

ZDRÓWKO

INFORMATOR BEZPŁATNY

FERIE - zimowy odpoczynek

Czy ferie to kolejny zwykły przystanek, do którego zdążyliśmy się już przyzwyczaić, bo jest od zawsze? A może raczej przystanek na rządanie, którego potrzebuje nasz organizm, bo półmetek roku szkolnego i zmęczenie daje o sobie znać?

Słońce już coraz wyżej i dzień coraz dłuższy. Dla wielu z nas ferie to okazja do wyjazdu na narty czy do ciepłych krajów. Z róż-

nych powodów nie wszyscy możemy sobie na to pozwolić. Mimo to każdy powinien na serio potraktować naturalną potrzebę organizmu do chwili wytchnienia. Może spacer, wypad na lodowisko czy na basen? Co kto lubi, co może i na co ma ochotę. Korzystajmy z dobrodziejstwa ferii – okazji do zimowego odpoczynku.

ZG



Fot. Magdalena Skrok

ARTYKUŁY:

Bogactwo natury - czarny bez

Czytaj na stronie 3.

Wypoczynek zimą

Czytaj na stronie 4.

Wychowanie seksualne dzieci

Czytaj na stronie 6.

Łysienie

Czytaj na stronie 12.

Oczyszczanie organizmu

Czytaj na stronie 14.

Andropauza

Czytaj na stronie 17.

Bezpieczne ferie

Czytaj na stronie 18.

Religijny sens wypoczynku

Czytaj na stronie 23.

Rozważania

Czytaj na stronie 23.

Biuro Obsługi Działalności Medycznej s.c.

Radom, ul. 25-go Czerwca 57, tel. 483655539, 483622975 w godz. 8⁰⁰ - 17⁰⁰

UWAGA: przeniesione z ul. Granicznej

Gwarantujemy fachową i miłą obsługę

Możliwość skorzystania z porad prawnych

Oferuje usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną:

- sporządzanie ofert i rozliczeń z NFZ
- obsługa kadrowo-płacowa
 - umowy o pracę i umowy zlecenia
 - listy płac
 - deklaracje ZUS
- obsługa finansowo-księgowa
 - prowadzenie ksiąg rachunkowych
 - rozliczenia podatkowe
 - prowadzenie podatkowej księgi przychodów i rozchodów



MEDICON

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej

www.medicon.com.pl

Świadczymy usługi medyczne w zakresie podstawowej i specjalistycznej opieki zdrowotnej, diagnostyki oraz chirurgii dnia jednego.

Realizujemy bezpłatne usługi medyczne w oparciu o kontrakt podpisany z **NFZ** w zakresie:

Medycyny rodzinnej:

- Poradnia Pediatria
- Punkt Szczepień
- Poradnia Internistyczna

Poradnie specjalistyczne:

- urologia • neurologia • alergologia • dermatologia • okulistyka
- chirurgia urazowa - ortopedyczna • ginekologia i położnictwo
- zdrowia psychicznego • psychologia • medycyna pracy
- reumatologia • otolaryngologia • chirurgia ogólna • gastroenterologia

Gabinet zabiegowy: m.in.

- EKG, iniekcje, • szczepienia ochronne, • testy alergologiczne, • odczulanie,
- USG, • RTG, • Spirometria, • Światłolecznictwo, • Kriozabiegi;

Wizyty domowe lekarskie i pielęgniarские

Radom, ul. Gagarina 1

48 367 15 10

poradnie medycyny rodzinnej

48 366 81 51

poradnie specjalistyczne

48 366 81 52

kom. 790 610 790

leczenie szpitalne

Od poniedziałku do piątku
od 7⁰⁰ do 18⁰⁰

Leczenie szpitalne - krótkie terminy!

Od dnia 1 marca 2012 r. umowa z **NFZ**

- zespół chirurgii jednego dnia w zakresach:

- chirurgia ogólna
- Ginekologia
- Otorinolaryngologia
- Urologia
- Ortopedia

Wyspecjalizowana kadra medyczna, wysokiej klasy aparatura medyczna, miła i fachowa obsługa oraz bardzo dobre warunki lokalowe z własnym parkingiem to nasze atuty. Nasz budynek jest dostosowany dla osób niepełnosprawnych i starszych. Posiadamy Aptekę i Zakład Optyczny.

„Naszą misją jest zdrowie Twoje i Twojej rodziny”

SPIS OGŁOSZEŃ

LEKARZE SPECJALIŚCI

Alergologia – str. 22
Chirurgia – str. 15
Dermatologia – str. 22
Endokrynologia – str. 11, 14
Ginekologia – str. 2, 11, 23
Hematologia – str. 5
Interna – str. 4, 17
Kardiologia – str. 4, 14
Laryngologia – str. 14
Neurologia str. 8, 9
Okulistyka – str. 5
Onkologia – str. 4, 19
Ortopedia - str. 15
Pediatria - str. 21
Psychiatria – str. 10
Psychologia – str. 10, 11
Rehabilitacja – str. 7, 15, 18
Stomatologia – str. 16, 17
Urologia – str. 10
USŁUGI MEDYCZNE
Apteki – str. 13, 24
Pielęgniarstwo – str. 6, 7
Opieka długoterminowa - str. 6, 7
NZOZ, Przychodnie – str. 2, 3, 18, 20, 21

SKLEPY MEDYCZNE

– str. 21, 22

DIAGNOSTYKA

Badania, USG – str. 3, 4, 19
Laboratoria – str. 3, 4

ZDROWIE I URODA

– str. 5, 11, 12, 22

MEDYCYNĄ PRACY – str. 12, 13

PROFILAKTYKA

Ośrodki – str. 5, 14, 19

WETERYNARIA

Przychodnia weterynaryjna – str. 22

Przychodnie – str. 13, 15

RÓŻNE

Usługi dla podmiotów prowadzących działalność medyczną – str. 2, 20, 21, 23
Inne - str. 5, 12, 17, 18, 20

POSŁUGA DUSZPASTERSKA

w szpitalach - str. 23

PRACOWNIA USG

www.usgradom.pl

USG 3D/4 DOPPLER COLOR
zdjęcia, nagrania DVD

- położnictwo - badania płodu **TRÓJWYMIAROWE**
- ginekologia
- jama brzuszna
- tarczycy, ślinianki, węzły chłonne
- jądra, prostata
- gruczoły piersiowe
- stawy biodrowe u niemowląt
- stawy u dorosłych
- badanie przezciężciowe mózgu
- przepływy w naczyniach (DOPPLER COLOR)

ZAPRASZAMY

Radom, ul. Sienkiewicza 32

od poniedziałku do piątku

tel. **48 3626058**

Bogactwo natury - czarny bez

Czarny bez to jedna z najstarszych roślin wykorzystywanych do celów leczniczych, pospolicie występująca na terenie całej Europy, w tym w dużych ilościach w Polsce. Można ją też spotkać w kilku rejonach Azji. Bez lekarski, buzina, dziki bez to inne nazwy czarnego bzu.

Wykorzystać można przede wszystkim kwiaty i owoce. Kwiaty na krzewie pojawiają się w okresie między majem a czerwcem, owoce natomiast w lipcu oraz sierpniu. Dobroczynny wpływ rośliny na ludzki organizm wynika z bogactwa cennych składników, począwszy od olejków eterycznych, poprzez witaminy A, B1, B2, C, wapń, potas, sód, glin i żelazo, pektyny i kwasy owocowe, na garbnikach kończąc. Należy pamiętać, że wszystkie części czarnego bzu zawierają trującą substancję – glikozyd sambunigrinę, dlatego nie wolno spożywać ich na surowo. W procesie gotowania i suszenia, substancja ta wytrąca się i bez czarny można spożywać



bez żadnych obaw. Owoce muszą być dojrzałe.

W medycynie ludowej wykorzystywano wszystkie części czarnego bzu, czyli kwiat, owoc, liście, korę i korzeń. Prócz leczniczych syropów, inhalacji, maści, olejków, herbatek i naparów, roślina służy do przygotowywania dżemów, marmolad, konfitur, galaretek oraz likierów i nalewek.

Czarny bez przede wszystkim stosowany jest w zwalczaniu przebiegów i podnoszeniu odporności układu immunologicznego na infekcje i choroby. Herbata oraz napary mają właściwości rozgrzewające, napotne i wykrztuśne. Roślina ta wspomaga leczenie stanów zapalnych, np. jamy ustnej i gardła. Naparem z czarnego bzu można przemywać skórę skłonną do trądziku i stanów zapalnych. Herbata z kwiatów lub owoców czarnego bzu działa moczopędnie i oczyszczająco (łagodnie działa na zaparcia). Owoce mają także właściwości przeciwbólowe.

Cyt. Sekcja Organiz. i Rozl. z N.F.Z R.Sz.S.

**NIEPUBLICZNY ZAKŁAD
OPIEKI ZDROWOTNEJ**

**PRZYCHODNIA
"GOŁĘBIÓW"**

**Radom, ul. Paderewskiego 6
(Gołębiów)**
tel./fax 48 364-63-71
tel. 48 344-76-51
www.nzoz.radom.pl
Przyjmują lekarze:

Jolanta Kopec specj. med. rodzinnej - pediatra
Leszek Kopec specj. med. rodzinnej, lek. med. ogólnej
Wojciech Pacholicki specj. medycyny rodzinnej
Wojciech Czekaj specj. med. rodzinnej, specj. chorób wewn.
Joanna Słowińska specjalista chorób dziecięcych - nefrolog
Anna Zielińska-Pacholicka specj. psychiatra II'
Dariusz Łańczyk specj. ginekolog położnik
Paweł Mazur dr n.med. specj. ginekolog - położnik
Miroslaw Kupidura specj. ginekolog - położnik

czynne codziennie w godz. 8.00-18.00

Poradnie specjalistyczne:

- Ginekologiczna
- Psychiatryczna

**Świadczymy usługi
medyczne bezpłatne
w oparciu o umowę
z NFZ**

**OFERUJEMY RÓWNIEŻ
BADANIA WSTĘPNE I OKRESOWE DO PRACY,
BADANIA KIEROWCÓW**

POSIADAMY CERTYFIKAT ISO 9001 - 2000



zaprasza na badania

Oferujemy badania z zakresu:

hematologii
koagulologii
analitik ogólnej
chemii klinicznej
diagnostyki niepłodności
diagnostyki chorób tarczycy
diagnostyki infekcji wirusowych
diagnostyki onkologicznej
serologii grupy krwi
autoimmunologii
bakteriologii
mykologii
genetyki

Nowe badania:

witamina D3
HbA1c met HPLC
Borelioza w klasie IgG, IgM
HE4 nowy marker raka jajnika
HPV
test PROM
p/ciała przeciw plemnikowe,
p/ciała ANA 1, ANA 2, ANA 3
BTA marker raka pęcherza moczowego
badanie nasienia wg zaleceń WHO
paneje alergologiczne

*Profesjonalna obsługa
Zawsze wiarygodne wyniki*

Radom, ul. Słowackiego 48
tel./fax 48/36-54-933
www.medica.radom.pl
medica@medica.radom.pl

Zapraszamy: Pn-Pt 7.00-19.00, So 7.00-15.00



ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

MEDICA
www.zdrowko.com

MEDICA
www.zdrowko.com

MEDICA
www.zdrowko.com

Wypoczynek zimą

Ferie zimowe w szkołach to czas, który wiele osób może przeznaczyć na wypoczynek; najlepiej gdy będzie on aktywny, obfitujący w liczne atrakcje na świeżym powietrzu.

W okresie zimowym, kiedy nasz układ odpornościowy słabnie, stajemy się podatni na różnego rodzaju infekcje. Wtedy sposób spędzania wolnego czasu staje się szczególnie ważny.

Diagnostyka i leczenie zaburzeń rytmu serca

dr n. med. Piotr Łodziński
specjalista chorób wewnętrznych
Warszawski Uniwersytet Medyczny
European Surgical Institute Hamburg

Kwalifikacja do leczenia zabiegowego arytmii

Przychodnia Słoneczna
ul. Staroopatowska 1a
26-600 Radom

tel. 48 362 10 11

K/0552

PRYWATNY GABINET KARDIOLOGICZNY

lek. PAWEŁ ŚWIGOŃ
specjalista chorób wewnętrznych
kardiolog

zapisy: tel.: 501 286 071

Przyjęcia

wtorek 15.30-17.00

Radom ul. Chrobrego 54, lok. 6

K/0528

Pogoda sprzyja, a wybór formy wypoczynku na świeżym powietrzu jest ogromny, należy jednak pamiętać, aby był dostosowany do naszej aktualnej kondycji.

Przykładowo, wyjazd na narty jest doskonałym pomysłem, jeśli jednak ktoś przez cały rok unikał ruchu, powinien przygotować się kondycyjnie, w przeciwnym razie stwarza zagrożenie dla własnego zdrowia i zdrowia innych użytkowników stoku.

W najlepszej sytuacji są osoby, które w okresie ferii mogą wyjechać poza miejsce zamieszkania, do któregoś z ośrodków sprzyjających uprawianiu sportów zimowych. Jednak pozostanie na miejscu wcale nie wyklucza efektywnego wykorzystania tego okresu.

SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

GERmed

26-600 Radom, ul. F.Focha 14, I piętro

lek. med. Ewa Pawlik-Rak
kardiolog endokrynolog
tel.: 605 344 577

Lek. med. Grzegorz Rak
kardiolog
tel.: 602 665 828

- ♥ **ECHO SERCA**
- ♥ **HOLTER EKG**
12 kanałowy
- ♥ **HOLTER ciśnieniowy**
- ♥ **TESTY WYSIŁKOWE**
- ♥ **USG TARCZYCY**
- ♥ **BIOPSJE**

K/0070

Kompleksowa opieka lekarska



Fot. Szczepan Skrok

Jeśli nie mamy w okolicy jazdowych stoków snowboardowych czy narciarskich, możemy zainteresować się np. narciarstwem biegowym. Nie trzeba dokonywać od razu wielkich inwestycji, sprzęt można wypożyczyć. Jeśli w naszym mieście znajduje się lodowisko, warto wybrać się na łyżwy. Tego rodzaju aktywność nie jest zarezerwowana wyłącznie dla dzieci i młodzieży mających ferie. Jest to doskonała okazja, aby do dzieci przyłączyli się ich rodzice i opiekunowie. Zimą można także z powodzeniem uprawiać biegi.

