

13 października 2025

AGATA RADOSH
Przebaczenie
— droga do zdrowia
i wolności

Zapraszamy 16 października 2025 roku o godzinie 17⁰⁰
Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka
im. Gustawa Herlinga-Grudzińskiego, ul. Jana Pawła II nr 5

Bez urazy. Spotkanie w „Klubie Zdrowia”

„Przebaczenie - droga do zdrowia i wolności” - taki tytuł będzie nosiło dziesiąte już spotkanie w „Klubie zdrowia - o zdrowi między książkami”, na które zapraszamy w czwartek, 16 października na godz. 17 do naszej biblioteki. Patronat honorowy nad wydarzeniem objęła Renata Janik - marszałek województwa świętokrzyskiego.

Temat przebaczenia niezmiennie porusza i skłania do refleksji. Sam proces przebaczenia często bywa trudny i bolesny, wymaga odwagi, dojrzałości emocjonalnej i gotowości do zmiany perspektywy. O tym wszystkim mówić będzie Agata Radosh - znana już naszym klubowiczom prelegentka. Zajmuje się ona edukacją w zakresie ochrony i promocji zdrowia, prowadzi *Stowarzyszenie Promocji Zdrowego Stylu Życia - Sięgnij Po Zdrowie* w Poznaniu i *Klub Zdrowia* w Chrzanowie. Jest autorką wielu publikacji, m.in. książki *“Sięgnij po zdrowie*

1”.

Podczas spotkania uczestnicy dowiedzą się m.in. czym naprawdę jest przebaczenie, jak przebaczenie lub jego brak wpływa na zdrowie emocjonalne, fizyczne i relacje z innymi, w jaki sposób odpuszczenie urazy może otworzyć przestrzeń na spokój i wewnętrzną wolność oraz jak kształtować w sobie postawę przebaczenia w codziennym życiu.

Udział w tym inspirującym spotkaniu to wyjątkowa okazja, by zgłębić uzdrawiającą moc przebaczenia i zatrzymać nad własnym doświadczeniem – z otwartością, zrozumieniem i nadzieją.

Jak zwykle spotkaniu towarzyszyć będzie konkurs oraz degustacja potraw przygotowanych zgodnie z zasadami zdrowego odżywiania się. Goście będą mogli skorzystać z porad i przepisów służących dobrej kondycji fizycznej.

Spotkanie w ramach „Klubu zdrowia – o zdrowiu między książkami” odbędzie się w czwartek, 16 października o godz. 17. Wstęp wolny.

Organizatorami wydarzenia są : Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka im. Gustawa Herlinga-Grudzińskiego w Kielcach, Chrześcijańska Służba Charytatywna „Blisko Serca”, partnerem Stowarzyszenie Promocji Zdrowego Stylu Życia – Sięgnij Po Zdrowie oraz Kościół Adwentystów Dnia Siódmego.

Patronat medialny nad cyklem wydarzeń sprawują: Echo Dnia, Radio Kielce, Radio eM oraz TVP – Oddział w Kielcach.

Na kolejne spotkania w ramach Klubu Zdrowia zapraszamy:

13 listopada – wykład poświęcony ziołom

11 grudnia – wykład o praktycznym zastosowaniu hydroterapii

Galeria zdjęć

