

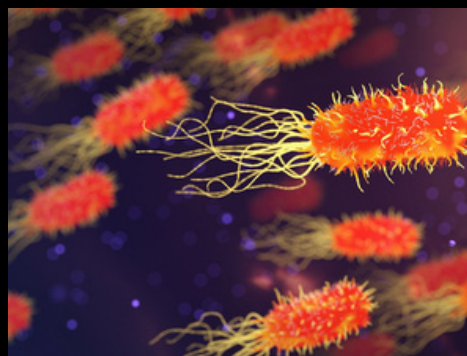
Horyzonty



MIESIĘCZNIK STUDENCKI



**Kasia Sochocka oczarowała
Kielce**



Niezwykła biologia



Nieznane oblicza Włoch

STOPKA REDAKCYJNA

WYDAWCA

Jolanta Dzierżyńska-Mielczarek

REDAKTORKA NACZELNA

Milena Kasperek

KOREKTA TEKSTÓW

Dominika Szybalska

REDAKTOR TECHNICZNY

Aleksander Senderowski

REDAKTORZY

Karolina Połowska

Klaudia Sasak

Elżbieta Serewiś

Weronika Stemplewska

Dominika Szybalska

Katarzyna Wdowska

Michał Zdziech

W tym numerze

SPIS TREŚCI:

Wstęp

str. 3

"Niebo było różowe" Koncert Kaśki Sochackiej na Targach Kielce

str. 4-5

Nieudane mieszanki z bulionu genetycznego, czyli jak biologia utrudnia życie

str. 6-7

Najciekawsze zabytki Rzymu, czyli co warto zobaczyć w Wiecznym Mieście

str. 8-11

Polskie sukcesy w skokach narciarskich

str. 12-13

Spotkanie z Nowoczesnością i Inspiracją

str. 14

Góry Świętokrzyskie zapraszają na weekend!

str. 15-16

Horoskop (maj)

str. 17-18

*Archiwum prywatne*

Drodzy czytelnicy!

Witam Was serdecznie w czwartym numerze „Horyzontów”. Mam nadzieję, że poczuliście już trochę wiosny. Semestr letni trwa w najlepsze, a na horyzoncie już Majówka oraz ulubione święto studentów, czyli *Juwenalia 2023*. Nie spoczywamy jeszcze na laurach i składamy w Wasze ręce majowy numer.

Wakacje już bliżej niż dalej, więc przedstawiamy najciekawsze zabytki Rzymu. Tekst został napisany przez naszą redaktorkę, obecnie przebywającą we Włoszech na Erasmusie. Mamy nadzieję, że zainspirujemy Wasze przyszłe podróże. Dla osób planujących skromniejszy wypad, polecamy wspaniałe Góry Świętokrzyskie. Koniecznie zapoznajcie się z wywiadem z lokalną przewodniczą. Zapraszamy także do comiesięcznego horoskopu i tekstu o dość nietypowych przypadkach medycznych.

Życzę przyjemnej lektury i do zobaczenia w następnym miesiącu!

Milena Kasperek

„Niebo było różowe...” Koncert Kaśki Sochackiej w Targach Kielce.

3 kwietnia o godzinie 20:00 w Centrum Kongresowym Targów Kielce odbył się koncert jednej z najpopularniejszych, współczesnych wokalistek- Kaśki Sochackiej. Na widowni nie zabrakło fanów- „Poniedziałek wieczór, a tu tyle ludzi” skomentowała Kaśka, która wraz z zespołem oczarowała kielecką publiczność.



fol. Pixabay

Kaśka Sochacka, właściwie Katarzyna Sochacka to polska, 33-letnia wokalistka młodego pokolenia. Jest autorką tekstów i kompozytorką. Wychowywała się w muzycznej rodzinie więc muzyka towarzyszyła jej od najmłodszych lat. W 2010 roku wzięła udział w telewizyjnym talent show „Mam Talent” gdzie zakwalifikowała się do finału, a cztery lata później w „Must Be the Music. Tylko muzyka” gdzie dotarła do półfinału. „Wiśnia EP” to debiutancka EPka (minialbum) Kaśki, która z nakładem wytwórni muzycznej Jazzboy Records

ukazała się w 2019 roku. Wokalistka zdobyła wiele nagród i wyróżnień, wśród nich: O!Lśnienie, wygrywała plebiscyty organizowane przez Gazetę Wyborczą, Onet oraz miasto Kraków. Otrzymała również nagrodę Fryderyk 2022 w kategoriach Fonograficzny Debiut Roku oraz Album Roku Indie Pop za płytę „Ciche dni”. Ma za sobą dwie solowe trasy koncertowe.

