



Wesprzyj kolejne
wydanie

26 LIPCA 2026 r.

AI w służbie przestępców — str. 13

NR 14 (0743) / EGZEMPLARZ BEZPŁATNY



Na swoim...

Marszałek Województwa Świętokrzyskiego Renata Janik wraz z Zarządem zapraszają na

II JARMARK KLASZTORNY NA KARCZÓWCE

JAGIELLONOWIE - POLSKA I ŚWIAT



PIĄTEK | 21 sierpnia - godz. 19⁰⁰ - 22⁰⁰

Ognisko integracyjne dla Przyjaciół Karczówki i WDK
Kino letnie - pokaz filmu „Krzyżacy”

SOBOTA | 22 sierpnia - godz. 14⁰⁰ - 22⁰⁰

godz. 18⁰⁰ Widowisko historyczne

„Początek Dynastii Jagiellonów - od chrztu do wesela”

NIEDZIELA | 23 sierpnia - godz. 12⁰⁰ - 19⁰⁰

- pokazy grup rekonstrukcyjnych
- karczma rycerska ze średniowiecznymi smakołykami
- mobilne planetarium

Więcej informacji na stronie



wdkkielce.pl



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA ŚWIĘTOKRZYSKIEGO



WOJEWÓDZKI DOM KULTURY
IM. JÓZEFA PIŁSUDSKIEGO
W KIELCACH

Karczówka
KLASZTOR

ROT
Świętokrzyskie



TVP | info



echodnia.eu



tvś telewizja świętokrzyska



Rowerem do Maryi

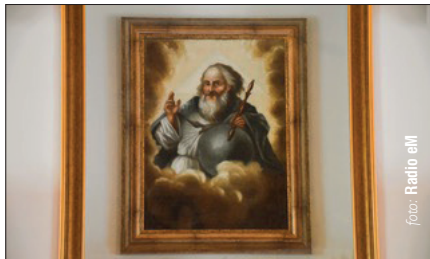
Trwają zapisy na Rowerową Pielgrzymkę Diecezji Kieleckiej. Pątnicy wyruszą na Jasną Górę już po raz czternasty. W tym roku hasło modlitewnej wędrowki brzmi: „Uczniowie-misjonarze”. – Pielgrzymowanie na rowerze jest całkiem inne niż piesze. W trakcie jazdy wędrujemy w ciszy, bez śpiewu. Na każdym postoju mamy jednak modlitwę, a codziennie odprawiana jest Msza Święta. Pielgrzymi mówią, że cisza, o której wspominałem, pozwala się uspokoić, wyciszyć i oderwać od codzienności. Daje wytchnienie oraz pozwala przemyśleć nasze życie – tłumaczy ks. Zbigniew Wójcik, dyrektor pielgrzymki. Rozpocznie się ona 19 sierpnia. Pątnicy wyruszą tego dnia tradycyjnie sprzed kościoła pw. św. Maksymiliana Marii Kolbego w Kielcach. Następnie przez Wiślicę, Mnichów i Lelów dotrą na Jasną Górę. Zapisy już trwają. Aby się zapisać, należy wejść na stronę www.pielgrzymkarowerowa.pl.

/m/

Niezwykły odpust

Zbliża się Święto Boga Ojca. Z tej okazji, w pierwszą niedzielę sierpnia (2 sierpnia), w kaplicy przy Zakładzie Opiekuńczo-Lecznym przy ul. Wesołej 45 w Kielcach przeżywany będzie dzień odpustu. Przypomnijmy, że znajduje się tam łaskami słynący Obraz Boga Ojca. Tego dnia uroczystą Mszę Świętą o godzinie 11 odprawi biskup pomocniczy diecezji kieleckiej Andrzej Kaleta. Odbędzie się także specjalne triduum przed Świętem Boga Ojca – 29, 30 i 31 lipca. Modlitewne spotkania rozpoczną się o godzinie 14. Święto zostało ustanowione w oparciu o objawienia Boga Ojca, który ukazał się s. Eugenii Ravasio.

/m/

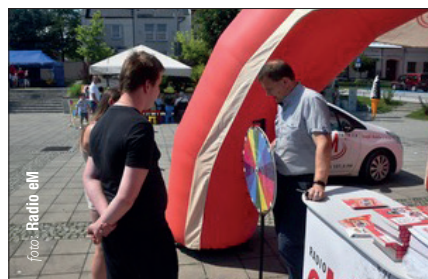


Adonai na Karczówce

Koncertы uwielbienia, inspirujące konferencje, warsztaty, Eucharystia, adoracja oraz wspólna modlitwa. Takie wydarzenia znajdą się w programie pierwszej edycji Festiwalu Adonai, który odbędzie się od 3 do 5 sierpnia w klasztorze Ojców Pallotynów na kieleckiej Karczówce. Trzydniowy festiwal jest skierowany do młodzieży w wieku od 15 do 26 lat. Gośćmi będą m.in. Marcin Jakimowicz, s. Judyta Pudełko, ks. Piotr Białek, Kuba Piechnik, o. Tomasz Nowak, Zespół ToOn, ks. Artur Płaziński i Michał Król, a także zespół z Lednicy z wodzirejem i tancerzami oraz grupa Tehila, która będzie prowadzić modlitwę uwielbienia z flagami. Zapisy trwają do 26 lipca.

/bk/

Następny
tygodnik **eM**
16 sierpnia
Zapraszamy do lektury!



Radio eM w Łagowie

Za nami 19. Konkurs na Najsmaczniejszą Potrawę Powiatu Kieleckiego w Łagowie. Wydarzenie połączone było z Powiatowym Przeglądem Kapeł Ludowych. Na miejscu działało plenerowe studio Radia eM Kielce. Impreza odbyła się pod hasłem „Małe Co Nieco – Wielki Smak”. W szranki o zaszczytny tytuł stanęło 21 podmiotów: koła gospodyń wiejskich, stowarzyszenia i osoby indywidualne. Na czele jury stał Mirosław Ciołak, szef kuchni Hotelu Grand w Kielcach. W jego

reklama

KOŁDREX

Usługi

szycia kołder i poduszek
z pierzyn Klienta

Pranie pierza

Sprzedaż

kołder i poduszek z puchu
i wełny owczej

tel. 534-222-122 www.koldrex.pl
Kielce, ul. Sikorskiego 20 D

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. Leszek Skorupa
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*

- skład weszli także Andżelika Gogół, nauczycielka przedmiotów praktycznych w Powiatowym Zespole Szkół w Łopusznie, oraz Mirosław Gębski i Mariusz Ściana z Zarządu Powiatu Kieleckiego. Zwyciężyły panie ze Stowarzyszenia Aktywne Kobiety Gnieździsk. /mł/



Pierwsi w Europie

W Świętokrzyskim Centrum Kardiologii wykonano pierwszy w Europie zabieg z wykorzystaniem nowego systemu stentgraftu. Operację przeprowadzili dr n. med. Jarosław Mischuk i lek. Tomasz Korn. Nowe rozwiązanie jest udoskonaloną wersją stosowanego wcześniej systemu. Zmieniono elementy łączące stent z tętnicami nerkowymi, dzięki czemu lepiej dostosowuje się on do ruchów nerek podczas oddychania. Ma to zmniejszyć ryzyko podrażnienia naczyń, zakrzepów i niedrożności. Lekarze zaznaczają jednak, że pełna ocena skuteczności nowego rozwiązania wymaga dalszych obserwacji pacjentów. /mp/

Co tam będzie?

