tygodnik
PŁOCKI

Środa,
Nr 16 (2732)
22 kwietnia 2026 r.

Cena 5,90 zł (w tym 5% VAT)
ISSN 02086972, INDEKS 379409
Nakład: **6 000**

UKAZUJEMY SIĘ NA MAZOWSZU PÓŁNOCNYM W POWIATACH:
● PŁOCK ● GOSTYNIN ● SIERPC



Sierpc: ukrył się pod stertą ubrań…

Miał spędzić najbliższe dwa lata w więzieniu, ale uznał, że lepszym miejscem będzie strych starej kamienicy w Sierpcu. Choć matka 25-latka zapewniała, że syn wyszedł z domu, policjanci w to nie uwierzyli. Po chwili znaleźli poszukiwanego... pod stertą ubrań.

>6



Gostynin: 3 promile - gwarantowane dachowanie!

Mieszkaniec powiatu gostynińskiego kierując ciągnikiem rolniczym zderzył się ze Skodą prowadzoną przez 42-letniego mężczyznę. Jak ustalili policjanci, kierowca ciągnika był pijany – miał ponad 3 promile alkoholu w organizmie, a dodatkowo prowadził pojazd mimo dwóch obowiązujących sądowych zakazów oraz cofniętych uprawnień.

>29



Przywiózł z Włoch złoto i srebro

Marcin Malesa, pochodzący z Płocka zawodnik brazylijskiego jiu-jitsu, odniósł ogromny sukces podczas zawodów Milan International Open IBJJF Jiu-Jitsu Championship 2026. Z Włoch wrócił ze złotym oraz srebrnym medalem, potwierdzając swoją wysoką formę na arenie międzynarodowej.

>46

Kradła w drogeriach dla adrenaliny. 15-latka wpadła na gorącym uczynku > 4

Punkt widokowy, miejsca parkingowe i kanalizacja

Zmiany na nabrzeżu wiślanym



● Czytaj str. 4

Będzie można przejechać jednośladem przez Most Legionów Piłsudskiego

Inwestycja wyczekiwana przez rowerzystów

Płocki Miejski Zarząd Dróg oraz firma STRABAG podpisały umowę na zaprojektowanie i wybudowanie ścieżki rowerowej podczepionej pod Mostem Legionów Piłsudskiego. W imieniu MZD podpis złożył dyrektor Tomasz Żulewski, a firmę z Pruszkowa reprezentował jej dyrektor techniczny – Mikołaj Gomuła.

> Szczegóły na str. 5



9 770208 697753 16
Numer w sprzedaży do 28.04.2026



Partner główny dodatku
Mazowsze. serce Polski

eprasa.pl 77757f9567

Podpowiadamy, gdzie się wybrać...

Jazzowa energia na żywo

22 kwietnia o godz. 19.00 w sali koncertowej POKIS (ul. Jakubowskiego 10) wystąpi Kinga Głyk – jedna z ciekawszych postaci młodego polskiego jazzu. Koncert odbywa się w ramach cyklu Kawiarnia Jazzowa i jest częścią trasy „The Chapters Tour 2026".

Artystka zaprezentuje autorski repertuar, łączący jazzową improwizację z nowoczesnym, elektronicznym groove'em. Na scenie usłyszymy utwory z jej pięciu albumów, w tym najnowszego „Real Life". Do pisania swoich utworów inspirują ją dźwięki i ludzie. Sama przyznaje i podkreśla, że muzyka może być wystarczająco interesująca i silna, by poruszyć serce, nawet jeśli nie ma słów.

Bilety dostępne są online na www.bilety.pokis.pl oraz stacjonarnie w bileterii POKiS.

Wiosna uchwycona akwarelą

24 kwietnia o godz. 15:30 Płocka Galeria Sztuki (ul. Sienkiewicza 36) zaprasza dzieci i młodzież na warsztaty plastyczne z cyklu „Sztuka artystycznego wyrazu" - „Rozmazane pędzlem".

Spotkanie będzie poświęcone technice akwareli, opartej na pracy z transparentnymi pigmentami rozpuszczalnymi w wodzie. Uczestnicy poznają podstawowe metody malarskie, takiej jak „mokre na mokre" i „mokre na suche", tworząc własne prace inspirowane wiosennym pejzażem. Tematem będzie moment przejścia między zimą a przedwiośniem, uchwycony za pomocą żywych kolorów i subtelnych przejść.

Wstęp jest wolny, jednak obowiązują wcześniejsze zapisy. Więcej szczegółów na stronie Płockiej Galerii Sztuki.

Muzyczna podróż przez Europę

24 kwietnia o godz. 19.00 w sali koncertowej PSM (ul. Kolegialna 23) odbędzie się koncert pt. „Tańce Europy". Będzie to wieczór z muzyką klasyczną inspirowaną tradycjami różnych krajów. W programie znalazły się m.in. utwory Edvarda Griega, Stanisława Moniuszki, Johannesa Brahamsa i Antonina Dvoraka. Publiczność usłyszy zarówno fragmenty „Peer Gynta", jak i znane tańce węgierskie i słowiańskie.

Wystąpi Płocka Orkiestra Symfoniczna im. Witolda Lutosławskiego pod batutą Katarzyny Tomali-Jedynak, a wydarzenie uzupełni komentarz Pawła Sztompke.

Bilety dostępne są w cenie 40 zł. Można je nabyć w kasie biletowej POS oraz w serwisie Bilety24.pl. Z Płocką Kartą Mieszkańca bilety w cenie 20 zł.

AK

W odpowiedzi na oczekiwania Płocczan

Bezpieczniej na ul. 7 Czerwca 1991 r.



Urząd Miasta Płocka

Na ul. 7 Czerwca 1991 r. powstaje nowe przejście dla pieszych

Na ul. 7 Czerwca 1991 r. powstaje nowe przejście dla pieszych. Będzie ono dużo szersze niż standardowe „zebry" na płockich ulicach.

Celem inwestycji jest poprawa bezpieczeństwa pieszych, którzy przechodzą przez ulicę 7 Czerwca 1991 r. pomiędzy ORLEN Stadionem i ORLEN Areną.

- *W rejonie ORLEN Areny i ORLEN Stadionu powstaje nowe przejście dla pieszych. Zmiana organizacji ruchu to odpowiedź na postulaty radnych oraz mieszkańców, którzy wskazywali na zbyt dużą odległość do istniejących przejść dla pieszych dla osób chcących bezpiecznie przejść przez ulicę 7 czerwca 1991 r., w szczególności w dni, kiedy odbywały się imprezy sportowe* – informuje Biuro Prasowe Urzędu Miasta Płocka.

Na razie trwają prace, ale już widać, jak będzie wyglądać nowa „zebra". Finalnie powstanie przejście dla pieszych o szerokości 14 metrów, czyli trzykrotnie szersze niż standardowe. Zmniejszona zostanie także liczba pasów ruchu dla pojazdów. Zamontowane zostaną także tzw. poduszki berlińskie, by zmniejszyć prędkość przejeżdżających pojazdów.

(jac)

Niezwykła akcja przy ul. Kupieckiej w Borowiczkach-Pieńkach

Strażacy uratowali uwięzioną sarnę

W piątkowy poranek, 17 kwietnia strażacy z Ochotniczej Straży Pożarnej w Cekanowie udowodnili, że ich misja to nie tylko walka z ogniem, ale niesienie pomocy każdemu, kto znajdzie się w opałach – również tym mniejszym mieszkańcom naszego regionu.

O godzinie 7:34 do stanowiska kierowania wpłynęło zgłoszenie o sarnie uwięzionej między szczeblami metalowego ogrodzenia przy ul. Kupieckiej w miejscowości Borowiczki-Pieńki. Zwierzę było przerażone i zakleszczone w sposób, który uniemożliwiał mu samodzielne wydostanie się z pułapki.

Po przybyciu na miejsce druhowie z OSP Cekanowo przystąpili do precyzyjnych działań. Przy użyciu specjalistycznego sprzętu hydraulicznego – który zazwyczaj służy do rozcinania wraków aut podczas wypadków drogowych – strażacy delikatnie rozgięli pręty ogrodzenia.

Dzięki profesjonalizmowi i opanowaniu ratowników akcja zakończyła się sukcesem. Sarna, choć z pewnością zestresowana, nie odniosła poważnych obrażeń i mogła bezpiecznie wrócić na wolność.

To kolejny dowód na to, że nasi strażacy ochotnicy poświęcają swój wolny czas, by dbać o bezpieczeństwo lokalnej społeczności i przyrody.

BS



OSP Cekanowo

Nielegalny biznes 70-latka i obywatela Armenii

Skrytki pełne tytoniu

Sierpeccy policjanci podczas kontroli na terenie miejskiego targowiska trafili na nielegalne wyroby tytoniowe. Najpierw podczas przeszukania samochodu marki Citroen mundurowi ujawnili 360 paczek papierosów bez polskich znaków akcyzy...

Właścicielem nielegalnego towaru okazał się 70-letni mieszkaniec powiatu płockiego. Mężczyzna usłyszał zarzut posiadania wyrobów tytoniowych bez polskich znaków akcyzy.

Dalsze czynności operacyjne zaprowadziły policjantów z Wydziału Kryminalnego Komendy Powiatowej Policji w Sierpcu do sąsiedniego Żuromina. W jednym ze sklepów na terenie tego miasta policjanci odkryli profesjonalnie przygotowane skrytki, w których ukryto znaczne ilości nielegalnych wyrobów.

– *Łącznie zabezpieczono prawie 6800 paczek papierosów bez polskich znaków akcyzy oraz 9 kilogramów krajanki tytoniowej* – informuje st. asp. Katarzyna Krukowska z KPP w Sierpcu..

W związku z tą sprawą zatrzymany został 58-letni obywatel Armenii, który został doprowadzony do jednostki Policji w Sierpcu.

Policyjna akcja przeprowadzona została 14 i 15 kwietnia.

– *Obaj zatrzymani mężczyźni narazili Skarb Państwa na straty z niezapłaconego podatku akcyzowego na kwotę ponad 200 tysięcy złotych* – wyjaśnia policjantka.

Mundurowi prowadzą dalsze czynności i ustalają, gdzie miały trafić papierosy z przemytu. Za popełnione przestępstwo karno-skarbowe obu mężczyznom grozi wysoka grzywna. Dla 58-letniego obywatela Armenii konsekwencje mogą być jeszcze poważniejsze – grozi mu dodatkowo kara do 3 lat pozbawienia wolności.

BS

Magazyn Kryminalny

Na Wiśle znaleziono ciało

W niedzielę, 19 kwietnia po godz. 15.00 na Wiśle w okolicach Główiny (gm. Brudzeń Duży) ujawniono zwłoki mężczyzny. Na miejsce wysłano służby oraz prokuratora. Z ustaleń policjantów wynika, że to najprawdopodobniej mężczyzna, który skoczył z mostu w Płocku 28 marca. Ciało 33-latka zostało zabezpieczone do sekcji.

38-latek trafił do więzienia

Policjantki z płockiego Wydziału Patrolowo-Interwencyjnego zatrzymały mężczyznę poszukiwanego w związku z jedną z bardziej bulwersujących spraw kryminalnych, jakie miały miejsce w naszym mieście w ostatnich latach. W 2019 roku w Płocku doszło do brutalnego pobicia 29-letniego mężczyzny. Sprawcy pomalowali go również farbą. - *W procesie karnym na ławie oskarżonych zasiadło łącznie pięć osób. Zatrzymany w zeszłym tygodniu 38-latek był skazany za pobicie ze skutkiem śmiertelnym* – wyjaśnia podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku. Dzięki czujności płockich policjantek poszukiwany mężczyzna został zatrzymany w środę, 15 kwietnia. Trafił już do Zakładu Karnego, gdzie odbędzie zasądzony wymiar kary pięciu lat więzienia.

Szybka 66-latka

W miejscowości Mochowo policjanci zatrzymali do kontroli kobietę kierującą samochodem marki Peugeot. W miejscu, gdzie obowiązuje ograniczenie do 50 km/h, kierująca jechała z prędkością 102 km/h. 66-letnia mieszkanka powiatu sierpeckiego straciła prawo jazdy na okres 3 miesięcy. Ponadto została ukarana mandatem w wysokości 1500 złotych oraz 13 punktami karnymi.

Udawał policjanta

Policjanci z Sierpca zatrzymali 33-letniego mieszkańca powiatu sierpeckiego, który ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Mężczyzna był poszukiwany listem gończym wydanym przez Sąd Rejonowy w Białymstoku. 33-latek został skazany na karę roku pozbawienia wolności za oszustwa metodą „na policjanta". Poszukiwany trafił już do Zakładu Karnego, gdzie odbędzie zasądzoną karę.

Zabrali 5 praw jazdy

W minionym tygodniu policjanci mazowieckiej grupy SPEED na drogach Płocka i powiatu skontrolowali 108 pojazdów oraz ujawnili 118 wykroczeń. 104 z nich dotyczyły przekroczenia dopuszczalnej prędkości. Funkcjonariusze zatrzymali prawo jazdy 5 kierującym, którzy przekroczyli dozwoloną prędkość o ponad 50 km/h.

BS

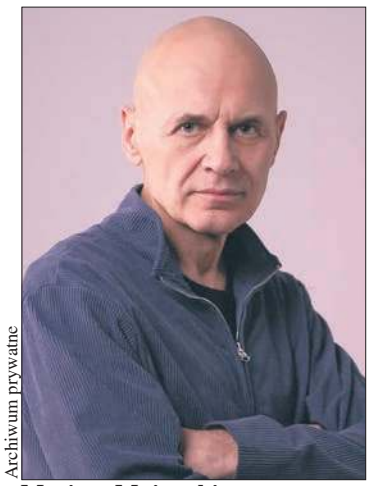
tygodnik PŁOCKI

Adres Redakcji: Stary Rynek 27, 09-400 Płock,
telefoniczne dyżury dziennikarskie: 262-55-88, 262-77-66.
Redaktor Naczelny: Tomasz **Szatkowski**, tel. 262-70-60,
e-mail: rednaczelny@tp.com.pl.

REDAGUJE ZESPÓŁ: Jacek **Danieluk**, e-mail: j.danieluk@tp.com.pl,
Blanka **Stanuszkiewicz**, e-mail: blanka@tp.com.pl, Jolanta **Marciniak**, e-mail: jola.marciniak@tp.com.pl,
Karolina **Wiśniewska**, e-mail: karolina@tp.com.pl
STALE WSPÓŁPRACUJĄ: Lena **Szatkowska**, Jerzy **Ogonowski**, Jan **Waćkowski** (zdjęcia),
Wiesław **Kopeć**, Marta **Kunavar**, Izabela **Chudzyńska**, Ewa i Bogumił **Liszewscy**.
FOTO i SKŁAD KOMPUTEROWY: Dariusz **Ossowski**, e-mail: foto@tp.com.pl.
Redaktor techniczny: Mateusz **Wawrzyński**, e-mail: dtp@tp.com.pl.