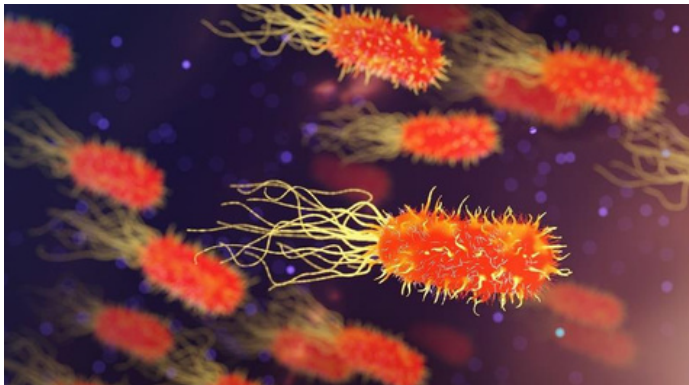
W 2023 roku Kaśka Sochacka swoim fanom zapewniła wiele rozrywkę. Jej wiosenna trasa koncertowa WIOSNA

potrwa 3 miesiące- od marca do maja. Koncerty będą odbywać się w filharmoniach, teatrach, domach kultury, a w większych miastach nie zabraknie również stojących koncertów klubowych. Do tej pory wokalistka wystąpiła w Częstochowie, Poznaniu, Szczecinie, Koszalinie, Gdańsku, Zabrze, Raciborzu, Bielsko-Białej, Chełmie i Puławach. 3 kwietnia w ramach trwającej trasy wraz z zespołem zagościła w Kielcach- w Centrum Kongresowym Targów Kielce. „Zagramy dziś parę piosenek” przywitała się żartobliwie wokalistka. Na scenie wybrzmiały zarówno nowości, jak i znane przez fanów klasyki- „Niebo było różowe”, „Boję się o Ciebie” czy „Trochę tu pusto”. Choć piosenek było więcej niż „parę” to Kaśkę i jej zespół fani zatrzymywali brawami nie pozwalając opuścić sceny. „Nie mogłem doczekać się tego koncertu. Kaśka to wokalistka, z delikatnym wokalem, którego można słuchać godzinami” mówił zachwycony fan. „Nostalgia, refleksja i przemyślenia. Za to kochamy Kaśkę!”- komentowali kolejni. Koncert potrwał ponad półtorej godziny.

Dominika Szybalska

Nieudane mieszanki z bulionu genetycznego, czyli jak biologia utrudnia życie

Medycyna pewnie kojarzy się większości z nieprzyjemnymi objawami i obowiązkiem pójścia do lekarza. Jednak nieskończone kombinacje komórek pokazują, że ludzki organizm jest fascynujący i jak wiele brakuje do pełnego poznania jego funkcji.



Fot. Pixabay

Nie działa, nie istnieje, a chodzi i żyje

2014 rok, prowincja Szantung, Chiny. Do szpitala przychodzi młoda kobieta, informując o swoich dolegliwościach. Należały do nich zawroty głowy i utrzymujące się przez ponad miesiąc zwroty pokarmu. Według wywiadu miała problemy z utrzymaniem równowagi już w dzieciństwie. Pacjentka wykazywała małe trudności z precyzją ruchów i refleksem.

Wśród członków jej rodziny nie zauważono podobnych symptomów, a jej własne dzieci urodziły się zupełnie zdrowe. Aby zdiagnozować problem, użyto rezonansu magnetycznego, by przyjrzeć się budowie mózgu pacjentki i wyeliminować niepowiązane objawy. Skany nie ujawniły żadnych braków wewnątrz czaszki ani ubytków w korze mózgowej. To, co było zaskakujące to fakt, że kobieta nie posiadała mózdzku. Organ umiejscowiony pod potylicą odpowiada za napięcie mięśniowe i poruszanie się. Zamiast niego

z tyłu głowy umiejscowiona była tylko komora z płynem mózgowo rdzeniowym, który najprawdopodobniej był tam zbędny. Z dalszych badań wynikło, że narząd nigdy nie próbował się wykształcić, bo brakowało połączeń wychodzących z rdzenia kręgowego. Lekarstwa na to schorzenie nie znaleziono z powodu uboższego materiału badawczego i niedostarczenia innowacyjnej technologii.