Osoby mniej sprawne fizycznie również mają szeroki wachlarz zajęć do wyboru. Najprostszą formą aktywności na świeżym powietrzu może być spacer, spacer z kijkami, lub różne zabawy na śniegu, np. rzucanie śnieżkami do celu (tarczy lub drzewa). Ważne, aby wybrać taki sposób na aktywny wypoczynek, który sprawi nam przyjemność. Dowiedziono, że codzienny, przynajmniej półgodzinny spacer pobudza aktywność układu odpornościowego, a ponadto pogłębia oddech, przyspiesza akcję serca, przynosi zadowolenie i zmniejsza stres.



specjalistyczna
pracownia analiz
lekarskich
mgr Krystyna Baldys

LABORATORIUM MEDYCZNE

Radom, ul. Struga 19/21, tel. 48 363 45 66
analizy_lekarskie@baldys-lab.eu

www.baldys-lab.eu

- + doświadczenie – od ponad 30 lat na rynku
- + specjaliści z dziedziny diagnostyki laboratoryjnej
- + najwyższa jakość badań
- + nowoczesny sprzęt diagnostyczny
- + wyniki on-line

Uwaga! atrakcyjna oferta dla przychodni, szpitali i innych placówek służby zdrowia!

Zestawy badań:

- ✓ dla dzieci
- ✓ dla przyszłych rodziców
- ✓ profile wiekowe

L/0149



Miła atmosfera, fachowa obsługa! Serdecznie zapraszamy!

LABORATORIUM LAB-MEDIC

mgr LENA KRAJEWSKA
mikrobiolog

Radom, ul. Żeromskiego 105A
tel./fax 48 362-12-25
przyjęcia

codziennie 7.00-18.00,
w soboty 8.00-9.00

Badania analityczne
Mikrobiologia - wymazy, hormony

Laboratorium posiada Międzynarodowy Certyfikat
LABQUALITY - HELSINKI ISO 9002



L/0046

OKULIŚCI

Joanna Rubinkiewicz-Wróbel
Katarzyna Cibor-Stępień

ul. Struga 54 lok. 4
26-600 Radom

tel./fax 48 364 11 11
tel. 725 600 700

www.przychodniawrobel.pl

Kompleksowe badanie wzroku

- Dobieranie soczewek kontaktowych
- Kwalifikowanie pacjentów do zabiegów operacyjnych
- Kontrola po zabiegach operacyjnych
- Diagnoza zaćmy, choroby plamki żółtej,
- jaskry, retinopatii cukrzycowej

Badania noworodków i niemowląt

- w kierunku retinopatii wcześniaczej
- Wydawanie zaświadczeń dla Med. Pracy
- Usuwanie ciał obcych z powierzchni oka

Przychodnia WRÓBEL

lek. med. **Ewa Krupa**
specjalista chorób oczu

- leczenie chorób oczu u dzieci i dorosłych
- leczenie zezów i niedowidzenia
- leczenie wad wzroku
- badania do praw jazdy i szkoły
- aplikacja soczewek kontaktowych
- bezkontaktowy pomiar ciśnienia wewnątrzgałkowego

EPMED, Radom

ul. Waryńskiego 9A
pn., śr., czw. od 14,30

zapisy na telefon: 606 689 450,
48 344 92 47, 48 331 19 29

E
Y S
P N O
F Q I G H
A W C Z U V

Hanna Małecka

specjalista chorób oczu

PRZYJMUJE :

Radom, ul. Żeromskiego 51 I p.

w pon. i śr. od godz. 16.00 ,
rejestracja tel. 604 529 306

Białobrzegi, ul. 11 listopada 33
(wejście od ul. Rzemieślniczej)
wtorki w godz. 16.00 - 18.00

Waldemar Nazimek
specjalista chorób oczu

przyjmuje: środa 16-18,
Przychodnia "Południe", ul. Czarnoleska 19
tel. 696 50 15 15

Pod wpływem wysiłku fizycznego organizm wydziela endorfiny, zwane potocznie hormonami szczęścia, a poprzez poprawę krążenia pozbywa się „hormonów stresu”, tj. adrenaliny, noradrenaliny i kortyzolu, których nadmierne wydzielanie przyczynia się do powstawania chorób serca, nadciśnienia tętniczego, choroby wrzodowej żołądka i innych.

Okres ferii ma jeszcze jedną ogromną zaletę, pozwala wielu rodzinom na wspólne spędzanie czasu, cieszenie się swoją obecnością dłużej, niż ma to miejsce na co dzień, kiedy wszyscy są przeważnie „zabiegani”. Warto wybierać taki sposób wypoczynku, w którym odnajdą przyjemność wszyscy członkowie rodziny.

Nie narzekajmy na zimno. Dowiedziono, że niskie temperatury są korzystniejsze dla organizmu człowieka niż wysokie. Od wielu lat praktykowane jest leczenie zimnem, które daje pozytywne efekty, m.in. w przypadku schorzeń narządu ruchu, poprawia też odporność organizmu.

Ważnym elementem ruchu na świeżym powietrzu w okresie ferii (i nie tylko) jest... ubiór dostosowany do rodzaju aktywności i temperatury panującej na

Akademickie Centrum Medyczne

Pełna Laseroterapia: leczenie jaskry, zaćmy wtórnej, zmian cukrzycowych oraz profilaktyka odwarstwień siatkówki
specjaliści z wiodących ośrodków medycznych z Lublina, Warszawy, Poznania, Łodzi

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

ZAKŁAD OPTYCZNY ZDZISŁAW PŁASKOCIŃSKI

Aplikacja soczewek kontaktowych
Komputerowe badanie wzroku

GABINET OPTOMETRII
I APLIKACJI SOCZEWEK KONTAKTOWYCH
mgr. DARIA PŁASKOCIŃSKA- GAWROŃSKA

GABINET OKULISTYCZNY
DR A. BRUDNICKA

zapisy telefoniczne 48 363 37 15

RADOM,
ul. Traugutta 14 A
od pon. do pt 9-17, sob. 9-13

PRZYSUCHA,
ul. Radomska 4B
od pon. do pt 9-16³⁰, sob. 9-12³⁰
tel. 509 979 162

Akademickie Centrum Medyczne

Zabiegi usunięcia zaćmy z wszczepieniem soczewki bioanalogicznej
Nowość w Polskiej okulistyce!

specjaliści z wiodących ośrodków medycznych z Lublina, Warszawy, Poznania, Łodzi

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

zewnątrz. Najlepszym rozwiązaniem jest ubieranie się „na cebulkę”, w stroje z oddychających i szybkoschnących materiałów, lekkie i wygodne. Uprawiając zimowe sporty zwiększając prawdopodobieństwo urazów, nie zapominajmy o bezpieczeństwie – używajmy kasków, ochraniaczy i wszelkich innych „wynałazków”. Niech radość z wolnego czasu nie przesłoni nam rozsądku.

Cyt. Sekcja Organiz. i Rozl. z N.F.Z
R.Sz.S.

Porady chirurgiczne i onkologiczne

lek. med. **Danuta Krajewska**
specj. chirurg

SZCZEGÓLNE CHOROBY PIERSI
PORADY I ZABIEGI

wtorki 14.00 - 17.30
czwartki 15.00 - 18.00
tel. 48 363-33-73

Centrum Medyczne
MEDiana
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)

OKULISTYKA
www.zdrowko.com

OKULISTYKA
www.zdrowko.com

OKULISTYKA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ONKOLOGIA
www.zdrowko.com

**RADOMSKIE TOWARZYSTWO
DOBROCYNNOCI****NZOZ****ZESPÓŁ DŁUGOTERMINOWEJ
OPIEKI ZDROWOTNEJ****Radom**

ul. Żeromskiego 75 pok. 408
od pon. do pt. 8-15
tel. 48 384 7876, 48 364 4703

ul. 1905 Roku 20 p. 316
pn. czw. 14-16; wt. śr. pt. 8-9¹⁵
tel. 0 515 176 236

świadczy
bezpłatne usługi w ramach **NFZ**
w zakresie pielęgniarskiej opieki
długoterminowej w domu chorego

W marcu 2014 r. zapraszamy na kurs
dla opiekunów/opiekunów,
którzy aktualnie pracują
w różnych jednostkach,
oraz kurs kwalifikacyjny w dziedzinie
pielęgniarskiej opieki długoterminowej
dla pielęgniarek

<http://www.rtd.radom.pl/>

P/0363

**DOM OPIEKI
POD ŻŁOTYM DĘBEM**

Dom Pod Żółtym Dębem
świadczy usługi bytowe,
opiekuńcze, wspomagające
i edukacyjne dla ludzi dorosłych,
wymagających całodobowej
opieki i pomocy z powodu wieku,
choroby lub niepełnosprawności.



Dom oferuje również pielęgnacyjne pobyty szpitalne.

RADOM UL. BIAŁA 2

TEL. (48) 385 86 21, KOM. 513 610 466

BIURO@ZLOTYDAB.RADOM.PL, WWW.ZLOTYDAB.RADOM.PL

Dom posiada rejestrację Wojewody Mazowieckiego nr WPS.II.MŚ-9050-2/3/06
z dnia 23.01.2006r.

I/0522

Wychowanie seksualne czy demoralizowanie dzieci?



*Ks. Marek Dziewiecki
doktor psychologii.
Autor kilkunastu
książek z dziedziny
psychologii wychowawczej,
przygotowania do życia
w rodzinie, profilaktyki
i terapii uzależnień.*

Z ks. Markiem Dziewieckim rozmawia
Jolanta Tęcza-Ćwierz

- Na czym polega różnica między edukacją
seksualną, a wychowaniem do życia w rodzi-
nie?

- Różnica jest wręcz kolosalna. Czytel-
nym porównaniem może być różnica pomię-
dzy uczeniem dziecka spożywania pokar-
mów, a uczeniem zasad zdrowego odżywiania.
Jeśli rodzice nauczą dziecko jeść, to jeszcze

nie znaczy, że wytłumaczyli mu sens spoży-
wania pokarmów i zasady zdrowego odżywia-
nia. Podobnie jest z seksualnością. Tak zwana
edukacja seksualna nie zakłada sobie żadnych
celów wychowawczych. Jej jedynym celem
jest wciąganie dzieci w jak najwcześniejszym
wieku w zainteresowanie się popędem seksu-
alnym oraz wmówienie im, że w tej sferze nie
powinny obowiązywać żadne zasady moralne.
„Edukatorzy” chcą, by młodzi ludzie uwierzyli
w to, że seksualność jest po to, aby się nią
dobrze bawić, nie ponosząc żadnych konse-
kwencji. To właśnie dlatego tak zwani eduka-
torzy seksualni nie tylko nie podają dzieciom
zasad moralnych, dotyczących ludzkiej sek-
sualności i relacji kobieta-mężczyzna, lecz
nawet tę wybraną wiedzę przekazują w bardzo
wybiórczy sposób. Niektóre fakty wręcz ukry-

wają.

„Edukatorzy” seksualni skrzętnie usiłują
ukryć fakt, że prezerwatywa nie chroni nawet
przed skutkami fizycznymi nieodpowiedzial-
nego współżycia. A już zupełnie nie chroni
przed skutkami psychicznymi, moralnymi
czy duchowymi, takimi jak poczucie żalu do
samego siebie czy do drugiej osoby, poczu-
cie winy i grzechu, zerwane więzi z Bogiem
i z bliskimi. „Edukatorzy” seksualni ukrywają
ponadto fakt, że prezerwatywa w ogóle nie
chroni przed uzależnieniami ani przed prze-
stępstwami. Współżycie z osobą poniżej pięt-
nastego roku życia pozostaje przecież prze-
stępstwem także wtedy, gdy zostanie doko-
nane z użyciem prezerwatywy. „Edukato-
rzy” seksualni ukrywają przed dziećmi i mło-
dzieżą fakt, że w dziedzinie zachowań seksu-
alnych jedynym stuprocentowo pewnym spo-
sobem ochrony przed AIDS i innymi choro-
bami wenerycznymi jest abstynencja przed-
małżeńską i wzajemna wierność w małżeń-
stwie. W ogóle nie wspominają o tym, że płod-
ność pary ludzkiej to tylko kilka dni w cyklu

NZOZ MAR-MED

PIELĘGNIARSKA DŁUGOTERMINOWA OPIEKA DOMOWA

Świadczymy usługi pielęgniarskie
w domu pacjenta

BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ

PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
OPIEKA CAŁODOBOWA
RÓWNIEŻ W SOBOTY I NIEDZIELE

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
CAŁĄ DOBĄ 509 514 811

P/0536

NZOZ ESSAMED

Anna Sosińska

Radom ul. CHROBREGO 54 lok. 7

BEZPŁATNIE
NA PODSTAWIE UMOWY Z NFZ

GABINET REHABILITACJI LECZNICZEJ
(pełny zakres usług)

REHABILITACJA W DOMU PACJENTA

PRYWATNE USŁUGI PIELĘGNIARSKIE
(również w soboty i niedziele)

ZGŁOSZENIA TELEFONICZNIE
codziennie w godz 8-20
48 360 74 52, 600 766 982

osobiście: pn. -pt. w godz. 9-16

P/0430

„ZAWSZE PRZY TOBIE,, Sp.z o.o.

oferuje usługi w zakresie

Hospicjum Domowego dla Dorosłych

bezpłatnie - refundacja NFZ

na obszarze Radomia,
powiatu radomskiego,
przysuskiego i szydlowieckiego.

Pielęgniarska Opieka Długoterminowa
w domu chorego

Kontakt telefoniczny całodobowo
nr tel: **517 45 62 21,**

501 741 118, 602 772 744

Gwarantujemy opiekę lekarza,
pielęgniarki, psychologa,
rehabilitanta, księdza oraz
bezpłatnie sprzęt medyczny.