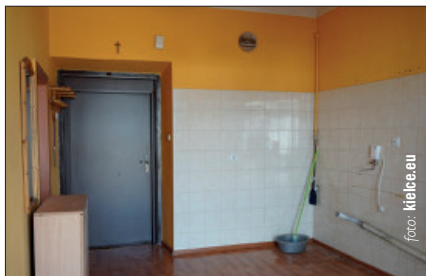
Miasto Kielce chce – po raz kolejny – przygotować koncepcję zagospodarowania budynku przy ul. Leśnej 16. W tym celu podpisano list



intencyjny z Ambasadą Królestwa Danii oraz organizacją Decarbonisation Alliance. Dawna siedziba jednego z wydziałów UJK, a obecnie szkoła integracyjna, ma zyskać nowe funkcje. W planach są m.in. restauracje, przestrzenie usługowe, funkcje hotelowe, sportowe oraz miejsce przyjazne seniorom i młodym mieszkańcom. Miasto chce pozyskać na ten cel około 864 tys. zł z duńskiego funduszu. Na razie nie wiadomo, kiedy budynek zostanie ostatecznie zagospodarowany. /mp/

Pustostany won!

Miasto Kielce złożyło do Banku Gospodarstwa Krajowego wniosek o dofinansowanie remontu pustostanów należących do gminnego zasobu mieszkaniowego. Wartość projektu to około 2,83 mln zł, a możliwe wsparcie może wynieść



do 85 proc. Po uzyskaniu środków miasto ogłosi przetarg na remont lokali, które następnie trafią do osób oczekujących na mieszkania komunalne. Jeśli wniosek zostanie zaakceptowany, prace mogłyby rozpocząć się w marcu 2027 roku. Obecnie na przydział mieszkań komunalnych w Kielcach czeka około tysiąca osób. /mp/

Tu znów zapłacisz

Od poniedziałku, 20 lipca, parking u zbiegu ulic Kościuszki i Alei IX Wieków Kielc ponownie jest płatny. Do czasu rozstrzygnięcia nowego przetargu na dzierżawę placu terenem zarządza Rejonowe Przedsiębiorstwo Zieleni i Usług Komunalnych. Jak informowaliśmy w ubiegłym tygodniu, firma z Radomia, która pobierała opłaty



w wysokości 7 zł za godzinę postoju, zrezygnowała z dzierżawy parkingu. Obecnie opłata za postój do 60 minut wynosi 5 zł. Kierowcy płacą jednak za rzeczywisty czas parkowania, a nie za rozpoczętą godzinę. Maksymalna opłata za dobę wynosi 30 zł. /mk/

Będzie ładniej?

Budynek dawnej miejskiej łaźni, a później izby dziecka, u zbiegu ulic Staszica i Solnej w Kielcach ma szansę odzyskać dawny blask. Zabytkowa kamienica z lat 20. ubiegłego wieku znalazła nowego właściciela, który planuje jej kompleksową modernizację. Budynek zaprojektował architekt Władysław Nowakowski. Po II wojnie światowej obiekt przekształcono w izbę dziecka. Do 2010 roku budynek należał do miasta. Po sprzedaży prywatnemu właścicielowi przez lata pozostawał zaniedbany i stopniowo popadał w ruinę. Obecnie został sprzedany w postępowaniu upadłościowym za blisko 3 mln zł. /mk/



Staszic pięknie za płótem

Ławeczka z popiersiem Stanisława Staszica w parku miejskim doczekała się remontu. O sprawie poinformował nasz czytelnik za pośrednictwem opcji „Twój News” na kielce.pl. „Spacerując dziś główną

reklama



Zwiększ sprzedaż z reklamą w Radiu eM

- Docieramy do **100 000 słuchaczy tygodniowo**
- Dopasujemy reklamę do Twoich potrzeb
- Oferujemy darmową konsultację marketingową

Skontaktuj się z nami:

601 819 879, 41 368 07 17, reklama@em.kielce.pl

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

eM
RADIO

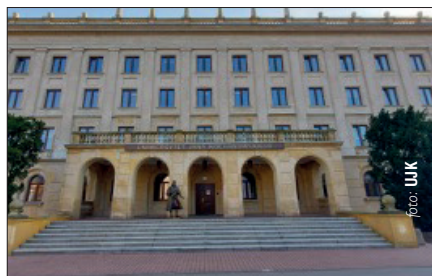
aleją kieleckiego parku miejskiego, zwróciłem uwagę na ławeczkę z popiersiem Stanisława Staszica, która była zagrodzona blaszanym płotkiem. Początkowo wzbudziło to mój niepokój, ale kiedy podszedłem bliżej, okazało się, że to niezwykle urokliwe miejsce w parku jest remontowane. W końcu chciałoby się powiedzieć... – napisał nasz czytelnik. Pomnik został odmalowany, a ławeczka odnowiona. Pomnik patrona parku został



odsłonięty w 1906 roku. Co ciekawe, monument był pierwszym upamiętnieniem wybitnego patriotę na terenie Królestwa Polskiego. /mk/

Rekordowo na UJK

Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach podsumował pierwszy etap tegorocznej rekrutacji. Uczelnia cieszy się rekordowym zainteresowaniem – zarejestrowało się ponad 9 tys. kandydatów, czyli o ponad 50 proc. więcej niż przed rokiem. Największą popularnością ponownie cieszyły się kierunki medyczne, a także psychologia oraz informatyka. Na studiach stacjonarnych uczelnia przygotowała 4712 miejsc. W tegorocznej rekrutacji uczestniczyło 186 kandydatów z zagranicy. Osoby zakwalifikowane do przyjęcia muszą złożyć wymagane dokumenty od 16 do 22 lipca. Kolejne etapy rekrutacji rozpoczną się 29 lipca i potrwać do połowy września. /mk/



Dodatkowe klasy

Kieleckie szkoły ponadpodstawowe opublikowały listy uczniów zakwalifikowanych i niezakwalifikowanych. Ze względu na duże zainteresowanie profilami biologiczno-chemicznymi i psychologicznymi w czterech liceach powstaną dodatkowe klasy. Nowe oddziały uruchomią I, II i III LO oraz VII LO. Łącznie szkoły zyskają kilka dodatkowych klas. – Chcemy pomóc jak największej liczbie uczniów, którzy chcą kształcić się na kierunkach medycznych i psychologicznych – mówi Tomasz Porębski, zastępca prezidenta



Kielc. W tegorocznym naborze złożono 3776 wniosków, z czego 2307 pochodziło od kandydatów spoza Kielc. /mp/

Są na celowniku

Jak jeżdżą użytkownicy hulajnóg? 15 lipca ich zachowaniom przyjrzyli się świętokrzyscy policjanci. Jednego dnia skontrolowali aż 295 osób. Pięć interwencji zakończyło się mandatami za jazdę po alkoholu. Mundurowi odnotowali też dziesięć przypadków zbyt szybkiej jazdy po chodniku. Sześciu młodych użytkowników odpo-



wie za jazdę bez kasków, a dwie osoby kierowały hulajnogami bez wymaganych uprawnień. Łącznie policjanci odnotowali 24 wykroczenia dotyczące relacji między kierującymi hulajnogami a pieszymi. Od początku roku w naszym województwie doszło do 29 wypadków z udziałem użytkowników hulajnóg. /ar/

reklama

Święto ceramiki

Kiermasz ręcznie wykonanych wyrobów glinianych, pokazy toczenia na kole garncarskim prowadzone przez mistrzów ceramiki z regionu i nie tylko, występy artystów z Miasta i Gminy Morawica oraz pokaz kulinarny francuskiego kucharza Charlesa Daigneaulta, finalisty programu „MasterChef”. Takie atrakcje czekają na uczestników festynu „Chałupkowe Garcynki”, który odbędzie się dziś (26 lipca) w Chałupkach. Tradycyjnie świętowanie rozpocznie się o godzinie 14 uroczystą Mszą Świętą. Gwiazdą wieczoru będzie góralski zespół Zbójce z Podhala. Wstęp jest bezpłatny. /bk/

26 historii na wystawie

„Archiwum codzienności – historie zapisane w przedmiotach”. Taki tytuł nosi jubileuszowa wystawa, która powstała z okazji 50-lecia Muzeum Wsi Kieleckiej. Ekspozycja znajduje się na plebanii w Goźlicach, w Parku Etnograficznym w Tokarni, i prezentuje 26 historii związanych z eksponatami oraz ludźmi, którzy byli z nimi związani. Wśród nich są m.in. tkanina buczańska, jedwabny pas kontuszowy, obrazy skradzione w 1996 roku i odzyskane po latach, a także przykłady sztuki ludowej oraz obiekty związane z kultem religijnym. Wystawę będzie można oglądać do końca października, a w planach jest jej kontynuacja. /bk/

Kontakt z redakcją
41 349 50 23



Burmistrz
Miasta i Gminy w Łagowie informuje

że na tablicy ogłoszeń w budynku Urzędu Miasta i Gminy w Łagowie przy ulicy Rynek 62, na stronach internetowych Urzędu www.lagowgmina.pl oraz w BIP podany został do publicznej wiadomości na okres 21 dni, wykaz nieruchomości przeznaczonych do najmu/dzierżawy. Szczegółowe informacje znajdują się w wykazie, dodatkowe informacje można uzyskać w UMiG w Łagowie przy ul. Rynek 62, I piętro, pokój nr 27 lub pod nr telefonu (41) 34 37 054 wew. 218.

