło do odwołania poprzedniego przewodniczącego. Radni dość jednoznacznie, stosunkiem głosów 21 do 4 ocenili jego pracę i dopiero potem wybrano nowego Przewodniczącego.

Nie wiem tego na pewno, ale wydaje mi się, że patrząc na wszystkie cztery sesje, które odbyły się w czerwcu, radni podejmowali decyzje indywidualnie, bazując na własnych ocenach i realnym spojrzeniu na to, co wydarzyło się w Kielcach w roku pandemii. Słysząc to było w wypowiedziach. Odbieram to bardzo pozytywnie, tym bardziej, że chciałbym podkreślić, że symbolicznie oceniany jest tylko prezydent, ale w istocie ocena jest wystawiana pracy całego Urzędu Miasta. Pracownicy ratusza włożyli naprawdę dużo wysiłku, by w czasie, kiedy nic nie funkcjonowało tak jak wcześniej, mieszkańcy wciąż mogli być obsługiwani na wysokim poziomie, a miasto mogło się przygotować do największego wyzwania, które przed nami stoi w najbliższych latach, czyli do wykorzystania środków z nowych ram finansowych Unii Europejskiej i Funduszu Odbudowy.

Jak ocenia pan te wyzwania? Co powinno być najważniejszego dla Kielc w najbliższych latach?



- Wyzwań jest bardzo wiele, najistotniejsze z nich dotyczy transformacji energetycznej, którą musimy przejść nie tylko w Kielcach, ale i w całej Polsce. To najważniejszy cel Zielonego Ładu Europejskiego, związany z postulatem osiągnięcia pełnej neutralności klimatycznej do roku 2050. Środki unijne są bardzo mocno z nim powiązane. Aż 37 procent tego, co otrzymamy, ma być przeznaczone na inwestycje proekologiczne. To z jednej strony oznacza, że trudniej będzie dostawać wsparcie chociażby na budowę czy remonty dróg czy powstawanie nowych obiektów użyteczności publicznej, jak to było w poprzednich perspektywach, ale z drugiej stanowi szansę, że będziemy żyć w zdrowszym mieście i oddychać lepszym powietrzem niż dotychczas.

Jeśli uda się zrealizować wszystkie nasze zamierzenia, do Kielc może trafić ponad 2 i pół miliarda złotych, z czego aż 400 milionów przeznaczymy na kwestie związane z ochroną środowiska. To olbrzymi potencjał, choć ważne będzie także społeczne zaangażowanie, bo ta transformacja klimatyczna, o której powiedziałem, nie dokona się bez zmiany naszych wielu przyzwyczajzeń. Ale jestem przekonany, że wszyscy dojrzejemy do tego, że warto jej dokonać. ◀

Sezon letni w pełni, co za tym idzie spędzamy coraz więcej czasu na słońcu. Kąpiele słoneczne poprawiają nastrój i dostarczają witaminy D3, mogą być jednak niebezpieczne, dlatego trzeba robić je rozsądnie. Nieodpowiednie przygotowanie skóry do kontaktu ze słońcem oraz zbyt długa ekspozycja na promienie może skutkować poważnymi problemami takimi jak: oparzenia słoneczne, zwiększenie ryzyka wystąpienia nowotworu skóry czy przyspieszenie starzenia się jej

Upały i opalanie? To musisz wiedzieć!

autor: Magdalena Nowak

Słońce na każdego z nas działa inaczej, stąd też różne kolory opalenizny, które uzależnione są od fototypu, czyli ilości barwnika w skórze. – Jeśli zależy nam na opaleniznie czyli powstaniu barwnika w skórze to powinniśmy się opalać między godziną 9 a 10, a popołudniu między 16 a 17. W innych godzinach może dojść do poparzeń. Mamy sześć fototypów skóry, w Polsce najczęściej występują trzy pierwsze, czwarty bardzo rzadko. Fototyp pierwszy to jasna skóra, jasne włosy i oczy oraz piegi – takie osoby w ogóle nie powinny się opalać, ponieważ u nich na skórze od razu pojawi się rumień. Jeśli jednak muszą wystawić się na promieniowanie, powinny używać najwyższego filtra UV 50. Osoby o śniadej cerze, ciemnych włosach i brązowych oczach mogą stosować filtry UV 10-15 – tłumaczy dr Maria Pyzio-Gutkowska, specjalista dermatolog i lekarz medycyny estetycznej.