P/0516

„CHROBREGO”

NZOZ
Elżbieta Stachura

e-mail: e.stachura@vp.pl, www.nzoz-chrobrego.pl

- pielęgniarska opieka domowa (NFZ)
- zespół domowego leczenia respiratorem (NFZ)

Wypożyczanie sprzętu medycznego

- koncentratory tlenu
- materace przeciwoleżynowe
- respiratory, ssaki i inne

Radom, ul Chrobrego 54 lok nr 6

Zgłoszenia Pacjentów

od poniedziałku do piątku w godz. 8 - 16
lub telefonicznie w godz. 8 - 20
tel./fax 48 364 04 53, tel. kom. 608 806 402

GABINET REHABILITACJI LECZNICZEJ

- wirówka kończyn dolnych i górnych
- krioterapia
- masaż leczniczy
- drenaż limfatyczny
- kinezyterapia
- elektrolecznictwo
- ultradźwięki
- magnetoterapia
- laseroterapia
- światłolecznictwo

NFZ i odpłatnie

REHABILITACJA
W DOMU PACJENTA

Akademickie Centrum Medyczne

Usuwanie ostróg piętowych, leczenie stawów rzekomych, dolegliwości ścięgna Achillesa, leczenie zaburzeń zrostu kostnego, punktów bólowych **fałg uderzeniową/wstrząsową** jedyne urządzenie w regionie

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

i że w związku z tym odpowiedzialne rodzicielstwo nie musi wiązać się ze stosowaniem anty-koncepcji. Wystarczy tu solidna wiedza i elementarna wolność do kierowania własnymi zachowaniami w sferze seksualnej.

Odpowiedzialne wychowanie seksualne respektuje fakt, że seksualność to nie sfera łatwej rozrywki czy niezobowiązującej do niczego zabawy. Seksualność jest błogosławieństwem jedynie dla ludzi dojrzałych, gdyż w życiu takich ludzi staje się sposobem wyrażania miłości małżeńskiej oraz miejscem odpowiedzialnego przekazywania życia. Natomiast dla ludzi niedojrzałych seksualność staje się przekleństwem, gdyż bywa sposobem wyrażania przemocy (do gwałtów włącznie) oraz miejscem przekazywania śmierci (do AIDS i aborcji włącznie). Realistyczne - a nie ideologiczne! - wychowanie w sferze seksualnej to przejaw troski o dobrą przyszłość wychowanków i o rodziny, które w przyszłości założą. Wychowanie mądre to przekazywanie wychowankom całościowej i realistycznej wiedzy o postawach w sferze seksualnej i o skutkach tychże postaw. To także promowanie dojrzałej hierarchii wartości, na czele której stoi człowiek ze swoją godnością oraz powołaniem do świętości i czystości. To wreszcie fascynowanie wychowanką perspektywą dorastania do mądrości i wolności w tej ważnej sferze życia.

- Przedmiot „wychowanie do życia w rodzinie” od 14 lat funkcjonuje w polskiej szkole. Zawarte w podstawach programowych informacje natury biologicznej są zintegrowane z wiedzą psychologiczną i obudowane aksjologią. Można więc przypuszczać, że uczniowie i rodzice akceptują cele i treści kształcenia WdŻWR. Jak bronić się przed inicjatywami, które zmierzają w kierunku demoralizacji?

Dokończenie na str. 8.

REH-COMPLEX

Michał Paprocki
FIZJOTERAPEUTA

Specjalista
ds. bezoperacyjnego
leczenia skolioz
Metodą F.E.D.

www.reh-complex.pl

Tel: 798-802-717

NZOZ "Pomocna Dłoń" s.c.

- Pielęgniarska Opieka Domowa NFZ
- Poradnia Rehabilitacji NFZ

specjalista rehabilitacji medycznej

- Krystyna Gamecka-Stanisławek - wtorki
- Joanna Czekaj - piątki

zabiegi 8-18

- masaż leczniczy aquavibron
- krioterapia
- kinezyterapia
- elektrolecznictwo
- ultradźwięki
- magnoterapia
- laseroterapia
- światłolecznictwo
- inhalacje wziewne
- jonoforeza
- elektrostymulacja w nietrzymaniu moczu

MASAŻ PNEUMATYCZNY BOA

- wspomaga odchudzanie
- wyszczuplenie nóg, bioder, pośladków, brzucha
- zaawansowany cellulit
- obrzęki i ciężkość nóg
- obrzęki kończyn górnych - po mastektomii
- wspomaga leczenie niewydolności limfatycznej

NFZ i Odpłatnie

Radom ul. Główna 12

Zgłoszenia pacjentów w gabinecie 12-15
wtorki 12-18
telefonicznie 48 362 22 45, 48 66 01 001
kom. 601 485 952, 608 511 928

NASZ PERSONEL
JEST GODNY TWOJEGO ZAUFANIA
- SPRAWDŹ TO



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



Człowiek - najlepsza inwestycja
Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Podniesienie kwalifikacji pracowników NZOZ z sektora MMŚP
w zakresie opieki nad osobami starszymi

POKL.08.01.01-14-591/12

WYKWALIFIKOWANY OPIEKUN OSÓB STARSZYCH

Bezpłatny kurs

w zakresie opieki nad osobami starszymi
dla Mikro, Małych i Średnich przedsiębiorstw (NZOZ)
z branży ochrony zdrowia z woj. mazowieckiego i ich pracowników

SZCZEGÓLNIENIE ZAPRASZAMY OSOBY Z WYKSZTAŁCENIEM CO NAJWYŻEJ ŚREDNIM!

Szkolenia w formie kursów obejmują 120 h (15 dni x 8 h) i organizowane są w systemie weekendowym (sobota-niedziela) na terenie województwa mazowieckiego. Część praktyczna kursu organizowana jest w Domach Pomocy Społecznej.

Uczestnikom bezpłatnie zapewniamy:

- całodniowe wyżywienie
- zakwaterowanie
- materiały szkoleniowe



www:
opiekun-mazowieckie.pl

e-mail:
opiekun@professional-group.pl

Uczestnicy otrzymują certyfikaty
o ukończeniu kursu
oraz zaświadczenia
zgodne z rozporządzeniem
Ministra Edukacji Narodowej.

Szczegółowych informacji udziela:
Biuro Projektu
ul. Mieszka I-go 22 B, pokój 1C
26-617 Radom
tel.: 533 309 912

Y/0413

OPIEKA DŁUGOTERMINOWA

RÓŻNE

REHABILITACJA

ZDROWIE

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

www.zdrowko.com

Wychowanie seksualne czy demoralizowanie dzieci?

Dokończenie ze str. 7.

- Najlepszym sposobem ochrony jest demaskowanie przewrotności tych inicjatyw, które są promowane pod ładnie i naukowo brzmiącym hasłem: edukacja seksualna. Trzeba informować rodziców o tym, że tak zwana edukacja seksualna to w praktyce zachęcanie dzieci i młodzieży do chorej filozofii życia, w której przyjemność staje się ważniejsza od człowieka i od jego godności,

a nawet od jego zdrowia i życia. Tak radykalne wprowadzanie młodych ludzi w błąd, prowadzący do wulgaryzacji ich więzi i do dramatów życiowych, gdyż w żadnej dziedzinie ludzkiego życia krzywdy nie są aż tak bolesne i aż tak trwałe, jak właśnie w sferze seksualnej. „Edukatorzy” seksualni mogą podobać się jedynie demoralizatorom oraz producentom antykoncepcji, gdyż tak zwana edukacja seksualna to nic innego, jak promocja antykoncepcji i aborcji. To również sposób na rozpowszechnianie kłamstwa, że antykoncepcja hormonalna, czyli przyjmowanie przez kobiety zbędnych dla organizmu hormonów, nie niszczy ich zdrowia.

Ci, którzy piszą programy dla „edukatorów”, czyli dla manipulatorów seksualnych, to przewrotni intelektualiści. W ładne słowa o nowoczesności, świadomym wyborze czy

zdrowiu reprodukcyjnym, ubierają oni taką ideologię, która w najlepszym przypadku prowadzi uczniów do naiwności, a w najgorszym - do rozwiązłości. Statystyki są w tym względzie jednoznaczne. W tych krajach, w których stosuje się tak zwaną edukację seksualną zamiast wychowania - jak na przykład w Anglii czy Szwecji - mamy najwyższy w Europie odsetek młodzieży zarażonej chorobami wenerycznymi, a także najwyższy odsetek niechcianych ciąży i aborcji u nastolatków. Żaden rozsądny rodzic nie chce, by sytuacja w Polsce stała się równie tragiczna.

- Z inicjatywy wicemarszałek Sejmu Wandy Nowickiej, na początku grudnia 2012 r. został w Sejmie złożony projekt wprowadzenia obowiązkowych lekcji z „wiedzy o seksualności człowieka”, dla dzieci od I klasy szkoły podstawowej. Czy taka inicjatywa powinna wzbudzić zaniepokojenie rodziców?

- Tak, powinna wzbudzić i to najwyższe zaniepokojenie. Chodzi tu bowiem o świadome i zamierzone demoralizowanie dzieci, a także o wprowadzanie w błąd ich rodziców. Tego typu inicjatywa W. Nowickiej to

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

NEURO PULS

NEUROPULS

Radom ul. Krakowska 5/7 lok.7
tel.: 48 331 19 58

PORADNIE

- NEUROLOGICZNA
- padaczki - zaburzeń pamięci
- PSYCHIATRYCZNA
- PSYCHOLOG

NFZ

ECHO SERCA
DOPPLER COLOR
tętnie szyjnych i kręgowych

USG tarczycy, jamy brzusznej, piersi, przeciemiążkowe, stawy u dorosłych, stawy biodrowe u dzieci

EEG KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE

PON. 8-18, WT. CZW. 13-18, ŚR.PT. 8-13
ZAPRASZAMY - KRÓTKIE TERMINY

N/0415

Pracownia EMG
spec. neurolog Grzegorz Jurkiewicz

telefoniczna rejestracja pacjentów
codziennie w godzinach 14 - 20

tel. 694 364 364

Radom, ul. Witolda 7 lokal 1.03 „Pawilony Rosa” NZOZ MAX-MED
Grójec, ul. P.O.W.14 Centrum Medyczne LEDAMED
Ostrowiec Świętokrzyski, ul. Kopernika 14 gab. 113 NZOZ NOVOMED

dr n. med. **Elżbieta Kowal**
SPECJALISTA NEUROLOG
ordynator Oddziału Neurologii RSzS w Radomiu

dr n. med. **Roman Kowal**
SPECJALISTA CHIRURGII URAZOWO-ORTOPEDYCZNEJ
I REHABILITACJI MEDYCZNEJ
ordynator Oddziału Rehabilitacji SPZZOZ w Pionkach

ZAPISY W PORADNI
endomed®

RADOM
ul. Kilińskiego 6
kom. 606 169 634,
606 169 637
tel. 48 340 02 35,
48 340 02 36

N/0392

GABINET
NEUROLOGICZNY

Radom, ul. KellesKrauza 32
poniedziałek 16-17

Marina Chojnacka
neurolog

604 994 824

tel.pryw. 48 384 89 04

N/0247

JAROSŁAW KOSOWSKI
specj. **NEUROLOG**

Radom,
ul. Focha 12/7

rejestracja:
tel. **608460030**

przyjmuje w poniedziałki i środy od godz. 16

N/0290

ANDRZEJ BORYSOWICZ
LEKARZ SPECJALISTA NEUROLOG

Radom
ul. Niedziałkowskiego 24

tel. **604 930 232**

N/0459

żadne zaskoczenie. Ta kobieta była na liście płac producentów antykoncepcji i od wielu lat zabiega o prawo do bezkarnego zabijania polskich dzieci poprzez aborcję na życzenie. Kilka lat temu „wslawiła się” tym, że zażądała od Ministerstwa Edukacji, by dziewczynkom rozdawało tabletki wczesnoporonne na koloniach letnich. Nowa inicjatywa W. Nowickiej świetnie pasuje do jej poprzednich przewrotnych pomysłów.

- Ministerstwo Edukacji uwzględni prawa rodziców jako pierwszych wychowawców, pozostawiając im możliwość odmowy uczestnictwa ich dziecka w „Wychowaniu do życia w rodzinie”. W jaki sposób przekonać tych, którzy się wahają?

- Najpierw warto wyjaśniać rodzicom, że wspomniany powyżej projekt W. Nowickiej nie daje rodzicom możliwości wyboru. Pani W. Nowickiej i sprzymierzonemu z nią przemysłowi antykoncepcyjnego oraz lobby aborcyjnemu marzą się obowiązkowe lekcje demoralizowania polskich dzieci. W obliczu tych propozycji Ministerstwo Edukacji milczy. To jednoznaczne potwierdzenie tego, że urzędnicy państwowi stoją po stronie demoralizatorów. W odniesieniu do WdZwR podkreślają oni prawo rodziców do wyboru, ale już w odniesieniu do pomysłów W. Nowickiej takiego prawa rodzicom nie zamierzają przyznać. W tej sytuacji rodzice tym bardziej powinni jednoznacznie opowiedzieć się po stronie wychowania do życia w rodzinie, bo przecież marzą o tym, by ich dzieci założyły szczęśliwe rodziny, a nie o tym, by w sferze seksualnej ich dzieci stały się ofiarami własnej niedojrzałości czy przewrotności innych ludzi.

- Są tacy rodzice, którzy pragną wychować swoje dzieci w czystości, a mimo to rezygnują z posyłania swoich synów czy córek na zajęcia z WdZwR. Czy obawy rodziców są słuszne, jeśli w szkole uczy dobry nauczyciel i realizuje wartościowy program?

- Jak wspomniałem, poważne obawy rodziców powinno budzić to, co szykują nam politycy lewicy. Natomiast przedmiot – „Przygotowanie do życia w rodzinie” – może ich dzieciom pomóc w rozwoju, a z pewnością nie zaszkodzi. Czas poświęcony na ten przedmiot jest lepiej wykorzystany niż czas, jaki dzieci spędzają choćby przed telewizorem czy komputerem. Nie powinno się oszczędzać czasu tam, gdzie chodzi o ważne sprawy dla rozwoju dziecka i jego przyszłości.

- Rodzice mają prawo wymagać od szkoły, aby wspierała podstawowe wartości rodziny. Mają także prawo do odpowiedniej ochrony swych dzieci przed ujemnymi wpływami ze strony szkoły. Dlatego tak ważny jest wybór odpowiednich programów i podręczników? Jak go dokonać?