Niezamówionych materiałów Redakcja nie zwraca, a w przypadku zakwalifikowania ich do druku zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów i zmiany tytułów.
OGŁOSZENIA: Renata **Cińska**, e-mail: bo@tp.com.pl, Biuro Ogłoszeń: Płock, Stary Rynek 27, tel. 262-77-66.
REKLAMA: Michał **Wach**, e-mail: michal.wach@tp.com.pl, tel. 603-947-402
Za treść zamieszczonych ogłoszeń Redakcja nie ponosi odpowiedzialności.
W niektórych tekstach może występować usługa „lokowanie produktu".
WYDAWCA: „Tygodnik Płocki" Sp. z o.o., 09-400 Płock, Stary Rynek 27;
Prezes Zarządu: Tomasz **Szatkowski**, tel. 262-70-60.
DRUK: **Polska Press**, ul. Grunwaldzka 229, 85-438 Bydgoszcz
KOLPORTAŻ: „**Kolporter**" Kielce, ul. Zagnańska 61; **Garmond Press**, Warszawa, ul. Nakielska 3;

eprasa.pl 77757f9567



Archiwum prywatne

Mariusz Majewski

To wręcz niewiarygodne, co spotkało mieszkańca Płocka w Demokratycznej Republice Konga

Przeżył horror w afrykańskich więzieniach

Płocczanin Mariusz Majewski został oskarżony o szpiegostwo i sabotaż w Demokratycznej Republice Konga tylko dlatego, że był Polakiem, który znalazł się w niewłaściwym miejscu i w złym czasie. Dziś mówi o powrocie z piekła. – *Wtedy wydawało mi się, że nie będę w stanie tego przetrwać* – opowiada.

Mariusz Majewski odwiedził 195 krajów świata. I co z tego, skoro w Demokratycznej Republice Konga nikt nie uwierzył, że jest tylko podróżnikiem. W 2024 r. Płocczanin został zatrzymany i osadzony w więzieniu, z którego następnie został przewieziony do kolejnego, w którym oczekiwał na wyrok – karę śmierci za rzekome szpiegostwo i sabotaż. Orzeczono dożywocie i wypłatę 10 milionów dolarów. Nagłośnienie sprawy przez media i podjęte zabiegi dyplomatyczne pomogły Majewskiemu po trzech miesiącach wyjść na wolność. Tę niebywałą historię, którą nagłaśniały m.in. BBC, Reuters czy The Guardian, Majewski opisał dziennikarzowi Jarosławowi Kocembie. Książka „Kongijskie piekło. Polak w afrykańskim więzieniu" trafiła do sprzedaży 22 kwietnia. Nam również udało się porozmawiać z Płocczaninem, który przetrwał koszmar.

Karolina Burzyńska: Czy wszystkie te przeżycia nadal w panu buzują?

Mariusz Majewski: Z powodu koszmarów nocnych najtrudniejszy był pierwszy okres po powrocie. Ciężko było uciec od flashbacków. Nie chciałem o tym wszystkim rozmawiać, zmagałem się z zespołem stresu pourazowego. Na powstanie książki zdecydowałem się dopiero rok temu, kiedy poczułem się lepiej. Ale jak dotąd w całości przeczytałem ją tylko raz. I nie sądzę, abym chciał przeczytać ją ponownie, nie chcę aż tak szczegółowo wracać do tych wspomnień.

Okłamywałem sam siebie, aby mieć nadzieję

Czytelnik strona po stronie zagłębia się w opisy więziennych warunków, w momenty z przystawioną kolbą karabinu. Czyta i nie dowierza, że tego typu miejsca wciąż istnieją.

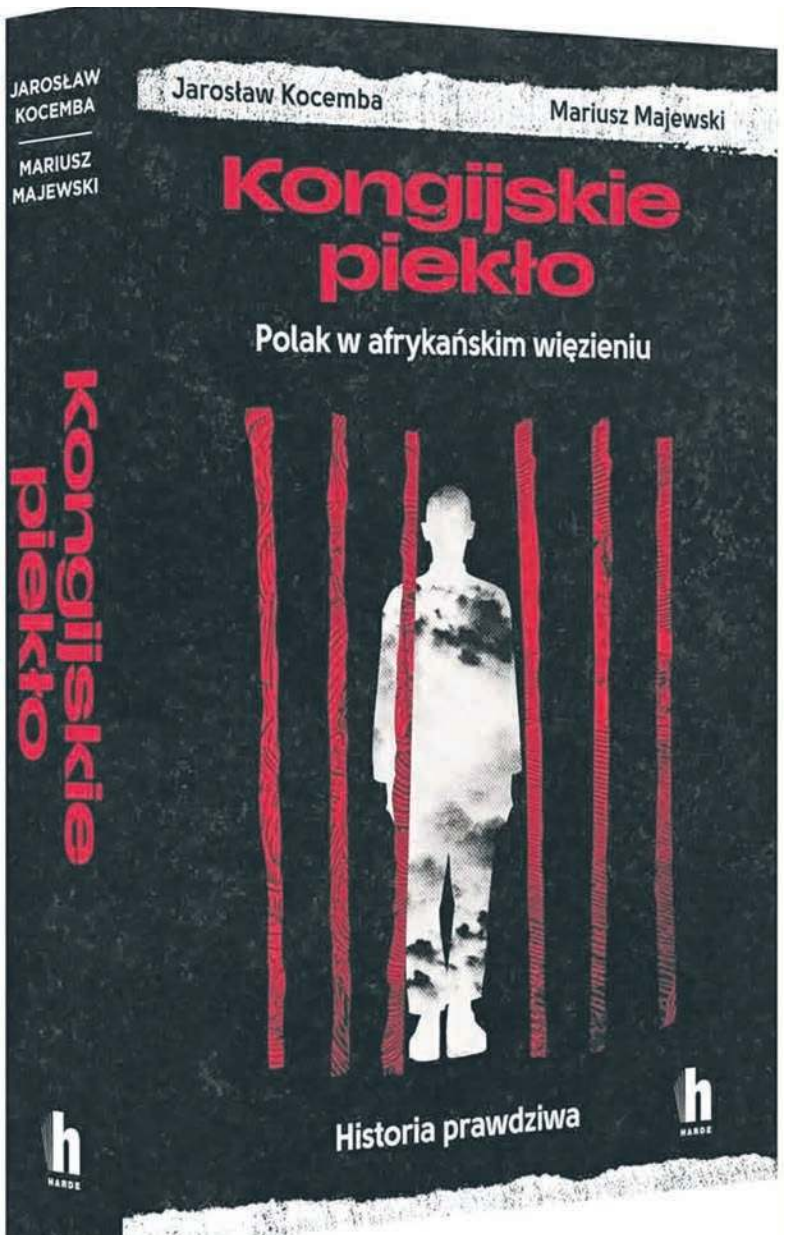
W tym pierwszym więzieniu tytułowe piekło polegało na cierpieniu fizycznym i psychicznym, na odizolowaniu. Porcje jedzenia miały wystarczyć tylko do podtrzymania życia. Siedzieliśmy w nagrzewającym się od słońca blaszanym areszcie. Trudno było oddychać, dręczyło pragnienie. Na zewnątrz grubo ponad 40 stopni, a my dostawaliśmy pół litra wody na dwa dni. Zabrano mi leki. Bez nich czułem się coraz gorzej, kręciłem się wokół negatywnych myśli. W końcu zacząłem unikać współosadzonych, zaszywałem się w kącie i nie chciałem z niego wychodzić.

Pana sytuacja przypominała tę z „Procesu" Kafki. Człowiek zostaje oskarżony i nie ma pojęcia za co. Dopiero dzięki innym więźniom zaczyna pan zdawać sobie sprawę z tego, co się wydarzyło.

Mój przyjazd zbiegł się w czasie z wizytą Andrzeja Dudy w Rwandzie. Przyczyną zatrzymania stały się słowa, które wypowiedział prezydent, a które w DRK zostały odebrane jako udzielenie wsparcia Rwandzie. Oba te państwa od lat prowadzą ze sobą wojnę. Z początku myślałem, że doszło do pomyłki, pomylono Poland np. z Holland. Ale kiedy usłyszałem imię i nazwisko naszego prezydenta, byłem totalnie zaskoczony. W Polsce wizyta Andrzeja Dudy w Rwandzie przeszła bez większego echa, natomiast w DRK nastały antypolskie nastroje, palono polskie flagi. I na moje nieszczęście w momencie przylotu nie byłem tego świadomy. Od początku stałem się więźniem politycznym. Akurat w lutym przywrócono tam karę śmierci. Nie miałem żadnych szans, ale wtedy nie zdawałem sobie z tego sprawy. Chciałem wierzyć, że ktoś mnie wysłucha. Okłamywałem sam siebie tylko po to, aby mieć nadzieję na powrót do domu. Nawet w trakcie procesu myślałem, że przecież na to zarzucane szpiegostwo nie ma żadnych dowodów.

Jaki jest pana stosunek do tamtych słów Andrzeja Dudy: „Wspieramy Ukrainę i będziemy ją wspierali. Jeżeli Rwanda będzie w niebezpieczeństwie, także będziemy Rwandzie nieść wsparcie", potem było jeszcze o nadziei na rozwijanie współpracy przemysłów obronnych.

Dziś uważam, że jako głowa państwa, jako dyplomata, do tamtej wizyty w lutym 2024 r. Andrzej Duda nie był do końca przygotowany. Nie powinien tamtych słów powiedzieć, chociaż nie wierzę w jego złe intencje. Bez nich w razie zatrzymania sprawa skończyłaby się na powrocie do Kinszasy. Już po powrocie redakcje cytowały głównie fragment mojej wypowiedzi o tym, że prezydent zgotował mi piekło. Za to przepadły słowa o tym, że jestem wdzięczny Andrzejowi Dudzie za wykonanie telefonu do prezydenta DRK. Dzięki temu żyję. I nie mam do niego żalu. Nawet trochę żałuję tamtej nazbyt emocjonalnej wypowiedzi po powrocie.



Najgorszy nie był strach przed śmiercią

Dla mnie jest to trochę niezrozumiałe, że doświadczony podróżnik przyznaje się do braku zainteresowania polityką zagraniczną i lekkiego traktowania ostrzegawczych komunikatów Ministerstwa Spraw Zagranicznych.

Byłem w wielu miejscach, gdzie toczyły się działania wojenne: w Afganistanie, Iraku, Somalii, południowym Sudanie, Syrii. W przypadku wyjazdu do DRK przyznaję, że zgubiła mnie rutyna. Wielokrotnie o przyjeździe do konkretnego państwa przekonywałem się, że komunikaty Ministerstwa Spraw Zagranicznych okazywały się formułowane trochę na wyrost, nie było aż tak niebezpiecznie. Do tej pory, aby wizyta przebiegła spokojnie, wystarczał mi zdrowy rozsądek. W DRK nie zamierzałem pchać się na linię frontu. A tu nagle, w ciągu jednego dnia, Polska stała się wrogiem Republiki Konga. Do zostania wrogiem wystarczył polski paszport.

Mając do wyboru tyle miejsc na świecie, pan postawił na Kongo…

Podróże są moją pasją od 30 lat. Kiedy już postawiłem swoją stopę we wszystkich krajach świata, pomyślałem sobie „no dobra, to już koniec, będę powracał do tych miejsc, które lubię". Potem stwierdziłem, że można podzielić świat na jeszcze mniejsze destynacje. Przykładowo takie Stany Zjednoczone są podzielone na 51 stanów, DRK na 12 prowincji. Wcześniej dwukrotnie byłem w Kongo, ale tylko w dwóch prowincjach. Do zaliczenia zostało 10. Turystycznie nie jest to szczególnie ciekawy kraj, ale natura jest piękna. Na wschodzie żyją goryle.

W DRK tłumaczenie o podróży zostało odebrane jako „uwłaczające inteligencji", bo jak to, biały człowiek, który nie jest pracownikiem organizacji humanitarnej, misjonarzem albo handlarzem, zapuszcza się w taki rejon świata.

Nie ma tam rozwiniętej turystyki. Nie mogli pojąć, że ktoś przemierzył tysiące kilometrów, wydał pieniądze tylko po to, aby zobaczyć Kongo.

Zdumiewające bywają zachowania wojskowych, z którymi dzielił pan więzienną przestrzeń. Wydawałoby się, że jako aresztanci będą występowali przeciwko systemowi, który wtrącił ich do koszmarnego miejsca, gdzie śpi się na podłodze, karaluchy łażą po ścianach, a za toaletę służy dziura w ziemi. Tymczasem z książki wynika, że było przeciwnie.

Do końca nie wiedziałem, jak to jest, czy oni nie lubią tego systemu, tylko nie powiedzą tego na głos. Mimo że przebywali w więzieniu, byli podejrzewani o zdradę, nikt nie powiedział złego słowa ani na swojego prezydenta, ani na ten system. Byli dumni z faktu bycia żołnierzem i wierzyli, że udowodnią swoją niewinność. To ja czasem nie gryzłem się w język, ale szybko zorientowałem się, że nikt nie wchodzi w takie narzekanie.

Co było najgorsze?

Chociaż było tam bardzo niebezpiecznie i bardzo się bałem, najgorszy nie był lęk i strach przed śmiercią. Przez te pierwsze kilka tygodni najbardziej męczyła myśl, czy moja rodzina wie, że żyję, a później – czy ich jeszcze zobaczę. Nie chciałem tak odchodzić. Czułem, że są sprawy, które powinienem naprawić. Przed wyjazdem z Polski nawet się nie pożegnałem. Moja partnerka Mariola miała bardzo duży problem, aby mnie namierzyć. Terytorium DRK jest kilkukrotnie większe od obszaru Polski. Nie ma systemów umożliwiających sprawdzenie, czy przebywam w którymś ze szpitali, albo, co gorsza, w kostnicy. W dodatku władze zaprzeczały, że przekroczyłem ich granicę. Dopiero linie lotnicze potwierdziły, że byłem na pokładzie ich samolotu.

Umieralnia

Miewał pan kryzysy, myśli o popełnieniu samobójstwa…

Wtedy wydawało mi się, że nie będę w stanie tego przetrwać. Nie widziałem szansy na to, że w mojej sprawie coś się wreszcie ruszy. Później zacząłem się modlić, czego wcześniej nie robiłem. Nagle w tym odchodzeniu od zmysłów, przy racjach, które w żaden sposób nie zabijały poczucia głodu, postanowiłem nie jeść. Oni w tym więzieniu chyba rzeczywiście przestraszyli się, że umrę. I pozbyli się mnie stamtąd.

W perfidny sposób – poprzez oszustwo. Ostatecznie zostaje pan osadzony w centralnym więzieniu Makala. A tu już ciężko uniknąć skojarzenia z gettem albo obozem koncentracyjnym w trakcie II wojny światowej.

Organizacje humanitarne przedstawiają to więzienie jako jedno z najgorszych na świecie. Zostało wybudowane na 1500 więźniów, a faktycznie jest ich dziesięciokrotnie więcej. Do momentu przybycia Francuza, jakieś dwa, trzy tygodnie przed moim wyjściem, w tym więzieniu byłem jedynym białym człowiekiem. Tak naprawdę to przepełniona umieralnia. Ludzie umierają tu z powodu chorób, głodu, pobić i morderstw. Z mojej obserwacji wynika, że średnio umiera tam pięć osób dziennie, według Amnesty International – 15. Wielokrotnie widziałem wywożenie zwłok. Oczywiście Kongo nie chce przyznać się do tych niewygodnych statystyk. Ludzie wyglądają tam jak cienie. Mają ogromne, wytrzeszczone oczy. W zasadzie patrzysz i widzisz martwego człowieka, który jakimś cudem jeszcze oddycha. Ten widok trudno opisać. Będąc jeszcze w DRK, wielokrotnie zastanawiałem się, czy po wyjściu na wolność zostanie we mnie znieczulica. Teraz patrzę na to jak na tragedię ludzi, którzy nadal w tym więzieniu tkwią. Prawdopodobnie większość z nich będzie w nim do końca życia.