KOMU NIE WOLNO

– Drugim kryterium przy wyborze kosmetyków do opalania są cechy naszej skóry. Jeśli jest przetłuszczająca się to wówczas stosujemy preparaty w formie lotionów, mleczek czy żelów, natomiast przy skórze suchej w formie kremów, żeby natłuszczyć ją – dodaje specjalistka. Przesadne korzystanie z promieni słonecznych jest niezdrowe, choć nasz organizm potrzebuje pewnej ilości światła słonecznego do produkcji witaminy D3, bardzo ważnej dla naszego organizmu. Na ogół wystarcza nam do tego nawet półcień. – Niektóre osoby w ogóle nie powinny się opalać, np. seniorzy czy pacjenci z chorobami przewlekly-

mi, w tym przypadku należy skonsultować to z lekarzem. Bez względu nie powinny tego robić również dzieci do lat trzech oraz kobiety w ciąży i matki karmiące. Osoby przyjmujące niektóre leki, gdzie jest ostrzeżenie o ekspozycji na słońce w ulotce oraz suplementy diety. Chodzi np. o preparaty uspakajające z dziurawcem, w tym przypadku może dojść do poparzenia skóry – przestrzega dr Maria Pyzio-Gutkowska.

ZBYT DŁUGO NA SŁOŃCU

Skutki nadmiernego opalania czy kąpiele słonecznych u osób, które nie powinny ich zażywać mogą być natychmiastowe bądź odległe. – Natychmiastowe negatywne to oparzenie skóry charakteryzujące się obrzękami, zaczerwienieniem, szczypaniem czy pieczeniem. Odległe to starzenie się skóry, tworzenie się zmarszczek oraz choroby skóry – rogowacenie skóry, postłoneczne uszkodzenia, nowotwory skóry oraz czerniaki. Skutki zbyt długiego opalania są podstępne, ponieważ nie są widoczne od razu, mogą się ujawnić nawet po 20 latach, co niestety obserwuje u swoich pacjentów – zaznacza nasza rozmówczyni. Zażywając kąpiele słonecznych należy również zakrywać głowę oraz zakładać okulary przeciwsłoneczne. Szczególną ostrożność powinny zachować osoby z dużą ilością znamion. Wskutek nadmiernego przebywania w świetle słonecznym znamiona te mogą łatwo się przeistoczyć w groźne dla człowieka czerniaki. Ważne jest również odpowiednie nawodnienie. Upał i ekspozycja na słońce, sprawiają, że tracimy dużo wody, dlatego zaleca się jej większe spożycie w lecie. ◀

Bycie rodzicem zastępczym to ogromne wyzwanie i jeszcze większa odpowiedzialność. Warto wiedzieć jak wygląda codzienne życie w takiej rodzinie, z czym mierzą się rodzice zastępczy i jakie powinni mieć kompetencje

Jak zostać rodzicem zastępczym?

autor: Aleksandra Rękas

Przed podjęciem decyzji o zostaniu rodzicem zastępczym, rodziny mierzą się z wieloma wątpliwościami. - To najróżniejsze przemyślenia, lęki. Może się wydawać, że rodzina zastępcza jest inna od tej tradycyjnej. To jednak taka sama rodzina – może nieco większa, głośniejsza. To rodzina, która może wyglądać inaczej, ale jest radosna – mówiła Daria Sobaś z zawodowej rodziny zastępczej. Proces zostania rodzicem zastępczym jest skomplikowany – obowiązują testy, kwalifikacja, badania psychologiczno-pedagogiczne. Po długiej procedurze pozostaje jedno. Oczekiwanie na telefon. - Wtedy dowiadujemy się, że mogą do nas przyjść dzieci, w jakiej są one kondycji. Mamy czas na przygotowanie siebie i całej rodziny, a gdy dziecko się zjawia, warunki są już odpowiednie – podkreśla Daria Sobaś.

ORGANIZACJA ŻYCIA CODZIENNEGO

Gdy w domu mamy całą gromadkę pociech, organizacja codziennych czynności nie jest łatwa. Wie o tym doskonale Joanna Ćwieluch-Iwan z niepublicznej placówki opiekuńczo-wychowawczej typu rodzinnego, która wraz z mężem wychowuje ośmioro dzieci, w tym jedno biologiczne. - Nasza najmłodsza dziewczynka ma jedenaście lat, a najstarszy chłopiec osiemnaście. Dużo czasu pochłania nam logistyka codzienności – przemieszczanie się, organizowanie zakupów. Teraz jest to prostsze, bo dzieci są już samodzielne. Jedna z naszych dziewczynek jest niepełnosprawna intelektualnie w stopniu umiarkowanym – wyjaśnia Joanna Ćwieluch-Iwan.