- Dziecko nie zawsze postępuje zgodnie z otrzymaną wiedzą i mądrym myśleniem. Gdy jednak myśli niemądrze lub gdy ulega niemądrym ideologiom – zwłaszcza tym, które zachęcają do robienia tego, co się tylko chce – to wtedy z pewnością będzie wyrządzało sobie krzywdę lub pozwoli się skrzywdzić.



**SPECJALISTYCZNY
GABINET
NEUROLOGICZNY**

lek.med. **Ewa Dudzińska**
specjalista neurolog

PRZYJMUJE:
poniedziałki 16 - 18
Centrum Medyczne
MEDJana
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)
wtorki 16 - 18
Przysucha, ul. Warszawska 25
tel. 0606731821 N/0316

W życiu człowieka obowiązuje zasada, że nie ma nic bardziej praktycznego niż dobra teoria, ani nic bardziej wartościowego, jak mądra hierarchia wartości. Zadaniem rodziców, którzy kochają swoje dzieci, jest nie tylko kontrolowanie tego, w jaki sposób postępują na co dzień i z jakimi rówieśnikami mają kontakt, lecz także kontrolowanie podręczników i treści, z jakimi ich dziecko styka się na terenie szkoły. Rodzice powinni przeglądać wszystkie podręczniki – zwłaszcza z przedmiotów humanistycznych – i sprawdzać, czy przekazywane tam treści zgodne są z dekalogiem i zdrowym rozsądkiem. Trzeba też pamiętać o tym, że dla dziecka najważniejszym podręcznikiem życia jest sposób postępowania jego rodziców.

**GABINET LEKARSKI
NEUROLOGICZNY**

Dr n. med. **KRZYSZTOF NADGRODKIEWICZ**
specjalista neurolog

Radom, ul. Żeromskiego 65
pokój 107

zapisy pon. - pt. 8 - 17
tel. 697060807
przyjmuje:
poniedziałki i środy
od godziny 17 N/0387

**Gabinet Neurologiczny
i Leczenia Zaburzeń Pamięci**

lek. specjalista. neurolog
Beata Topolska-Kordys

przyjmuje
Radom ul Klonowica 10/12
w środy od 14-16

zapisy telefoniczne
od pon-piąt od 15-17
tel. 603-055-125 N/0503

N/0555

specjalista neurolog
Justyna Dzieciół-Hryniewicz

Przyjmuje:
Centrum Medyczne AESKULAP
Radom, ul. Krakowska 5/7

każdy nieparzysty czwartek miesiąca
od godziny 15.15
Zapisy tel.: 606 737 173

Tomasz Paciejewski
specjalista neurochirurg

PRZYJMUJE

Radom:
VITAMED
ul. Lubońskiego 2
wtorki od godz. 15
rejestracja, tel. 48 365 11 13

Kozienice:
SPZOZ „Przychodnie Kozienickie”
ul. Sienkiewicza 28
czwartki w godz. 16-18
rejestracja, tel. 881 6518 20
N/0544

**GABINET
NEUROLOGICZNY**

MAŁGORZATA ZIOŁEK
lekarz specjalista neurolog

Przyjmuje:
wtorek 16.00 - 17.00
Radom, ul. KellesKrauz 32
tel. 48 36 229 83
N/0089

Docent dr hab. med.
MAREK PASTUSZKO

SPECJALISTA NEUROCHIRURG

konsultant wojewódzki i regionalny
ds. neurochirurgii
30 lat praktyki
w Klinice Neurochirurgii AM w Warszawie
KONSULTACJE PORADY

Radom ul. Struga 57A
wtorki godz 15.30-16.30
Zapisy tel. 693 159 205
N/0389

Katarzyna Molendowskaspecjalista psychiatra
psychoterapeutaPrzychodnia "Zamłynie"
Radom ul. Klonowica 10/12

tel. 600 466 638,

również
WIZYTY DOMOWE
e-mail: centiped@poczta.fm

S/0573

**SPECJALISTYCZNY
GABINET PSYCHIATRYCZNY**

Radom, ul. 25-go Czerwca 63

**Leczenie
zaburzeń nerwicowych,
depresji i psychoz.****Robert Nowakowski**

lekarz specjalista psychiatra

tel: 502 258 348

Agata Nowakowska

lekarz specjalista psychiatra

tel: 506 472 466

S/0308

Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

GABINET PSYCHOLOGICZNY**Agnieszka Kołtąj
PSYCHOLOG KLINICZNY****poradnictwo, konsultacje
i wsparcie psychologiczne
terapia poznawczo-behawioralna**

H/0524

Centrum Medyczne
MEDianaRadom,
ul. Czachowskiego 21A
(budynek ZUS)tel. 48 363 33 73,
kom. 608 013 313

H/0480

Halina Łopuszańska

specjalista psychiatra

przyjmuje:

środa od 15.00

tel. 695 757 775

S/0362

**GABINET PSYCHOTERAPII
ANALITYCZNEJ (ul. Traugutta 61)**mgr **Dorota Kosman**psychoterapia osób dorosłych i młodzieży
pomoc w związku z trudnościami emocjonalnymi
i różnymi objawami (lęki, depresja, nerwice,
natręctwa, objawy somatyczne, zaburzenia jedzenia)**Spotkania umawiane tylko telefonicznie**
tel. 606 45 73 99**Marek Paliński**

specjalista psychiatra

przyjmuje prywatnie
w czwartki od godziny 16
budynek Poradni Rehabilitacji POLMEDIC
Radom, ul. Okulickiego 76**Rejestracja pacjentów
od pon. do pt. w godz. 8-19
tel: 48 344 86 04**

S/0414

**RADOMSKIE STOWARZYSZENIE
„POMOCNE DŁONIE”**

pomaga 10 lat

www.pomocnedlonie.1k.pladres korespondencyjny Stowarzyszenia:
26-600 RADOM ul. Malczewskiego 16 skr. poczt. 247

☎ 48 383 53 53, 600 168 664

**GRUPA WSPARCIA
dla opiekunów
chorych na Alzheimer**

najbliższe spotkanie:

poniedziałek 3 marca 2014 r. godzina 16.00,
świetlica Radomskiego Szpitala Specjalistycznego
ul. Tochtermana 2, wejście pod filarami, na parterze.

☎ 727 914 566

I/0495

Śmiech, miłość, życie i śmierć

„Śmiech to zdrowie” mówią. Kiedy w naszym kręgu kulturowym ktoś umiera, to ogarnia nas smutek i rozpacz, celebруем pogrzeb, przez rok przeżywamy żałobę... Tylko księża podczas mszy przypominają, że powinniśmy się cieszyć, bo nasi najbliżsi odeszli do Pana Boga.

Po śmierci mojej Mamę pamięć przypomina mi tylko miłe chwile z nią zwią-

zane. I właśnie wtedy uśmiecham się do siebie, myśląc o niej. Jeśli jednak pragnę podzielić się z innymi tym co miłe, czy śmieszne związane z Mamą, wtedy zalega cisza. Nikt nie komentuje. Po tym, jak zauważyłam tę ciszę, doszłam do wniosku, że ludzie nie wiedzą jak mają zareagować, boją się odzywać.

Uczestniczyłam jako dziecko i osoba

dorośla w kilkunastu stypach, nazywanych ostatnio konsolacjami. Uroczystości te zawsze kojarzyły mi się z rozmowami starszych członków rodziny, których nie znałam. Moi synowie, po śmierci Babci, również byli niechętnie nastawieni do tej uroczystości. Podczas stypy pokazywałam członkom zgromadzonych rodzin zdjęcia Mamę, mówiłam o związanych z nimi wydarzeniach, zwracałam się do kuzynów powiązanych z tymi historiami. Osiągnęłam efekt wspólnoty rodzinnej. Moi synowie stwierdzili, że dobrze się stało, że spotkaliśmy się w gronie rodziny. Ci którzy żegnali moją Mamę nie tylko uśmiechali się, ale również śmiali. Jestem przekonana, że dzięki temu zapamiętają ją życzliwie.

Raz w miesiącu, w ramach grupy wsparcia, spotykają się opiekunowie chorych na Alzheimer. Zazwyczaj opowiadamy o naszej codzienności i wspólnie szukamy rozwiązań dla trudnych sytuacji, z którymi nie jesteśmy w stanie sobie poradzić. Jesteśmy zmęczeni „dokuczającymi” nam chorymi, mamy kaca moralnego, bo wyprowadzają nas z równowa-

Akademickie Centrum Medyczne**Laserowe rozbijanie kamieni w układzie moczowym**
przy utyciu najnowszej francuskiej aparatury IV-tej generacji
Specjaliści z ośrodka medycznego w LublinieRadom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

U/0557

Ilek.med. Grażyna Słomska-Kasperska

SPECJALISTA UROLOG

Radom, ul. Niedziałkowskiego 26/83
poniedziałek, środa 16 - 18.30

tel. 48 362 82 00, kom. 603-560-853

U/0571

GABINET LEKARSKI
USG, 3D/4D, trójwymiarowe badania płodu
nagrania DVD i zdjęcia

lek.med. Anna Kucharska
specj. ginekolog-położnik, endokrynolog

PRZYJMUJE:
codziennie 9-12
pon. 16-17, śr., pt. 17-19
tel. **603795797**

lek.med. Paweł Kucharski
specj. ginekolog-położnik

PRZYJMUJE:
pon.-czw. 17.00-19.00
codziennie 11.30-14.00
tel. **603688711**

**Radom, ul. Sienkiewicza 32,
tel. 48 3626058,
www.usgradom.pl**

Ginekolog - położnik
Małgorzata Hejnar - Szczerbińska
Radom, ul Szewska 5
tel.: 602 288 359, 48 363 15 52 **USG**

CENTRUM MEDYCYNY Kobiet
Radom ul. Niedziałkowskiego 26/83 ☎ 48 362 82 00

lek. med. Zygmunt Jacek Nita
Specjalista Ginekolog - Położnik
gabinet czynny: wtorek, 17 - 19 **tel. kom. 601 950 410**

gi, nie słuchają nas, sto razy trzeba im coś powtarzać. Pozostali członkowie rodziny ciągle nas pouczają, wierzą w bzdury jakie opowiadają im chorzy, a nie doceniają naszego poświęcenia.

Wszyscy przez to przechodzimy. Nie jesteśmy w stanie pogodzić się z faktem, że nasi ukochani nie robią tego wszystkiego z wyrachowania, tylko na tym polega ich choroba.

Mamy w grupie wsparcia panią Małgosię, która opiekuje się 92-letnią mamą. Mama ma przyjaciela z dni młodości - Antka (postać autentyczna, ale istniejąca tylko w głowie chorej).

Kiedy jest nam smutno, prosimy panią Małgosię, aby opowiedziała nam co nowego u naszej ulubionej chorej i u Antka. Cała grupa wsparcia szczerze śmieje się z przygód wymyślanych przez mamę pani Małgosi. Wszyscy jedziemy na tym samym wózku. Dlatego nasz śmiech jest uzasadniony; my po prostu kochamy tę panią i jej chłopaka. Pani Małgosia także kocha swoją matkę, akceptuje jej chorobę i opowiada nam te historie z MIŁOŚCIĄ.

Mieliśmy takie spotkania, na których wszyscy opowiadali zabawne historie związane z opieką nad chorymi i śmiali się jak szaleni. Terapia śmiechem... Po ostatnim spotkaniu grupy wsparcia, jedna

z nowych osób powiedziała, że nie wiedziała, że można się tak szczerze śmiać z „takiego nieszczęścia”. Ten śmiech przyniósł jej ulgę.

Radomskie Stowarzyszenie POMOCNE DŁONIE w 2014 roku stworzy 2 nowe grupy wsparcia.

Pierwsza grupa wsparcia będzie dla osób po przeszczepach serca, nerek, płuc. Grupa będzie pomagać osobom, które przygotowują się do przeszczepów oraz osobom po przeszczepach. Specyfika życia po tym zabiegu wymaga wsparcia osób

o podobnych problemach.

Druga grupa wsparcia będzie skierowana do osób z wirusem HCV. Wirus o którego istnieniu dowiedzieliśmy się niedawno, jest ogromnym zagrożeniem życia i zdrowia.

Osoby zainteresowane nowymi grupami wsparcia prosimy o telefon na numer: 600 168 664.

Zapraszamy na najbliższą grupę wsparcia dla opiekunów osób chorych na Alzheimera w dniu 3 marca 2014 r.

Ewa Sold prezes Radomskiego Stowarzyszenia POMOCNE DŁONIE

IF INTERFACH
monitorowanie systemu alarmowego
z interwencją patrolu

**gabinety lekarskie
apteki
ochrona osób i mienia
monitorowanie osób starszych**



Czy zastanawiałeś się komu mógłbyś powierzyć opiekę nad tym, co dla Ciebie najcenniejsze?