Może pan dokończyć zdanie: człowiek człowiekowi w więzieniu…

Nawet w tych nieludzkich warunkach zdarzają się oznaki człowieczeństwa. Ktoś podzieli się z tobą czymś do jedzenia, odrobiną wody… Wie pani, w więzieniu ciężko nazwać kogoś przyjacielem, bo nie powinno się tam nikomu ufać. Ale są też ludzie, którzy wspierają na duchu, pomagają. I może dzięki nim żyję. Większość osadzonych nienawidziła mnie. Nie miałem tam szacunku u współwięźniów, szczególnie w tym drugim więzieniu. Kongo długo byli kolonią belgijską. Chociaż otwarcie tego nie mówią, nienawidzą tam ludzi o białym kolorze skóry. A ja nie dość, że byłem tam jedynym białym, to jeszcze byłem Polakiem. Na szczęście o mojej narodowości wiedzieli głównie ludzie z mojej celi i z bloku.

W pana sprawie zapadł wyrok dożywocia i wpłaty 10 milionów dolarów.

Normalny człowiek przez całe życie nie uzbiera takiej kwoty! Ten wyrok miał być sygnałem dla polskich władz, a ja w tej grze byłem jedynie pionkiem. Nie wiem, czy w wymiarze politycznym była jakaś cena mojego uwolnienia. Nie znam szczegółów rozmowy prezydentów Polski i DRK. Wiem natomiast, jak ważnym gestem okazał się ten telefon od Andrzeja Dudy do prezydenta DRK Felixa Tshisekedima. Pokazał innym afrykańskim krajom „zobaczcie, dzwoni do nas prezydent europejskiego kraju". Wciąż nie mam aktu ułaskawienia. Jeśli zostałbym zatrzymany na lotnisku w jakimś państwie, które ma zawartą umowę z DRK, istnieje ryzyko ekstradycji.

Pojechał pan już na kolejną wyprawę?

Z początku nie chciałem żadnych wyjazdów. Rodzina i przyjaciele cieszyli się, że może już tak zostanie. Ale minął niecały rok, trochę bardziej uporządkowałem się psychicznie i zakiełkowała myśl o kolejnej wyprawie. Już parę razy byłem w różnych miejscach, np. w Syrii. Teraz już inaczej przygotowuję się do wyjazdów. Marioli zostawiam listę, gdzie będą przebywał danego dnia, dokąd i jakiego dnia chcę się przemieszczać. I dokładniej wszystko sprawdzam.

Karolina Burzyńska

eprasa.pl 77757f9567

Punkt widokowy, miejsca parkingowe i kanalizacja

Zmiany na nabrzeżu wiślanym



Urząd Miasta Płocka

Czas na przebudowę kolejnego fragmentu płockich bulwarów wiślanych

Siedem firm złożyło oferty w przetargu na przebudowę bulwarów wiślanych na odcinku od Mostu Legionów Piłsudskiego do siedziby Płockiego Towarzystwa Wioślarskiego.

- Będziemy kontynuować modernizację bulwarów wiślanych na kolejnym odcinku - od ulicy Mostowej do Płockiego Towarzystwa Wioślarskiego. Wczoraj otworzyliśmy oferty – wpłynęło ich 7, a jedna mieści się w zaplanowanym budżecie, który wynosi blisko 9 mln zł. Teraz będziemy analizować dokumenty. W wyniku inwestycji powstanie m.in. aleja spacerowa, ścieżka klimatyczna, droga rowerowa, ławki, leżaki i inne elementy małej architektury. Na budynku po dawnym ujęciu wody urządzimy punkt widokowy, przebudujemy gruntownie kanalizację sanitarną w ul. Kawieckiego i zbudujemy kilkadziesiąt miejsc parkingowych. Wykonawca będzie miał rok na realizację tego zadania – zapowiada w mediach społecznościowych prezydent Płocka Andrzej Nowakowski.

Swoje oferty przedstawiły firmy: „BORA" – 8 663 100,00 zł brutto; Grupa Kurek – 11 639 393,63 zł brutto; HYDROPOL – 10 064 176,99 zł brutto; Przedsiębiorstwo Budowlano-Produkcyjne TRAKT – 9 758 565,75 zł brutto; BIOŚ – 14 666 000,00 zł brutto; BMB BUDOWNICTWO – 10 657 200,00 zł brutto; „Zielony Ogród" –8 918 258,85 zł brutto. Zamawiający, czyli Urząd Miasta Płocka ma w budżecie zabezpieczoną kwotę 8 900 000 zł.

Przypomnijmy, że pierwsza część nabrzeża – ulica Rybaki oraz Nabrzeże Górnickiego – została przebudowana kilka lat temu, a jeszcze wcześniej wzdłuż brzegu Wisły powstało molo.

Koszt przebudowy pierwszego fragmentu nabrzeża, z którego teraz chętnie korzystają Płocczanie, wyniósł prawie 38 milionów zł. Pokaźna część tej kwoty, bo 17 mln zł, została pokryta z dofinansowania pozyskanego przez miasto ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego. Umowę o dofinansowanie projektu pod nazwą „Aktywizacja społeczno-gospodarcza zmarginalizowanych śródmiejskich przestrzeni miasta Płocka" władze miasta zawarły 21 września 2018 roku.

W wyniku przedsięwzięcia na bulwarach powstały nowe alejki spacerowe, droga rowerowa, skwer rekreacji, dwa place zabaw, ławki, na nowo została urządzona zieleń.

Nowy jest też przebieg ul. Rybaki, która została „odsunięta" od Wisły i zbudowana na nowo pod skarpą. W ten sposób przywrócony został historyczny przebieg tej ulicy. Nowy kształt ma też nabrzeże w rejonie klubu jachtowego. W porcie są dwie ostrogi. Obok mniejszej wyrósł slip dla wodniaków. Kolejna, większa ostroga, osłania port przed falami i jednocześnie jest przedłużeniem alei spacerowej.

(jac)

Inwestycja po raz pierwszy z realnym harmonogramem

Nowa Chemia szybciej, sprawniej i taniej

ORLEN zakończył aktualizację założeń inwestycji Nowa Chemia. Projekt został dostosowany do realiów rynkowych, uzyskał realny harmonogram oraz pełny zakres prac. Jego finalny koszt został zredukowany o 16 mld zł, co pozwoli zagwarantować rentowność projektu. ORLEN osiągnął również porozumienie z dostawcami, które pozwoli uniknąć potencjalnych kar związanych z wcześniejszymi błędami w przygotowaniu inwestycji.

Nowa Chemia została zaprojektowana tak, aby maksymalnie wykorzystać już powstałą infrastrukturę, ale efekty dostarczyć szybciej. Inwestycja zakłada budowę do 2029 r. instalacji do produkcji olefin, która będzie w stanie wytwarzać 740 tys. ton etylenu rocznie.

Przyjęty harmonogram zakłada pełne uruchomienie produkcji w 2030 r. i równoległe stopniowe wyłączanie Olefin II. W efekcie utrzymana zostanie ciągłość operacyjna płockiego zakładu, przy zmniejszeniu jego emisyjności w zakresie produkcji petrochemicznej oraz obniżeniu energochłonności.

– Kiedy obejmowaliśmy ten projekt, sposób jego prowadzenia był nie do przyjęcia. Groził spółce największymi w historii stratami. Dziś stawiamy go na właściwe tory: porządkujemy zakres, wykorzystujemy to, co już zbudowano, i prowadzimy prace tak, aby szybciej osiągnąć cel oraz trwałą wartość. Po raz pierwszy w historii tej inwestycji opracowaliśmy jej realny zakres oraz harmonogram. Dostosowaliśmy ją do wymagań rynkowych w taki sposób, by stanowiła wartość dodaną dla koncernu, nie obciążenie. Udało nam się także uniknąć miliardowych kar, które groziły nam za sprawą błędnych decyzji poprzedników. Zamiast tego zagwarantowaliśmy maksymalny możliwy udział polskich firm w realizacji tej inwestycji. Krajowi przedsiębiorcy zarobią nawet 21 mld zł na współpracy z ORLENEM przy budowie Nowej Chemii – mówi Ireneusz Fąfara, Prezes Zarządu ORLEN.

Nowa Chemia jest kolejnym krokiem w rozwoju petrochemii w Płocku – projektem przygotowanym w oparciu o nowe założenia technologiczne i operacyjne oraz o maksymalne wykorzystanie już powstałej infrastruktury. Pod koniec 2024 roku podjęto decyzję o zatrzymaniu projektu Olefiny III oraz o rozpoczęciu prac nad rozwiązaniem, które pozwoli szybciej i efektywniej wzmocnić potencjał produkcyjny zakładu, odpowiadając na potrzeby rynku i klientów, a także ograniczyć wzrost kosztów pierwotnie niedoszacowanej inwestycji.

W pierwotnej wersji projektu inwestycji nazywanej Olefiny III nie uwzględniono znacznej części niezbędnych do jej funkcjonowania instalacji, jak np. zbiorników magazynowych, instalacji wodnej, linii i podstacji energetycznych, linii wysokiego napięcia, centralnej oczyszczalni ścieków czy konieczności rozbudowy instalacji polietylenu.

Nowa Chemia. Najważniejsze informacje

- Zaktualizowany budżet projektu: 35,8 mld PLN.
- Produkcja etylenu: 740 tys. ton rocznie.
- Szybszy efekt: zakończenie budowy do końca 2029 roku i uruchomienie w 2030 roku.
- Płynne przejście technologiczne: rozruch Nowej Chemii z jednoczesnym, stopniowym wyłączaniem Olefin II – z zachowaniem ciągłości pracy zakładu.
- Niższe nakłady: w porównaniu z pierwotnym wariantem projektu, w którym – po uwzględnieniu infrastruktury niezbędnej do działania instalacji – rzeczywisty koszt realizacji mógł sięgnąć nawet 51 mld zł, zaktualizowane nakłady inwestycyjne Nowej Chemii wynoszą 35,8 mld PLN, przy założeniu wykorzystania już powstałej infrastruktury i racjonalizacji zakresu.

Opr. (kw)



REKLAMA

Kradła w płockich drogeriach dla adrenaliny

15-latka wpadła na gorącym uczynku

Ponad 3,5 tysiąca złotych – na taką kwotę oszacowano straty po serii kradzieży, których dokonała nastoletnia mieszkanka Płocka. Dziewczyna wpadła w ręce ochrony w jednej z miejskich drogerii. Jak przyznała policjantom, nie kradła z biedy, a dla... ekscytacji.

Płoccy policjanci z zespołu ds. nieletnich zakończyli sprawę 15-latki, która regularnie okradała lokalne drogerie. Nastolatka została zatrzymana na „gorącym uczynku" przez czujnego pracownika ochrony w jednym ze sklepów. Choć tym razem została złapana za rękę, szybko okazało się, że lista jej przewinień jest znacznie dłuższa.

Analiza zabezpieczonych nagrań monitoringu oraz ścisła współpraca Policji z ochroną sklepów pozwoliły ustalić, że dziewczyna w ciągu ostatnich dwóch miesięcy dopuściła się kradzieży aż 12 razy. Jej metoda była powtarzalna: podchodziła do kas samoobsługowych, płaciła za kilka drobnych produktów, podczas gdy droższe kosmetyki lądowały w kieszeniach jej kurtki. Łączna wartość skradzionego towaru przekroczyła 3,5 tysiąca złotych.

Najbardziej zaskakujące okazały się motywy działania młodej Płocczanki. Podczas przesłuchania w obecności opiekuna prawnego 15-latka nie kryła powodów swoich czynów.

- Nastolatka przyznała się do zarzucanych jej czynów. Swoje zachowanie tłumaczyła chęcią przeżywania ekscytacji i potrzeby poczucia adrenaliny. Niestety, to nie pierwsza sytuacja, kiedy spotykamy się z tak nieodpowiedzialnym zachowaniem młodych ludzi. Często motywacją jest chęć zaimponowania rówieśnikom lub poszukiwanie silnych emocji, które w ich mniemaniu są tylko „zabawą" – komentuje podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku.

Policjanci ostrzegają, że takie „eksperymenty" mają bardzo realne i surowe konsekwencje. Nowoczesny monitoring oraz współpraca ze służbami ochrony sprawiają, że sprawcy przestają być anonimowi, nawet jeśli uda im się opuścić sklep w dniu kradzieży.

Sprawą 15-latki zajmie się teraz Sąd Rodzinny, który zdecyduje o środkach wychowawczych. Policja apeluje również do rodziców o częstsze rozmowy z dziećmi na temat odpowiedzialności prawnej i konsekwencji, jakie mogą rzutować na ich przyszłość.

BS



Archiwum

15-latka dla zabawy kradła w płockich sklepach

eprasa.pl 77757f9567

Będzie można przejechać rowerem przez Most Legionów Piłsudskiego

Inwestycja wyczekiwana przez płockich rowerzystów

Płocki Miejski Zarząd Dróg oraz firma STRABAG podpisały umowę na zaprojektowanie i wybudowanie ścieżki rowerowej podczepionej pod Mostem Legionów Piłsudskiego. W imieniu MZD podpis złożył dyrektor Tomasz Żulewski, a firmę z Pruszkowa reprezentował jej dyrektor techniczny – Mikołaj Gomuła.



Urząd Miasta Płocka

Podpisanie umowy na zaprojektowanie i budowę kładki rowerowej pod starym mostem przez Wisłę

– *Od lat konsekwentnie inwestujemy w rozwój infrastruktury rowerowej. Kładka z punktem widokowym pod Mostem im. Legionów Piłsudskiego to kolejne nasze działanie, które poprawi bezpieczeństwo miłośników jednośladów i będzie atrakcją dla mieszkańców i gości* – informuje prezydent Płocka Andrzej Nowakowski.

Na „starym" moście jest wąski chodnik, który nie pozwala na komfortowe i bezpieczne przemieszczanie się na rowerze.

– *Od wielu lat czyniliśmy starania, aby wzbogacić ten obiekt o kładkę dla rowerzystów. I dziś podpisaliśmy umowę z wykonawcą na realizację tego przedsięwzięcia w formule „zaprojektuj i wybuduj". To będzie jeden z najbardziej spektakularnych projektów, który zrealizujemy dzięki pozyskanemu dofinansowaniu unijnemu na projekt rozwoju mobilności indywidualnej na terenie miasta* – podkreśla prezydent Andrzej Nowakowski.

W postępowaniu przetargowym wybrana została najkorzystniejsza oferta spółki STRABAG z Pruszkowa, która najpierw zaprojektuje, a potem zrealizuje i wybuduje to przedsięwzięcie. Na sporządzenie dokumentacji projektowej wraz z uzyskaniem pozwolenia na budowę wykonawca ma czas do połowy grudnia tego roku. Kontrakt opiewa na blisko 31 mln zł.

– *Wiedzieliśmy, że to będzie kosztowne rozwiązanie, dlatego staraliśmy się o dofinansowanie, które dzięki konsekwentnym działaniom samorządu pozyskaliśmy w ubiegłym roku. Najdalej za 19 miesięcy będziemy mogli się cieszyć z bezpiecznej przeprawy rowerowej i pięknego widoku na nasze miasto* – mówi prezydent Andrzej Nowakowski.