Jadłeś cukierki? Nie jedź

Popularne hasło o wstrzymaniu się z kierowaniem samochodem po spożyciu alkoholu nie działa na każdego. A już szczególnie gdy ktoś cierpi na objaw nazywany zespołem autobrowaru. Wbrew nazwie nie chodzi w nim o mimowolne łamanie prawa, a o nadmierny lub specyficzny rozrost flory bakteryjnej jelit, na skutek czego węglowodany, czyli cukry, rozkładają się na alkohol, który trafia bezpośrednio do krwiobiegu. W działaniu nie różni się zbytnio od tradycyjnego wypicia alkoholu. Jediną różnicą jest

krótszy czas wchłonięcia i zaabsorbowania substancji. Do tej pory nie znaleziono osób narzekających na kaca po maratonie filmów zagryzanym słodkimi przekąskami.

A co na to mówi prawo? W kodeksie karnym można wyczytać, że: Kto, znajdując się w stanie nietrzeźwości

(chyba tak) lub pod wpływem środka odurzającego (chyba nie), prowadzi pojazd mechaniczny w ruchu lądowym, wodnym lub powietrznym, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2. Potencjalny spór powinien rozstrzygnąć sąd. W trakcie jednego z nielicznych przypadków gdy oskarżony był pod wpływem bombonierki, sąd umorzył sprawę i uniewinnił kierowcę.

Kiedy wzrok się jąka

Ekstremalnie rzadką i stosunkowo mało poznaną chorobą jest akinetopsja. Innymi słowy, to niezdolność do widzenia ruchu. Chorzy opisują swoje doświadczenia, jakby były przeskokami bez wyraźnej płynności. To schorzenie, co najgorsze nie jest chwilowym objawem, nie działa w trakcie kilkuminutowych ataków, ale oddziałuje na percepcję cały czas. Ciężko sobie nawet wyobrazić jak można wykonywać codzienne czynności gdy świat wygląda jak studencka prezentacja na PowerPoint. Choć nie ma remedium, można wskazać pewne czynniki powodujące upośledzenie. Mogą być nimi uszkodzenia mechaniczne mózgu, zarówno w obrębie kory wzrokowej jak i tej odpowiedzialnej za interpretację postrzeganych obrazów, leki przeciwdepresyjne, długoterminowe korzystanie z substancji halucynogennych i choroba Alzheimera.

Co za dużo, to niezdrowo

Choroby genetyczne powstają przez zakodowanie się białka w zazwyczaj rzadkich wariantach i współwystąpieniu z innymi czynnikami. Efektem może być postępujące kostniejące zapalenie mięśni, nazywana inaczej fibrodysplazja. Oznacza to, że osoba chorująca będzie mieć swoje mięśnie przekształcone w tkankę kostną, tym samym tworząc nowe połączenia i strukturę budowy ciała. Nowe kości powstają częściej na skutek urazów, nawet tak skromnych jak rana po szczepieniu. W skrajnych przypadkach ciało zostaje unieruchomione. Ta choroba jest diagnozowana średnio raz na 2 miliony urodzeń.

Podane defekty zostały opisane i zweryfikowane przez dyplomowanych lekarzy wypowiadających się na serwisach Mednet i Abczdrowie.

Michał Zdziech

Najciekawsze zabytki Rzymu, czyli co warto zobaczyć w Wiecznym Mieście

Historia Rzymu liczy sobie ponad 2000 lat. Nic więc dziwnego, że niemal na każdym kroku można spotkać tu jakiś relikwiarz przeszłości, od urokliwych pomników i ulic po ogromne, starożytne budowle. Stolica Włoch kryje w sobie tak wiele bogactw, że ciężko zwiedzić je wszystkie w ciągu jednego wyjazdu. Sezon turystyczny praktycznie nigdy się tu nie kończy, nawet w miesiącach zimowych.