Bycie rodziną zastępczą mocno zmienia życie. Determinuje każdy dzień i wpływa na to jak spędzamy wolny czas. - Zmieniło się nasze życie rodzinne, i ta zmiana dotknęła także dziadków i dalszą rodzinę. Na przykład wyjeżdżając na wakacje, wybieramy się zazwyczaj całą rodziną. Kosztuje to wiele trudu i przygotowań. Staramy się żeby było bezpiecznie, z niektórych rzeczy trzeba zrezygnować, inne zmienić. To przygoda, która



Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna MY FUTURE

wciąż trwa – stwierdza. I jak dodaje, decydując się na bycie rodzicem zastępczym trzeba przygotować się na modyfikację swojej rzeczywistości. Oprócz radosnych chwil, są także te bardzo trudne, przeżywanie traum i strat. - Trzeba zapewnić dużą przestrzeń dla różnych emocji. Należy sobie pozwolić przeżywać to, co się dzieje dookoła, to podróż której nie możemy wyreżyserować, wielu rzeczy nie zaplanujemy. Warto być w zgodzie ze sobą – radzi Joanna Ćwieluch-Iwan.

KOMPETENCJE WYCHOWAWCZE

Rodzice zastępczy opiekują się dziećmi po różnych przejściach, często trudnych. Muszą więc posiadać odpowiednie kompetencje wychowawcze. - Mamy cztery główne typy rodzicielstwa: rodzic dominujący, rodzin zaniedbujący, pozwalający na wszystko oraz kochający i wymagający. Jak można się domyślać, najlepszym typem rodzica jest ten ostatni. Mottem szkoły dla rodziców i wychowawców jest: Wychowywać to kochać i wymagać. To odnosi się nie tylko do rodziców naturalnych, ale także do zastępczych – wyjaśnia Magdalena Michalec, pedagog, realizator szkoły dla rodziców i wychowawców. Warto czerpać z własnych doświadczeń i w razie potrzeby szukać pomocy u specjalistów. - Należy pamiętać, że rodziny zastępcze są tylko na jakiś czas. Dzieci, które w nich przebywają przeważnie mają rodziców biologicznych, są po trudnych przejściach. Współpraca z asystentem rodziny, psychologiem, terapeutą może dać efekty na jakie liczymy. Nasza miłość, chęć budowania współpracy to podstawa, ale nie można zapomnieć o instrumentach pomocy – zaznaczyła. ◀



Artykuł został dofinansowany przez Samorząd Województwa Świętokrzyskiego w 2021 r.

Szpitalik jak z horroru

autor: Magdalena Nowak

Sześć lat temu przestał funkcjonować Szpital Dziecięcy przy ulicy Langiewicza w Kielcach. Mali pacjenci zostali przewiezieni wtedy do nowej placówki przy Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym. Wydawałoby się, że budynek stoi pusty, okazuje się jednak, że po latach nadal jest w nim sprzęt medyczny, łóżka, meble, fartuchy, igły, leki i bandaże



Brama od strony północnej dawnego szpitala jest zamknięta na kłódkę. Obok dziura w płocie, przejście przez nią bez problemu rosły mężczyzna. Za ogrodzeniem, na terenie szpitala, zarośla, opuszczony zaniedbany teren i drzewa. Otwarte. Za nimi schody prowadzące do piwnicy. Tam trochę mebli, resztki sprzętu elektronicznego, rozwinięte bandaże, sterty pożyłkowych papierów, puszki po piwie i butelki po alkoholu. Te ostatnie niezakurzone, w przeciwieństwie do innych przedmiotów. Zapewne to miejsce odwiedzają nie tylko osoby, które szpitala mają pilnować, ale też nieproszeni goście, którzy w miejscu dawnej lecznicy urządzają sobie spotkania. To tylko jedne z otwartych drzwi, a tych jest więcej bo i budynków jest kilka. To jak wygląda szpital można zobaczyć również wirtualnie na kanale YouTube „Abandoned World”, tam młody mężczyzna z kamerą w rękę odwiedza poszczególne budynki i oddziały. „Dziś jestem w opuszczonym szpitalu dziecięcym, który ma jeszcze zasilanie i generalnie większość wyposażenia tutaj została. Jest sporo kamer dookoła. Ale nic. Wchodzimy”, mówi mężczyzna, który odwiedził dawną lecznicę.

NIEPOTRZEBNE WYPOSAŻENIE?

Na ścianach malunki, na tablicach zapiski dzieci, na dyżurce klucze, w szafkach makulatura, na oddziałach łóżka, w pomieszczeniach zabiegowych sprzęt medyczny. „Proszę, jest prąd” – zapala światło operator kamery. W magazynie leków butelki z glukozą, w innym pomieszczeniu wenflony. Chodząc po innych pokojach można byłoby skompletować wszystko do podania kroplówki. Łóżka, inkubator, sprzęty medyczne, monitory, telewizory, maszyny do pisania oraz gaśnice – względy bezpieczeństwa muszą być zachowane. „Jest to zdecydowanie najlepszy opuszczony szpital, w jakim kiedykolwiek byłam.