Ta panoramiczna kładka rowerowa będzie pełniła funkcję zarówno komunikacyjną, jak i widokową, skąd będzie można podziwiać piękną panoramę miasta od strony Wisły. Jej konstrukcja będzie przebiegać pod istniejącym pomostem mostu, po stronie jezdni.

– *Cieszymy się ze wspólnego projektu z Płockiem. Jego efektem będzie kładka o długości około 600 metrów oraz szerokości 3 metrów. Dołożymy lekką, bo w części kompozytową konstrukcję do jednego z boków. Przed projektantami dużo pracy, żeby przewidzieć, jak cała konstrukcja będzie pracowała pod nowym, dodatkowym obciążeniem* – poinformował Mikołaj Gomuła, dyrektor techniczny STRABAG.

Aby zredukować obciążenie, podwieszony pomost będzie kompozytowy, o konstrukcji płytowej z ażurowymi balustradami i w kolorystyce spójnej z kratownicami całego mostu. Kładka będzie opierać się na wspornikach stalowych w sposób zapewniający wzajemną współpracę z mostem oraz tłumienie drgań z niego pochodzących.

Warto przypomnieć, że w ubiegłym roku płocki samorząd pozyskał 67 mln zł unijnej dotacji na rozbudowę płockiego systemu dróg rowerowych. Jest to jedna z większych dotacji dla miasta. Dzięki temu zostanie zrealizowanych w sumie 11 zadań za kwotę ok. 79 mln zł. Jednym z nich jest właśnie budowa kładki rowerowej pod starym mostem.

– *Warto dodać, że jesteśmy w trakcie wyboru wykonawców w trzech postępowaniach na budowę kolejnych kilometrów dróg rowerowych. Kończymy sprawdzanie i analizę złożonych ofert. Do końca kwietnia chcemy podpisać umowy z wykonawcami, którzy w tym roku przygotują projekty, a w przyszłym zbudują drogi rowerowe. W pierwszym zadaniu na ulicach: Grabówka, Widok, Miła, Słoneczna, Południowa, Trasa Popiełuszki, w drugim zadaniu na ulicy Czwartaków i w trzecim na ulicach: Dobrzyńska, Kobylińskiego, Krakówka, Dobrzykowska, Wąska, Kolejowa. Łączny koszt tych prac to 22 mln zł* – informuje Artur Zieliński, zastępca prezydenta Płocka ds. rozwoju i inwestycji.

W 2010 roku w naszym mieście było około 10 km dróg rowerowych. Aktualnie ich łączna długość to 75,6 km, a razem ze szlakami rowerowymi (takim szlakiem jest np. ul. Tumska) jest prawie 100 km tras dla rowerzystów. W najbliższym czasie przybędzie kolejnych 8 km.

Opr. (jac)

20 kwietnia ruszyło badanie poziomu życia mieszkańców

GUS pyta o zarobki i koszty energii

W poniedziałek w całym kraju, a więc również w Płocku i powiatach Mazowsza Płockiego, rozpoczęło się Europejskie Badanie Warunków Życia Ludności (EU-SILC), które potrwa do 30 czerwca 2026 roku. Ankieterzy statystyczni zapukają do drzwi lub zadzwonią do wylosowanych wcześniej mieszkańców, aby zebrać dane o ich dochodach, zdrowiu i codziennych warunkach bytowych. To kluczowe badanie panelowe, co oznacza, że te same rodziny z naszego regionu będą monitorowane przez cztery kolejne lata, co pozwoli na precyzyjne uchwycenie zmian w ich sytuacji materialnej.

Tegoroczna edycja została wzbogacona o niezwykle istotne moduły badawcze, które dotykają problemów bliskich każdemu domownikowi. Statystycy szczegółowo przeanalizują nasze warunki mieszkaniowe, pytając o konkretne systemy ogrzewania, główne źródła energii oraz realne obciążenie portfeli kosztami utrzymania lokali. W kwestionariuszach znajdą się również pytania o sektor własności i wielkość firm, w których pracujemy, liczbę godzin spędzanych w pracy oraz nasz stopień zadowolenia z wykonywanych obowiązków. Ważnym elementem będzie też ocena zamożności i poziomu konsumpcji oraz badanie problemu nadmiernego zadłużenia mieszkańców.

Udział w badaniu jest obowiązkowy w kontekście dostarczania rzetelnych danych, ale przede wszystkim bezpieczny. Jak informuje Urząd Statystyczny w Warszawie, wszelkie odpowiedzi są chronione tajemnicą statystyczną na podstawie ustawy o statystyce publicznej, a za jej złamanie grozi odpowiedzialność karna. Dane jednostkowe są anonimizowane i przetwarzane wyłącznie przez pracowników statystyki publicznej w celu tworzenia zestawień zbiorczych dla konkretnych powiatów czy grup społeczno-zawodowych. Żadne informacje pozwalające na identyfikację konkretnej osoby nie zostaną upublicznione.

Mieszkańcy, którzy nie będą mogli przyjąć ankietera osobiście, mają możliwość ustalenia innego terminu rozmowy lub skorzystania z opcji samospisu internetowego w zakresie formularza indywidualnego. Wyniki tych analiz pozwolą porównać standard życia na Mazowszu z innymi regionami Unii Europejskiej, co jest fundamentem do planowania przyszłego wsparcia społecznego i monitorowania walki z ubóstwem.

(t)

** Materiał przygotowany na podstawie danych Urzędu Statystycznego w Warszawie*

Pociągiem na lotnisko w Modlinie

Polskie Linie Kolejowe S.A. ogłosiły długo wyczekiwany przetarg na budowę bezpośredniego połączenia kolejowego do Mazowieckiego Portu Lotniczego Warszawa-Modlin. To przełomowy moment dla pasażerów, którzy obecnie muszą korzystać z przesiadek do autobusów na stacji w Modlinie. Inwestycja, realizowana wspólnie z samorządem województwa mazowieckiego, zakłada powstanie nowej, dwutorowej trasy o długości około 5,5 km, która połączy istniejącą linię kolejową z samym terminalem lotniska.

W ramach prac stacja Modlin zyska dodatkowy tor oraz peron o długości 200 metrów, a bezpośrednio przy lotnisku powstanie nowoczesna stacja pasażerska oraz stacja towarowa. Projekt obejmuje również budowę trzech wiaduktów drogowych – w ciągu drogi krajowej nr 62, drogi powiatowej oraz drogi wewnętrznej obsługującej port. Takie rozwiązanie zapewni bezkolizyjny ruch i poprawi bezpieczeństwo w rejonie lotniska. Minister infrastruktury Dariusz Klimczak podkreśla, że inwestycja będzie ogromnym ułatwieniem dla tysięcy podróżnych, realnie integrując transport lotniczy z kolejowym i skracając czas dojazdu do centrum stolicy.

Marszałek województwa mazowieckiego Adam Struzik zaznacza, że nowa linia ma powstać do końca 2029 roku i połączy oba warszawskie lotniska, co znacząco wpłynie na rozwój portu Warszawa-Modlin i umożliwi uruchomienie nowych tras.

Samorząd Województwa Mazowieckiego na realizację tego zadania zabezpieczył blisko 167 mln zł ze środków własnych oraz sfinansował opracowanie pełnej dokumentacji projektowej. Przewiduje się, że pozostałe koszty prac budowlanych, które mają ruszyć w 2027 roku, zostaną pokryte z programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021–2027.

opr. (t)

Blisko 70 kierowców wpadło za prędkość!

Kaskadowy wysyp patroli drogówki

Płoccy policjanci drogówki połączyli swoje siły z funkcjonariuszami z Sierpca, Gostynina, Sochaczewa oraz Płońska. Dzięki temu na tym samym odcinku drogi rozmieszczono w niewielkich odstępach kilku patroli. Efekt? Ponad setka ujawnionych wykroczeń i... kuriozalna historia kierowcy Mazdy, który wpadł dwa razy w kilka minut. Akcja „Kaskadowy Pomiar Prędkości" prowadzona była w środę, 15 kwietnia.

– *Działania były prowadzone jednocześnie na terenie powiatu płockiego oraz powiatów sąsiednich. Policjanci szczególną uwagę zwracali na przekraczanie dozwolonej prędkości, nieprawidłowe wyprzedzanie oraz niestosowanie się do znaków i sygnałów drogowych* – wyjaśnia podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku.

Prędkość pod kontrolą

W trakcie przeprowadzonych kontroli policjanci ujawnili ponad 100 wykroczeń drogowych, z czego aż 68 dotyczyło przekroczenia prędkości. Prędkość wciąż pozostaje jedną z głównych przyczyn wypadków drogowych, dlatego policjanci kładli na ten aspekt szczególny nacisk. Wśród skontrolowanych był m.in. 33-letni motocyklista, który – jak się okazało – nie posiadał uprawnień do kierowania pojazdami. Za to przewinienie mężczyzna odpowie teraz przed sądem.

Dwa mandaty w kilkanaście km

Bezsprzecznym „bohaterem" dnia został jednak 56-letni kierowca Mazdy. Jego historia to klasyczny przykład, że „nieszczęścia chodzą parami", zwłaszcza gdy łamie się przepisy. Najpierw płoccy policjanci zatrzymali go za przekroczenie prędkości o 20 km/h. To jednak nie wszystko. Podczas kontroli okazało się, że pojazd nie posiada ważnych badań technicznych. Mężczyzna został ukarany mandatem i punktami karnymi, a funkcjonariusze zatrzymali dowód rejestracyjny Mazdy.

Ku zdziwieniu funkcjonariuszy ten sam kierujący został zatrzymany kilkanaście kilometrów dalej, tym razem przez patrol płońskiej drogówki. Popełnił dokładnie to samo wykroczenie, ponownie przekraczając dozwoloną prędkość.

Dla bezpieczeństwa wszystkich

Działania kaskadowe prowadzone równolegle w wielu krajach Europy w ramach ROADPOL mają na celu ograniczenie liczby zdarzeń drogowych oraz zwiększenie świadomości uczestników ruchu drogowego. Płoccy policjanci zapowiadają kolejne tego typu akcje.

BS



KMP w Płocku

eprasa.pl 77757f9567

ORLEN uruchomił ogólnodostępną stację wodorową w Płocku

ORLEN uruchomił w Płocku szóstą ogólnodostępną stację wodorową. To kolejny punkt na mapie niskoemisyjnej mobilności w Polsce. Z nowej infrastruktury skorzystają zarówno autobusy komunikacji miejskiej jak i kierowcy indywidualni. ORLEN podpisał umowę z Komunikacją Miejską Płock, która obejmuje dostawy wodoru przez 5 lat, o wolumenie pozwalającym na zatankowanie do 18 autobusów na dobę.

Stacja wodorowa została zintegrowana z istniejącym obiektem ORLEN przy ul. Łukasiewicza 15. Do dyspozycji klientów są dystrybutory wodoru: 350 bar dla pojazdów ciężkich i autobusów oraz 700 bar dla samochodów osobowych. Obiekt działa całodobowo i oferuje również pełen wachlarz usług: paliwa tradycyjne, koncept gastronomiczny ORLEN Stop.Cafe, automat ORLEN PACZKA oraz myjnię automatyczną. Kompleks znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie centrum handlowego, dwóch uczelni wyższych, hali sportowej ORLEN Arena i ORLEN Stadionu im. Kazimierza Górskiego.

Uruchomienie stacji w Płocku to kolejny etap rozbudowy ogólnodostępnej infrastruktury wodorowej ORLEN. To już drugi nowy obiekt oddany do użytku w tym roku, a w kolejnych miesiącach planowane są następne lokalizacje, m.in. w Gdyni, Bielsku-Białej i Gorzowie Wielkopolskim.

Wodór dostępny na stacji w Płocku pochodzi z zakładów produkcyjnych Grupy ORLEN, co pozwala efektywnie zabezpieczyć ciągłość dostaw dla transportu publicznego i klientów indywidualnych. Jednocześnie Płock stawia na zeroemisyjny transport publiczny. Jeszcze w tym roku tabor komunikacji miejskiej ma zostać uzupełniony o 18 autobusów wodorowych.



ORLEN

Projekt jest efektem współpracy trzech partnerów: Urzędu Miasta Płocka, Komunikacji Miejskiej – Płock Sp. z o.o. oraz ORLENU, który zapewnił infrastrukturę do tankowania wodoru. Autobusy wodorowe były wcześniej testowane na płockich ulicach i spotkały się z bardzo pozytywnym odbiorem mieszkańców, doceniających komfort oraz cichą pracę pojazdów. Inwestycja wzmacnia lokalny system transportu publicznego i wspiera rozwój nisko- oraz zeroemisyjnej mobilności.

Grupa ORLEN systematycznie rozwija sieć stacji tankowania wodoru dla transportu indywidualnego i publicznego. Zasilanie nowych punktów zapewnią m.in. powstające huby wodorowe, wykorzystujące odnawialne źródła energii, oraz innowacyjne instalacje przetwarzające odpady komunalne w zero- i niskoemisyjny wodór. Do 2035 roku łączna zakładana moc elektrolizerów w Grupie ORLEN wyniesie ok. 0,9 GW. W połączeniu z projektami typu waste-to-hydrogen umożliwi to produkcję ponad 130 tys. ton odnawialnego wodoru rocznie do 2035 roku. Nowe stacje powstają także jako element transeuropejskiej sieci transportowej (TEN-T), ułatwiając podróże pomiędzy lokalizacjami w Polsce i Europie.

Ogólnodostępne stacje tankowania wodoru ORLEN działają już w Poznaniu, Katowicach, Wałbrzychu, Włocławku, Pile oraz w Płocku.

Opr. (kw)

Motocyklista uderzył w sarnę i trafił do szpitala

Niebezpieczny wypadek w Brwilnie

Nagłe pojawienie się dzikiego zwierzęcia na drodze doprowadziło do groźnego zdarzenia. 28-letni motocyklista z Płocka ucierpiał w wyniku zderzenia z sarną. Policja przypomina: w okolicach lasów noga z gazu!

Do wypadku doszło w czwartek, 16 kwietnia w miejscowości Brwilno (gmina Stara Biała). Mieszkaniec Płocka, jadąc motocyklem, nie zdołał uniknąć zderzenia z sarną, która nagle wbiegła na jezdnię. W wyniku poniesionych obrażeń mężczyzna został przetransportowany do szpitala.


KMP w Płocku

Wypadek motocyklisty w Brwilnie

Najgorszy czas: od zmierzchu do świtu

Mundurowi nieustannie apelują o czujność, zwłaszcza w miejscach, gdzie droga przecina tereny leśne. – *Najczęściej do zdarzeń z udziałem dzikich zwierząt dochodzi pomiędzy zmierzchem a świtem. I właśnie w tym czasie powinniśmy zachować szczególną czujność* – tłumaczy podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku.

Znak A-18b to nie sugestia, to ostrzeżenie

Policjanci przypominają, by nigdy nie lekceważyć znaku „Uwaga dzikie zwierzęta". Widząc go, należy dostosować prędkość tak, aby móc zareagować w ułamku sekundy. Zachowanie zwierząt jest bowiem całkowicie nieprzewidywalne – sarna czy dzik mogą nagle zatrzymać się na środku jezdni lub wbiec wprost pod koła.

Warto też pamiętać o zasadzie: jedno zwierzę to często zapowiedź kolejnych. Jeśli widzisz sarnę przy drodze, spodziewaj się, że za chwilę z lasu wybiegnie reszta stada. W takiej sytuacji policjanci zalecają ostrzeganie innych kierowców krótkim użyciem świateł drogowych lub sygnału dźwiękowego.