Interfach s.c., 26-600 Radom, ul. Wrocławska 9 b
tel.: 48 34 00 600, fax.: 48 34 00 601
www.interfach.com.pl

WROMED
PRAKTYKA LEKARSKA
Radom, ul. Widok 20, tel. 48 369 95 35

lek. med. Sławomir Wróblewski **lek. med. Iwona Wróblewska**
specjalista ginekolog-położnik **ENDOKRYNOLOG** **ENDOKRYNOLOG**
szczepienia przeciwko rakowi szyjki macicy **lek. med. Iwona Wróblewska**
specjalista chorób wewnętrznych **ENDOKRYNOLOG**
lekarz medycyny estetycznej

poniedziałek, wtorek, środa, czwartek od godziny 15
poniedziałek od 13
środa, czwartek od 15
zapisy od godziny 10

Badania USG
- gruczoły piersiowe
- ginekologia i położnictwo 3/4D

Biopsje pod kontrolą USG
- tarczycy
- gruczołów piersiowych
- EKG

ZAAWANSOWANE TECHNIKI LECZENIA NIEPŁODNOŚCI
Gabinet Medycyny Estetycznej

- **Laseroterapia** - usuwanie zbędnego owłosienia i zmian naczyniowych
- **Peelingi lecznicze** - usuwanie zmarszczek, blizn potrądzikowych
- **Mezoterapia** - leczenie rozstępów, cellulitu, łysienia, biorewitalizacja skóry
- **Stosowanie wypełniaczy z kwasu hialuronowego** - wypełnianie zmarszczek, modelowanie i powiększanie ust, wypełnianie bruzd nosowych, opadających kącików ust, modelowanie owalu twarzy, powiększanie i modelowanie piersi.
- **Leczenie zmarszczek** mimicznych preparatem **BOTOX**
- **Makijaż permanentny**

**Laserowe usuwanie tkanki tłuszczowej
i modelowanie sylwetki Laser SlimLipo 3D**

ZDROWIE
www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA
www.zdrowko.com



VITA-Derm

CHIRURGIA PLASTYCZNA, MEDYCYNĄ ESTETYCZNA

Leczenie wypadania włosów - OSOCZE BOGATOPLĄTKOWE
BOTOX, Redukcja zmarszczek- Kwas HIALURONOWY
Skleroterapia żylaków
Leczenie nadpotliwości
Laserowe usuwanie znamion skórnych
Laserowe usuwanie przebarwień
Laserowe leczenie blizn potrądzikowych-FRAXEL CO2
Depilacja laserowa LIGHT SHEER
Modelowanie sylwetki ciała LPG
Peelingi chemiczne
Dietetyki

Szczegóły na stronie www.vita-derm.pl
Radom, ul. Witolda 10, tel. 48/ 383 61 00, kom. 603 333 122

Łysienie

Zarówno w dawnych jak i w dzisiejszych czasach bujne i zadbane włosy stanowiły, i do dziś stanowią, funkcję ozdobną i atrybut atrakcyjności, zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn. Jednak w pewnych sytuacjach i pod wpływem niektórych czynników dochodzi do ich utraty, co jest przyczyną frustracji i źródłem poważnych kompleksów. Łysienie jest oznaką postępującej słabości lub starzenia się i może prowadzić do utraty własnej wartości oraz zainteresowania u płci przeciwnej.

Dlaczego wypadają włosy? Co jest przyczyną łysienia?

Każdego dnia tracimy ich od ok. 50 do 100. Jest to proces naturalny, gdyż stare włosy obumierają; proces ten określany jest jako faza talogenu. Na ich miejscu powstają nowe, co określa się fazą anagenową. Wszystko jest w porządku

i nie budzi niepokoju, gdy te procesy są w równowadze. Jednak jeżeli przeważa proces obumierania włosów i na ich miejscu nie odrastają nowe, to mamy do czynienia ze zjawiskiem określanym jako łysienie. Proces ten dotyczy zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Przyczyn łysienia jest wiele. Wśród nich wyróżnia się:

- czynniki mechaniczne spowodowane naciąganiem lub wrywaniem włosów;
- niewłaściwa pielęgnacja włosów: farbowanie, przesuszanie, zagęszczanie, przedłużanie;
- przyjmowanie niektórych leków, takich jak: środki cytostaticzne, immunosupresyjne, przeciwtarczycowe, hormonalne;
- choroby: nerwice, choroby weneryczne, zakaźne, skórne (grzybica);
- uwarunkowanie genetyczne;
- niektóre stany fizjologiczne, takie jak: ciąża, karmienie piersią, menopauza;

- niedobory pokarmowe (cynk, żelazo, magnez, białko, tłuszcze), które występują przy nieodpowiednim sposobie odchudzania.

Jak możemy zdiagnozować stan włosów?

Kondycję włosów sprawdzają specjalistyczne badania. Jednym z nich jest trichoskopia, która polega na komputerowej, mikroskopowej analizie cebulki i łodygi włosa. Jest badaniem nieinwazyjnym i pomaga nam poznać przyczyny niektórych rodzajów łysienia. Innym badaniem jest trichogram. Polega on na pobraniu około 100 włosów i podaniu ich mikroskopowej analizie, co pozwala określić postępy choroby oraz kondycję włosa po zastosowanym leczeniu.

Czy są metody zapobiegania i leczenia łysienia?

Najbardziej skuteczne w chwili obecnej są zabiegi medyczne, takie jak: mezoterapia cienkoigłowa oraz transplantacja włosów. Mezoterapia z użyciem koktajli zawierających: witaminy, aminokwasy, mikroele-



Salonik Urody

to miejsce w którym :

Skorzystasz ze skutecznych metod zwalczających wpływ czasu :

Cryolift - lifting

Mezoterapia - wypełnianie

Accura - nowa jakość skóry

Nomelan - usuwanie przebarwień

Ujrzysz się w nowym, pięknym makijażu.

Uzyskasz manicure, pedicure żele kolorowe - perfekcyjnie.

Nasze atuty to :

wiedza, nienaganna higiena, skuteczność - niezmiennie od 20 lat

Naszym celem jest Twoja satysfakcja

26-600 Radom, ul. Żeromskiego 46a

tel./fax 48 340 30 60

tel. kom. 603 66 77 07

www.salonikurody.pl

BEZPŁATNE PORADY KOSMETOLOGA



Gabinet Kosmetyki Laserowej i Profesjonalnej

Radom, ul. Witolda 3 tel.: 48 363 60 90

Zapraszamy PON.- PT. 8.00-20.00 SOB. 8.00-15.00

- Twała depilacja laserem diodowym LIGHT SHEER DUET
- ZABIEGI LASEROWE na: rumień i naczynek krwionośny
- MEZOTERAPIA GŁOWY I TWARZY
- REDUKCJA PRZEBARWIEŃ: COSMELAN, JPL I PELINGI CHEMICZNE
- KLAMRY VHO NA WRASTAJĄCE PAZNOKCIE
- PEDICURE LECZNICZY
- MAKIAŻ TRWAŁY OCZU, BRWI I UST- aparatem LONG TIME LINER

Uwaga! Specjalna oferta dla mężczyzn!

www.centrumkosmetyczne.pl

**Dyrektor Samodzielnego Wojewódzkiego
Publicznego Zespołu Zakładów Psychiatrycznej
Opieki Zdrowotnej w Radomiu
ul. Krychnowicka 1.**

Y/0575

zatrudni mgr farmacji

**Informacje: (048) 332 27 69 Dyrektor Naczelny
(048) 332 45 16 Kierownik Kadr”.**

menty, peptydy, polega na ostrzyk-
nięciu cienką igiełką całej owłos-
ionej skóry głowy i wprowadzeniu
wyżej wymienionych składników.
W efekcie zostaje zahamowany
proces wypadania. Włosy są moc-
niejsze, grubsze, lśnią i mniej się
przetłuszczają, przez co nie trzeba
ich tak często myć. Zabieg jest nie-
stety trochę bolesny, ale trwa tylko
ok. 10-15 min. W zależności od
wskazań należy wykonać serie 3 do
4 zabiegów w odstępach 1-2 tygo-
dni, w celu odżywienia skóry i cebu-
lek włosa, a następnie zalecane są

zabiegi podtrzymujące efekty – raz
na miesiąc lub dwa miesiące. Jed-
nak w chwili obecnej, dającą naj-
większe zadowolenie i spełniającą
oczekiwania pacjentów jest metoda
mezoterapii mikroigłowej z zastoso-
waniem osocza bogatopłytkowego,
komórek macierzystych uzyskiwa-
nych z krwi pacjenta oraz transplan-
tacja włosów.

Chirurg dr Waldemar Karasiuk

INFORMACJE O APTEKACH

Radom

mgr Helena Borysewicz-Pawlik
ul.Chrobrego 9
tel. 48 36-407-07

mgr. farm. Przemysław Niedziałek
ul.Komandosów 4
tel. 48 363-43-41

Apteka prywatna
ul.Sandomierska 10
tel. 48 366-20-30

"Farm-Medica"
ul.Sienkiewicza 6
tel. 48 362-55-70

W.W. Rakowscy
ul.Traugutta 15
tel. 48 363-38-85

mgr farm. Radosław Pawlik
ul.Warszawska 4
tel. 48 36-47-101

mgr. farm. Przemysław Niedziałek
ul.11 Listopada 69/77 lok.7
tel. 48 360-74-83

"Medicon"
ul.Gagarina 1
tel. 048 367-15-19

"Apteka ASTRA"
ul.25-go Czerwca 5
tel. 48 363-74-64

HOMEOPATIA

APTEKI
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com



Medyczna Szkoła Policealna dla Dorosłych

terapeuta zajęciowy
technik masażysta
opiekun medyczny

ZAPRASZAMY

Gimnazjum • Liceum Ogólnokształcące
Technikum Uzupełniające • Szkoła Policealna

www.twp.radom.pl Radom, ul. Partyzantów 5/7 tel. 48/362-26-28 lub 723-548-722

dr n. med.

Danuta Kucharska

SPECJALISTA OTOLARYNGOLOG

Radom
ul. Focha 12/7
I piętro

M/0130

rejestracja:
tel. **608 460 030**

przyjmuje we wtorki i piątki od godz. 16

GABINET LARYNGOLOGICZNY
MAŁGORZATA
MIKULSKA

lekarz laryngolog specjalista foniatra

Przyjmuje: wtorek 17.00 - 19.00

Radom, ul. Główna 12

rejestracja codziennie tel 48 331 20 19

tel. dom. 660 426 797

M/0306

Karolina Tokarska-Trybuła

Logopeda, pedagog

Kompleksowa terapia
logopedyczna

z możliwością dojazdu do klienta

tel. **514 - 071 - 642**

Y/0569

**Pracownia Doboru**
Aparatów Słuchowych
NS ZOZ "Olsztyńska"Radom ul. Olsztyńska 33a
tel.: 48 3442078, 48 3440329, 666 128195Zapraszamy od poniedziałku do piątku
w godzinach 9-16**- bezpłatne badanie słuchu**
- wkładki uszne
- akcesoria**REFUNDACJA z NFZ****ZAPRASZAMY**

tel.: 48 3442078, 48 3440329

M/0382

Oczyszczanie organizmu

W naszych organizmach, na skutek niewłaściwego odżywiania, problemów gastrycznych, przemiany materii, kontaktu z zewnętrzną florą bakteryjną – gromadzą się toksyny, przyczyniające się do powstawania różnego rodzaju chorób i powodujące pogorszenie naszego samopoczucia. Bardzo pożyteczne jest przynajmniej okresowe, a najlepiej systematyczne, odtruwanie organizmu.

Jest wiele popularnych, często kontro-

wersyjnych metod pozbywania się toksyn z organizmu. Najbezpieczniejszą metodą wydaje się włączenie do diety takich składników pokarmowych, które wykazują właściwości oczyszczające. W ten sposób rozpoczniemy walkę z toksynami, kamieniami kałowymi, pasożytami i grzybami. A oto niektóre z produktów, odgrywających niezwykle pożyteczną rolę w procesie oczyszczania organizmu:

- biała kapusta – posiada cenne antyoksydanty, glukozynolany, mające silne działanie przeciwnowotworowe. Zawiera dużo witaminy C i K. Aby wykorzystać jej pełen potencjał antyoksydacyjny, należy ją dać na surowo;

- jabłka – są pełne błonnika w obydwu postaciach: nierozpuszczalnym i rozpuszczalnym (pektyną); pochłaniają toksyny i wymiatają je poprzez układ trawienny;

- czerwone buraki – zawierają potas, błonnik i antyoksydanty. Betacyjanina, dzięki której buraki posiadają swój kolor, ma działanie przeciwzapalne, antyoksydacyjne i oczyszczające. W sokach wyciskanych burak doskonale smakuje w połączeniu z jabłkiem czy cytryną;

- cytryna – alkalizuje, pobudza ruchy perystaltyczne jelit, dostarcza witaminę C;

- kalafior – bogaty w glukozynolany, błonnik i witaminę C;

- rukola – warzywo z rodziny krzyżowych, do których należą m.in.: kapusta, brokuł czy kalafior. Zawiera sulforafan o działaniu przeciwnowotworowym. Luteina i zeaksantyna natomiast działają odmładzająco na skórę i chronią wzrok;

- czosnek – bogaty w związki

siarki, pomaga też wymiatać szkodliwe bakterie i drożdże z uwagi na silne działanie antybakteryjne;

- zielona pietruszka – zawiera chlorofil, witaminy K i C, kwas foliowy i beta-karoten;

- siemię lniane – jest pełne kwasów Omega-3, błonnika i lignanów działających jak szczotki wymiatające z organizmu wszystko to, czego chcemy się jak najszybciej pozbyć. Siemię należy mieć przed spożyciem, gdyż kupione zmielone i odtłuszczone nie ma już tylu cennych właściwości;

- zielona herbata – wprawdzie zawiera kofeinę, ale w odróżnieniu od kawy posiada cenny antyoksydant EECG, który ochroni przeciążoną podczas detoksu wątrobę. Ma też działanie antycholesterolowe i antynowotworowe;

- migdały – są bogate w witaminę piękności, czyli wit. E, białko, błonnik i kwasy tłuszczowe, a także magnez, wapń, żelazo i fosfor;

- algi – zawierają jod, który pomaga wyregulować metabolizm. Dodatkowo są bogate w chlorofil i alkalizujące minerały: wapń, magnez i potas.

Obecnie, w sieci mamy dostęp do wielkiej ilości przepisów na smaczne wykorzystanie w naszym menu ww. produktów.

Dbając o oczyszczanie organizmu pamiętajmy, że w ciągu dnia należy spożywać 5 małych posiłków, pić wodę oraz jogurt naturalny, kefir lub maślanek (łącznie ok. 2 litrów płynów dziennie). Ostatnie z wymienionych zawierają kwas mlekowy, który ułatwia usuwanie szkodliwych substancji. Włączmy do jadłospisu razowe i pełnoziarniste pieczywo. Ma sporo witamin z grupy B przyspieszających metabolizm oraz spalanie tłuszczu. Jedzmy chude mięso i ryby, ponieważ zawierają cenne białko, które zapobiega napadom wilczego głodu.