Koloseum

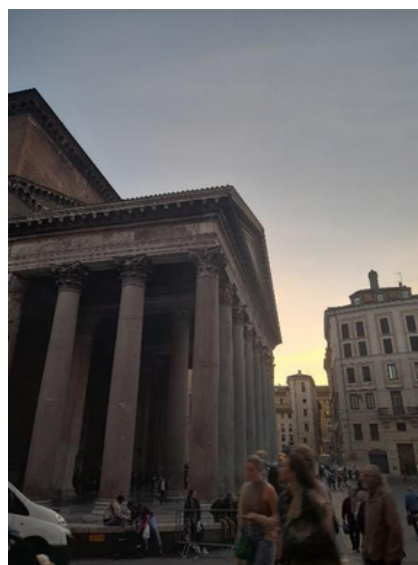


Fot: archwium prywatne

Koloseum jest bez wątpienia wizytówką Rzymu oraz jedną z jego największych atrakcji. Amfiteatr Flawiuszów powstał w 80 roku n.e. na zlecenie cesarza Wespazjana i Tytusa. Był antyczną areną, na której publiczność mogła oglądać walki gladiatorów, polowania na zwierzęta czy też bitwy morskie. Warto pamiętać także o tym, że Koloseum jest również symbolem męczeństwa chrześcijan. W latach swojej świetności mógł pomieścić około 70 tys.

widzów. Koloseum było wielokrotnie niszczone z powodu trzęsień ziemi. Od 2007 roku uznawany jest za jeden z siedmiu nowych cudów świata.

Panteon



Fot: archwium prywatne

Panteon to najlepiej zachowany zabytek w Rzymie. Budynek wzniesiono w 27 r. p.n.e. na zlecenie Marka Wipsanusa Agryppy i ma kształt rotundy wspartej 16 kolumnami. Pierwotnie poświęcona była

siedmiu bóstwom planetarnym, od VII w. użytkowany jest jako kościół katolicki pw. Santa Maria ad Matyres. Wnętrze Panteonu jest przepięknie historią – znajdują się w nim liczne malowidła i rzeźby, a także sarkofag Rafała Santi oraz władców Włoch.

Piazza Navona



Fot: archwium prywatne

Piazza Navona powstała w miejscu starożytnego stadionu Domicjana i uchodzi za jedno z najromantyczniejszych miejsc w stolicy Włoch. Na placu jest mnóstwo okazałych budowli, takich jak Palazzo Pamphil (ambasada Brazylii przy Watykanie) oraz kościół di Sant'Agnesse in Agone, a także trzy fontanny: Fontana del

Moro, Fontana del Nettuno oraz Fontana dei Quatro Fiumi, czyli Fontanna Czterech Rzek (Nilu, Gangesu, Rio de la Plata i Dunaju) dzieła Berniniego.

Vittoriano



Fot: archwium prywatne

Vittoriano, czyli Ołtarz Ojczyzny to gmach, obok którego nie sposób przejść obojętnie. Idąc od strony Koloseum i Foro Romano widać go już z daleka. W porównaniu do pozostałych zabytków, jest to dosyć młoda budowla, bo wzniesiona w XIX w. na pamiątkę zjednoczenia kraju i nosi imię pierwszego króla Włoch Wiktora Emmanuela II.

Bazylika Św. Piotra



Fot: archwium prywatne

Nie tylko Bazylika, ale cały Watykan to z pewnością miejsce warte uwagi i odwiedzenia. Do świątyni prowadzi niezwykle imponujący plac otoczony kolumnadą składającą się z 284 kolumn, 88 filarów i prawie 150 figur przedstawiających świętych. To architektoniczny symbol władzy papieskiej oraz główna świątynia Kościoła katolickiego. Muzea Watykańskie skrywają jedno z najważniejszych dzieł sztuki, takie jak Kaplica Sykstyńska, dzieła Leonarda da Vinci, Rafaela, Caravaggia czy też obraz Jana Matejki „Jan Sobieski pod Wiedniem”. Wizyta w tym miejscu zapiera dech w

piersiach nie tylko osobom wierzącym, ale także wielbicielom sztuki i architektury.

Piazza de Spagna



Fot: archwium prywatne

Na Piazza de Spagna znajdują się najdłuższe i najstojniejsze schody Europy, czyli Schody Hiszpańskie. Swoją nazwę zaczerpnęły od funkcjonującej niegdyś w tym miejscu ambasady hiszpańskiej przy Watykanie. Schody prowadzą na szczyt wzgórza zwieńczonego kościołem Trinita dei Monti i są stale zatłoczone przez rzesze turystów. Z samego szczytu schodów roztacza się piękna panorama Rzymu.