Mnóstwo zachowanego wyposażenia na kilku oddziałach. Można sobie pooglądać na spokojnie, jak w całości funkcjonuje szpital: oddział administracyjny, oddział szkolny, kuchnie, piwnice, szatnie, pokoje pracowników”, mówi osoba nagrywająca relacje z opuszczonej lecznicy.

ZIEMIA NICZYJA?

Dawny szpital przy ul. Langiewicza podlega Urzędowi Marszałkowskiemu. Władze województwa kilkakrotnie ogłaszały przetarg na sprzedaż terenu po lecznicy, chętnych na zakup jednak nie było. Miejsce zabezpiecza obecnie Wojewódzki Szpital Zespolony w Kielcach. – Utrzymywanie budynków i terenu po szpitalu dziecięcym przy ulicy Langiewicza nie jest statutową działalnością Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego. W tym momencie jesteśmy jednak zobowiązani, żeby zabezpieczyć ten teren. Po wyprowadzce szpitala z tych obiektów, zostały tam odłączone wszystkie media – woda, energia elektryczna i ogrzewanie. Musieliśmy jednak zostawić oświetlenie zewnętrzne oraz wewnątrz jednego budynku, co było konieczne ze względu na funkcjonowanie monitoringu. Czekamy na ruch i decyzję ze strony Urzędu Marszałkowskiego, co z tym terenem? Wszystkie sprzęty, które znajdują się w obiektach zostały przeznaczone do kasacji, w ostatnich miesiącach nie mogliśmy ich wywieźć z powodu pandemii – mówi Anna Mazur-Kałuża, rzecznik Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Kielcach. Co na to zarząd województwa? – Wiemy, że dyrektor WSZ w Kielcach chce wystąpić o to, aby te tereny wróciły pod skrzydła województwa. Nie otrzymaliśmy jeszcze oficjalnego pisma. Nie mam więcej wiedzy na ten temat – mówi Marek Bogusławski, wicemarszałek województwa świętokrzyskiego. Do tematu terenu i budynków po dawnym szpitalu będziemy jeszcze wracać. ◀

Z dala od szlaku...

Gdy myślimy „Świętokrzyskie”, w głowie pojawia się pejzaż gór z Łysicą na czele, oblegana w wakacje Sielpia, królewskie miasto Sandomierz lub Chęciny z zamkiem na wzgórzu, w którym ponoć można spotkać ducha Białej Damy. Są jednak w naszym regionie takie miejsca, które często nawet nie pojawiają się w przewodnikach turystycznych, a które warto choć raz odwiedzić...

autor: Adrianna Linertowicz

Świętokrzyskie pełne jest tajemniczych miejsc, z którymi nie-rzadko wiążą się osobliwe legendy i opowieści. Zapytaliśmy mieszkańców regionu o to, czy znane im są okolice... mniej znane, ale nie mniej ciekawe. Ubierzcie wygodne buty, spakujcie prowiant i ruszamy w drogę!

PO DRODZE Z NATURĄ

Rezerwaty przyrody, zbójcka jaskinia, spokojne jeziora, a może rozległe lasy? Jeżeli lubicie przebywać na łonie natury z dala od zgiełku miasta, to Świętokrzyskie was nie rozczaruje. Wybierzmy się zatem najpierw do Ciosowej Góry, rezerwatu ogromnych, czerwonych piaskowców. Miejsce zlokalizowane jest nieopodal Toru Kielce w Miedzianej Górze i wznosi się na wysokość 365 metrów nad poziomem morza.

– To idealne miejsce dla długiej, pieszej wędrowki. Dotrzemy do gigantycznych ścian piaskowców, które zarówno z góry, jak i z dołu robią ogromne wrażenie – mówi pani Jolanta Chodacka. – Ze szczytu rozpościera się piękna, bujnie zalesiona panorama okolicy.

A propos lasów i drzew... Gdyby zapytać o to, jakie jest najbardziej znane drzewo w naszym regionie, większość odpowie: Dąb Bartek. Ale czy wiedzieliście, że mamy też... sosnę na szczydach? Pomnik przyrody nosi nazwę „Sosna Pospolita”, ale nie dajcie się jej zwieść! Nieopodal drogi głównej od Buska-Zdroju w miejscowości Welecz napotkamy prawdziwy, drzewiasty unikat – sosnę, która ma częściowo odsłonięty system korzeniowy, przez co prezentuje się tak, jakby wyszła z ziemi.

– Sosna wygląda tak, a nie inaczej z powodu obniżenia terenu, którego przyczyną jest dawna eksploatacja piasku przez mieszkańców wsi – opowiadają youtuberzy z kanału Z Kamerą W Plecaku. Imponujące jest to, że sosna zachowała swoją żywotność i do dzisiaj trzyma się całkiem nieźle. – Przypomina postacie Entów z filmu „Władca Pierścieni” – dodają.