Łagów, dnia 10.07.2026 r.

Burmistrz Gminy Łagów
Sławomir Miechowicz



OKNA I DRZWI
NA KAŻDĄ KIESZEŃ

Kielce ul. Mielczarskiego 63
tel. 662 291 099, 721 743 612
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



Stać cię na mieszkanie?

Rynek mieszkaniowy w województwie świętokrzyskim od początku 2026 roku pozostaje dość stabilny cenowo. Jednak mimo braku gwałtownych wzrostów cen dla wielu osób własne „cztery kąty” nadal są marzeniem, które trzeba odłożyć na bliżej nieokreśloną przyszłość

autor: **Maciej Piętka**

Na początku XXI wieku średnia cena metra kwadratowego mieszkania w Polsce oscylowała wokół 2–2,5 tys. zł. W 2013 roku przekroczyła już 4 tys. zł, w 2023 roku – 6 tys. zł, a obecnie w wielu miastach wojewódzkich ceny, które znajdziemy w ofertach, regularnie przekraczają 10 tys. zł/m². Jak na tym tle wypada region świętokrzyski?

W KIELCACH STABILNIE, ALE DROGO

W stolicy województwa sytuacja pozostaje stosunkowo spokojna. Jak podkreśla Wojciech Rusin, właściciel biura nieruchomości PROPERCO, od początku roku nie doszło do znaczących zmian cen. Stawki na rynku wtórnym i pierwotnym utrzymują się na zbliżonym poziomie.

– Na rynku wtórnym mieszkania w starszym budownictwie, wymagające generalnego remontu, kosztują obecnie od około 6 do 7 tys. zł za metr kwadratowy. Lokale po remoncie lub utrzymane w dobrym standardzie osiągają ceny na poziomie 8–8,5 tys. zł/m². Znacznie więcej trzeba zapłacić za mieszkania w nowych inwestycjach. W stanie deweloperskim ceny zaczynają

się od 9 tys. zł, a średnia oscyluje wokół 9,5–10,5 tys. zł za metr kwadratowy – mówi ekspert.

Najwyższe ceny osiągają mieszkania w prestiżowych lokalizacjach. Na czele znajduje się Baranówek – osiedle cenione za dużą ilość zieleni, spokojny charakter oraz dobre skomunikowanie z pozostałymi częściami miasta. Do droższych adresów należą również nowoczesne apartamentowce, takie jak inwestycje przy ulicy Zagnańskiej, w tym Plaza, czy nowe wysokościowce w centrum. Tam ceny potrafią przekraczać nawet 12–13 tys. zł/m². W Kielcach mediana cen transakcyjnych, czyli kwot, za które faktycznie sprzedaje się mieszkania, w czerwcu 2026 roku wyniosła około 8900 zł za metr kwadratowy. Z kolei w ogłoszeniach ceny najczęściej mieszczą się w przedziale 9,5–11 tys. zł/m². Oznacza to, że jeżeli chcemy kupić przykładowe 50-metrowe mieszkanie, musimy liczyć się z wydatkiem rzędu 450–550 tys. zł.

A JAK W REGIONIE?

Oczywiście poza Kielcami ceny są wyraźnie niższe. W Skarżysku-Kamiennej, Ostrowcu Świętokrzyskim czy Starachowicach mieszkania z rynku wtórnego można kupić już za 5–7 tys. zł za

metr kwadratowy, a w wielu przypadkach nawet poniżej tej dolnej granicy – szczególnie lokale starsze lub wymagające remontu. W mniejszych miejscowościach województwa świętokrzyskiego, np. w Busku-Zdroju, Jędrzejowie, Końskich, Sandomierzu i ich okolicach, stawki potrafią spaść jeszcze niżej, często do poziomu 4–5,5 tys. zł/m².

Choć mieszkania w tych miastach potrafią być znacznie tańsze, oferta jest jednak uboższa – zarówno pod względem liczby dostępnych lokali, jak i ich różnorodności. Dominują bloki z wielkiej płyty z lat 70. i 80., natomiast znacznie mniej jest nowych inwestycji deweloperskich. Mimo to dla części osób, szczególnie pracujących zdalnie lub ceniących spokój, wyprowadzka do mniejszego miasta może być rozsądnym i korzystnym finansowo rozwiązaniem.

KOGO NA TO STAĆ?

Na końcu warto szczerze odpowiedzieć na pytanie postawione w tytule, szczególnie że dla większości mieszkańców województwa zakup mieszkania na własność bez kredytu jest dziś praktycznie niemożliwy.

– Planując zakup nieruchomości, należy w pierwszej kolejności zweryfikować swoją zdolność kredytową. Singiel zarabiający 3600 zł netto może liczyć na kredyt w wysokości około 190 tys. zł. Para zarabiająca łącznie 6500 zł netto – na 400–450 tys. zł. Natomiast małżeństwo z jednym dzieckiem, przy dochodach na poziomie 10 000 zł netto, ma szansę na kredyt rzędu 550–650 tys. zł – wyjaśnia Michał Sieczka, ekspert kredytowy.

Do tego dochodzi problem wkładu własnego. Banki wymagają zwykle minimum 10–20 proc. wartości nieruchomości. Przy mieszkaniu za 450 tys. zł oznacza to konieczność odłożenia od 45 do 90 tys. zł. Dla młodych osób często właśnie to jest największą przeszkodą.

CZY BĘDZIE LEPIEJ?

Skoro ceny w regionie się ustabilizowały, to czy w najbliższych latach dostępność mieszkań może się poprawić?

– Szersza analiza gospodarki pokazuje, że wysokie ceny nieruchomości sprawiają, iż dostępność mieszkań dla młodych jest coraz gorsza. W warunkach czysto rynkowych ta sytuacja raczej się nie zmieni. Potrzebne byłoby szersze zaangażowanie państwa – programy budowy mieszkań komunalnych lub lokali na wynajem, z realnym udziałem sektora publicznego. Nabycie nieruchomości na własność jest dużym wyzwaniem nie tylko w Polsce, ale również w wielu innych krajach świata. Nie widzę w najbliższej perspektywie realnych szans na to, aby dostępność zakupu lokum dla przeciętnego młodego mieszkańca województwa świętokrzyskiego znacząco wzrosła – komentuje prof. Marek Leszczyński, ekonomista z Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach.