Fontana di Trevi

Fot: archwium prywatne

To największa i najbardziej znana na świecie fontanna. Powstała w pierwszej połowie XVII wieku według projektu Nicoli Salviego. Przedstawia boga mórz- Neptuna, otoczonego morskimi bóstwami, a

po jego obu stronach znajdują się posągi symbolizujące obfitość oraz zdrowie. Z miejscem tym wiążą się liczne tradycje mające doprowadzić do spełnienia konkretnych prośb. Turyści, stojąc tyłem w kierunku fontanny, wrzucają przez lewe ramię pieniędzy, co ma zaowocować nową miłością. Co ciekawe, monety te są wyławiane i dokładnie liczone przez władze miasta, a cały dochód (ok. 500 euro dziennie!) przeznaczany jest na cele charytatywne.

Katarzyna Wdowska

Polskie sukcesy w skokach narciarskich

10 medali na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich, 20 medali na Mistrzostwach Świata, 4 medale na Mistrzostwach Świata w lotach narciarskich, 5 razy wygrane w Turnieju Czterech Skoczni, 6 Kryształowych Kul w Pucharze Świata, 3 zwycięstwa w Turnieju Nordyckim oraz 2 w Raw Air. Łącznie 99 pierwszych miejsc indywidualnych oraz 8 drużynowych w Pucharze Świata. Tak wygląda bilans polskich skoków narciarskich.



Źródło: Polska Press

Chociaż polskim sportem narodowym jest piłka nożna to wielu zapomina, że w innych dyscyplinach sportowych Polacy odnoszą znacznie większe sukcesy. Jedną z nich są skoki narciarskie, gdzie sukcesy odnosimy na każdym kroku. Wszakże zdobycie podium na Zimowych Igrzyskach Olimpijskich można zaliczyć do wielkich sukcesów polskiej kadry w skokach. Oprócz wielkich legend, takich jak Wojciech Fortuna czy Adam Małysz do grona wybitnych skoczków możemy zaliczyć Kamila Stocha, Dawida Kubackiego czy Piotra Żyłę, którzy do dzisiaj odnoszą mniejsze lub większe sukcesy w swojej dyscyplinie.

Adam Małysz

Adam Małysz to urodzony w 1977 roku w Wiśle skoczek narciarski, który z pewnością zostanie zapamiętany na lata przez swoje wielkie sukcesy. Na jego cześć została nazwana jedna ze skoczni narciarskich w Wiśle (punkt konstrukcyjny znajdujący się na 120 metrze).

Czterokrotny zdobywca Kryształowej Kuli w sezonach 2000/2001, 2001/2002, 2002/2003 oraz 2006/2007, zdobywca trzech srebrnych medali na Igrzyskach Olimpijskich (2002 i dwa w 2010) oraz jednego brązowego (2002), sześć medali indywidualnych na Mistrzostwach Świata (złoty i srebrny w 2001, dwa złote w 2003, złoty w 2007 i brązowy w 2011), zwycięzca Turnieju Czterech Skoczni w sezonie 2000/2001 i trzy zwycięstwa w Turnieju Nordyckim (2001, 2003 i 2007). Dodatkowo wygrał łącznie 39 konkursów indywidualnych w Pucharze Świata. Adama Małysza można uznać za jednego z najwybitniejszych sportowców w historii Polski.

Kamil Stoch

Kamil Stoch urodził się w 1987 roku w Zakopanem i należy do klubu narciarskiego KS Eve-nement Zakopane, gdzie trenowała tzw. „Złota trójka”, czyli Kamil Stoch, Dawid Kubacki oraz Stefan Hula. Jest drugim z najlepszych polskich

skoczków narciarskich osiągając 39 zwycięstwa w Pucharze Świata (wyrównując tym samym wynik z Adamem Małyszem). Oprócz tego Stoch posiada trzy złote medale w Igrzyskach Olimpijskich (dwa w 2014 oraz jeden w 2018). Na Mistrzostwach Świata zdobył dwa medale – złoty w 2013 oraz srebrny w 2019. W 2018 roku zdobył srebrny medal na Mistrzostwach Świata w lotach narciarskich. Trzykrotnie był zwycięzcą Turnieju Czterech Skocznii w sezonach 2016/2017, 2017/2018 i 2020/2021 i dwa zwycięstwa w cyklu Raw Air (2018 i 2020). Dwukrotnie sięgnął po Kryształową Kulę w sezonach 2013/2014 oraz 2017/2018. Jest również aktualnie posiadaczem najdłuższego skoku, jaki oddał polski skoczek (odległość 251,5 metra w Planicy w 2017 roku). Choć uważa się, że Kamil Stoch powoli traci formę i nie jest już tym samym zawodnikiem, co dwa lata temu, w sezonie 2022/2023 pokazał, że dalej potrafi latać daleko. Ostatecznie zajął 14 miejsce tracąc do lidera, Halvora Egnera Graneruda, 1520 punktów.