LASY, PLAŻA I... JASKINIA ZBÓJA

A może by tak połączyć aktywny wypoczynek z leniuchowaniem na piasku? Czy to jest w ogóle możliwe? Jak najbardziej! Bujne lasy, piaszczysta plaża, malowniczy kompleks jezior, a także upragniona cisza i spokój – brzmi jak przepis na idealne wakacje. W tym celu warto wybrać się do Golejowa. Można tu spacerować leśnymi traktami, biwakować, uprawiać jazdę konną lub zażywać kąpeli w jeziorze. Największy ze

zbiorników wodnych częściowo obudowany jest szerokimi pomostami rekreacyjnymi, na których można się opalać.

– Warto wypożyczyć rower wodny i przepłynąć przez cały kompleks jezior, który połączony jest wąskimi przesmykami. Duże wrażenie robią mniejsze i większe wysepki, unoszące się na tafli jeziora Donica. Z biegiem lat największa z nich zaczęła formować się w półwysep. To najbardziej urokliwe miejsce,



jakie w życiu widziałam. Darzę je ogromnym sentymentem – opowiada pani Irena Jankowska, która Golejów odwiedza od dziecięcych lat. Śródleśny kompleks golejowski oddalony jest od Staszowa o około 3 kilometry.

Naszym ostatnim przystankiem będzie Jaskinia Zbójcka, z którą wiąże się legenda o zbójcu Madeju. Zlokalizowana jest w Wąwozie Dule, w Łagowie, a wstęp na jej teren jest bezpłatny. Zabierzcie ze sobą latarkę, bo grota nie posiada sztucznego oświetlenia. A przed wyprawą koniecznie poznajcie legendę o rzeźmieszku, który miał ją zamieszkiwać i o chłopcu, który trafił tam idąc do piekła po swoją duszę... ◀



autor: Magdalena Nowak

Ból, gardła, chrypka, pieczenie języka, problemy z połykaniem – jeśli takie objawy utrzymują się przez trzy tygodnie, koniecznie należy skontaktować się z lekarzem. Te dolegliwości mogą być oznakami nowotworów głowy i szyi, na które choruje coraz więcej Polaków. Świętokrzyskie Centrum Onkologii prowadzi program badań przesiewowych w tym kierunku. Wzięło już w nim udział około 8 tys. pacjentów, u 60 z nich wykryto nowotwory złośliwe

Nowotwory regionu głowy i szyi stanowią istotny problem kliniczny i społeczny, chociaż nie są tak częste, jak chociażby rak płuc u mężczyzn czy rak piersi u kobiet. Dotyczą wielu ważnych okolic anatomicznych, jak: krtani, gardła, język, wargi czy nos, wpływając bezpośrednio na najważniejsze funkcje życiowe człowieka – połykanie, oddychanie oraz mowę. W ciągu ostatnich 15 lat zachorowalność na nowotwory głowy i szyi wzrosła w Polsce o 20 procent. Rocznie notuje się w naszym kraju 12 tys. nowych zachorowań i blisko 6 tys. zgonów.

WCZESNE WYKRYCIE SZANSA

Świętokrzyskie Centrum Onkologii realizuje program „Twój świadomy wybór – program profilaktyki nowotworów głowy i szyi”, jego celem jest wczesne wykrycie tych nowotworów oraz szeroko pojęta edukacja. – Wczesna diagnostyka w przypadku chorób onkologicznych jest niezwykle istotna, pozwala na wczesne wdrożenie leczenia, które w tym czasie jest bardziej skuteczne i mniej okaleczające. Im proces nowotworowy jest bardziej zaawansowany, tym szanse na pełne wyzdrowienie drastycznie maleją, a terapia może być bardziej okaleczająca dla pacjenta – zaznacza lek. med. Jakub Spałek, z Kliniki Otolaryngologii, Chirurgii Głowy i Szyi w Świętokrzyskim Centrum Onkologii. – Do pacjentów z grupy ryzyka zaliczamy osoby palące papierosy, nadużywające alkoholu, szczególnie ten wysokoprocentowy, dosyć nowy czynnik to infekcja wirusem HPV – ta grupa pacjentów robi się coraz większa. Program profilaktyczny przeznaczony jest dla pacjentów w grupie wiekowej

40 – 65 lat z grup ryzyka, u których występują objawy alarmowe. Te objawy powszechnie są uważane za zwykłe infekcje, chodzi o chrypkę, ból gardła, problemy z połykaniem, zmiany na śluzówkach języka czy jamy ustnej, np. długo niegojące się owrzodzenia, niedrożność nosa oraz guz na szyi. Jeśli te dolegliwości występują dłużej niż trzy tygodnie, to zdecydowanie powinna zapalić się czerwona lampka, pacjent skierować się do lekarza specjalisty. Naprzeciw temu wychodzi nasz program i możliwość zgłoszenia się na bezpłatne, bezinwazyjne i bezbolesne badanie przesiewowe w postaci fiberoskopii – tłumaczy Jakub Spałek.