Co zrobić po zderzeniu?

Jeśli dojdzie do kolizji, kluczowe jest bezpieczeństwo. Należy włączyć światła awaryjne, wystawić trójkąt i – jeśli są ranni – udzielić im pomocy, wzywając służby ratunkowe.

Ważne: Policja ostrzega, aby pod żadnym pozorem nie dotykać ani nie zabierać potrąconego zwierzęcia. Może być ono agresywne w szoku lub zarażone wścieklizną.

BS

Poszukiwany oszust wpadł na strychu w Sierpcu

Nie pomogła sterta ubrań...

Miał spędzić najbliższe dwa lata w więzieniu, ale uznał, że lepszym miejscem będzie strych starej kamienicy w Sierpcu. Choć matka 25-latka zapewniała, że syn wyszedł z domu, policjanci w to nie uwierzyli. Po chwili znaleźli poszukiwanego... pod stertą ubrań.

W czwartek, 16 kwietnia policjanci z Sierpca zapukali do drzwi jednego z mieszkań w mieście. Mieli konkretny cel – nakaz doprowadzenia wydany przez Sąd Rejonowy w Nysie. Lokator, 25-letni mężczyzna, został skazany na dwa lata pozbawienia wolności za oszustwo, jednak do tej pory skutecznie unikał wymiaru sprawiedliwości.

Syna nie ma w domu

Na miejscu funkcjonariusze zastali matkę poszukiwanego. Kobieta z dużą pewnością siebie przekonywała, że spóźnili się o kilkadziesiąt minut, bo syn właśnie wyszedł. Policjanci, którzy znali już ten adres z wcześniejszych interwencji, nie dali się zwieść. Intuicja podpowiadała im, że mężczyzna wcale nie opuścił budynku.

Finał na strychu

Mundurowi sprawdzili wszystkie pomieszczenia mieszkalne, ale prawdziwy przełom nastąpił, gdy weszli na schody prowadzące na strych starej kamienicy. To właśnie tam – w ciemnym kącie, pod grubą warstwą ubrań – ukrył się 25-latek.

Mężczyzna był zaskoczony, że jego „kamuflaż" nie zadziałał. Został natychmiast zatrzymany i przewieziony do komendy. Jeszcze tego samego dnia trafił do Zakładu Karnego, gdzie spędzi najbliższe 24 miesiące.

BS



KPP w Sierpcu

Poszukiwany 25-latek trafił ze strychu do Zakładu Karnego

Z głębokim smutkiem i żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

ś.p.

KATARZYNY ZALEWSKIEJ

naszej Redakcyjnej Koleżanki,
która przed laty współtworzyła historię „Tygodnika Płockiego".

Choć czas nieubłaganie zaciera ślady wspólnej pracy, w murach naszej redakcji wciąż trwa pamięć o tych, którzy swoją pasją i rzetelnością budowali fundamenty lokalnego dziennikarstwa. Żegnamy Osobę, która była częścią naszej zawodowej rodziny, pozostawiając po sobie zapisane karty płockich spraw i ludzkich historii.

Rodzinie, Bliskim oraz Przyjaciołom Zmarłej
wyrazy najgłębszego współczucia i wsparcia w tych trudnych chwilach

składają:
Koleżanki i Koledzy
z „Tygodnika Płockiego"

eprasa.pl 77757f9567

PŁOCKIE LATO 2026
ODKRYJ MIASTO Z PASJĄ!

Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna (PLOT) zaprasza mieszkańców i turystów do wspólnego odkrywania uroków naszego miasta. Przygotowaliśmy dla Państwa program pełen historii, aktywności i muzyki!

AKCJA TURYSTYCZNO – EDUKACYJNA „ODKRYJ Z NAMI PŁOCK"

Wyrusz na spacer z naszymi „odPLOTowymi" przewodnikami! To idealna okazja, by poznać tajemnice Wzgórza Tumskiego, urokliwe zakątki Starego Miasta i niezwykłe płockie historie.

Wstęp bezpłatny (nie wymaga zapisów)
Bonus: każdy uczestnik otrzymuje Płocki Paszport Turystyczny!

Harmonogram spacerów na 2026 rok

Data	Miejsce docelowe	Godzina i miejsce zbiórki
28.06.2026 (niedziela)	Artystyczny Płock oraz 30-lecie Domu Darmstadt	12.00, Stary Rynek
5.07.2026 (niedziela)	Sanktuarium Miłosierdzia Bożego	12.00, Stary Rynek
12.07.2026 (niedziela)	Płock w PRL-u	12.00, Stary Rynek
18.07.2026 (sobota)	Płockie nekropolie Cmentarz Ewangelicko -Augsburski i Płockie Powązki	12.00, Stary Rynek
26.07.2026 (niedziela)	Z biegiem Wisły	12.00, Stary Rynek
1.08.2026 (sobota)	Relikty średniowiecznego Płocka	12.00, Stary Rynek
9.08.2026 (niedziela)	Płock Miasto Bohater Obrona Płocka 1920 roku	12.00, Stary Rynek
30.08.2026 (niedziela)	Jagiellonka-120 lecie szkoły	12.00, przed głównym wejściem do liceum

** Terminy spacerów mogą ulec zmianie*



Fot. UMP Płock

MUZYCZNE CZWARTKI NA PŁOCKIEJ STARÓWCE

Pozwól sobie na chwilę wytchnienia przy dźwiękach muzyki kameralnej. Wyjątkowe koncerty w wykonaniu artystów współpracujących z Płocką Orkiestrą Symfoniczną zamienią serce miasta w letnią filharmonię pod gołym niebem.

Terminy koncertów:
25 czerwca, 9,16, 23, 30 lipca, 6, 13, 27 sierpnia
Gdzie: scena letnia Starego Rynku w Płocku.
Godzina: 18.00
Wstęp bezpłatny.

PŁOCK NA ROWERY!

Fanów aktywnego wypoczynku i dwóch kółek zapraszamy na rajdy rowerowe w ramach projektu pn.: „Płock na ROWERY!".
Odkrywaj z nami malownicze okolice Płocka i spędź aktywny dzień na rowerze!
Dystans: ok. 40 km
Zapisy: obowiązują wcześniejsze zgłoszenia (limit 60 osób na rajd) w siedzibie PLOT lub mailowo: biuro@turystykaplock.eu.
Koszt: 20 zł / rajd

Planowane terminy rajdów:
27 czerwca 2026r. – start godzina 9.00
25 lipca 2026 r. – start godzina 9.00
22 sierpnia 2026 r. – start godzina 9.00

Więcej szczegółów: www.turystykaplock.eu i fb: plockalot

PLOT
Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna

DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW MIASTA PŁOCK

PŁOCK

Materiał przygotowany we współpracy z Płocką Lokalną Organizacją Turystyczną

eprasa.pl 77757f9567

Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna inauguruje sezon turystyczny

Będzie piknik i wyjątkowy spacer

Z okazji inauguracji sezonu turystycznego Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna przygotowała mnóstwo ciekawostek i atrakcji. Już teraz możemy zdradzić, że na potrzeby wydarzenia przewodnicy przebiorą się za kilka postaci historycznych, w tym za jednego z najbardziej znanych władców z dynastii Piastów.

Będzie to przedsmak corocznych spacerów turystycznych z przewodnikami Płockiej Lokalnej Organizacji Turystycznej.

- Serdecznie zapraszamy Płocczan i turystów w każdym wieku, począwszy od rodzin z dziećmi po seniorów, do wzięcia udziału w Wielopokoleniowym Spacerze Turystycznym z PLOT-em. Odbędzie się już w najbliższą niedzielę, 26 kwietnia – zachęca do udziału w wydarzeniu Iwona Krajewska, szefowa Płockiej Lokalnej Organizacji Turystycznej.



Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna

Jedna z imprez PLOT-u

Szykujcie się na wyjątkowe spotkania

Podczas wydarzenia poznamy ciekawostki o Płocku, które zainteresują zarówno dzieci, jak i miłośników lokalnej historii.

Wydarzenie będzie szczególne, ponieważ biorący w nim udział przewodnicy przebiorą się za historyczne postacie, w tym za Bolesława III Krzywoustego i kronikarza Galla Anonima.

- Dawny Płock to również postacie z dworu, nie tylko sami władcy spoczywający z płockiej katedrze. Poza tym postacie damskie są mniej oczywiste – dodaje Iwona Krajewska. Dlatego podczas spaceru przewodnicy przybliżą również losy Judyty Przemyślidki, matki Krzywoustego, oraz Gaudemundy Zofii, księżniczki litewskiej, która poślubiła Bolesława II Mazowieckiego. Gaudemunda została pochowana jako jedyna kobieta obok kilkunastu książąt mazowieckich w płockiej katedrze.

Spacer potrwa dwie godziny. A zaraz po nim na Starym Rynku w godz. 14-17 odbędzie się wielopokoleniowy piknik. Organizatorzy przygotowali bogaty program atrakcji, w tym stoiska wystawiennicze z ofertą turystyczną i kulturalną regionu, degustacje tradycyjnych wyrobów i potraw regionalnych, warsztaty rękodzielnicze, quizy edukacyjne, pokazy sprzętu, dmuchańce, animacje dla dzieci oraz liczne aktywności integracyjne. Swoje stoiska będą mieli: Aeroklub Ziemi Mazowieckiej, Policja, ZOO Płock, Sanepid, Aeroklub Ziemi Mazowieckiej. Spotkacie też Lwa Honorka. A dla najmłodszych warsztaty poprowadzi Ciocia od klocków.

Nie zabraknie również elementów edukacyjnych i prozdrowotnych – uczestnicy będą mogli skorzystać z porad specjalistów, spróbować szczęścia w konkursach przyrodniczych i zapoznać się z zasadami bezpieczeństwa.

Udział w spacerze i w pikniku zorganizowanym przez Płocką Lokalną Organizację Turystyczną jest bezpłatny. Wydarzenie zostało sfinansowane ze środków miasta Płock.

(kb)

KRAJOWY PLAN ODBUDOWY
Rzeczpospolita Polska
Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU
Ministerstwo Zdrowia

Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku
informuje, iż w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO)
realizuje projekt pn. „Rozwój i modernizacja infrastruktury onkologicznej
Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Płocku".
Celem projektu jest poprawa dostępności do leczenia
oraz podniesienie jakości świadczonych w obszarze onkologii usług.

Całkowita wartość projektu to 36 846 983,21 zł, a dofinansowanie wynosi 33 729 137,33 zł.
Na budżet zadania obok środków pozyskanych w ramach KPO:
Komponent D „Efektywność, dostępność i jakość systemu ochrony zdrowia"
Inwestycja D1.1.1 „Rozwój i modernizacja infrastruktury centrów opieki wysokospecjalistycznej
i innych podmiotów leczniczych" składają się środki przekazane
Wojewódzkiemu Szpitalowi Zespolonemu w Płocku z dotacji celowej budżetu
Województwa Mazowieckiego.
Efektem Projektu będzie m.in. zakup nowoczesnego sprzętu i aparatury medycznej
oraz powstanie strefy pacjenta w Centrum Onkologii.
Więcej informacji na stronie www.wszplock.pl

#KPO, #KorzyściDlaCiebie, #NextGenerationEU

SA-56-2

Ruszyła promocja ORLEN Charge

Tańsze ładowanie na wiosnę

Do 25 maja kierowcy elektryków obniżą koszty ładowania aż o 20% we wszystkich punktach ładowania prądem stałym sieci ORLEN Charge. W czasie promocji trwającej ponad miesiąc, stawka za ładowanie wyniesie jedynie ok. 2,15 zł za kWh. To kolejne, po stałej zmianie cennika, dobre informacje dla właścicieli samochodów elektrycznych.

– Najważniejsze jest dla nas to, aby kierowcy aut elektrycznych mogli ładować swoje samochody taniej wtedy, kiedy najbardziej tego potrzebują – w codziennych dojazdach i w trasie. Dlatego uruchamiamy wiosenną promocję ORLEN Charge, w ramach której przez kilka tygodni obniżamy koszt ładowania prądem stałym (DC) o 20% w całej naszej sieci. To prosta, czytelna korzyść: niższa cena za każdą kilowatogodzinę bez dodatkowych warunków. Promocja jest dostępna zarówno w aplikacji ORLEN Charge, jak i w ORLEN VITAY z aktywną usługą ORLEN Charge – mówi Krzysztof Kaczyński, Dyrektor Wykonawczy ds. Elektromobilności ORLEN.

Wiosenna promocja ORLEN Charge obniża koszt ładowania prądem stałym (DC) o 20% – a w połączeniu z niedawną zmianą cennika daje kierowcom realnie niższe koszty i prostsze zasady w całej sieci. Od początku miesiąca stawka za ładowanie DC na stałe wynosi 2,69 zł/kWh, co oznacza oszczędności nawet do 50 groszy na każdej kilowatogodzinie. W czasie promocji dodatkowo – dzięki rabatowi 20% – cena ta wyniesie ok. 2,15 zł/kWh i będzie jednocześnie jedną z najbardziej atrakcyjnych na rynku. Promocja trwa od 17 kwietnia (od godz. 9:00) do 9 rano 25 maja.

Jedna aplikacja, większy komfort: ORLEN VITAY z usługą ORLEN Charge

Wiosenna promocja jest dostępna dla użytkowników aplikacji ORLEN Charge oraz aplikacji ORLEN VITAY z aktywną usługą ORLEN Charge. Aby zapewnić klientom większy komfort i uprościć korzystanie z usług, ORLEN stawia na jedno, docelowe rozwiązanie – dlatego od 5 maja wszystkie funkcje związane z ładowaniem w sieci ORLEN Charge będą dostępne w aplikacji ORLEN VITAY. Już dzisiaj zachęcamy do zainstalowania aplikacji.

ORLEN Charge rośnie w siłę: kolejne lokalizacje, kolejne możliwości

ORLEN konsekwentnie rozwija infrastrukturę ładowania, odpowiadając na rosnące potrzeby użytkowników samochodów elektrycznych. Nowoczesne huby ORLEN Charge działają już m.in. w Nowym Dworze Gdańskim, Gorzowie Wielkopolskim i Szczecinie, a także w kluczowych punktach przy trasach szybkiego ruchu – na Miejscach Obsługi Podróżnych Olsztynek Południe, Gruczno Zachód oraz Barnisław Północ i Południe.

Równolegle przybywa stacji szybkiego ładowania typu standalone, które pojawiają się w kolejnych miastach w całej Polsce – tak, by dostęp do ładowania był jeszcze łatwiejszy zarówno na co dzień, jak i w podróży.

Dziś sieć ORLEN Charge obejmuje ponad 1,3 tys. punktów ładowania. Zgodnie z planami do końca 2027 roku powstanie kilkadziesiąt nowych hubów oraz ponad sto dodatkowych stacji. Inwestycje w elektromobilność to jeden z kluczowych elementów strategii ORLEN – wspierają rozwój zeroemisyjnego transportu i podnoszą komfort podróżowania samochodem elektrycznym.

Szczegółowe informacje dotyczące promocji dostępne są na stronie ORLEN Charge.

Opr. (kw)

Wystawa w Pracowni Działań Twórczych KOLOR i FORMA

Sztuka, która tętni kolorem i emocjami

Pracownia Działań Twórczych KOLOR i FORMA (którą znajdziecie na I piętrze Galerii Wisła, ul. Wyszogrodzka 144) zaprasza na wernisaż wystawy Joanny Rodowicz. Będzie to wyjątkowe spotkanie ze sztuką, która tętni kolorem, emocjami i muzycznym rytmem. Wernisaż odbędzie się już w najbliższy piątek, 24 kwietnia o godz. 17.00 (wstęp wolny), a wystawę będzie można podziwiać do 18 maja br.