Dawid Kubacki

Dawid Kubacki to kolejny z utalentowanych polskich skoczków. Urodzony w 1990 roku w Nowym Targu skoczek posiada na swoim koncie wiele wygranych. W 2022 zdobył brązowy medal na Igrzyskach Olimpijskich. Na Mistrzostwach Świata zdobył dwa medale – złoty w 2019 oraz brązowy w 2023. Oprócz tego wygrał Turniej Czterech Skocznii w sezonie 2019/2020. W Pucharze Świata 11 razy zajmował pierwsze miejsce oraz przez pierwszą połowę sezonu 2022/2023 był kandydatem do zwycięstwa. Ostatecznie zajął 4. miejsce, gdyż ze względu na problemy zdrowotne swojej żony musiał się wycofać z kilku ostatnich konkursów, co spowodowało, że trzecie miejsce zajął Słoweniec, Anze Lanisek,

wyprzedzając Kubackiego o zaledwie 87 punktów.

Piotr Żyła

Piotr Żyła to z pewnością jeden z najbardziej rozpoznawalnych skoczków narciarskich, nie tylko w Polsce. Oprócz wybitnych osiągnięć sportowych ludzie znają go z pozytywnego podejścia do każdego konkursu. Żyła ma na swoim koncie jedynie dwa zwycięstwa w Pucharze Świata, jednak bardzo często osiągał wysokie miejsca w czołówce skoczków. W sezonie 2022/2023 zajął wysokie 6. miejsce tracąc do lidera 1144 punkty. Jest trzykrotnym medalistą Mistrzostw Świata (brązowy w 2017 oraz złoty w 2021 i 2023).

Oprócz Małysza, Stocha, Kubackiego oraz Żyły Polska posiadała też tak utalentowanych skoczków jak Wojciech Fortuna, Stanisław Maruszak, Antoni Łaciak, Stanisław Gąsienica-Daniel, Piotr Fijas, Stanisław Bobak czy Maciej Kot. Dodatkowo Polacy świetnie radzą sobie w konkursach drużynowych zdobywając brązowy medal w 2018 na Igrzyskach Olimpijskich (w składzie: Kot, Hula, Kubacki i Stoch), złoty w 2017 (w składzie: Kot, Żyła, Kubacki i Stoch), brązowy w 2013 ((w składzie: Kot, Żyła, Kubacki i Stoch), brązowy w 2015 (w składzie: Żyła, Murańka, Ziobro i Stoch) oraz brązowy w 2021 (w składzie: Żyła, Stękała, Stoch, Kubacki) na Mistrzostwach Świata.

Spotkanie z Nowoczesnością i Inspiracją

W dniach 15-16 kwietnia 2023 roku, Kielce były gospodarzem kolejnej edycji popularnych targów "Dom Ogród i Ty", skupiających miłośników ogrodnictwa, aranżacji wnętrz i dekoracji.



Fot: Pixabay

Wystawcy, których liczba wyniosła 120, osób, prezentowali różnorodne produkty i usługi. Oferta obejmowała meble ogrodowe, artykuły dekoracyjne, narzędzia, akcesoria do pielęgnacji, a także stoiska z florą, na których można było znaleźć zarówno popularne gatunki kwiatów, drzew, jak i rzadkie, egzotyczne rośliny. Wielu wystawców oferowało również porady dotyczące pielęgnacji i uprawy oraz inspiracje dotyczące aranżacji ogrodu. Poza tym, nie zabrakło stoisk z artykułami do wyposażenia wnętrz, takich jak meble, oświetlenie, dodatki dekoracyjne oraz tekstylia, cechującymi się wysoką jakością wykonania i nowoczesnym designem. Targi były również doskonałą okazją do spotkania z ekspertami i specjalistami z

różnych dziedzin, którzy posiadali szczegółową wiedzę na temat oferowanych produktów oraz komponentów z jakich zostały wykonane. Oferowali oni porady i inspiracje, co na pewno pomogło w poznaniu najnowszych trendów.