W praktyce oznacza to, że decyzja o zakupie mieszkania coraz częściej zależy nie tylko od zarobków, ale także od tego, czy można liczyć na pomoc rodziny, wcześniej zgromadzone oszczędności albo... spadek. Dla wielu osób właśnie te czynniki przesądzają dziś o tym, czy własne mieszkanie znajduje się w ogóle w ich zasięgu. ◀

reklama

**MokCed
Service**

**REGENERACJA
WTRYSKIWACZY**

**OD 250 ZŁ
ZA SZTUKĘ**



**CZYSZCZENIE
DPF/FAP
KATALIZATORA
GRATIS¹**

¹ BEZPŁATNE CZYSZCZENIE
OBOWIĄZUJE PRZY
REGENERACJI KOMPLETU
WTRYSKIWACZY



**BEZPŁATNY
ODBIÓR**
WTRYSKIWACZY
DO REGENERACJI



**BEZPŁATNY
ODBIÓR**
FILTRÓW DPF/FAP
DO CZYSZCZENIA
MASZYNOWEGO



**BEZPŁATNE
SPRAWDZENIE**
WTRYSKIWACZY²



4,7

★★★★★
PONAD 700 OPINII



² ABY SKORZYSTAĆ Z BEZPŁATNEGO SPRAWDZENIA POINFORMUJ PRACOWNIKA PRZED ZAMÓWIENIEM USŁUGI.
W INNYM WYPADKU SPRAWDZENIE JEST PŁATNE ZGODNIE Z CENNIKIEM.



513 524 891



regeneracja-wtryskiwaczy.com.pl



**ul. Garbarska 44,
25-826 Kielce**

WSPÓŁPRACUJEMY Z NAJLEPSZYMI MARKAMI

BOSCH

SIEMENS

Continental

DELPHI

DENSO

STARDEX

Wejdź na pątniczy szlak



autor: **Michał Łosiak**

Zbliża się 45. Kielecka Piesza Pielgrzymka na Jasną Górę, która rozpocznie się 5 sierpnia w Wiślicy. Trwają ostatnie przygotowania i zapisy na tę wyjątkową modlitewną wędrówkę.

Przypomnijmy, że hasło tegorocznych rekolekcji w drodze brzmi: „Uczniowie-misjonarze”.

– W pewien sposób pielgrzymka jest misyjna ze swojej natury, bo zawsze stanowi jakieś świadectwo, chociaż każdy idzie na nią po swojemu i ze swoimi sprawami, które pozostają między nim a Panem Bogiem – tłumaczy ks. Grzegorz Sta-

chura, kierownik duchowy pielgrzymki. – Postanowiliśmy w tym roku rozważyć to hasło w taki sposób, aby przyjrzeć się wszystkim przestrzeniom, w których Kościół realizuje swoją misję w społeczeństwie, i modlić się w ich intencji. Chodzi więc o misję głoszenia, realizowaną nie tylko poprzez kazania, lecz także w mediach czy wydawnictwach. Mamy również internet jako nową przestrzeń, która w znacznym stopniu wpływa dziś na pozostałe obszary głoszenia. Jest też misja leczenia, dlatego odbędzie się rozmowa z psychoterapeutą, a ponadto misja trzeźwości, pocieszania więźniów oraz miłosierdzia. Wszystkie te przestrzenie chcemy omówić, aby przypomnieć i pokazać, jak ta działalność wygląda w naszej diecezji.

Pątnicy wyruszą w drogę 6 sierpnia, aby 13 sierpnia, przez Busko-Zdrój, Kielce, Piekoszów, Włoszczowę i Koniecpol, dotrzeć przed Cudowny Obraz Matki Bożej w Częstochowie. Cały czas trwają zapisy do poszczególnych grup. Szczegóły można znaleźć na stronie www.pielgrzymka.kielecka.com. W relacjonowanie pielgrzymki, jak co roku, włącza się Radio eM Kielce. Codziennych informacji na temat kolejnych etapów będzie można wysłuchać w „Magazynie Pielgrzyma”. Będziemy również transmitować dla was Msze Święte z Wiślicy, Kielc, Piekoszowa i Jasnej Góry. Na naszej stronie internetowej znajdziecie także codzienne relacje oraz fotorelacje. ◀

Uwaga kierowcy! Utrudnienia!

autor: **Michał Kita**

Trwają intensywne prace przy budowie kieleckiego odcinka drogi ekspresowej S74. Wykonawca prowadzi roboty rozbiórkowe, przebudowuje podziemne sieci oraz wznosi nowe obiekty, co wiąże się ze zmianami w organizacji ruchu.

Jak informuje Małgorzata Pawelec-Buras z Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad, firma Intercor kontynuuje przebudowę miejskiej infrastruktury oraz roboty rozbiórkowe. Trwa między innymi przebudowa sieci ciepłowniczej przy ul. Łódzkiej, w rejonie wiaduktów kolejowych. Rozpoczęły się również prace fundamentowe pod wiadukt, który połączy ulice Transportowców i Żelaznogórską, a także budowa murów oporowych przy ul. Pręślowej oraz w rejonie skrzyżowania ulic Transportowców i Kongresowej.

Równocześnie prowadzone są prace związane z budową ronda na skrzyżowaniu ulic Transportowców i Kongresowej oraz węzła Hubalczyków. W związku z tym wprowadzono nową organizację ruchu.

– Wyłączono sygnalizację świetlną na skrzyżowaniu ulic Łódzkiej i Transportowców, a ruch odbywa się po tymczasowym rondzie. Na części ul. Transportowców obowiązuje ruch jednokierunkowy w stronę ul. Kongresowej, natomiast

zamknięty odcinek należy omijać ulicami Kongresową, Zakładową i Batalionów Chłopskich. Piesi nadal mogą korzystać z chodnika biegnącego wzdłuż ul. Transportowców – informuje Małgorzata Pawelec-Buras.

Ruch jednokierunkowy obowiązuje także na ul. Hubalczyków. Nadal zamknięte pozostaje skrzyżowanie z ul. Ponurego Piwnika, a objazd prowadzi przez Helenówek i ul. Wróblą. Na całym odcinku robót obowiązuje ograniczenie prędkości do 30 km/h. Możliwe są również krótkotrwałe wstrzymania ruchu. ◀



43 MILIONY ZŁOTYCH NA EDUKACJĘ DLA BEZPIECZEŃSTWA. ŚWIĘTOKRZYSKIE STAWIA NA OBRONNOŚĆ I PRZYGOTOWANIE MŁODZIEŻY

Województwo Świętokrzyskie jako pierwsze w Polsce uruchamia kompleksowy projekt edukacyjny z zakresu obronności i bezpieczeństwa publicznego. Ponad 43 mln zł z Funduszy Europejskich trafi na realizację programu strategicznego „Sprawni – Kompetentni – Gotowi”, dzięki któremu cztery tysiące uczniów szkół ponadpodstawowych zdobędzie praktyczne umiejętności niezbędne w sytuacjach kryzysowych.



Projekt jest efektem zmian w programie regionalnym „Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021–2027”, w którym samorząd województwa zdecydował o utworzeniu nowego obszaru wsparcia poświęconego obronności i odporności społecznej. Środki Europejskiego Funduszu Społecznego Plus pozwoliły przeznaczyć ponad 43 mln zł na przedsięwzięcie odpowiadające na współczesne zagrożenia – od klęsk żywiołowych i katastrof po cyberbezpieczeństwo oraz sytuacje kryzysowe związane z bezpieczeństwem państwa.

– Dostrzegliśmy potrzebę przygotowania młodych ludzi do funkcjonowania w świecie pełnym nowych zagrożeń. Dlatego zdecydowaliśmy o przesunięciu środków w programie regionalnym i uruchomieniu nowego działania z zakresu obronności. Dzięki Funduszom Europejskim jako pierwsze z województw w kraju realizujemy projekt, który wzmocni odporność społeczną i przygotuje młodzież do właściwego reagowania w sytuacjach kryzysowych – podkreśla marszałek województwa świętokrzyskiego Renata Janik.

Program będzie realizowany od sierpnia 2026 do czerwca 2030 roku. Obejmie uczniów liceów, techników i szkół branżowych. Zajęcia poprowadzą praktycy – ratownicy medyczni, strażacy, policjanci oraz instruktorzy Związku Harcerstwa Polskiego. Uczestnicy wezmą udział w szkoleniach z pierwszej pomocy, ochrony przeciwpożarowej, cyberbezpieczeństwa, technik przetrwania, bezpieczeństwa na wodzie oraz obsługi dronów. Najbardziej zaangażowani zdobędą także państwowe upraw-

nienia, m.in. z kwalifikowanej pierwszej pomocy, kierowania ruchem drogowym czy prowadzenia łodzi motorowych.