Korzystając z ww. sposobów oczysz-



Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji
Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu
tel. 48 362 84 74, 48 362 250 02

ZAKRES DZIAŁALNOŚCI:

- DIAGNOZA I REHABILITACJA:
- LOGOPEDYCZNA, PSYCHOLOGICZNA, PEDAGOGICZNA
- BADANIA SŁUCHU, DOBÓR APARATÓW SŁUCHOWYCH U DZIECI I DOROSŁYCH
- POMOC RODZINIE
- TURNUSY REHABILITACYJNE
- LOGORYTMIKA
- REHABILITACJA RUCHOWA
- TERAPIA SI

BEZPŁATNE
BADANIE SŁUCHU
KONSULTACJE
LARYNGOLOGICZNEZaopatrzenie w środki wspomagania słuchu
(aparaty słuchowe, wkładki uszne, systemy wspomagające słyszenie, baterie)Usługi i świadczenia dla **DZIECI I DOROSŁYCH**
realizowane w ramach **NFZ** i komercyjnie

PRZYJMUJĄ SPECJALIŚCI:

- logopeda
- psycholog
- pedagog
- terapeuta SI
- lekarz rehabilitacji medycznej
- logorytmik
- rehabilitant ruchu
- lekarz otolaryngolog
- protetyk słuchu

Nowo otwarta PORADNIA
OTOLARYNGOLOGICZNA**Małgorzata Mikulska**lek. laryngolog spec. foniatra
poniedziałki od godz. 15**Danuta Kacprzykowska-Drotkiewicz**lek. laryngolog
wtorki w godz. 14-16**BEZPŁATNIE**
NFZzgłoszenia
telefoniczne:
48 362 84 74
48 362 50 02**ZAPRASZAMY, RADOM ul. Wjazdowa 4**

M/0451

GABINET ORTOPEDYCZNO- -REHABILITACYJNY

Radom, ul. Krakowska 5/7 lok.6
tel. 48 362-56-98, tel.dom. 48 369 91 59
tel. kom. 502 568 444

lek.med.
JANUSZ FRYNAS

specjalista ortopeda traumatolog

USG NARZĄDÓW RUCHU

PONIEDZIAŁKI, ŚRODY, PIĄTKI 16.00 - 18.00

FIZYKOTERAPIA
MASAŻ KLASYCZNY
ĆWICZENIA BIERNE

OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKU 14.00 - 17.00



www.rehabilitacja-radom.pl

BEZPŁATNE KONSULTACJE FIZJOTERAPEUTYCZNE REHABILITACJA DOMOWA

(+48) 794 773 956 Radom, ul. Sienkiewicza 34/2

KINEZYTERAPIA

REHABILITACJA NEUROLOGICZNA METODĄ PNF
MEDYCYNA ORTOPEDYCZNA wg CYRIAX'A
GIMNASTYKA KOREKCYJNA

FIZYKOTERAPIA

MASAŻ

KINESIOTAPING

ZABIEGI ESTETYCZNE

LIPOLIZA-spalanie tkanki tłuszczowej
LASER-redukcja cellulitu i rozstępów
ULTRADŹWIĘKI

PLATFORMA WIBRACYJNA

MASAŻ MODELUJĄCY Tai- Chi

AEROBIK

ZAPRASZAMY DO NOWYCH GABINETÓW

Szydłowiec, ul. Kościuszki 202
(wejście na przeciwko lewiatanu)

Przysucha,
ul. Warszawska 25/27



GABINET CHIRURGII

26-600 Radom ul. Bolesława Chrobrego 42

Rejestracja: poniedziałek – piątek w godz. 10.00 - 16.00

tel. 48 721 002 108

www.rrojewski.pl

LEKARZE

dr n. med. **Robert Rojewski**

specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
proktolog

tel. prywatny: 601 928 208
wtorek od 15.30

dr n. med. **Adam Kukliński**

specjalista chirurgii ogólnej
chirurgia naczyniowa

tel. prywatny: 602 668 831
przedostatni piątek miesiąca od 15.30

dr **Robert Kozieł**

specjalista chirurgii ogólnej
tel. prywatny: 603 124 559

środa od 16.00

Leczenie żylaków odbytu i kończyn dolnych
najnowszą mało inwazyjną metodą RFITT CELON

Krótki i skuteczny zabieg! Bez bólu!
Szybki powrót do aktywności!

- konsultacje z zakresu chirurgii ogólnej, onkologicznej i naczyniowej
- leczenie chorób jelita grubego (hemoroidy, szczeliny, przetoki, świąd odbytu, kłykciny kończyste itp.)
- usuwanie zmian skórnych, znamion, leczenie zmian w piersi, zabiegi operacyjne przepukliny pachwinowej metodą beznapięciową (z siatką), usuwanie wrastających paznokci, Esperal (Disulfiram)
- badanie USG Doppler żył i tętnic, leczenie żylaków kończyn dolnych za pomocą mało inwazyjnych metod: RFITT Celon, skleroterapia, miniflebektomia oraz klasyczne operacje żylaków kończyn dolnych

czania organizmu, zapewnimy sobie lepsze zdrowie i samopoczucie. Wydaje się, że dziś dla każdego powinno być oczywiste, że lepiej zapobiegać, niż leczyć.

Cyt. Sekcja Organiz. i Rozl. z N.F.Z
R.Sz.S.

ZBIGNIEW KUPIS

- specjalista chirurgii ogólnej
chirurgii naczyniowej i angiologii

Leczenie przewlekłej niewydolności żyłnej i miażdżycy kończyn dolnych:

- Laserowe (EVL, RF) i klasyczne operacje żylaków
- Skleroterapia żylaków z użyciem piany
- Kompresjoterapia
- Leczenie owrzodzeń żylnych i trudno gojących się ran
- Leczenie wewnątrz naczyń
- Leczenie zespołu stopy cukrzycowej
- USG Doppler żył i tętnic kończyn donych

Centrum Medyczne "MedJana"
Radom, ul. Czachowskiego 21A (budynek ZUS)



48 363 33 73
603 612 943

NZOZ „EUROMED”

Radom, ul. Główna 12

zaprasza codziennie:

pon, śr, czw, pt 8-15, wt 12-18

rejestracja: tel. **48 3699517**

w ramach NFZ

**DIAGNOSTYKA NIETRZYMANIA MOCZU
BADANIA URODYNAMICZNE**

**PRYWATNY GABINET CHIRURGII
OGÓLNEJ, USG PIERSI
BIOPSJE**

Dr nauk medycznych
Grzegorz Szczęśniak

specj. chirurgii ogólnej
specj. chirurgii onkologicznej

BIOPSJA MAMMOTOMICZNA PIERSI!

porady, konsultacje,
drobne zabiegi chirurgiczne
jednego dnia, choroby piersi

rejestracja: tel. 502164392

PROKTOLOGIA CHIRURGIA

ZBIGNIEW KOTUR
spec. chirurg

- choroby odbytu i odbytnicy
- nowoczesne bezbolesne leczenie żylaków odbytu metodą HEMORON
- wzrastające paznokcie
- usuwanie zmian skórnych, kaszaków, znamion
- diagnostyka i leczenie zmian w piersi (gruczolaki, torbiele itp.)
- leczenie stulejki
- Porady lekarskie, konsultacje, wizyty domowe

ul. Paderewskiego 21 lok. 4, Radom
tel. 48 364 55 52,
kom 603 091 129

dr n. med. **Andrzej Wypyski**
specjalista chirurgii dziecięcej

CHIRURGIA DZIECI I MŁODZIEŻY

Leczenie ran trudno gojących
u dzieci i dorosłych.

OPARZENIA OWRZODZENIA ODLEŻYNY

przyjmuje w Radomiu:

ul. Mieszka I 1
czwartek 17-18

ul. Struga 57a

poniedziałek, wtorek, piątek: 16-17

tel: 601-969-786; 48 345-00-51

dr n. med.
Adam Kukliński
specjalista chirurgii ogólnej

Radom ul. Żeromskiego 51
Środa w godz. 16-18

tel. 602 66 88 31 po godzinie 19

USG
DOPPLER naczyń
operacje żylaków
skleroterapia
termoablacja
RF-celon



RADOM UL. PAMIĘCI KATYNIA 12A/1

TEL. 530 704 300

48 369 99 00

www.aurumdent.pl

GABINET DENTYSTYCZNY

LEK. STOM. MAREK ZATORSKI

KOMPLEKSOWE LECZENIE - NOWOCZESNA PROTETYKA

J/0108

Gabinet Stomatologiczny

Elżbieta Kaczkowska

Radom, ul. Dobra 19, tel. 48 331 2544

czynny wtorek-czwartek od 15.00

NZOZ DENT-ARTIS

lek. stom. Bożena Domańska

lek. stom. Anna Domanska

Radom ul. Waryńskiego 9a lok 7 I piętro
tel.: 48 334 14 25, 604 481 599Czynne codziennie
sobota po wcześniejszym uzgodnieniu

LECZENIE:

Zachowawcze

dzieci i dorosłych,

protetyczne,

chirurgia stomatologiczna,

profilaktyka,

rtg zębów

stabilizacja protez

na miniimplantach

LECZENIE BEZ BOROWANIA
metodą abrazji wodno-powietrznej

J/0498



JAWORSKY EDYTA I RADOŚLAW

stomatologia

J/0551

Radom, ul. Piłsudskiego 4/2

tel/faks 48 362 19 40

Radom, ul. M. C. Skłodowskiej 7a/13a

tel. 48 362 70 09

www.unident.radom.pl



PRYWATNA PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA

ALDENT - T. A. KĘPA

Radom, ul. Armii Krajowej 1a

tel. 48 366 76 17

czynna codziennie 16.00 - 22.00, soboty 9.00 - 13.00

RTG zębów pantomograficzne i punktowe

czynne codziennie 13.00 - 20.00, soboty 10.00 - 13.00

Leczenie zachowawcze, chirurgiczne, implantologiczne,
protetyczne, zabiegi w narkozie

J/0043



PRYWATNY GABINET STOMATOLOGICZNY

Radom, ul. Spółdzielcza 12
zapisy - tel. 48 385 00 17

lek. stom. Elżbieta Kaczkowska

lek. stom. Renata Leszczyńska

lek. stom. Ewa Miernicka-Kołtunowicz

lek. stom. Alicja Sulima-Dolina

PROTETYKA - korony, mosty protezy

PROFILAKTYKA - leczenie dzieci i dorosłych

Możliwość leczenia w ramach NFZ

Bezpłatne profilaktyczne lakierowanie zębów stałych u dzieci i młodzieży

Czynne: pn-pt w godz. 9-18, DYŻUR
sobota 14-18

J/0402

RTG zębów

GABINET STOMATOLOGICZNY

lek. stom. Justyna Głowacz
Katarzyna Wróbel-Kaczorowska

Pełen zakres usług:

- profilaktyka
- stomatologia zachowawcza
- stomatologia dziecięca
- chirurgia i protetyka stomatologiczna
- stomatologia estetyczna
- wybielanie zębów
- usuwanie osadu przez piaskowanie "AIR FLOW"
- RTG

ORTODONCJA
(aparaty stałe i zdejmowane)

Radom, ul. Poniatowskiego 6/20



048 36 21 899

G/0369



ORTO-CENTRUM

Ewa Oźga

lek. stom. SPECJALISTA ORTODONTA

ul. Szpitalna 5 lok. 8
26- 600 Radomtel. 48 362 10 93
tel. kom. 608 351 574Godziny przyjęć:
pon. 10 - 15
wt. 14 - 18
śr. 9.30 - 14.30
czw. 14 - 18

J/0563

J/0410

Łączymy swoją wiedzę i doświadczenie
definiując nową jakość opieki medycznej



+ PROF-MED = **polmedic**



Zapraszamy do naszych placówek:

ul. Okulickiego 76 | ul. Okulickiego 74 | ul. Domagalskiego 7 | ul. Osiedlowa 9

polmedic

Telefoniczna rejestracja:

48 386 90 60

www.polmedic.com.pl

Z/0201

SPZOZ Poradnia Medycyny Rodzinnej

Radom, ul. Żeromskiego 31
tel. 48 362 89 47
czynne codziennie
w godz. 8.00-18.00

PRZYJMUJĄ LEKARZE:

Waldemar Przybyłowicz
internista, specj. med. rodzinnej

Izabela Pacek-Wiśnicka
pediatra, specj. med. rodzinnej

Małgorzata Treter
spec. pediatra, specj. med. rodzinnej

Ayoub Sayed
pediatra, lek. rodzinny

Elwira Jęczyńska
lek. rodzinny

USŁUGI PIEŁĘGNIARSKIE

gabinet zabiegowy:

- EKG
- pomiar RR
- iniekcje
- szczepienia ochronne

BADANIA KIEROWCÓW i OKRESOWE

pon 15-16, wt 8-14
Środy 15³⁰-16³⁰, czwartek 15-16

Bezpieczne ferie

Jak udzielić pierwszej pomocy, co zrobić, żeby uniknąć niebezpiecznego wypadku w górach i jak zareagować, gdy się przydarzy – tego przez całe ferie będą uczyć ratownicy GOPR.

Nauka bezpiecznych zachowań w górach oraz na stokach narciarskich odbywa się w ramach cyklu „Bezpieczna zima”. W ten weekend szkolenia oraz pokazy akcji ratowniczych odbywają się w stacji narciarskiej Jaworzyna Krynicka (woj. małopolskie).

Kolejne edycje akcji zaplanowane są na **Czarnej Górze (8-9 lutego)**, na **Bani w Białce Tatrzańskiej (15-16 lutego)**, na **Czyrnej-Solisku w Szczyrku (22-23 lutego)** oraz na **Gryglówce w Zieleńcu (1-2 marca)**.

Naczelnik GOPR Jacek Dębicki osobom dopiero wybierającym się na narciarskie ferie radzi, aby przed wyjazdem zadbać o kondycję i posiadany sprzęt narciarski, przede wszystkim sprawdzić, czy właściwie ustawione są wiązania narciarskie.

Na stoku przed rozpoczęciem zjazdów trzeba przeprowadzić rozgrzewkę. Powinno się wybierać trasy dostosowane do posiadanych umiejętności, zaczynać od stoków łagodniejszych potem stopniowo przechodzić na trudniejsze. Na trasach należy stosować się do zasad, opisanych na umieszczonych tam tablicach informacyjnych i znakach.

Ratownicy GOPR zachęcają dorosłych do używania kasków podczas jazdy na nartach i snowboardzie, pomimo że obowiązek taki dotyczy w Polsce osób

NZOZ OŚRODEK PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ w RADOMIU ul. 1905 ROKU 21 (I piętro, wejście z tyłu budynku)

ALKOHOLIZM, HAZARD, NARKOMANIA

Tel.: 48 383 66 72, 48 383 66 73
poniedziałek-piątek godz. 9⁰⁰ - 17⁰⁰
Kom.: 608 206 472

www.odwyk.radom.pl

**DZIENNY ODDZIAŁ TERAPII
DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH**

H/0448



Fot. Magdalena Skrok

do 16. roku życia. Jak podkreślają, kaski ratują ludzi przed głębszymi urazami, a nawet przed utratą życia.