Wydarzenie było idealnym miejscem do spotkań z pasjonatami tej dziedziny oraz do zdobycia wiedzy i inspiracji. Warto uczestniczyć w kolejnych edycjach tego wydarzenia, by nie przegapić żadnych ciekawych propozycji i rozwiązań. Targi przyciągnęły też pasjonatów motoryzacji, poprzez wystawę samochodów i motorów. Nie zabrakło również strefy zabaw dla najmłodszych, gdzie dzieci mogły bawić się na dmuchanym zamku ze zjeżdżalnią.

Weronika Stemplewska

Góry Świętokrzyskie zapraszają na weekend!

Wraz ze wzrostem temperatury zaczynamy myśleć o aktywnościach na świeżym powietrzu, weekendowych wyciekach i wakacjach. Niewysoki, lecz najstarszy łańcuch górski zaprasza odkrywanie jego tajemnic. Turystów przyciąga bogactwo przyrodnicze, kulturowe i geologiczne Gór Świętokrzyskich. Na ich atrakcyjność wpływa również gęsta sieć szlaków turystyki pieszej, rowerowej, a nawet konnej – mówi w wywiadzie Agnieszka Pabis.



Fot. Pixabay

Góry Świętokrzyskie – czy warto?

ES: *Jesteś związana z regionem świętokrzyskim od urodzenia. Dlaczego turyści chętnie odwiedzają te okolice?*

AP: Góry Świętokrzyskie to jedno z najbardziej urokliwych miejsc na mapie Polski. Ze względu na niewielką wysokość, stosunkowo łatwo dostępnych szczytów górskich, Góry Świętokrzyskie stanowią świetną opcję dla rodzin z dziećmi - nawet tymi młodszymi, jak również dla osób już w podeszłym wieku. Turystów przyciąga bogactwo przyrodnicze, kulturowe i geologiczne Gór Świętokrzyskich. Na ich atrakcyjność wpływa również gęsta sieć wytyczonych szlaków turystyki pieszej, rowerowej, a nawet konnej.

Warto wspomnieć, że w czasach Królestwa Polskiego (1815-1830) Góry Świętokrzyskie były jednymi górami w jego granicach. To nie tylko swojego rodzaju luksus ówczesnej turystyki, ale i kolebka badań nad polską florą. Dlaczego?

Pierwsze badania botaniczne były prowadzone właśnie w tym regionie. *Michał Szubert, założyciel i dyrektor Ogrodu Botanicznego w Warszawie, wyruszał na wyprawy, aby przywieźć do ogrodu nowe rośliny* – mówił doktor Cezary Jastrzębski podczas wykładu w Muzeum Narodowym w Kielcach – *Szubert najpierw wyjeżdżał w okolice Warszawy, później zaś w pasmo Łysogór.*

Bezpieczeństwo to podstawa

ES: **Czy Góry Świętokrzyskie są niebezpieczne?**

AP: *Odważę się stwierdzić, że nie. Oczywiście tak, jak w przypadku planowania każdej wycieczki, trzeba wziąć pod uwagę wiek, kondycję, zdrowie uczestników i warunki pogodowe, porę roku.*

ES: **Z jakimi utrudnieniami wobec tego powinniśmy się liczyć?**

AP: Jeśli wybierzemy się na Łysicę - najwyższy szczyt Gór Świętokrzyskich podczas lub tuż po deszczu, na kamieniach będzie łatwo się poślizgnąć. Dlatego też zejście z góry będzie wymagało ostrożności. Ponadto, w naszym regionie znajduje się wiele jaskiń, schronisk skalnych oraz grot. Oprócz słynnej Jaskini Raj oraz Jaskini na Kadzielni, które są przystosowane dla zwiedzających, jest też wiele niezabezpieczonych jaskiń. Dlatego, jeśli na trasie wycieczki znajduję się taka atrakcja – zachowajmy ostrożność.

Jak podaje Państwowy Instytut Geologiczny najdłuższą jaskinią Gór Świętokrzyskich jest Chelosiowa Jama-Jaskinia Jaworznicka znajdująca się w Piekoszowie. Zespół tak zwanych dwóch jaskiń liczy 3670 m długości. Zespół kamieniołomów jest nieczynny i jak dodaje Agnieszka Pabis: zabezpieczony i niedostępny dla odwiedzających.