– Chcemy, aby młodzi ludzie zdobywali nie tylko wiedzę teoretyczną, ale przede wszystkim doświadczenie w działaniu. Dlatego będą uczyć się od profesjonalistów, którzy na co dzień odpowiadają za nasze bezpieczeństwo. To inwestycja nie tylko w ich kompetencje, ale także w bezpieczeństwo całego regionu – zaznacza marszałek Renata Janik.

Projekt zakłada blisko 91,5 tysiąca godzin zajęć, ćwiczeń i indywidualnego wsparcia. Obok warsztatów przewidziano biwaki szkoleniowe, gry terenowe, symulacje sytuacji kryzysowych oraz wojewódzkie manewry ratowniczo-bezpieczeństwa.



Przetarg za miliard

Rekordowe pieniądze czekają na firmę, która przez kolejnych dziesięć lat będzie obsługiwać komunikację miejską w Kielcach. Władze miasta ogłosiły przetarg na świadczenie usług przewozowych w latach 2028–2037. Wartość zamówienia wynosi blisko miliard złotych



autor: Michał Kita

Kwota robi wrażenie, ale przyszły przewoźnik będzie musiał spełnić szereg wymagań. Wśród nich znalazły się m.in.: obowiązek posiadania bazy na terenie miasta lub w jego pobliżu, zatrudnienie co najmniej 250 doświadczonych kierowców oraz zapewnienie klimatyzacji we wszystkich autobusach.

TAKICH PIENIĘDZY JESZCZE NIE BYŁO

– To kontrakt, w ramach którego podmiot, który wygra postępowanie, będzie musiał przede wszystkim zapewnić wysoką jakość usług oraz odpowiedni tabor autobusowy. Będziemy wymagać 115 autobusów, z czego 60 ma być fabrycznie nowych. Pozostałe 55 mogą stanowić pojazdy używane, jednak średni wiek całego taboru – podobnie jak obecnie – nie będzie mógł przekroczyć ośmiu lat. Zależy nam przede wszystkim na wysokiej jakości pojazdów, dlate-

go wszystkie autobusy, niezależnie od wieku, muszą spełniać określone standardy. Każdy z nich będzie niskopodłogowy i wyposażony w klimatyzację. Zachowane zostaną również rozwiązania, które są już standardem w kieleckiej komunikacji, takie jak „ciepły guzik”, kasowniki umożliwiające płatność kartą i urządzeniami mobilnymi, czytelna informacja pasażerska oraz monitoring z możliwością zdalnego podglądu – mówi Agata Wojda, prezydent Kielc.

Przyszły operator będzie zobowiązany do wykonania około 8 mln wozokilometrów rocznie. Wszystkie autobusy będą musiały spełniać obowiązujące normy emisji spalin, a przynajmniej dwa pojazdy w całej flocie mają być elektryczne.

MA BYĆ WYGODNIEJ I BEZ REKLAM

Jak wyjaśnia Barbara Damian, dyrektor Zarządu Transportu Miejskiego w Kielcach, wykonawca będzie musiał dysponować odpowiednim zapleczem technicznym.

– Przewoźnik będzie musiał posiadać bazę eksploatacyjną na terenie Kielc lub w odległości nie większej niż 7 kilometrów w linii prostej od dworca autobusowego przy ul. Czarnowskiej. Baza nie może być mniejsza niż 3 hektary i musi być ogrodzona, oświetlona, utwardzona oraz monitorowana przez całą dobę. Powinno się w niej znajdować co najmniej sześć stanowisk wyposażonych w kanały lub podnośniki do obsługi autobusów, a także automatyczna myjnia. Przy tak dużej liczbie pojazdów korzystanie z myjni komercyjnych byłoby niewystarczające. Wymagamy także mobilnego serwisu technicznego, pojazdu do holowania autobusów oraz samochodu nadzoru ruchu. Ponadto wykonawca będzie zobowiązany zatrudniać na umowę o pracę co najmniej 250 kierowców z minimum sześciomiesięcznym doświadczeniem w przewozach autobusowych – podkreśla.

Nowością będą również zasady dotyczące reklam. Będą one mogły pojawiać się wyłącznie na tylnych szybach autobusów. Znikną natomiast z boków pojazdów oraz z ich wnętrza. Dzięki temu Zarząd Transportu Miejskiego będzie miał większy wpływ na treści prezentowane pasażerom. Dotychczas powierzchnią reklamową dysponował przewoźnik, który czerpał z tego tytułu dodatkowe dochody. Miasto wykluczyło możliwość umieszczania reklam o charakterze politycznym.

Termin składania ofert upływa 25 sierpnia, a wybór wykonawcy ma nastąpić jeszcze w tym roku. Wartość kontraktu wynosi 960 mln zł netto.

Władze Kielc podkreślają, że warunki przetargu zostały przygotowane z myślą o zapewnieniu wysokiego komfortu podróży, punktualności oraz dostępności komunikacji miejskiej dla osób z niepełnosprawnościami i seniorów. Jak zaznaczają, całe postępowanie ma być prowadzone w sposób transparentny, aby uniknąć kontrowersji, które towarzyszyły poprzednim przetargom. ◀

Rzecznik w czasach kryzysu

Rozmowa z Mariuszem Goskiem, Posłem RP

Jak ważną instytucją jest Urząd Rzecznika Praw Obywatelskich?

Bardzo ważną, tym bardziej w rzeczywistości gdzie konstytucyjne organy państwa nie są uznawane, wyroki Sądu Najwyższego pomijane, a jak słusznie wskazał prof. Piotrowski, o tym co jest legalne, a co jest nielegalne decyduje siła, decyduje ten, kto ma nadzór nad resortami siłowymi państwa, służbami czy policją.

Pytam bo podczas ostatniego posiedzenia Sejmu w imieniu Prawa i Sprawiedliwości przedstawiał pan kandydaturę pana Adama Borowskiego do tego urzędu.

To był dla mnie wielki zaszczyt, że kierownictwo klubu PiS zdecydowało się dla mnie, posła ze świętokrzyskiego, powierzyć to zadanie. Pan Adam Borowski to legenda opozycji antykomunistycznej, skazany na sześć lat więzienia przez ówczesny reżim, z czego odsiedział dwa lata. Adam Borowski, całym swoim życiem dał przykład, że gdy przychodzi czas, gdzie państwo jest osłabiane, to trzeba porzucić to co posiada się, to co można stracić - jak wolność i rozpocząć walkę, walkę słowem, protestem, być gotowym na prześladowania, represje, więzienie. Nie wolno zgadzać się na bezprawie. Jeżeli zgadzasz się na bezprawie, to jesteś tak samo winien, jak ten który to bezprawie czyni.



Posel Mariusz Gosek i Adam Borowski
kandydat PiS na RPO

A w obecnej rzeczywistości mamy do czynienia z bezprawiem?

Jeżeli to rząd rządzi prawem, a nie prawo rządzi rządem to w mojej ocenie mamy do czynienia z bezprawiem. Jeżeli rząd nie uznaje ustaw, jak tych o Krajowej Radzie Radiofonii i Telewizji, Radzie Mediów Narodowych, Polskiej Agencji Prasowej i siłą, z użyciem silnych panów, przejmując media publiczne, jeżeli sędziowie znieważani określeniem „neosędziowie”, jeżeli z łomem można wejść do Krajowej Rady Sądownictwa czy wbrew ustawie zająć gabinet Prokuratora Krajowego, to zgadzam się z sędzią Łubowskim, że mamy do czynienia z kryptodyktaturą.

A w takim czasie jest wielka potrzeba, jak mówił Adam Borowski podczas wysłuchania - krzyczeć, że Polska odchodzi od demokratycznego modelu państwa prawa.