GDZIE WIĘCEJ INFORMACJI

Badanie przeprowadzane jest przy użyciu kamery wysokiej rozdzielczości. Jeżeli jakieś zmiany zostaną wykryte to program przewiduje dalszą diagnostykę i leczenie. Na badanie można się zgłosić pod numerem telefonu 41 367 46 53. Świętokrzyskie Centrum Onkologii cały czas prowadzi również profilaktykę raka piersi i raka szyjki macicy. Panie w wieku 25-59 lat mogą skorzystać z cytologii konwencjonalnej i na podłożu płynnym. Na to badanie można zapisać się pod numerem telefonu 609 99 00 33. Ponadto panie w wieku 50-69 lat mogą wykonać bezpłatną mammografię. Należy się na nią wcześniej zarejestrować pod numerem 607 77 88 88. Natomiast dla pacjentów w wieku 50-74 palących papierosy obecnie lub w przeszłości dedykowana jest nieszkodkowa tomografia komputerowa płuc. Można się na nią zgłosić pod numerem 885 77 99 88.. ◀

Misje w środku biedy

Ndélélé to jedna z najbiedniejszych wiosek w Kamerunie. Właśnie tam od dwóch lat pracuje na misjach siostra Karola Matyjaszyk ze Zgromadzenia Sióstr Pasjonistek, która odwiedziła parafię świętego Józefa Robotnika w Kielcach

Jak wygląda życie ludności, do której siostra została posłana z działalnością misyjną?

Życie tamtejszej ludności jest bardzo trudne i wynika przede wszystkim z biedy. Większość ludzi nie ma na czym spać, bo w domach nie ma łóżek. Posiłki jedzą na podłodze z misek, które trzymają na kolanach albo ze wspólnej tacy, ustawionej na środku. Jest też problem z dostępem do wody, po którą trzeba iść nawet kilka kilometrów. To jest najczęściej obowiązek dzieci. Chodzą po wodę dwa razy w ciągu dnia, tzn. rano i wieczorem. Bardzo często dzieci dostają przepukliny, bo noszą zbyt duże ciężary.

Dzieci w Kamerunie mają wiele obowiązków. A co z ich edukacją?

Tam nie ma obowiązkowej szkoły i bardzo często dzieci nie mają do niej nawet prawa, bo edukacja jest płatna. Szkoły, które są na małych wioskach, są tańsze, ale nie zapewniają dobrej edukacji. Bardzo często kilkunastoletnie dzieci nie potrafią jeszcze czytać, mimo że chodzą do szkoły. To wynika m.in. z tego, że klasy są bardzo liczne, a kiedy zaczynają się prace na polu, w szkołach jest przerwa. Przy naszej misji szkoła nie jest zamykana na czas pracy na polu. Największa klasa liczy 54 uczniów. Jednak większość dzieci od najmłodszych lat musi chodzić do pracy. Im są starsze, tym cięższe zadania wykonują. Szkoła jest dla nich marzeniem, bo ucząc się, dostają szansę na lepsze życie w przyszłości.

Dużym problemem jest też dostęp do służby zdrowia...

Służba zdrowia jest słabo wyposażona, często brakuje lekarzy. W mniejszych ośrodkach diagnozują i leczą pielęgniarki i pielęgniarki i oni także odbierają porody. Poza tym wszystko kosztuje. To jest duża trudność, ponieważ tamtejsza ludność jest bardzo uboga. Często nawet nie próbują jechać do ośrodka zdrowia, bo wiedzą, że nie będą mieli z czego zapłacić. W szpitalach państwowych trzeba zapłacić za konsultację u pielęgniarki, później za każde badanie, test, każdą tabletkę, bandaż, plaster i strzykawkę. To są dla tych ludzi ogromne koszty. Z tego powodu umiera bardzo dużo dzieci, bo nie są w stanie wytrzymać tyle ile dorośli. Szczególnym problemem jest tam malaria. I chociaż

leki na tę chorobę dla dzieci są bezpłatne, rodzice nie przyjeżdżają do lekarza, bo nie wiedzą o tym. Bardzo często podają maluchom zwykły paracetamol, mając nadzieję, że to przejdzie. Jeśli jest to gorączka z jakiegoś innego powodu, dziecko ma szansę przeżyć, jeśli jest to malaria - umiera.

W jaki sposób możemy wesprzeć misje?