Joanna Rodowicz to absolwentka warszawskiej ASP, rzeźbiarka i portrecistka, której twórczość to eksplozja barw i ekspresji. Jej prace, w tym słynna „kolekcja muzyczna", wystawiane były w całym kraju oraz za granicą (m.in. we Włoszech).

Głównym punktem jej zainteresowań jest człowiek. Joanna Rodowicz stworzyła setki autorka portretów i szkiców „ulicznych", w których zamyka charakter i emocje swoich bohaterów. Wrażliwość artystki przekłada się także na wymierne wsparcie potrzebujących; to jej obraz „Przepiękna wiolonczelistka" pobił w 2025 roku rekord aukcji charytatywnej, osiągając cenę 11 500 zł.

Joanna Rodowicz pielęgnuje również pamięć historyczną – zaprojektowała pomnik swojego wuja, legendarnego Jana Rodowicza „Anody". Jej dorobek został doceniony wpisem do Encyklopedii Osobistości Rzeczypospolitej Polskiej. **(kw)**

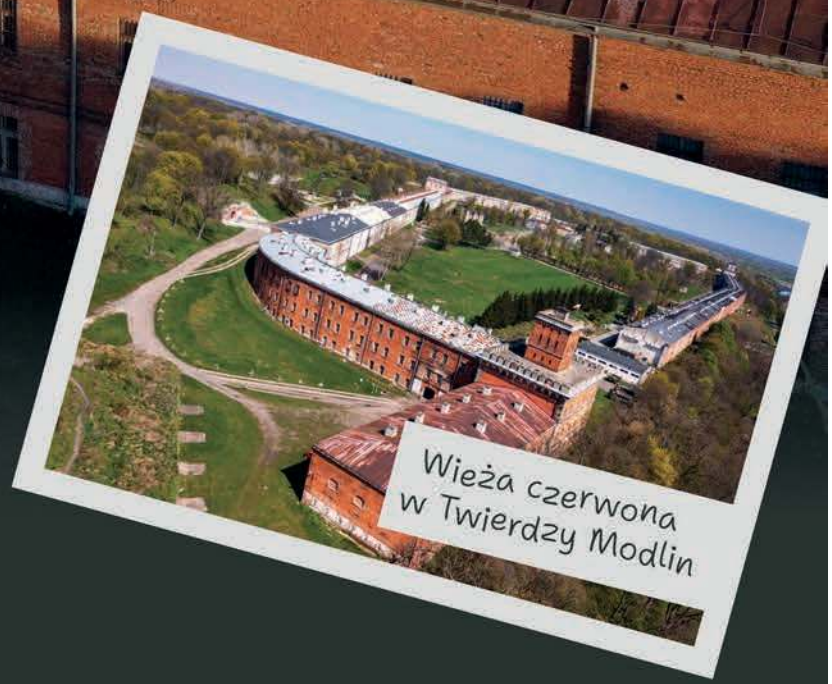
eprasa.pl 77757f9567

Modlin.
TWIERDZA

OTWARCIE SEZONU

W TWIERDZY MODLIN

1-3 MAJA WIELKA MAJÓWKA
zapraszamy codziennie od godziny 10:00
do zwiedzania największej twierdzy w Europie!


Wieża czerwona w Twierdzy Modlin

W programie:

- **zwiedzanie MUZEUM TWIERDZY MODLIN**
- **PUNKT WIDOKOWY NA WIEŻY CZERWONEJ**
  z widokiem na ujście rzek Narew i Wisły
- **2 maja zapraszamy do Twierdzy Najmłodszych wraz z opiekunami!**
  Zakup biletu na dowolną atrakcję uprawnia do skorzystania ze STREFY ZABAW:
  dmuchana zjeżdżalnia, trampolina euro bungee, gry, zabawy oraz wata cukrowa
- **Weekendowe ZWIEDZANIE OBIEKTU Z PRZEWODNIKIEM**
  start godz. 12:00 i 14:00
- **WYCIECZKI BUSEM ELEKTRYCZNYM**
  w weekendy w godz. 11:00-15:00
- **NAJWIEKSZA WYSTAWA KLOCKÓW COBI W POLSCE**
  dostępna przez cały sezon
- **WYSTAWA SAMOCHODÓW SKARB NARODÓW**
  dostępna w weekendy
- **NOCNE ZWIEDZANIE z przewodnikiem 15 maja**
- **zapisz się na BIEGIEM DO KOSZAR 22 maja na dystansie 5km**

Sprawdź atrakcje

Więcej szczegółów:
kontakt@twierdzamodlin.com
tel. +48 888 424 888

SA-92

REKLAMA

eprasa.pl 77757f9567

Dwie premiery u „Szaniawskiego". „Ubu Król, czyli Polacy" Jarry'ego, „Motyle są wolne" Gershego

Komu absurd, komu czułość

To druga realizacja „Ubu..." w płockim teatrze i kolejna w inscenizacji Marka Mokrowieckiego. Powrócił do tekstu, który prezentował w początkach swojej dyrekcji, ponieważ jest „ponadczasowy, wciąż aktualny i dotyka rzeczy uniwersalnych". „Ubu..." pasuje o dziwo i do Gombrowicza („Iwona, księżniczka Burgunda"), i do Gogola („Martwe dusze 2.0, czyli Cziczikow loguje się ponownie") prezentowanych w tym sezonie. Pozostaje tylko jedna kwestia - czy młoda publiczność na porannych spektaklach odbierze to przedstawienie jako bekę, czy znajdzie w nim pokazaną w krzywym zwierciadle rzeczywistość.



Waldemar Lawendowski

Jakub Matwiejczyk (Don) i Magda Kuśnierz-Komarnicka (Jill)

Na premierze w paryskim teatrze (1896 r.) muza i mecenaska artystów Misia Godebska demonstracyjnie opuściła salę, choć autor tłumaczył, że rzecz ma miejsce w Polsce, czyli nigdzie. Nie było nas wtedy na mapie Europy, ale być może zafascynowany Szekspirem młody Jarry odkrył geograficzną nazwę Polska w „Hamlecie" i postanowił użyć jej w swojej sztuce. „Ubu..." przetłumaczył genialnie Boy-Żeleński (wydanie polskie 1936) nieco łagodząc język autora, który rzecz napisał dosadniej. Ale „merdre" (gówno) w swoim przekładzie pozostawił.

Tekst Jarry'ego wydali w wersji angielskiej Themersonowie w swojej londyńskiej oficynie Gaberbocchus Press. Ilustrowała Franciszka, która później zrobiła scenografię i kostiumy do inscenizacji Michaela Meschkego w Marionetteatern w Sztokholmie (1964 r.). Mogliśmy je oglądać w Płocku (rodzinnym mieście Stefana) podczas Festiwalu Themersonów.

Ubu – „awanturnik wyrosły nie wiadomo skąd" – pochodzi jednak z Francji. W Polsce, zaczynając od stanowiska rotmistrza dragonów króla Wacława, robi karierę „po trupach". Ubrany w rozchełstany podkoszulek i podtrzymujące spodnie szelki aktor (Łukasz Mąka) przypomina postacie ze sztuk Mrożka. W zdobycznym kasku wygląda niczym opancerzona dynia. Wygłasza mowy w stylu dyktatorów – *„(…) Powiem wam tedy panowie, że fynanse idą nieźle. Wszędzie widzi się płonące domy i ludzi uginających się pod ciężarem naszych fynansów". „On jest naprawdę głupi"* – stwierdzi nawet Ubica. To ważna rola Mąki, który przez cały spektakl prawie nie schodzi ze sceny. Znakomitą partnerkę ma w Ubicy. Magda Tomaszewska niejednokrotnie udowodniła, że potrafi się przeobrażać. Jest perfekcyjna. Bardzo wyraziście zagrała sprytną wulgarną wiedźmę, co wyjdzie z każdej opresji. Zna na wylot Ubu, podsyca jego żądzę władzy i pieniądza. Zostanie Królową.

W roli Byczysława, syna zamordowanego prawowitego władcy Wacława, zwrócił uwagę Aleksander Maciejczyk, a Barbara Misiun (Królowa Rosamunda) otrzymała brawa za znakomitą etiudę do arii „E lucevan le stelle" Pucciniego (opracowanie muzyczne Krzysztof Misiak).

Mokrowiecki realizacją „Ubu Króla" powrócił do tego, co lubi. Preferując repertuar współczesny („Bóg" Woody'ego Allena, „Operetka" Gombrowicza), udowodnił, że nadal świetnie odnajduje się w języku groteski. W najnowszej inscenizacji z elementami komedii i kabaretu jest jednak mniej zabawy. Na zasłanej kapuścianymi głowami scenie (intrygująca scenografia Krzysztofa Małachowskiego – głów jest tyle, co widzów) szuka relacji między władzą a społeczeństwem. Czy to się udało?



Waldemar Lawendowski

Łukasz Mąka (Ubu) i Magdalena Tomaszewska (Ubica)

Po przewrotach, bitwach, zmianach głowy szlachty, sędziów i finansistów, którzy nie godzą się na nowy system, podwójne podatki itp., lecą do jamy. Można bawić się w wojnę używając papierowych samolocików (w trakcie spektaklu aktorzy rzucają je w stronę widowni). A jeśli to drony?

Jak motyle...

Do sztuki „Motyle są wolne" powraca również Dariusz Poleszak-Hass. Premiera – także na Scenie Kameralnej im. Jana Skotnickiego – w 2024 roku otworzyła Festiwal Kultury i Sztuki dla Osób Niewidomych. Teraz spektakl firmuje Teatr Dramatyczny im. Szaniawskiego. Występują płoccy aktorzy, nową scenografię przygotował Krzysztof Małachowski, a muzykę – Marcin Rumiński.

„Motyle są wolne" amerykańskiego dramatopisarza Leonarda Gershe wystawione najpierw w Paryżu (1972), później wielokrotnie na Broadwayu, spopularyzował film z Goldie Hawn i Edwardem Albertem. Świetnie napisana sztuka o miłości z błyskotliwymi dialogami gości często w repertuarze teatrów i nadal ma publiczność. Płocka inscenizacja nie gubiąc nic z przesłania, podkreśla jej wdzięk, lekkość i czułość.

Pochwały należą się całej czwórce wykonawców. Na najwyższym miejscu podium staje Don (Jakub Matwiejczyk). Zagrał młodego mężczyznę, który chce się uwolnić spod kurateli nadopiekuńczej matki (Magdalena Tomaszewska). Nie epatuje, nie podkreśla swojej dysfunkcji (urodził się niewidomy). Gdy spotyka Jill (Magda Kuśnierz-Komarnicka), chce kochać jak każdy młody człowiek. Nawet jeśli ta miłość przyniesie cierpienie, wyjdzie po niej silniejszy. Zrozumie to matka – pisarka i nie przestając się martwić o jedynaka, pozwoli mu pójść własną drogą.

Jest w relacjach bohaterów dużo delikatności mimo pierwszych wynikających z lęku nieporozumień. Nawet reżyser awangardowego teatru (Dariusz Poleszak-Hass), który jeszcze nie odniósł sukcesu, zrozumie wybory uciekającej przed prawdziwym uczuciem niedoszłej aktorki Jill.

W tej romantycznej komedii (wizualizacja Artur Świetlik) po scenie fruwają barwne, wolne motyle.

Lena Szatkowska

Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich w Książnicy

Spotkanie z pisarzem, konkurs na opowiadanie

23 kwietnia obchodzimy ustanowiony przez UNESCO Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich. Z tej okazji Książnica zaprasza do Mediateki na spotkanie z Kamilem Janickim, autorem książek „Życie w chłopskiej chacie", „Pańszczyzna. Prawdziwa historia polskiego niewolnictwa", „Pierwsze damy II Rzeczpospolitej", „Seryjni mordercy II Rzeczpospolitej", „Wawel. Biografia". Po raz pierwszy odbędzie się Ogólnopolski Konkurs na Opowiadanie, któremu patronuje zmarły w 2025 roku autor poezji i prozy, Płoczczanin Krzysztof J. Barański.

Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich został oficjalnie ustanowiony przez UNESCO w 1995 roku. Wywodzi się z Katalonii, gdzie już od 1926 roku, w dniu św. Jerzego, mężczyźni wręczają paniom czerwone róże symbolizujące krew smoka, którego pokonał święty. Panie odwzajemniają się książkowymi prezentami. Datę 23 kwietnia wybrano nieprzypadkowo. To rocznica śmierci Cervantesa, urodzin i śmierci Szekspira, a także śmierci Inki Garcilasa de la Vegi. UNESCO każdego roku nadaje także tytuł Światowej Stolicy Książki miastu, które przygotowało najlepszy program promujący czytelnictwo. W 2026 roku tytuł nosi Rabat (Maroko).

W Polsce Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich obchodzony jest od 2008 roku z inicjatywy Polskiej Izby Książki. Warto wtedy szukać promocji w księgarniach i ciekawych wydarzeń związanych z promocją literatury. Jednym z nich będzie spotkanie z Kamilem Janickim w Mediatece. Pisarz i publicysta, z wykształcenia historyk, zajmuje się historią społeczną średniowiecza i epoki nowożytnej. Jest autorem serii biografii wybitnych kobiet oraz publikacji poświęconych przedwojennej Polsce. Wstęp wolny. Sala widowiskowa w Mediatece wyposażona jest w pętlę indukcyjną.

Dla autorów powyżej 16. roku życia przeznaczony jest nowy konkurs Książnicy Płockiej na nowelę lub opowiadanie im. Krzysztofa Barańskiego „Małe jest piękne". Nadesłane teksty nie mogą być nagrodzone w innych konkursach ani publikowane w wydawnictwach zwartych lub czasopismach (papierowych oraz internetowych), muszą być napisane samodzielnie, bez użycia sztucznej inteligencji. Objętość nie powinna przekraczać 20 tysięcy znaków, czyli maksimum 7 stron formatu A4 (czcionka 12 pkt., interlinia 1 lub 1,5).

Pracę w postaci maszynopisu lub wydruku komputerowego – w czterech egzemplarzach – dostarczamy na adres: Książnica Płocka im. Władysława Broniewskiego, ul. T. Kościuszki 6, 09-402 Płock. Nadsyłane teksty powinny być opatrzone godłem (pseudonimem). Imię, nazwisko, adres autora, a także numer telefonu i adres mailowy należy umieścić w osobnej kopercie, opatrzonej takim samym godłem i dołączonej do przesyłki. Jeżeli uczestnikiem jest osoba niepełnoletnia, w kopercie z godłem trzeba umieścić podpisane przez rodzica lub opiekuna prawnego oświadczenie o wyrażeniu zgody na przeniesienie praw autorskich, przetwarzanie danych osobowych oraz wykorzystanie wizerunku w celach promocji konkursu. Na kopercie powinien znaleźć się dopisek: „Ogólnopolski Konkurs na Opowiadanie im. Krzysztofa J. Barańskiego". Specjalna nagroda zostanie przyznana za opowiadanie związane z Płockiem lub Mazowszem. - *Dajcie się ponieść wyobraźni i udowodnijcie, że to, co niewielkie, potrafi zachwycać najbardziej!* – zachęcają organizatorzy. Opowiadania lub nowele można nadsyłać do 20 maja.