Dziękuję za rozmowę.

Biuro Posła na Sejm RP

Mariusza Goska

ul. Krakowska 45/lok.3, 26-200 Końskie

KW

JAK WAKACJE, TO WODA

Panie Prezesie, lato to czas wakacyjnych wojaży. W Kielcach jesteśmy przyzwyczajeni, że można bezpiecznie pić wodę bezpośrednio z kranu. Jednak podczas wyjazdów trzeba uważać?

Henryk Milcarz, prezes Wodociągów Kieleckich: – Tak jest. Trzeba uważać, bo nie we wszystkich krajach woda w kranach jest bezpieczna. Jak ułaf pasuje tu powiedzenie „cudze chwalicie, swojego nie znacie”. Kielecką kranówkę często doceniają kielczanie dopiero wtedy, gdy znajdą się gdzieś za granicą, w gorącym klimacie i przeczytają w hotelu czy na statku, że woda nie nadaje się do picia. Muszą kupować butelkowaną, a i ta nie zawsze jest smaczna, bo na przykład w północnej Afryce i krajach Bliskiego Wschodu pochodzi z morskich odsalarni. Jest to woda pozbawiona minerałów w procesie odsalania, więc następnie tymi minerałami musi być nasycana, żeby miała jakiś smak, no i wartość zdrowotną.

Również z kanalizacją nie jest zbyt dobrze?

– Prawda jest taka, że w wielu egzotycznych krajach nowoczesnej kanalizacji nie ma, nie mówiąc o oczyszczalniach ścieków. Powszechne są zbiorniki na ścieki, beczkowozy no i odprowadzanie ścieków bezpośrednio do morza czy oceanu. Dlatego będąc w takim miejscu warto wybrać plażę nie tylko piękną, ale oddaloną od rzeczek, strumyków czy rur, którymi wylewane są do morza ścieki.

W takim razie jak wrócimy z wakacji warto coś ugotować z pomocą kieleckiej kranówki.

– Dziś proponuję przepis na letni krem z młodego groszku i mięty. Na 4 porcje potrzebujemy 500 g młodego zielonego groszku (świeżego lub mrożonego), 1 litr kieleckiej kranówki, 1 cebulę, 2 ząbki czosnku, 2 ziemniaki, 2 łyżki masła, garść świeżej mięty, 100 ml śmietanki 18%, sól i świeżo mielony pieprz, grzanki i pestki dyni do podania. Na masło trzeba zeszklić cebulę i czosnek, dodać pokrojone w kostkę ziemniaki, zalać 1 litrem kieleckiej kranówki i gotować 10 minut. Następnie dodajemy groszek i gotujemy kolejne 7 minut. Dodajemy miętę, sól, pieprz i miksujemy na gładki krem. Na końcu dodajemy śmietankę. Podajemy z grzankami, pestkami dyni i listkami mięty.

Dziękuję za rozmowę.

KW

ŚWIADCZYMY USŁUGI:

- Naprawy, czyszczenie, eksploatacja sieci wodociągowej i kanalizacyjnej
- badania laboratoryjne wody, ścieków i osadów ściekowych

WODOCIĄGI KIELECKIE
Spółka z o.o.

www.wod-kiel.com.pl

Tak się nie odchudzaj!

Leki z grupy analogów GLP-1, takie jak Ozempic czy Mounjaro, zrewolucjonizowały leczenie cukrzycy typu 2 i otyłości. Stały się jednak również symbolem szybkiego odchudzania.

Specjaliści ostrzegają, że choć preparaty te mogą być bardzo skuteczne, nie są cudownym środkiem na utratę kilogramów

autor: **Nina Wrzosek**

Jak wyjaśnia Daria Sych, dietetyk szpitalny, Ozempic jest lekiem hormonalnym naśladującym działanie naturalnych hormonów jelitowych.

– U osób z cukrzycą typu 2 oraz otyłością hormony te są wydzielane w niewystarczającej ilości, dlatego stosuje się leki z grupy analogów GLP-1. Ozempic jest jednym z nich i został zarejestrowany przede wszystkim do leczenia cukrzycy typu 2, a nie otyłości. Natomiast Wegovy, zawierający tę samą substancję czynną, ma już wskazanie zarówno do leczenia otyłości, jak i cukrzycy. O zastosowaniu konkretnego preparatu zawsze decyduje lekarz – podkreśla ekspertka.

PROBLEMY Z DOSTĘPNOŚCIĄ? JUŻ NIE

Jeszcze kilkanaście miesięcy temu pacjenci z cukrzycą alarmowali, że nie mogą wykupić leków, ponieważ były masowo kupowane przez osoby chcące schudnąć. Dziś sytuacja wygląda inaczej.

– Rynek jest obecnie bardziej stabilny. Gdy pierwsze preparaty pojawiły się na rynku, zainteresowanie było ogromne. Dziś dostępnych jest więcej leków z tej grupy, dlatego popyt rozłożył się na różne produkty i problem praktycznie zniknął – mówi farmaceutka z jednej z kieleckich aptek. Podobnego zdania jest specjalistka z innej apteki.

– Nie obserwujemy już braków. Największe zainteresowanie było około półtora roku temu. Obecnie leki są dostępne bez większych problemów – zapewnia.

NIE TYLKO EFEKTY

Eksperci przypominają, że leki GLP-1 ingerują w gospodarkę hormonalną organizmu i mogą powodować skutki uboczne.

– Najczęściej dotyczą one przewodu pokarmowego. Pacjenci skarżą się na nudności, wymioty, zgagę, refluks, wzdęcia, biegunki, zaparcia czy bóle brzucha. Rzadko dochodzi do zapalenia trzustki, mogą pojawić się kamienie w pęcherzyku żółciowym, a wyjątkowo rzadko ciężkie reakcje alergiczne lub zaburzenia pracy żołądka – wylicza Daria Sych.

Samo przyjmowanie leku nie wystarczy. Kluczowe pozostaje odpowiednie odżywianie.

– Analogi GLP-1 wpływają na wydzielanie insuliny oraz ośrodek głodu i sytości, dzięki czemu pacjent szybciej odczuwa sytość i zjada mniej. Problem pojawia się wtedy, gdy ktoś samodzielnie zaczyna drastycznie ograniczać jedzenie, eliminując białko czy warzywa, a jednocześnie nadal spożywa wysoko przetworzoną żywność. Taka dieta może prowadzić do niedoborów i pogorszenia stanu zdrowia – ostrzega dietetyk.

„SCHUDŁAM 14 KILOGRAMÓW”

W internecie nie brakuje relacji osób, które dzięki tym preparatom znacząco schudły. Jedna z użytkowniczek portalu o-lekach.pl napisała:

„Rozpoczęłam terapię z wagą 130 kilogramów. Do tej pory schudłam 14. Nie choruję na cukrzycę, a mimo to lek działa bardzo dobrze. Czuję się dobrze i nie doświadczam poważnych skutków ubocznych”.

Pod wpisem pojawiła się jednak krytyczna odpowiedź innego internauty:

„Ludzie chorzy na cukrzycę nie mogą dostać Ozempiku, bo brakuje go w aptekach, a ty robisz sobie odchudzanie na skrót. Sumienie cię nie boli?”

Pani Anna stosująca Mounjaro, opowiada o efektach leczenia: – Lekarz przepisał mi ten preparat z powodu wysokiego poziomu insuliny. Od tego czasu schudłam 20 kilogramów. Na początku praktycznie nie odczuwałam głodu, mimo że jadłam bardzo mało. Pojawiały się bóle głowy i nudności, ale z czasem dolegliwości ustąpiły. Dziś czuję się dobrze, a wyniki badań wyraźnie się poprawiły.