Misjom potrzebne jest podwójne wsparcie. Przede wszystkim prosimy o modlitwę w intencji misjonarzy, bo bez pomocy Pana Boga, nie jesteśmy w stanie służyć innym, a także za młody Kościół, który tam się tworzy. Potrzebna jest też pomoc finansowa. Kiedyś do naszego ośrodka przyjechał 12-letni osierocony chłopiec, który był wychowywany przez babcię. Był wychudzony i mały jak na swój wiek. Miał szczękocisk i od trzech dni jadł tylko odrobinę ryżu, którą udało mu się wcisnąć przez niewielką szparkę między zębami. Zrobiliśmy badania i okazało się, że cierpi na wiele chorób, łącznie z AIDS. Mogliśmy mu pomóc tylko dzięki pieniądzą od darczyńców z Polski. Później jego babcia bardzo nas prosiła, żebyśmy przyjęli go do naszej szkoły. Zostało nam jeszcze trochę pieniędzy, więc opłaciliśmy mu jeden rok nauki. Teraz ten chłopiec ma rodziców adopcyjnych, więc będzie mógł chodzić do szkoły kolejny rok. To jest szansa, którą dostał dzięki ofiarodawcom z Polski.

Dziękuję za rozmowę.

Ofiary na misje w Kamerunie można przekazywać na konto bankowe PKO BP 66 1020 1068 0000 1102 0371 9853. Cała rozmowa z siostrą Karolą Matyjaszyk do odsłuchania na emkielce.pl ◀



Mirosław Gębski starosta kielecki zaprasza na konkurs na najsmaczniejszą potrawę powiatu



11 lipca odbędzie się XIV edycja Konkursu na Najsmaczniejszą Potrawę Powiatu Kieleckiego. – Będzie smacznie, ale i niełatwo, bo tematem wiodącym w tym roku są potrawy jarskie. Uczestnicy muszą przygotować je tak, żeby smakowały także zwolennikom mięsa – zdradza Mirosław Gębski



Mirosław Gębski podczas ubiegłorocznej edycji konkursu

Konkurs adresowany jest do Kół Gospodyń Wiejskich, Gospodarstw Agroturystycznych oraz osób indywidualnych. - Do tegorocznej edycji zgłoszonych zostało 29 potraw z 11 gmin. To pokazuje, że wydarzenie cieszy się niesłabnącym zainteresowaniem, a przypomnę, że to już XIV edycja. W tym roku wraca ponadto Powiatowy Przegląd Kapel

Ludowych, który od lat towarzyszy konkursowi. W ubiegłym roku nie odbył się on z powodu koronawirusa – przypomina starosta kielecki. „Cebulowe moczydło”, „Czarcie obłoki”, czy „Letnie orzeźwienie” – co kryje się pod tymi nazwami przekonamy się 11 lipca. - Już w ubiegłym roku postawiliśmy przed uczestnikami trudne zadanie, bo tematem przewodnim był drób, który wszyscy znamy, przez co trudno nim zaskoczyć. Tym razem będą to dania jarskie. Tradycyjnie dla zwycięzców przewidziano nagrody – informuje Mirosław Gębski. Początek konkursowych zmagania o godz. 14.00 na boisku przy Szkole Podstawowej im. Jana Pawła II w Mniowie (ul. Centralna 11). Konkurs organizują Starostwo Powiatowe w Kielcach i Gmina Mniów. Przewidziano również dodatkowe atrakcje dla najmłodszych, m.in. strefę dmuchańców, zjeżdżalnię, tor przeszkód, pokaz baniek mydlanych, malowanie twarzy, zabawy z animatorami, występ lokalnego zespołu oraz konkursy z nagrodami dla publiczności. Zapraszamy!

Starostwo Powiatowe, ul. Wrzowska 44, 25-211 Kielce
GODZINY PRACY: poniedziałek - piątek 7.00 - 15.15
BIURO OBSŁUGI - tel. 41 200 13 00, 41 200 14 00, 41 200 15 00

31/12/2020

reklama

Wygraj

zestaw startowy diety pudełkowej

z QmamySmaki.pl

słuchaj **Radia eM**
od poniedziałku do piątku
w godz. **od 9.00 do 11.00**
i wygrywaj!





**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

**HOLOWANIE
POJAZDÓW 24 h
powyżej 3,5 t**



tel. 41 346 06 96

PNW/02/02/2021/MPK



LETNIE IGRZYSKA NAGRÓD

OTO JAKĄ

LOTERIADA

8x 65 000 ZŁ

48x BON WAKACYJNY 5 000 ZŁ



8x KULTOWY WŁOSKI SKUTER



32x ACER SWIFT 3



104x ROMET MUSTANG M1

600x KARTA PODARUNKOWA 4F 400 ZŁ



200x GARMIN VENU



3 MILIONY

zakładów Lotto do wygrania

Kup dowolne produkty LOTTO za min. 8 zł w ramach jednej transakcji.

Wybierz grę Lotto lub Lotto Plus i dodatkowo zyskaj szansę na jeden z **3 milionów** zakładów Lotto.