Dębicki powiedział PAP, że pierwsze dwa tygodnie ferii w polskich górach upłynęły bezpiecznie. Ratownicy pomagali głównie przy typowych urazach narciarskich, jak złamania i skręcenia, ale kontuzji było mniej niż rok temu o tej samej porze.

„Odnotowaliśmy sporo mniej wypadków niż rok temu, ale jest to spowodowane tym, że warunki śnieżne są gorsze, mniej jest czynnych tras i wyciągów, a wiele osób zrezygnowało z przyjazdu w góry, zniechęconych niesprzyjającą pogodą dla narciarzy” – dodał Dębicki.

Dwutygodniowe ferie zimowe 17 stycznia, jako pierwsi, rozpoczęli uczniowie z województw: lubelskiego, łódzkiego, podkarpackiego, pomorskiego i śląskiego. Od 25 stycznia do 9 lutego przerwę w nauce mają uczniowie z województw: podlaskiego i warmińsko-mazurskiego. W sobotę zimowy wypoczynek zaczęły województwa: kujawsko-pomorskie, lubuskie, małopolskie, świętokrzyskie i wielkopolskie. Jako ostatni – od 15 lutego do 2 marca – wypoczywać będą uczniowie z województw: dolnośląskiego, mazowieckiego, opolskiego, zachodniopomorskiego.

Partnerem akcji „Bezpieczna zima” jest Mercedes-Benz, który od trzech lat

**Dyrektor
Samodzielnego Wojewódzkiego Publicznego Zespołu Zakładów
Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej w Radomiu,
ul. Krychnowska 1, zatrudni:**

- ➡ 1. Lekarza specjalistę psychiatrę,
- ➡ 2. Lekarza specjalistę psychiatrę dzieci i młodzieży lub psychiatrę dziecięcego,
- ➡ 3. Lekarza bez specjalizacji chcącego specjalizować się w zakresie psychiatrii
- ➡ 4. Lekarza specjalistę chorób wewnętrznych,
- ➡ 5. Lekarza specjalistę pediatrę

**Informacje:
tel.:
48 332 27 69**

Dla lekarzy chcących się specjalizować zapewniamy atrakcyjne wynagrodzenie, przewidujemy możliwość pracy dodatkowej oraz pełnienie dyżuru oddziałowego, jak również współfinansowanie najmu lokalu mieszkalnego.

Akademickie Centrum Medyczne

Bezinwazyjne leczenie skolioz, kifoz i lordoz dzieci i młodzieży
Metodą F.E.D jedyne urządzenie w regionie

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

wspiera GOPR – firma m.in. na początku ferii przekazała ratownikom osiem samochodów terenowych, które używane są podczas akcji.

Jak poinformował naczelnik Dębicki, ratownicy GOPR zabezpieczają obecnie około połowę wszystkich tras narciarskich w naszym kraju. Ponad 100 ratowników zawodowych i 1,3 tysiąca ochotników w ramach siedmiu regionalnych grup, na które podzielony jest GOPR: Beskidzkiej, Bieszczadzkiej, Jurajskiej, Karkonoskiej, Krynickiej, Podhalańskiej, Wałbrzysko-Kłodzkiej – pro-

wadzi codzienne dyżury na stokach narciarskich i turystycznych szlakach.

Źródło: <http://www.m.deon.pl/wiadomosci/polska/art,20654,ferie-gopr-uczny-bezpiecznych-zachowan.html>

**dia RADOM
Gnosis**

ul. Tochtermana 1

(budynek Radomskiego Szpitala Specjalistycznego)
26-610 Radom

**REZONANS
MAGNETYCZNY**

- Nowoczesny aparat GE 1,5T - pełny zakres badań
- Badania bezpłatne **NFZ**
- Badania prywatne - krótkie terminy (także bez skierowania)

**Rejestracja telefoniczna:
48-361-5394
poniedziałek – piątek: od 8 do 18**

USG

dr n.med. Jarosław Więckowski
specjalista radiodiagnostyki

BADANIA: jamy brzusznej, tarczycy, piersi, prostaty, prześciemiączkowe, stawów biodrowych, kolanowych, kolor doppler i inne

BIOPSJE: gruczołów piersiowych, tarczycy, prostaty

Radom, ul. Żeromskiego 64
tel. 48 364-22-66
695434813

Nowy Aparat VOLUSON 730

Akademickie Centrum Medyczne

Laboratorium diagnostyki wad postawy

- stóp, kręgosłupa oraz równowagi i koordynacji dla dzieci, dorosłych oraz sportowców
indywidualne wykonywanie wkładek ortopedycznych

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

**Gabinet
INTERNISTYCZNO-
HEMATOLOGICZNY**

Jolanta Wójcik
hematolog

Radom, ul. Prażmowskiego 33a, p.208
wtorek, czwartek 16-18
tel. 608490043

AF/0338

ZDROWIE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

RÓŻNE
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

BADANIA
www.zdrowko.com

Oferta dla naszych czytelników



Zanim Ignacy Loyola stał się świętym, był paziem na dworze króla Hiszpanii, a później jego żołnierzem. Wiódł barwne życie, nie stroniąc od kobiet i pojedynków. Był gwałtownikiem pragnącym ziemskiej chwały i uznania. François Sureau opisuje drogę jego przemiany – od królewskiego, do Bożego rycerza.

Inigo (baskijskie imię Ignacego) poznajemy kiedy przygotowuje się do obrony Pampeluny. Świadom nieuniknionej klęski postanawia wyznać nieznanemu towarzyszeniowi swoje grzechy. Bitwa istotnie kończy się porażką Hiszpanów. Młody żołnierz zostaje ranny, kiedy pocisk armatni mija działo mu nogę. W uznaniu dla jego waleczności zwycięscy Francuzi puszczają go wolno. Inigo wraca do rodzinnego domu w Loyoli. Czas tam spędzony przemienia go. Pod wpływem lektury Złotej legendy Jakuba de Voragine oraz Vita Christi Ludolfa Kartusza, poznaje myśli świętych i doświadcza pragnienia służenia Bogu. Mimo że jego noga nie odzyskuje dawnej sprawności, postanawia wyruszyć jako pielgrzym w poszukiwaniu miejsca i roli jaką wyznaczył mu Stwórca. Doświadcza radości ze służenia innym, czerpie siłę z modlitwy, żyje dla innych nie dla siebie. Jego przemiana jest głęboka i radykalna. Jednak w pewnym momencie dotyka go poczucie smutku, opuszczenia przez Boga, i porażającego ciężaru własnych grzechów. Ten bolesny i trudny czas zostaje mu w końcu wynagrodzony. Bóg dotyka go swoją miłością. Powraca radość, chęć do życia i modlitwy. To doświadczenie sprawi, że Ignacy napisze *Ćwiczenia duchowe* – książkę, której treść stanie się podstawą duchowości ignacjańskiej.

Magdalena Skrok

Wydawnictwo WAM
e.wydawnictwowam.pl

Książka **Ignacy Loyola. Przebudzenie** kosztuje 19,90 zł. Czytelnicy Zdrówka mogą ją nabyć w specjalnej promocyjnej cenie **15,92 zł** w Księgarni Wysyłkowej Wydawnictwa WAM. **Aby uzyskać rabat, przy składaniu zamówienia należy podać kod ZD1.**

Księgarnia Wysyłkowa Wydawnictwa WAM
ul. Kopernika 26, 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 260-261, 12 62 93 447, faks 12 62 93 261
zamowienia@wydawnictwowam.pl

NZOZ DIAMED
w trosce o Twoje zdrowie...

Mammografia
zrób to dla siebie

BEZPŁATNE BADANIA MAMMOGRAFICZNE dla kobiet od 50 - 69 roku życia

informacja i rejestracja: pon-pt 9.00 - 17.00
tel. 48 386 90 33, kom. 530 121 929
Radom, ul. Sucha 2/13

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

B/0560

CENTRUM FERTILITY CARE
Poradnia Rozpoznawania Płodności i Zdrowia Kobiety "Dar Życia"

Radom, ul. Górnicza 6/32
Katarzyna Kaszo-Stanik
Instruktor Creighton Model System
tel: 510 052 049
Wizyty po uzgodnieniu telefonicznym

G/0562

Akademickie Centrum Medyczne

Zabiegi w chirurgii naczyniowej
specjaliści z Warszawy

Radom ul. Struga 60 tel. 48 330 84 11, www.acm.radom.pl

F/0557

Radom, ul. Słowackiego 140a, tel/fax: 48 365 05 56, kom. 502 451 002
Czynne: pon-pt:10-17

Oprawa certyfikatów, dyplomów obrazów i luster, szkło

Lustra: w ramach i łożienkowe
Oprawa grafik, plakatów i zdjęć
Lustra fazowane
Półki szklane i akcesoria

Passe-partout
lusterka samochodowe
szyby zespolone do okien PCV
Zamówienia indywidualne

Y/0504

SALON MEDYCZNY ARMED-ORT



Radom, ul. Bernardyńska 1

48 360 10 26
48 340 29 03

Przyjęcia pacjentów
od poniedziałku do piątku 8-17,
soboty 9-13

Profesjonalny dobór zaopatrzenia
ortopedycznego i pomocniczego

Wykonywanie wkładek
ortopedycznych

Darmowe badania podoskopowe
wykonywane przez
inżyniera biomedycznego
i technika biomechaniki
Fachowy personel

**PUNKT ZAOPATRZENIA
STOMIJNEGO**

czynny
od poniedziałku do piątku 8-16

www.armed-ort.pl

lek. med. **Piotr Słyk**

specjalista chorób dziecięcych, radiolog

USG SPECJALISTYCZNY
GABINET PEDIATRYCZNY
oraz BADANIA

Radom, ul. Sienkiewicza 32
tel. **48 36-26-058**

wtorek 14⁰⁰ - 15⁰⁰ środa 15³⁰ - 17⁰⁰

również
WIZYTY DOMOWE

Tel. dom. **48 385-11-42**
tel. kom. **603208589**

Katarzyna Sulecka-Skuza

LEKARZ CHOROŃ DZIECIĘCYCH

**WIZYTY
DOMOWE** **48 34-59-607**
603605986

S/0028

GABINET PEDIATRYCZNY
wizyty domowe

MARTA NAZIMEK
specjalista chorób dzieci, diabetolog

tel. **696 50 15 15**

"DORadca"

Kancelaria Doradztwa Podatkowego
Dorota Nowak
nr wpisu 10411

Radom, ul. 1905 Roku 1/9 lok. 21B

Prowadzenie:

- ksiąg rachunkowych,
- podatkowej księgi przychodów i rozchodów,
- ewidencji VAT

Porady podatkowe, konsultacje,
sporządzanie opinii,
optymalizacja podatkowa,
w tym również dla aptek,
firm farmaceutycznych,
praktyk lekarskich i stomatologicznych.

tel. kom. **793027097**, tel. **48 3602761**

Jubileusz czyli trochę historii...



W 1773 r. papież Klemens XIV, pod naciskiem wrogów Kościołowi i Towarzystwu dworów burbońskich, rozwiązał zakon Towarzystwa Jezusowego, czyli jezuitów, których istnienie zatwierdził papież Paweł III w 1540 r.

Na szczęście dla jezuitów caryca Katarzyna II nie odczytała papieskiego breve „Dominus ac Redemptor noster” o kasacie zakonu z 1773 r., a było to warunkiem – ze względu na rodzaj papieskiego dokumentu – likwidacji Towarzystwa.

Po rozwiązaniu zakonu, Białoruś stała się jedynym legalnym ośrodkiem działania jezuitów.

Jezuici opuścili Rosję w 1816 r. po 48 latach obecności. Dzięki przetrwaniu tam okresu kasaty, to oni właśnie zapewnili ciągłość pomiędzy zakonem starym sprzed 1773 r., a nowym, odrodzonym w 1814 r.

W niedzielę 7 sierpnia 1814 r., papież Pius VII przybył do kościoła Najświętszego Imienia Jezus (II Gesù) – kościoła-matki Towarzystwa Jezusowego. W tym szczególnym miejscu postanowił dokonać kanonicznego przywrócenia zakonu.

Uroczyste wydarzenie w kościele II Gesù było zwieńczeniem procesu trwającego kilkanaście lat. Wobec niemożliwości urzeczywistnienia swojego zamysłu wskrzeszenia zakonu w 1800 r., papież dokonywał tego stopniowo. W sierpniu 1814 dopełnił dzieła. Jezuici ocaleni przed kasatą na Białorusi, w procesie przywracania zakonu do istnienia, odegrali wyjątkową rolę, której nie sposób przecenić.

Rok 2014 jest dla jezuitów okazją do dziękowania Bogu za te wielkie wydarzenia sprzed 200 lat.

W 1947 r. także w naszym mieście zamieszkali jezuici i podjęli pracę w rektorskim kościele św. Trójcy. Po latach starań mogli wybudować swój klasztor przy ulicy Tybla 4. W świątyni cały dzień jest możliwość adoracji – modlitwy oraz spowiedzi. Spowiedź trwa od rana do godziny 12.00 i od 15.00 do końca wieczornej mszy św.



ZAPROSZENIE

Hospicjum Królowej Apostołów w Radomiu
zaprasza

LEKARZY I PIEŁĘGNIARKI

do bezinteresownej służby chorym na nowotwory,
ich rodzinom i osieroconym, szczególnie osieroconym dzieciom.

Posługa realizowana jest w ramach WSPÓLNOTY HOSPICYJNYCH WOLONTARIUSZY
(medycznych i niemedycznych).

W imieniu radomskiej Wspólnoty hospicyjnej
ks. Marek Kujawski SAC
Duszpasterz Hospicjum

Hospicjum Królowej Apostołów
ul. Wiejska 2, 26-600 Radom
tel. **48 36 681.44 lub 605 980 214**
e-mail: hospes@hospicjum.radom.pl, www.hospicjum.radom.pl

www.nzoz-srodmiescie.pl



Z/0262

Niepubliczny Zakład
Opieki Zdrowotnej**"ŚRÓDMIEŚCIE 1"** sp. z o.o.