Pamiętajmy: to leki dla konkretnych grup pacjentów, wymagające kwalifikacji przez lekarza, regularnej kontroli oraz zmiany stylu życia. Bez odpowiedniej diety i aktywności fizycznej nawet najlepszy preparat nie przyniesie trwałych efektów. ◀



Powszechna cyfryzacja ułatwia załatwianie codziennych spraw, umożliwia ekspresowe zakupy oraz kontakt z osobami znajdującymi się na drugim końcu globu. Niestety, ta sama technologia stała się potężnym narzędziem w rękach przestępców. Współcześnie wyjątkowo łatwo trafić w ich szpony



foto: shutterstock

AI w służbie przestępców

autor: Aleksandra Rękas

Walka z cyberprzestępcami stała się chlebem powszednim świętokrzyskich policjantów. Jak wynika z ich statystyk, nie ma tygodnia bez zgłoszenia dotyczącego oszustwa popełnionego w sieci.

CZUJNOŚĆ NA WAGĘ OSZCZĘDNOŚCI

– Obecnie nasza czujność musi być większa niż kiedykolwiek. Choć sztuczna inteligencja często kojarzy się nam z nauką lub rozrywką, niestety jednocześnie daje oszustom potężną broń. Za pomocą AI można bardzo wiernie odtworzyć czyjś głos, pobierając wcześniej jego próbkę z mediów społecznościowych, w których publikujemy na przykład wypowiedzi czy filmy – ostrzega asp. sztab. Artur Majchrzak z zespołu prasowego Komendy Wojewódzkiej Policji w Kielcach.

Taka próbka pozwala oszustom uwiarygodnić klasyczne już metody „na wnuczka” czy „na policjanta”. Trudno się dziwić, że można dać im wiarę, jeśli otrzymujemy połączenie z numeru należącego – jak się wydaje – do członka rodziny, a w słuchawce słyszymy jego głos.

– Ofiara, słysząc w słuchawce niemal identyczny głos, jest znacznie bardziej skłonna uwierzyć w zmyśloną historię i przekazać oszczędności życia. Warto wspomnieć o spoofingu, czyli metodzie pozwalającej przestępcom podszyć się pod dowolny numer telefonu. Może się więc zdarzyć, że na ekranie telefonu wyświetli nam się nazwa kontaktu „syn” lub „córka”, a w rzeczywistości będzie to połączenie od oszusta – podkreśla Majchrzak.

W takich sytuacjach jedynym skutecznym rozwiązaniem jest rozłączenie się i samodzielne wybranie numeru danej osoby. Tylko w ten sposób możemy mieć pewność, że faktycznie połączymy się z kimś bliskim. „Czerwona lampka” powinna nam się zapalić zawsze, gdy usłyszymy prośbę o pieniądze,

które mają być jedynym ratunkiem w wyjątkowo kryzysowej sytuacji. Warto wtedy pamiętać, że pośpiech jest złym doradcą, a przestępcy wyspecjalizowali się w manipulacji i socjotechnice.

– Ich działania zawsze opierają się na dwóch filarach: emocjach i presji czasu. Przestępcy kreują sytuację zagrożenia, z której jedynym wyjściem ma być szybkie przekazanie gotówki – mówi Majchrzak.

KOPALNIA INFORMACJI

Jak dodaje funkcjonariusz, choć obecnie trudno wyobrazić sobie życie bez mediów społecznościowych, warto chronić swoje dane osobowe i nie publikować wszystkiego „jak leci”...

– Zwróćmy również uwagę na nasze nawyki w sieci. Publikowanie wizerunku dzieci, czyli tak zwany „sharenting”, czy chwalenie się zdjęciami z wakacji w czasie rzeczywistym to ryzykowne zachowania. Zdjęcia dzieci mogą zostać pobrane, przerobione i wykorzystane w naprawdę złych celach. Z kolei informacja o urlopie jest niemal zaproszeniem dla włamywacza – przestrzega funkcjonariusz.

Media społecznościowe mogą być niestety kopalnią informacji nie tylko dla naszych znajomych, lecz także dla przestępców. Na podstawie zdjęć i wpisów są oni w stanie ustalić miejsce naszego zamieszkania czy pracy, a także poznać imiona członków naszej rodziny. Nasze zainteresowania, codzienne nawyki oraz miejsca, które regularnie odwiedzamy, przestają być dla kogokolwiek tajemnicą. Takie informacje oszuści mogą wykorzystać do tworzenia wiarygodnych historii i wzbudzania zaufania. Im więcej wiedzą o swojej ofierze, tym łatwiej mogą manipulować jej emocjami.

Specjalną jednostką, która walczy z przestępcami w sieci, jest Centralne Biuro Zwalczania Cyberprzestępczości. ◀

Wzmocniona Korona zaczyna walkę

W sobotę, 25 lipca, Korona Kielce rozpocznie rywalizację w sezonie 2026/2027 PKO BP Ekstraklasy. Pierwszym przeciwnikiem Złocisto-Krwistych będzie Jagiellonia Białystok



autor: **Piotr Szczepanik**

Kielczanie zaskoczyli opinię publiczną wieloma odważnymi ruchami transferowymi. Przypomnijmy te, które odbiły się największym echem, zwłaszcza jeśli chodzi o wydane na zakupy sumy.

KTO PRZYSZEDŁ?

Najgłośniejszym transferem letniego okienka jest pozyskanie Patrika Hellebranda z Górnika Zabrze po wpłaceniu klauzuli odstępnego, wynoszącej 1,7 miliona euro. W ubiegłym sezonie Czech był uznawany za jednego z najlepszych pomocników w lidze, co zaowocowało nominacją do oficjalnej nagrody Ekstraklasy.

Kolejnym ciekawym ruchem jest pozyskanie Kamila Jakubczyka z Arki Gdynia za kwotę miliona euro. 21-letni pomocnik jest uznawany za jeden z największych talentów na polskich boiskach, a kielczanie rywalizowali o niego z łódzkim Widzewem.

Wzmocniona została także formacja defensywna, ponieważ do kieleckiego zespołu dołączył Ariel Mosór z Rakowa Częstochowa. 23-latek wystąpił w 25 spotkaniach reprezentacji Polski do lat 21. W Kielcach zastąpił Pau Restę, który zasilł szereg GKS-u Katowice.

Ostatnim z dotychczasowych wzmocnień jest transfer Norberta Barczaka z Górnika Zabrze. 20-letni prawy obrońca ma

być rywalem dla dotychczas osamotnionego na tej pozycji Huberta Zwoźnego. Cechują go bardzo dobre warunki fizyczne oraz umiejętność wykonywania stałych fragmentów gry.

Z KIM SIĘ ŻEGNAMY?

Oprócz Resty z Koroną pożegnali się Antonin (wypożyczenie – Hercules CF), Jakub Budnicki (transfer definitywny – Polonia Warszawa), Marcin Cebula (koniec kontraktu – Stal Mielec), Jakub Kowalski (wypożyczenie – Arka Gdynia), Vladimir Nikolov (rozwiązanie kontraktu – Slavia Sofia), Nikodem Niski (rozwiązanie kontraktu – Pogoń Grodzisk Mazowiecki) oraz Viktor Popov (rozwiązanie kontraktu – Arda Kyrdzali). W okresie przygotowawczym Złocisto-Krwistych rozegrali cztery sparingi oraz udali się na obóz do Buska-Zdroju. W pierwszej grze kontrolnej podopieczni Jacka Zielińskiego wygrali 4:0 ze słowackim MFK Zemplín Michalovce. W następnych dwóch meczach kielczanie bezbramkowo zremisowali z Omonią Nikozja oraz Stalą Rzeszów. W ostatnim spotkaniu towarzyskim Koroniarze przegrali 0:2 ze spadkowiczem z Ekstraklasy – Bruk-Bet Termalicią Nieciecza.