Kierunek: Łysica

ES: **Jaki szlak możesz polecić odwiedzającym?** AP: *Mam sporo ulubionych*

tras w Górach Świętokrzyskich, ale turystom, którzy chcieliby poczuć wyjątkowy charakter tych gór, polecam trasę na Łysicę.

Łysica zalicza się do Korony Gór Polski. Co ciekawe, góra ma dwa wierzchołki. Zachodni to Łysica, znajduje się na wysokości 613,31 m n.p.m. Natomiast wschodni – Skała Anny, jest wyższy o zaledwie 65 centymetrów, jednak nie prowadzi tam żaden szlak. Przez Łysicę zaś prowadzi Główny Szlak Świętokrzyski znakowany kolorem czerwonym.

ES: **Jak dojść na Łysicę?**

AP: *Startujemy w miejscowości Święta Katarzyna, znajduje się ona nie dalej niż 24 km na północny wschód od Kielc. Przed podejściem na Łysicę, zatrzymajmy się przy tak zwanym Źródłku Św. Franciszka. Z tym miejscem, łączy się legendarne początki powstania miejscowości. Dalej, czerwonym szlakiem ruszamy na szczyt. Wejście zajmie około 45 minut. Warto pamiętać, że trasa wiedzie przez obszar Świętokrzyskiego Parku Narodowego i obowiązuje bilet wstępu.*

Ela Serewiś

Horoskop



fot. pixabay.com

Wodnik (20 stycznia – 18 lutego)

Saturn sprawi, że zaczniesz lepiej rozumieć siebie.

Przychylne znaki zodiaku to Ryby

Strzeż się Strzelca

Ryby (19 lutego – 20 marca)

W najbliższym miesiącu dużo odpoczywaj, bo następny, to będzie niezły rollercoaster!

Przychylny znak to Barana

Strzeż się Koziorożca

Baran (21 marca – 19 kwietnia)

Uran otworzy nowy rozdział na kartach historii. Treść zależy od Ciebie, postępuj mądrze.

Przychylny znak zodiaku to Byk

Strzeż się Wodnika

Byk (20 kwietnia – 20 maja)

Karta Koło Fortuny nie da Ci tym razem pewnego zwycięstwa. Jednak w Twoim życiu zajdą istotne zmiany, które będą źródłem szczęścia.

Przychylny znak zodiaku to Bliźnięta

Strzeż się Ryby

Bliźnięta (21 maja – 20 czerwca)

Jowisz w sekstylu sprawi, że w życiu singla pojawi się atrakcyjna osoba. U zajętych zapowiada wspaniały wieczór.

Przychylny znak zodiaku to Rak

Strzeż się Barana

Rak (21 czerwca – 22 lipca)

Wenus nakazuje Ci zadbać o siebie, a zwłaszcza zdrowie i urodę. Inaczej nie będzie dobrze.

Przychylny znak zodiaku to Lwa

Strzeż się Byka

Lew (23 lipca – 22 sierpnia)

Karta Tarota Słońce zapowiada ogrom szczęścia. Gwiazda ta będzie również źródłem sił, które pomogą Ci przezwyciężyć goniące terminy!

Przychylny znak zodiaku to Panna

Strzeż się Bliźniąt

Panna (23 sierpnia – 22 września)

Saturn w opozycji zwiastuje ogromne zmęczenie. Jednak nie musisz się martwić, to tylko chwilowe.

Przychylny znak zodiaku to Waga

Strzeż się Raka

Waga (23 września – 22 października)

Karta Tarota Rydwan da Ci moc podejmowania szybkich decyzji. W tym miesiącu, to będzie przydatna umiejętność.

Przychylny znak zodiaku to Skorpion

Strzeż się Lwa

Skorpion (23 października – 21 listopada)

Jowisz pozwoli Ci rozwinąć skrzydła w nowym hobby! Korzystaj, bo warto!

Przychylny znak zodiaku to Strzelec

Strzeż się Panny

Strzelec (22 listopada – 21 grudnia)

Karta Tarota Umiarkowanie zwiastuje miesiąc bez większych komplikacji. Wrzuć na luz!

Przychylny znak zodiaku to Koziorożec

Strzeż się Wagi

Koziorożec (22 grudnia – 19 stycznia)

Musisz zacząć działać w tym miesiącu. W kolejnych będzie już za późno.

Przychylny znak zodiaku to Wodnik

Strzeż się Skorpiona

Karolina Postowska