Radom, ul. Staszica 6/8

tel. 48 363 46 14, tel/fax: 48 36 267 28

czynne w dni powszednie od 8-18
zapisy telefonicznie lub osobiście

ŚWIADCZYMY USŁUGI MEDYCZNE

BEZPŁATNIEW OPARCIU O UMOWĘ Z NFZ
Podstawowa Opieka Zdrowotna

Przyjmują lekarze:

Bożena Batory	lek. chorób dziecięcych, neurolog dziecięcy
Agnieszka Godek	spec. med. rodzinnej
Wiesława Korycka	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Agnieszka Lengowska	specj. ch. wewn., specj. med. rodz.
Piotr Liss	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Marzena Maksym	specj. ch. dziecięcych, alergolog
Iwona Orczykowska	lek. ch. wewn., specj. med. rodz.
Barbara Skowrońska-Juszkiewicz	specj. chorób dziecięcych
Jolanta Ostrowska	lek. med. pracy, dermatolog

PORADNIE SPECJALISTYCZNE
UMOWA Z NFZ**ALERGOLOGICZNA**

Marzena Maksym - alergolog

NEUROLOGII DZIECIĘCEJ

Bożena Batory - neurolog dziecięcy

GINEKOLOGICZNO POŁOŻNICZA

Wojciech Godek - gin. poł.

OFERUJEMY BADANIA WSTĘPNE
I OKRESOWE DO PRACY**GABINETY PRYWATNE**

Bożena Batory lek. chorób dziecięcych, neurolog dziecięcy

tel: 503 767 519

Marzena Maksym specj. ch. dziecięcych, alergolog

tel: 603 795 991

Agnieszka Lengowska specj. ch. wewn., specj. med. rodz.

tel: 505 259 324

wizyty w miejscu lub domowe
po uzgodnieniu telefonicznym**ADAM KRAJEWSKI**specjalista dermatolog
specjalista alergolog

przyjmuje

pon. - pt. 15-17

Radom, ul. Żeromskiego 105a

tel. 48 362-12-25

D/0047

ESTIVANCE

Dr n. med. Maciej Krajewski

specjalista dermatolog

(zaufanie ok. 30 tysięcy pacjentów
w Radomiu i w Warszawie od 2000r.)

www.estivance.pl

dermatologia estetyczna i dermatochirurgia

najsukuteczniejsze systemy laserowe



(BEAUTY EXPERT magazynu URODA)

(BEAUTY EXPERT magazynu URODA)

• **BOTOX**

• wypełnianie zmarszczek

• **THERMAGE**

• nieinwazyjny lifting

• plastyka powiek

• odchudzanie

KLINIKA NR 1. W LECZENIU BLIZN*

Radom (Ustronie), ul. Gagarina 1, tel. 48 360 44 56

Warszawa (Mokotów), ul. Bukowińska 22a, tel. 22 898 34 51

D/0432

SKLEP MEDYCZNY

Radom, ul. Giserska 4 tel. 48 36-511-88



REFUNDACJA

- umowa z

NFZ* **CYFROWE APARATY SŁUCHOWE
I WSZELKIE AKCESORIA** *

* Sprzęt ortopedyczny i rehabilitacyjny

* Pieluchomajtki * Sprzęt stomijny *

* Wózki inwalidzkie * Laski, kule, balkoniki *

* Peruki * Protezy piersi * Obuwie i wkładki ortopedyczne *

* Materace i poduszki przeciwoleżynowe *

Glukometry * Ciśnieniomierze * Inhalatory * Ssaki *

**APARATY DO MIERZENIA CIŚNIENIA
GŁOŚNOMÓWIĄCE**

SERWIS GWARANCYJNY I POGWARANCYJNY NA MIEJSCU

BEZPŁATNE badanie słuchu, laryngolog-konsultacjeZAPRASZAMY: Pon.-Czw. 9-17, Pt. 9-16, So. 9-13
www.stymat.pl stymat.radom@vp.pl**Przychodnia Weterynaryjna Pankracy****DYŻUR CAŁODOBOWY**

Radom, ul. Maratońska 1/1, tel. (48) 331 52 76

USG, RTG, LABORATORIUM, SZPITAL, SKLEP

www.pankracy.radom.pl

W/0479



Religijny sens wypoczynku

„Cykl pracy i odpoczynku, wpisany w ludzką naturę jest zgodny z wolą samego Boga, co poświadcza opis z Księgi Rodzaju. Odpoczynek jest rzeczą »świętą«, pozwala bowiem człowiekowi wyrwać się z rytmu ziemskich zajęć, czasem nazbyt go pochłaniających, i na nowo sobie uświadomić, że wszystko jest dziełem Boga” – napisał w Liście o Świętowaniu Dnia Pańskiego bł. Jan Paweł II.

Jest prawdą, że dla wielu nawet kilka dni urlopu w czasie ferii lub wakacji stanowi swoistego rodzaju wyzwanie. Trzeba jednak postawić sobie pytanie, czy być może my sami, przez nasz sposób życia, zaangażowania w sprawy doczesne, nie jesteśmy jakąś ostateczną przyczyną także tego faktu, że nie stać nas na choćby krótkie, wakacyjne wytchnienie. W cytowanym na początku liście apostołskim o świętowaniu niedzieli Jan Paweł II zauważył, że „dla chrześcijan nie jest to sytuacja normalna, gdy niedziela, dzień święta i radości, nie jest także dniem odpoczynku, a w każdym razie trudno im świętować niedzielę, jeśli nie dysponują odpowiednią ilością wolnego czasu”. Analogicznie możemy powiedzieć, że nie jest to sytuacja normalna, gdy w czasie ferii lub wakacji nie mamy – albo sami nie dbamy o to, by mieć – choćby kilku dni wypoczynku.

Trudno przedstawić wszystkie powody tej „nienormalnej” sytuacji. Czy jednak gdzieś u jej podłoża nie leży zapomnienie o tym, że cykl pracy i odpoczynku wpisany jest w ludzką naturę, że człowiek dla zachowania swojej ludzkiej godności potrzebuje odpoczynku i odprężenia? Warto w tym miejscu – wzorem Jana Pawła II – dodać natychmiast jeszcze jedną myśl, a więc wskazać na jakże niezbędny, wręcz podstawowy warunek prawidłowego rozumienia odpoczynku. Papież upomina: „prawo pracownika do odpoczynku zakłada prawo do pracy, a zatem musimy wspomnieć z głębokim z troskaniem o dramacie wielu ludzi, którzy z powodu braku miejsc pracy są zmuszeni do bezczynności nawet w dni robocze”. Trudno mówić o feriach czy wakacyjnym wypoczynku komuś, dla kogo wszystkie dni roku naznaczone są lękiem i obawą o przyszłość, o miejsce pracy i zatrudnienie, którego ciągle nie można dostać. I niewątpliwie jest to także „nienormalna” sytuacja.

Zastanówmy się jednak, jaki sens niesie w sobie odpoczynek w wymiarze religijnym? Odpoczynek w wymiarze religijnym to szansa na zachwycenie się dziełem stworzenia, tak często niedostrzeganym w codziennym zabieganiu. Zaplanowany odpoczynek jest również szansą na pogłębienie naszych rodzinnych więzi. Tak

często zagonieni, uwikłani w nasze własne interesy i sprawy, dopiero w zaciszu domu uświadamiamy sobie, że nie wolno zapominać nawzajem o sobie, że każdy z nas odpowiedzialny jest za budowanie naszych rodzinnych więzów. I w tym właśnie sensie odpoczynek jest „rzeczą świętą”, albowiem pozwala dostrzec nie tylko najbliższych, ale także tych, dla których każdy z nas, właśnie wypoczywając, może stać się szczególnym darem z samego siebie. Jest w naszej aktywności czas na pracę i czas na odpoczynek, czas na troskę o ducha i o ciało. Pomniejszanie któregokolwiek z elementów tworzących człowieka, może mieć zgubne skutki dla całej osoby. Warto zatroszczyć się o harmonię między pracą i odpoczynkiem, między duszą i ciałem, między wiarą i naturą.

DORADCA PODATKOWY

Radom, ul. Miła 17 lok. 15
tel. 48 36 36 771

Zenona Anna Pierzchała
nr wpisu 00497

Prowadzenie ksiąg:

- podatkowych
- handlowych
- ryczałtu, ZUS i płace

również dla prywatnych gabinetów
lekarskich i stomatologicznych,
hurtowni farmaceutycznych, aptek

**KOMPLEKSOWA OBSŁUGA
DUŻYCH I MAŁYCH FIRM**

Rozważania

Centrum człowieka potrzebuje przebudzenia.

Prawdziwy przyjaciel, dobry przewodnik duchowy, charyzmatyczny kaznodzieja usiłuje przemawiać i apelować do centrum drugiego człowieka i budzić je w nim. Przez zewnętrzną skorupę dociera do głębi, do której temu drugiemu, często

samemu, nie udaje się wejść. Tam, w głębi, zaczyna wówczas w tym człowieku coś tak wołać, że przywołany czuje się przynaglony iść ku wnętrzu i zaczyna tęsknić za domem. Przyjaciel nie musi bynajmniej wskazywać, jaką drogą należy pójść. Gdy ktoś ze swego wnętrza rozpoznał to przynaglenie i jest autentyczny wobec samego siebie, to droga dość wcześnie ukaże mu się sama. Nasz najlepszy przewodnik jest przecież obecny w nas samych.

(Wilfrid Stinissen †)

KOLPORTAŻ

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny
w Radomiu
Przychodnie Lekarskie
SWPZZPOZ Krychnowice
Radomski Szpital Specjalistyczny
SPZOZ w Koźlenicach
NSZOZ, NZOZ
Gabinety Lekarskie
Laboratoria
Apteki województwa mazowieckiego

Informacje i przyjmowanie ogłoszeń:

Redakcja: Radom, ul. Kusocińskiego 7a/18,
tel. 48 33 11 259 lub 601 319 048
internet: www.zdrowko.com zakładka cennik,
e-mail: zbignum@op.pl
lub przez przedstawiciela
Jacka Gumińskiego tel.: 603 401 024

Wydawca nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam

POSŁUGA DUSZPASTERSKA W SZPITALACH

RSS TOCHTERMANA

MSZA ŚWIĘTA - Niedziela - 9.30
pn. - sob. - 7.30

Kaplica otwarta w godz. 6.00 - 21.00

UDZIELANE SAKRAMENTY:

EUCHARYSTIA: roznoszenie Komunii świętej:

- codziennie godz. 6.00 - 12.30.

SPOWIEDŹ: podczas roznoszenia komunii św.

lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH

- udzielany jest podczas roznoszenia Komunii św.

lub w innym czasie na prośbę chorego lub rodziny.

TELEFON DYŻURNY: 602307457

KAPELANI: ks. kan. M. Bandos, ks. G. Wójcik

OR GISERSKA

Msza Święta - Niedziela i Uroczystości - godz. 14.30

WSS JÓZEFÓW

MSZA ŚWIĘTA z homilią pn. pt. godz. 15.00

w soboty, niedziele i święta nakazane godz. 11.00

Adoracja Najświętszego Sakramentu –

poniedziałek- piątek godz. 14.30

sobota- niedziela, święta 8.00 - 10.30

SPOWIEDŹ: w czasie adoracji

lub podczas odwiedzin chorych

SAKRAMENT NAMASZCZENIA CHORYCH: środy

na Mszy świętej i codziennie na oddz. szpitalnych.

ODWIEDZINY CHORYCH: pn. - pt. 9.00 - 13.00

sobota, niedziela, święta 8.00 - 10.30

REKOLEKCJE dla chorych i personelu szpitala

Adwent: - od środy do piątku po III ndz adwentu

Wielki Post – od środy do piątku po V ndz. WP

TELEFON z dyżurki pielęgniarek ##066 lub ##067
dzień odpustu w kaplicy - 11 lutego.

KAPELANI: ks. dr R. Kacprzak i ks. B. Dawidowicz

SWPZZPOZ KRYCHNOWICE

MSZA ŚWIĘTA w kaplicy szpitalnej:

od pn. do so. godz. 7.45, Niedziela o godz. 9.30

SPOWIEDŹ: codziennie w kaplicy lub na oddziale

KAPELANI: ks. M. Kszczot, ks. K. Wójcik

ZDROWIE
www.zdrowko.com

GINEKOLOGIA
www.zdrowko.com

POSŁUGA DUSZPASTERSKA W SZPITALACH
www.zdrowko.com

TANIA APTEKA RODZINNA



Radom, ul. Traugutta 40
Czynna: Pon-Pt: 8-22, Sb: 8-14

tel. 48 330 84 12

A/0568

Apteka

mgr farm.

Przemysław Niedziałek

Radom,
ul. Komandosów 4
tel. 48 363 43 41

ul. 11 Listopada 69/77 lok. 7
tel. 48 360 74 83

A/0006

APTEKA

Radosław Pawlik
mgr farm.

Radom
ul. **Warszawska 4**

tel. **48 36 47 101**

A/0131

APTEKA „ASTRA”

Radom, ul. 25-go Czerwca 5
(obok ronda przy ul. B. Prażmowskiego)

☎ 48 363-74-64

CZYNNE
PN-PT 8.30 - 19.00
SOBOTY 9.00 - 14.00

A/0003

APTEKA

mgr farmacji
Helena Borysewicz-Pawlik

Radom
ul. Chrobrego 9

tel. **48 36 407 07**

A/0007

ul. Okulickiego 47
Radom

pon - sob: 7.00 - 21.00
nd: 9.00 - 20.00

APTEKA Medella

7 dni w tygodniu

A/0556

PRYWATNY TRANSPORT
MEDYCZNY



☎ 515 341 100

☎ 515 341 102

z domu do szpitala,
ze szpitala do domu
na konsultacje lekarskie,
na badania i zabiegi rehabilitacyjne
na komisję ZUS, do sanatorium
do dentysty, urzędów, banków, sądów, na wybory



26-600 Radom, ul. Żeromskiego 94,
www.deltamed.com.pl

Y/0574

APTEKA

mgr farm. Radosław Pawlik

Radom,
ul. Niedziałkowskiego 19/21
(róg Staszica)

tel.: **48 362 3442**

zapraszamy

A/0500