Trener Jacek Zieliński jest usatysfakcjonowany pracą, jaką zespół wykonał podczas zgrupowania w Busku-Zdroju:

- Jestem zadowolony z dwóch aspektów – pracy, którą wykonaliśmy, oraz warunków, jakie mieliśmy. To było bardzo dobre zgrupowanie. Jeśli chodzi o założenia sportowe, to zrobiliśmy praktycznie wszystko. Wiadomo jednak, że okres przygotowawczy ocenia się także przez pryzmat gier kontrolnych oraz ich wyników. W tym aspekcie można już mieć zastrzeżenia, szczególnie do spotkań ze Stalą i Bruk-Betem, ale taka jest piłka. Nikt nie przyznaje trofeów za okres przygotowawczy – liga wszystko zweryfikuje.

PIENIĘDZY NIE BRAK

Korona przystąpi do nowego sezonu z rekordowym budżetem, wynoszącym blisko 50 milionów złotych. W rozmowie z Radiem eM Kielce prezes zarządu kieleckiego klubu, Leszek Czarny, podkreślił, że w porównaniu z poprzednim sezonem nakłady sponsorskie zostały zwiększone 2,5-krotnie:

W porównaniu z poprzednim sezonem nastąpił blisko 2,5-krotny wzrost świadczeń sponsorskich. Renegocjowaliśmy prawie wszystkie umowy, z czego niezmiennie się cieszymy, bo chcąc budować silny klub, potrzebujemy jak największej sumy pieniędzy. Mimo to nie pozwoli to na pokrycie wszystkich wydatków, więc zapewne klub zostanie dofinansowany przez właściciela.

Kielczanie rozegrają pierwszy mecz ligowy w sezonie 2026/2027 już w sobotę, 25 lipca, o godzinie 14.45. Złocisto-Krwistych zmierzą się na wyjeździe z Jagiellonią Białystok. Transmisja spotkania na antenie Radia eM Kielce oraz na naszej stronie internetowej – emkielce.pl. ◀

I. URZĘDY, MIEJSCA UŻYTECZNOŚCI PUBLICZNEJ, SKLEPY W KIELCACH

- Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa
- Bilcza MARKET SPAR
- Caritas Kielce (przy Katedrze)
- Centrum Stolarstwa MEBLOPOLYT PLUS, ul. Olszewskiego
- Decortrend, ul. Legnicka
- Dworzec PKS
- Filharmonia Świętokrzyska
- Galeria ECHO, ul. Świętokrzyska
- Galeria KORONA, ul. Warszawska
- Hotel DAL Kielce
- Kawiarnia Cztery Pory Roku
- Kielecki Park Technologiczny, ul. Olszewskiego
- Kieleckie Centrum Kultury, Pl. Moniuszki
- Księgarnia Jedność
- Kwaciarnia „Kwiatowa Pasja”
- Media Markt, ul. Radomska
- Miejska Biblioteka Publiczna, ul. M. Konopnickiej
- Miejski Urząd Pracy, ul. Szymanowskiego
- PSS Społem sklep Tęcza, ul. Sienkiewicza
- Pasaż Słoneczny, Bilcza, ul. Marmurowa
- Politechnika Świętokrzyska
- Powiatowy Urząd Pracy, ul. Kolberga
- Siedziba Radia eM Kielce, ul. Sienkiewicza 2
- Sklep Damos, ul. Rolna
- Sklep Społem, ul. Czarnowska
- Sklep Społem, ul. Sienkiewicza
- Starostwo Powiatowe w Kielcach
- Targowisko Miejskie, ul. Seminarystyjska
- Uniwersytet Jana Kochanowskiego, ul. Żeromskiego
- Urząd Marszałkowski
- Urząd Miasta Kielce – Rynek
- Urząd Miasta Kielce – Strycharska
- Urząd Wojewódzki
- Wojewódzka Biblioteka Publiczna
- Wojewódzki Dom Kultury
- Wydawnictwo Jedność, ul. Jana Pawła II
- ZUS, ul. Kolberga
- ZUS, ul. Leśna
- Zakład Doskonalenia Zawodowego (ZDZ)

II. PARAFIE I WSPÓLNOTY

- Bazylika Katedralna
- Dom księży emerytów, ul. IX Wieków Kielc
- Kaplica na Słowiku
- Klasztor Kapucynów, ul. Warszawska
- Klasztor Podkarczówka
- Koinonia św. Pawła, ul. Wileńska 1A
- Kościół Garnizonowy – Karczówkowska
- Kuria Diecezjalna
- Parafia Baranówek
- Parafia Białogon
- Parafia Bilcza
- Parafia Ducha Świętego
- Parafia Kostomłoty
- Parafia Masłów
- Parafia Matki Bożej NP w Morawicy
- Parafia Najświętszej Maryi Panny Matki Kościoła, ul. Północna
- Parafia Niepokalanego Serca NMP, ul. Urzędnicza

- Parafia Radomice
- Parafia Suków
- Parafia Słowik
- Parafia Wiśniówka
- Parafia Zagnańsk
- Sanktuarium na Świętym Krzyżu
- par. Miłosierdzia Bożego – Czarnów
- par. bł. Matulewicz – Slichowice
- par. św. Antoniego – Dąbrowa
- par. św. Jadwigi
- par. św. Jana Chrzciciela – Telegraf
- par. św. Józefa – Szydłówek
- par. św. Krzyża – ul. 1-go Maja
- par. św. Maksymiliana Kolbego
- par. św. Stanisława – Barwinek
- par. św. Wincentego Pallottiego – Podkarczówka
- par. św. Wojciecha – ul. Bodzentyńska

III. PUNKTY DYSTRYBUCJI – POCZTA POLSKA

- Bodzentyn, Bogoria, Busko-Zdrój
- Chmielnik, Chęciny, Ćmielów
- Daleszyce, Dwikozy, Jędrzejów
- Kazimierza Wielka, Klimontów, Koprzywnica, Końskie, Krasocin, Kunów, Łągów k. Staszowa, Łoniów, Łopuszno
- Małogoszcz, Mniów, Morawica
- Nowa Słupia, Nowy Korczyn
- Opatów Kielecki, Ostrowiec Św. 1, Ostrowiec Św. 2, Ostrowiec Św. 3, Ożarów k. Opatowa
- Pacanów, Pawłów, Piekoszów, Pierzchnica, Pińczów, Połaniec
- Radoszyce, Raków k. Staszowa
- Samborzec, Sandomierz 1, Sandomierz 2, Skalbierz, Skarżysko-Kamienna 1, Skarżysko-Kamienna 2, Skarżysko-Kamienna 3, Sobków, Solec-Zdrój, Starachowice, Staszów, Stopnica, Strawczyn, Stąporków, Suchedniów, Szydłów k. Staszowa, Sędziszów k. Jędrzejowa
- Wiślica, Wodzisław k. Jędrzejowa, Włoszczowa

IV. GMINY I URZĘDY W REGIONIE

- Miasto i Gmina Piekoszów
- Urząd Gminy Nowiny

V. PUNKTY W PIEKARNI POD TELEGRAFEM W KIELCACH

- Plac Wolności 12, ul. Hoża 39
- ul. Jana Pawła II 174, ul. Karczówkowska 20
- ul. Kryształowa 4
- ul. Okrzei 10
- ul. Orzeszkowej 6B, ul. Piekoszowska 32
- ul. Piekoszowska 39, ul. Piłsudskiego 16A
- ul. Pocieszka 17, ul. Radomska 8 (C.H. Auchan)
- ul. Romualda 4B, ul. Sandomierska 154
- ul. Sandomierska 74B, ul. Seminarystyjska 11
- ul. Sikorskiego 3 (C.H. Kaufland)
- ul. Szkolna 36A, ul. Turystyczna 1
- ul. Warszawska 155, ul. Warszawska 26
- ul. Wiśniowa 3, ul. Wojewódzka 2
- ul. Wojska Polskiego 225, ul. Zagórska 49
- ul. Ściegiennego 258c (Restauracja Telegraf)
- ul. Świerkowa 1, ul. Świętokrzyska 20 (Galeria Echo)
- ul. Żytnia 2a, ul. Żytnia 4

Zapraszamy na pyszne
JAGODZIANKI



PIEKARNIA

POD TELEGRAFEM