(l.)



eprasa.pl 77757f9567

Polska armia pokazała swój arsenał podczas Wojskowych Targów Służby i Pracy w ORLEN Arenie

Drony, roboty, czołgi...

W ramach Wojskowych Targów Służby i Pracy płocką ORLEN Arenę opanowali w miniony piątek przedstawiciele Polskich Sił Zbrojnych, począwszy od Wojsk Lądowych, przez Siły Powietrzne, po Marynarkę Wojenną i Wojska Specjalne, Wojska Obrony Terytorialnej, Wojskową Służbę Zdrowia, Żandarmerię Wojskową i Wojska Obrony Cyberprzestrzeni.

Przed ORLEN Areną stanęły m.in. czołg Leopard 2 PL, przeznaczony do przewozu uzbrojenia pojazd dalekiego rozpoznania „Żmija", bojowy wóz piechoty „BORSUK" i wyposażony w moździerz pojazd KTO Rosomak. W środku hali ustawiono pojazd podwodny, a ulotki (na zmianę z cukierkami) podawał nieduży robot patrolowo-przenośny.

To tylko znikoma część zaprezentowanego wyposażenia polskich Sił Zbrojnych.

Targi na najwyższym poziomie

Targi były świetną okazją do zapoznania się z ofertą jednostek wojskowych. - *Pozwalają na spotkanie z ludźmi, którzy swoje pasje przekładają na obowiązek, a swoje zainteresowania oddają służbie wojskowej* – powiedział płk Grzegorz Wawrzynkiewicz, szef Centralnego Wojskowego Centrum Rekrutacji.

Do uczestników wydarzenia list skierował Władysław Kosiniak-Kamysz, minister obrony narodowej. Wspominał w nim, że targi to nie tylko oferty i możliwość poznania nowoczesnego uzbrojenia. To również bezpośredni kontakt z żołnierzem, poznanie specyfiki służby oraz zrozumienie wyzwań, przed jakimi stoi dziś system obrony państwa. - *A to właśnie takie działania budują społeczne zaufanie do naszego wojska* – zaznaczył wicepremier.

O tym, że bezpieczeństwo jest priorytetem, wspomniał Mariusz Frankowski, wojewoda mazowiecki. Przypominał, że służba wojskowa kształtuje charakter, uczy współpracy i daje poczcie realnego wpływu na bezpieczeństwo nas wszystkich. - *Nie bez przyczyny jesteśmy dzisiaj w regionie płockim. W tym roku wraca tutaj wojsko. W pobliskim Trzepowie powstanie nowa baza 6 Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej* – dodał wojewoda.

- *Niedługo powstanie również jednostka wojskowa w naszym subregionie, w Gostyninie* – przypomniał z kolei Sylwester Ziemkiewicz, starosta płocki. Wskazał na podejmowane działania związane z bezpieczeństwem: powstawanie miejsc schronienia i magazynów obrony cywilnej, uznawanie ochotniczych straży pożarnych za podmioty obrony cywilnej. - *Obecna sytuacja międzynarodowa, napięcia geopolityczne, to, co dzieje się za naszą wschodnią granicą, pokazały, że bezpieczeństwo nie jest oczywistością. Jest wartością, którą musimy wszyscy budować* – dopowiedział starosta.

A wracając do samych targów... - *To nie tylko show, które ma robić wrażenie. Wydarzenie stanowi platformę, która ma inspirować młodych ludzi, przedstawić im alternatywną ścieżkę kariery* – zaznaczył Łukasz Jankowski, wiceprezydent Płocka.

Bezzałogowiec z... miną z drukarki 3D

Podczas wydarzenia można było skorzystać m.in. z punków rekrutacyjnych obsługiwanych przez wojskowe centra rekrutacji. Przedstawiciele WCR udzielili informacji, odpowiadali na pytania i wątpliwości. Swoje oferty przedstawiali przedstawiciele uczelni, w tym m.in. Akademii Marynarki Wojennej. Akademii Wojsk Lądowych, Lotniczej Akademii Wojskowej. Przykładowo wizytówką Wojskowej Akademii Technicznej stał się bezzałogowiec skonstruowany przez jednego ze studentów z Wydziału Inżynierii Mechanicznej. - *Ma na sobie minę wydrukowaną w drukarce 3D. Można powiedzieć, że to bezzałogowiec samobójca* – słyszymy od jednej ze studentek. Wystarczy, że pojazd podjedzie do celu. Wtedy osoba sterująca w odpowiednim momencie uruchamia przycisk detonacji.

O robocie inżynieryjnym 1806, wykorzystywanym przez Siły Zbrojne RP, także przez Straż Graniczną i Policję, opowiadał plutonowy Łukasz Tkaczyk z Centralnego Ośrodka Analizy Skażeń z Warszawy. Taki robot jest wykorzystywany do rozpoznawania i niszczenia materiałów niebezpiecznych, toksycznych środków przemysłowych i chemicznych, bojowych środków trujących. Do sterowania służy konsola umożliwiająca podgląd z czterech kamer.



KB

Polska armia pokazuje swój arsenał

Tureckie drony Bayraktar TB2 na wyposażeniu polskich Sił Zbrojnych

- *Część osób podchodzi, dziwiąc się „o kurcze, ale to jest duże*" - śmieje się plutonowy Jarecki z 12 Bazy Bezzałogowych Statków Powietrznych w Mirosławcu. - *Jesteśmy jedyną jednostką w Polsce posiadającą tego typu drony przeznaczone do zadań rozpoznawczo-uderzeniowych. W niedalekiej przyszłości będą prowadzone szkolenia na reapery, amerykańskie bojowe statki bezzałogowe.*

Na razie w bazie mają 24 Bayraktary. Plutonowy od trzech lat pełni rolę sensor operatora. - *Sensor operator i pilot to oczy i uszy takiego drona. W przypadku pilota nie ma wielu różnic w stosunku do pilotowania załogowych statków powietrznych. Są identyczne procedury, regulamin lotu* – opowiada mundurowy.

Bayraktary bywają wykorzystywane w Polsce np. do działań rozpoznawczych w związku z pożarami. Dzięki wmontowanej w głowicę kamerze termowizyjnej sensor operator potrafi wychwycić źródło ciepła – w tym przypadku miejsce, w którym zaczyna tlić się pożar – przebywając w odległości od tego punktu nawet o 40-50 km. - *Z pomocą Bayraktara prowadziłem obserwację muru stojącego na granicy Polski z Białorusią. Jesteśmy w stanie rozpoznać to, co dzieje się za murem, pozostając na terytorium Polski. I odpowiednio wcześniej poinformować o tym Straż Graniczną* – mówi plutonowy.

(kb)

Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu

Mazowsze. serce Polski

MUZEUM JEST JEDNOSTKĄ ORGANIZACYJNĄ SAMORZĄDU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO



MAJÓWKA W SKANSENIE

1 maja 2026, godz. 10.00 – 18.00

GOTOWANIE NA POLANIE

3 maja 2026, godz. 10.00 – 18.00

partnerzy medialni:

REKLAMA

SA-85

eprasa.pl 77757f9567

Znamy 16 najbardziej aktywnych czytelników głosowania w 18. edycji Plebiscytu „Z Tumskiego Wzgórza”

Kupony paliwowe ORLENU dla...!

Głosowanie czytelników na Wydarzenia Roku 2025 w każdej z czterech plebiscytowych kategorii zakończyło się w ubiegłym tygodniu, zatem czas na rozdanie nagród. Tak jak pisaliśmy ostatnio: mamy 3 vouchery do sklepu ze sprzętem AGD/RTV, dziesięć zestawów upominkowych, a dla tych, którzy w Plebiscycie „Z Tumskiego Wzgórza” oddali najwięcej głosów – 3 bony paliwowe ufundowane przez ORLEN SA, każdy o wartości 700 zł.



D. Ossowski

Podczas Gali nagrodzimy najbardziej aktywnych czytelników w głosowaniu. To zdjęcie z czytelnikami Tygodnika Płockiego i przedstawicielem fundatora - ORLENU zrobione zostało podczas ubiegłorocznej Gali

Bony paliwowe wręczone zostaną podczas uroczystej Gali 24 kwietnia. Ta – po raz pierwszy w historii Plebiscytu – zorganizowana będzie w restauracji Stadionowa. Tam też główne nagrody plebiscytowe – bony paliwowe odbiorą wygrani czytelnicy. Pozostałe nagrody już można odbierać w redakcji „Tygodnika Płockiego” (Pl. Stary Rynek 27).

Nagrody trafiają do odpowiednich czytelników według prostej zasady: kto oddał w Plebiscycie najwięcej głosów (SMS-owych, kuponowych bądź takich i takich łącznie), ten w kolejności otrzyma najbardziej wartościowe nagrody. Pozostałe zasady głosowania znane były głosującym, bo zamieszczone były w dostępnym na stronie internetowej TP regulaminie Plebiscytu.

3 bony paliwowe

Zaczynamy od nagród głównych – kuponów paliwowych. Pierwszy kupon – za największą liczbę oddanych głosów – trafia do pani **Jadwigi Zielińskiej** ze Starej Białej.

Pani Jadwiga – jak sama nam opowiedziała w rozmowie telefonicznej, kiedy poinformowaliśmy ją o głównej wygranej – jest na emeryturze, ma w związku z tym dużo czasu, lubi żyć aktywnie, chodzić na koncerty. Stąd nie było naszego zdziwienia, kiedy przyznała, że swoje głosy w Plebiscycie oddawała na „Koncert L.U.C. & Rebel Babel Film Orchestra oraz Płockiej Orkiestry Symfonicznej” w kategorii Kultura. A tak w ogóle przygoda pani Jadzi z koncertami zaczęła się od prezentu, który dostała od swoich dzieci z okazji Dnia Matki – był to właśnie bilet na koncert.

Kolejny voucher trafia do **Mileny Kinalskiej** z Kamionek, którą oczywiście również zapytaliśmy o to, czym kierowała się, dokonując wyborów na kuponach do głosowania. Pani Milena oddała swój głos w każdej z 4 kategorii. W pierwszej - „Wrośli w krajobraz miasta...” postawiła na „Jubileusz 950-lecia Diecezji Płockiej. Jak twierdzi: - *dlatego, że ma ono duże znaczenie historyczne i kulturalne oraz podkreśla wieloletnią tradycję Płocka*. W kategorii „Kultura” postawiła na Dni Historii Płocka w nowej formule. - *Ta impreza przyciągnęła wielu mieszkańców i turystów, bo połączyła tradycję z nowoczesnością.* Z kolei w kategorii „Sport, rekreacja, turystka” nasza czytelniczka postawiła na udział płocko-sierpeckiej drużyny w Maratonie Nowojorskim. - *To znakomity maraton i znakomita promocja dla naszego regionu. Mam na myśli udział naszych sportowców w tej imprezie* – zauważa pani Milena. W kategorii „Na Mazowszu Płockim” nie było, zdaniem naszej czytelniczki, lepszej alternatywy niż „Zawarcie Partnerstwa między powiatem płockim a Ministerstwem Obrony Narodowej, dotyczącego rozlokowania Wojsk Obrony Terytorialnej w powiecie. - *To nasze bezpieczeństwo* – konkluduje czytelniczka.

Partner Strategiczny:
ORLEN

Trzeci bon paliwowy otrzymuje **Ewelina Walczak** z Cekanowa. Publikujemy obszerną wypowiedź naszej czytelniczki w kwestii głosowania. - *W Plebiscycie „Z Tumskiego Wzgórza” postawiłam na kategorię „Na Mazowszu Płockim” i na Wydarzenie pod nazwą: „Gminny żłobek w Słupnie to już dziesięciolatek!”. Ze żłobkiem jestem związana od samego początku: zawodowo i osobiście. Od 11 lat pracuję w tej placówce i od pierwszych chwil kibicowałam idei stworzenia w naszej gminie miejsca zapewniającego profesjonalną i troskliwą opiekę nad najmłodszymi dziećmi. Powstanie żłobka było ogromnym krokiem dla naszej lokalnej społeczności. Była to pierwsza tego typu placówka na terenie gminy wiejskiej w całym regionie Mazowsza Płockiego, co czyniło to wydarzenie przełomowym. Tym bardziej cieszy fakt, że już w 2015 roku inicjatywa ta została doceniona – zdobyliśmy wtedy tytuł Wydarzenia Roku w tym samym plebiscycie za uruchomienie żłobka. Dziś, po 10 latach działalności, mogę z dumą obserwować, jak bardzo rozwinęła się nasza placówka i jak ważną rolę odgrywa w życiu mieszkańców. Od ponad dwóch lat pełnię funkcję dyrektora, co jest dla mnie ogromnym wyróżnieniem i jednocześnie zobowiązaniem do dalszego dbania o najwyższy standard opieki i rozwoju dzieci. Oddając głos na jubileusz 10-lecia żłobka, chciałam podkreślić znaczenie tej placówki dla naszej gminy, docenić wspólną pracę wielu zaangażowanych osób oraz pokazać, jak ważne są inicjatywy wspierające rodziny i najmłodszych mieszkańców.*

My możemy tylko bić brawo dla takiej opinii i dla takiego emocjonalnego zaangażowania w tę ważną inwestycję.

Vouchery i upominki

Następne 3 nagrody to vouchery do sklepu Media Expert o wartości kolejno: 300, 200 i 100 zł. Trafią one w tej właśnie kolejności do: **Agaty Sosnowskiej** z Jordanowa, **Natalii Magdziarz** z Płocka i **Janusza Wochowskiego** z Płocka.

Wreszcie czas na zestawy upominkowe: T-shirt z logo TP oraz okolicznościowy album „Tygodnika Płockiego” wydany z okazji 50-lecia czasopisma. Otrzymają je: **Zuzanna Baranowska-Lemmen** - Klusek, **Anna Bitkowska** - Popłacin, **Aleksandra Dąbrowska** – Proboszczewice, **Barbara Filipkowska** – Płock, **Marek Wernikiewicz** - Płock, **Tomasz Mrówczyński** - Płock, **Ewa Kozłowska** - Płock, **Monika Drążek** - Cekanowo, **Karolina Rusin** – Płock, **Marcin Groszewski** – Płock.

Gratulujemy wszystkim wygranym. Tych, dla których tym razem zabrakło nagród, zapraszamy do głosowania w przyszłym roku, podczas 20. edycji Plebiscytu „Z Tumskiego Wzgórza”.

I jeszcze jedno, zgodnie z regulaminem nagrody można odbierać nie dłużej niż w ciągu jednego miesiąca od daty ukazania się tej informacji w TP, czyli od 22 kwietnia do 22 maja tego roku.

Podziękowania za pomoc poszkodowanym

Podczas Gali wieńczącej tegoroczną edycję Plebiscytu wręczać będziemy nie tylko Nominacje. Nie tylko prace plastyczne i miedzioryty, ale także specjalne podziękowania przyznane przez redakcję „Tygodnika Płockiego”. Otrzymają je przedstawiciele 2 firm, które nie były objęte procesem głosowania? Dlaczego?