Graj w punktach LOTTO i na lotto.pl



Pamiętaj, zachowaj kupon loterii promocyjnej!

Szczegóły i regulamin na loteriada.pl. Okres sprzedaży promocyjnej trwa od 1 lipca do 31 sierpnia 2021 r.

Liczba talonów jest ograniczona i wynosi 3 000 000 sztuk. Organizator loterii: Totalizator Sportowy, ul. Targowa 25, 03-728 Warszawa.

CENA OD: **1800**
36% TANIEJ
28%

PRZEŚCIERADŁO Z GUMKĄ
DOSTĘPNE WYMIARY: 90X200 / 140X200 / 160X200 / 180X200
100% BAWĘLNA / RÓŻNE KOLORY

GWARANCJA JAKOŚCI
POLSKI PRODUKT

90X200 140X200 160X200 180X200

KIELCE / UL. LEGNICKA 28 / PLAC REM-WOD

DECORTREND
www.decortrend.pl

PON - PT: 8⁰⁰-16⁰⁰
SOB: 8⁰⁰-14⁰⁰

5L 10L 20L 30L

CENA OD: **1200**
37% TANIEJ
18%

WYTRZYMAŁY KANISTER Z UCHWYTEM

DOSTĘPNE POJEMNOŚCI: 5L / 10L / 20L / 30L

OKAZJA **795**
43% TANIEJ
14%

ZAKRĘTKA Z KRANEM

ZAWÓR DO KANISTRA / ŚREDNICA NAKRĘTKI: 50 MM

OKAZJA **900**
53% TANIEJ
18%

METALOWY ŚCISK KĄTOWY

IMADŁO NARÓŻNE / 2 ŚRUBY DOCISKOWE

OKAZJA **900**
47% TANIEJ
17%

KRANIK SPUSTOWY 3/4"

DO BEZCZKI / KANISTRA / ZBIORNIKA

OKAZJA **700**
50% TANIEJ
14%

SKŁADANY WACHLARZ

DREWNIANA RĘKOJEŚĆ / ORIENTALNY WZÓR KWIATOWY



OKAZJA **2700**
45% TANIEJ
48%

KURTYNA / MGIEŁKA WODNA

ZESTAW - 10 DYSZ / WĘŻYK / SZYBKOWŁĄCZKI
DO CHŁODZENIA SIĘ I PODLEWANIA ROŚLIN

OKAZJA **3400**
31% TANIEJ
40%

LATARKA CZOŁOWA 3X LED

AKUMULATORY / ŁADOWNIKA SIECIOWA I SAMOCHODOWA
ZASIĘG: 800M / 2100 LUMENÓW / 4 TRYBY ŚWIĘCENIA

OKAZJA **2700**
31% TANIEJ
38%

ZBIERACZKA DO OWOCÓW

MASZYNA DO JAGÓD / BORÓWEK / PORZECZKI / ŻURAWINY / ARONII

OKAZJA **295**
41% TANIEJ
50%

BRANSOLETKA PRZECIWKOMAROM

DZIAŁA DO 10 DNI / NATURALNE SKŁADNIKI / RÓŻNE KOLORY

8
ROLEK

OKAZJA **395**
56% TANIEJ
9%

PAPIER TOALETOWY

8 ROLEK / DWUWARSTWOWY

CENA OD: **1995**
46% TANIEJ
37%

WĄŻ OGRODOWY Z PISTOLETEM

RÓZCIĄGLIWI / NIEPŁĄCZĄCY / 7 TRYBÓW SPRYSKIWACZA
DOSTĘPNE DŁUGOŚCI: 20 / 30 / 45 / 60 / 75 METRÓW

20M 30M
45M 60M 75M

OKAZJA **2900**
26% TANIEJ
30%

GRZEBIENIE Z KREDA - 6 SZT.

ZESTAW DO FARBOWANIA WŁOSÓW
ŁATWO ZMYWALNY EFEKT

CENA OD: **995**
48% TANIEJ
19%

OPRYSKIWACZ CIŚNIENIOWY

POJEMNOŚĆ: 2 LITRY / RĘCZNA POMPKA
DO PODLEWANIA I OPRYSKU ROŚLIN



OKAZJA **450**
43% TANIEJ
7%

RĘCZNIK PAPIEROWY - 2 ROLKI

2 X 100 LISTKÓW / 3-WARSTWY / 100% CELULOZA
MIĘKKI / WYTRZYMAŁY / DOSKONAŁA CHŁONNOŚĆ



OKAZJA **095**
79% TANIEJ
4%

PROFILOWANA SZCZOTKA

TYPU „ŻELAZKO” / DO SZOROWANIA / RÓŻNE KOLORY



BARDZO CHŁONNE

OFERTA WAŻNA OD 5.07.2021 DO 18.07.2021 LUB DO WYCZERPANIA ZAPASÓW