Pamiętamy czwartek, 5 czerwca ubiegłego roku. To był tragiczny poranek, który na zawsze zapisał się w czarnych kronikach Mazowsza Płockiego. Nad powiatem płockim przeszła nawałnica o sile rzadko spotykanej w naszych stronach. Największe uderzenie żywiołu przyjęła na siebie gmina Drobin, a symbolem tego dramatu stała się miejscowość Mokrzk. To właśnie tam, w wyniku przejścia trąby powietrznej, aż 3/4 mieszkańców straciło dach nad głową. Wichura nie oszczędziła też innych miejscowości w gminach Drobin, Raciąż i Bielsk: Psar, Kozłowa i Mlic-Koster, niszcząc łącznie blisko 40 budynków mieszkalnych i gospodarczych, zrywając linie energetyczne i blokując drogi powalonymi drzewami. W jednej chwili dorobek wielu pokoleń rolników zniknął pod gruzami. Jednak to właśnie w obliczu tej tragedii narodziła się niezwykła solidarność, którą chcemy uhonorować. Pragniemy podkreślić zaangażowanie 2 firm: ORLENU i Modular System.

Poprzez Fundację ORLEN przekazano niemal natychmiast 750 tysięcy złotych na zakup materiałów budowlanych. Dzięki tym środkom możliwe było sfinansowanie odbudowy domów i budynków gospodarczych dla najbardziej poszkodowanych rodzin z Mokrzka, które często nie posiadały ubezpieczenia. Środki zostały przekazane bezpośrednio do OSP w Drobinie, co pozwoliło na błyskawiczne i celowane zakupy cegieł, blachodachówek i więźb dachowych, zgodnie z realnymi potrzebami poszczególnych gospodarstw.

Z kolei firma Modular System, reagując na dramat sąsiadów z gminy Drobin, dostarczyła i bezpłatnie użyczyła w pełni wyposażone kontenery mieszkalne. Dzięki temu poszkodowani mieszkańcy nie musieli szukać noclegów w odległych placówkach, lecz mogli pozostać na terenie swoich gospodarstw, pilnując dobytku i nadzorując odbudowę.

W imieniu mieszkańców Mazowsza Płockiego, za okazane serce chcemy tym firmom podczas Gali gorąco podziękować.

Tomasz Szatkowski

Partnerzy projektu:

eprasa.pl 77757f9567

ORLEN DLA PŁOCKA

2600 bezpłatnych konsultacji lekarskich dla mieszkańców Płocka i okolic

Rusza nowa edycja programu profilaktycznego ORLENU

ORLEN rozpoczyna kolejną edycję programu badań profilaktycznych „Troszcząc się o jutro - zbadaj się już dziś". Kontynuacja programu jest odpowiedzią na potrzeby pacjentów z Płocka i powiatu płockiego. Tegoroczne badania profilaktyczne - łącznie dla 2,6 tysiąca osób - prowadzone będą w przychodniach w Płocku oraz Brudzeniu Dużym. Program realizowany jest przy wsparciu Urzędu Miasta Płocka oraz Starostwa Powiatowego w Płocku.



Odpowiadając na oczekiwania mieszkańców, ORLEN – jako firma odpowiedzialna społecznie – uruchamia nową edycję programu badań profilaktycznych: „Troszcząc się o jutro – zbadaj się już dziś". Lista tegorocznych badań jest efektem pracy komitetu ds. zdrowia, który zrzesza przedstawicieli organów lokalnego samorządu: Urzędu Miasta Płock i Starostwa Powiatowego w Płocku, a także Szpitala Wojewódzkiego w Płocku i partnera medycznego. Komitet obradował w gronie ekspertów, wśród których byli także lekarze reprezentujący różne dziedziny medycyny, co pozwalało na rzetelną ocenę potrzeb oraz odpowiednie zaplanowanie zakresu badań.

Ekspercka wiedza w służbie mieszkańcom

- Kształt tegorocznego programu jest efektem wielomiesięcznych działań. Dzięki rekomendacjom Komitetu dodaliśmy do listy konsultacje okulistyczne z badaniem dna oka, a także: ECHO serca, USG jamy brzucha, dla kobiet – USG piersi, dla mężczyzn - konsultacje urologiczne z badaniem PSA. Uwzględniliśmy także głos samych zainteresowanych, dzięki przeprowadzeniu ankiet wśród osób korzystających z programu w poprzednim roku. Suma wszystkich działań sprawia, że lista dokładnie odpowiada aktualnym potrzebom mieszkańców Płocka i okolic – mówi Sylwia Snopkiewicz, Dyrektor Wykonawcza ds. Sponsoringu ORLEN.

Dwie lokalizacje – większa dostępność

Badania profilaktyczne prowadzone będą w dwóch lokalizacjach. W Płocku - „Świat Zdrowia Centrum Medyczne Rodzina" przy ul. Otolińskiej 8 oraz w Brudzeniu Dużym – w przychodni Zdrowie-Brudzeński Zakład Opieki Zdrowotnej. Dzięki temu badaniami objęta zostanie jeszcze większa liczba osób. W okresie od kwietnia do grudnia specjaliści sprawdzą zdrowie ok. 2,6 tys. osób.

Nie tylko badania – stawiamy na edukację

W czasie trwania programu odbędą się również trzy warsztaty z zakresu zdrowia psychicznego dzieci, skierowane do rodziców i nauczycieli, a także dwa warsztaty promujące aktywność fizyczną i zdrowe odżywianie, których adresatami będą seniorzy. W sumie w warsztatach udział weźmie ponad 500 osób.

Milionowe wsparcie dla lokalnych szpitali

Dopełnieniem działań prozdrowotnych ORLENU na rzecz społeczności lokalnych w 2026 roku będzie wsparcie dla Szpitala Miejskiego na prowadzenie poradni zdrowia psychicznego dzieci, co zapewnieni nieprzerwany dostęp do świadczeń psychologicznych i terapeutycznych. Zakupiony zostanie także nowoczesny zestaw endoskopowy, który zapewni wyższą precyzję diagnostyczną. Całościowa kwota od Fundacji ORLEN dla Szpitala Miejskiego wyniesie ok. 1 mln zł. Natomiast oddział pediatryczny Szpitala Wojewódzkiego w Płocku zostanie doposażony przez Fundację w 20 specjalistycznych łóżek dla rodziców, co umożliwi czuwanie przy dzieciach w godnych i komfortowych warunkach. Jest to projekt realizowany z Fundacją Ronalda McDonalda, którego koszt jest szacowany na ok. 50 tys. zł.

Udział we wszystkich badaniach jest bezpłatny. Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc obowiązuje wcześniejsza rejestracja telefoniczna pod numerem: **728 810 393** (w godz. 8:00–13:00).

BS

Więcej informacji na stronie 8

Ostatnie dni naboru do programu „Wakacji z Fundacją ORLEN"

2 miliony złotych na letni wypoczynek

To już ostatni dzwonek, by uzyskać dofinansowanie z programu „Wakacje z Fundacją ORLEN". Do czwartku, 30 kwietnia trwa nabór wniosków od podmiotów chcących zorganizować letni wypoczynek dla dzieci i młodzieży. W tym roku na ten cel przeznaczone są 2 mln zł. To ogromne fundusze na to, by jak najwięcej młodych osób mogło skorzystać z bezpłatnego, bezpiecznego i wartościowego wypoczynku. Na taką możliwość liczą też rodzice, którzy już planują dla swych pociech atrakcyjne spędzenie wakacji.



Dzieci i młodzież żyją obecnie w świecie zdominowanym przez technologie, co niesie ze sobą szkodliwe skutki. Pierwsze Ogólnopolskie Badanie Higieny Cyfrowej i Aktywności Fizycznej Młodzieży, zorganizowane przez Instytut Cyfrowego Obywatelstwa przy współpracy z Fundacją ORLEN, pokazuje, że młodzi spędzają przed ekranami wiele godzin dziennie. Większość badanych ma też poczucie, że to zdecydowanie za dużo.

Jednocześnie znacząca część uczniów nie spełnia zaleceń dotyczących aktywności fizycznej. Efektem tego jest słabe samopoczucie, brak energii czy problemy w relacjach międzyludzkich. Badanie zwraca również uwagę na wyzwania w cyfrowym świecie – młodzi rzadko reagują na hejt, często nie zauważają, że sami mogą kogoś skrzywdzić komentarzem, a odpowiedzialne korzystanie z sieci jest wciąż umiejętnością wymagającą wsparcia.

– Dzieci w wieku szkolnym potrzebują więc nie tylko odpoczynku od codzienności, lecz także bezpiecznych przestrzeni, które wspierają rozwój zdrowych nawyków – zarówno w świecie realnym, jak i cyfrowym – dowiadujemy się w Fundacji ORLEN, która wychodzi naprzeciw tym potrzebom z programem „Wakacje z Fundacją ORLEN".

Od 2025 roku program umożliwia tworzenie wypoczynkowych turnusów w wybranych lokalizacjach, dając dzieciom dostęp do atrakcyjnych form spędzania czasu. Zeszłoroczna edycja udowodniła, jak potrzebna jest ta inicjatywa. W ubiegłym roku dzięki wsparciu Fundacji ORLEN 17 organizacji zrealizowało 61 turnusów półkolonii, w których udział wzięło 2 486 dzieci. Program stale się rozwija, odpowiadając na potrzeby współczesnych młodych ludzi i tworząc im przestrzeń do ruchu, budowania relacji i regeneracji z dala od cyfrowego przeciążenia.

Jak będzie w tym roku?

Do 30 kwietnia trwa nabór chętnych do organizacji wakacyjnego wypoczynku dla dzieci i młodzieży w ramach drugiej edycji programu „Wakacje z Fundacją ORLEN". Do podziału są 2 mln zł. Decyzje o przyznaniu dotacji zostaną ogłoszone 22 maja.

O dofinansowanie mogą starać się organizacje wpisane do Krajowego Rejestru Sądowego, takie jak: stowarzyszenia, fundacje, inne organizacje społeczne i zawodowe oraz samodzielne publiczne zakłady opieki zdrowotnej. Dodatkowo wnioskodawca musi posiadać co najmniej dwuletnie, udokumentowane doświadczenie w organizacji kolonii lub półkolonii dla dzieci i młodzieży.

Kolejne kryterium do spełnienia to obszar, na jakim półkolonie mogą być realizowane. Obok Płocka są to okoliczne gminy: Stara Biała, Bielsk, Łąck, Gąbin, Słupno, Radzanowo oraz Nowy Duninów. Ponadto program obejmuje Włocławek i teren powiatu włocławskiego, Gdańsk wraz z sąsiadującymi gminami (Pruszcz Gdański, Cedry Wielkie, Kolbudy, Przywidz, Pszczółki, Suchy Dąb i Trąbki Wielkie), miasta Starogard Gdański, Kartuzy i Żukowo, a także Przemyśl.

O czym powinni pamiętać organizatorzy wypoczynku, składając wnioski?

Program przewiduje zorganizowanie aktywnego letniego wypoczynku dla uczniów klas I–VIII, bo to właśnie w tym okresie kształtują się kluczowe nawyki ruchowe, społeczne i cyfrowe.

– Dzięki dobrze zaplanowanym aktywnościom młodzi mogą oderwać się od ekranów. To szczególnie ważne, bo – jak pokazują wyniki badania – ograniczenie czasu przed urządzeniami i zwiększenie ruchu poprawia samopoczucie. W programie zależy nam szczególnie na wzmacnianiu nawyków, które pozwalają dzieciom i młodzieży zadbać o swój dobrostan fizyczny oraz psychiczny, promowaniu zdrowego stylu życia, budowaniu relacji rówieśniczych i współpracy, a także zapewnieniu bezpiecznego środowiska do letniego wypoczynku – słyszymy w Fundacji ORLEN.

To główne założenia, które muszą wykazać organizatorzy starający się o dofinansowanie. Wytyczne te uwzględnione we wnioskach będą najwyżej punktowane podczas naboru. Dodajmy, że określony jest również czas, w którym powinien być zrealizowany turnus wypoczynkowy – wynosi on siedem dni. Taki aktywny tydzień dla najmłodszych należy zaplanować w terminie od 29 czerwca do 30 sierpnia.

– Dzięki dofinansowaniu organizacje lokalne mogą przygotować bezpłatne, tygodniowe półkolonie, które łączą zajęcia sportowe z edukacyjnymi aktywnościami wspierającymi rozwój – od zdrowego odżywiania, przez higienę cyfrową, po pracę z emocjami i stresem – dowiadujemy się w fundacji, która poprzez program „Wakacje z Fundacją ORLEN" inwestuje w zdrowie, dobrostan i przyszłość najmłodszych.

Z kolei dzięki zaangażowaniu lokalnych podmiotów i wsparciu finansowemu dzieci mogą przeżyć lato pełne ruchu, radości i nowych doświadczeń – w atmosferze bezpieczeństwa, przyjaźni i odpoczynku od cyfrowej codzienności. Dodajmy, że po ubiegłorocznym sukcesie pierwszej edycji wielu rodziców dopytuje o tegoroczne wyjazdy. Nabory cieszą się ogromnym zainteresowaniem, a wolne miejsca błyskawicznie znikają.

BS

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

eprasa.pl 77757f9567

Ogólnopolski program Fundacji ORLEN wspiera uczniów klas 4-8

„Żyję zdrowo” w podstawówkach

Współczesna szkoła to już nie tylko tablica i podręczniki, ale przede wszystkim miejsce, gdzie kształtuje się dobrostan młodego człowieka. Odpowiadając na alarmujące wyniki badań dotyczących kondycji psychofizycznej uczniów, Fundacja ORLEN wraz z nowym semestrem szkolnym uruchomiła ogólnopolską edycję programu „Żyję zdrowo”. To przełomowa inicjatywa, która uczy dzieci z klas 4-8 ze szkół podstawowych, jak radzić sobie ze stresem, telefonami i emocjami.



Po sukcesie pilotażu w Wielkopolsce nadszedł czas na całą Polskę. Program „Żyję zdrowo”, realizowany wspólnie z Centrum Edukacji Obywatelskiej (CEO) pod honorowym patronatem Ministry Edukacji, to odpowiedź na realne potrzeby, które wyłoniły się z badań przeprowadzonych przez Fundację ORLEN w 2025 roku. Dyrektorzy i nauczyciele wskazali w nich jasno: w szkołach brakuje całościowego, systemowego podejścia do zdrowia.

Pięć filarów dobrostanu

Program wyróżnia się na tle innych inicjatyw swoim holistycznym podejściem. Zamiast skupiać się wyłącznie na kaloriach i liczbie przysiadów, „Żyję zdrowo” opiera się na pięciu kluczowych filarach: ruchu, zdrowym odżywianiu, higienie cyfrowej, emocjach i relacjach oraz redukcji stresu.

Szczególny nacisk położono na obszary dotychczas zaniedbane – walkę z potęgą ekranów smartfonów oraz umiejętność wyciszenia się. Program uczy młodych ludzi m.in. higieny cyfrowej, czyli świadomego odkładania telefonu przed snem, oraz technik oddechowych, które pomagają opanować szkolne napięcia.

– *Nauczyciele bywają bezradni wobec telefonów. Same zakazy nie wystarczają. Kluczowa jest budowa świadomości* – podkreśla Marta Drabińska, koordynatorka programu.

Szkoła przyjazna dla ucznia i nauczyciela

„Żyję zdrowo” to nie tylko teoria, ale przede wszystkim praktyczne narzędzia. Szkoły biorące udział w programie otrzymują gotowe scenariusze lekcji, materiały multimedialne oraz tzw. „motywatory” dla klas. Eksperci z CEO zachęcają również do zmian w samej przestrzeni szkolnej – tworzenia „stref wyciszenia” czy takiej aranżacji sal, która zamiast rzędów ławek promuje interakcję i budowanie więzi rówieśniczych.

Dla nauczycieli – wychowawców, biologów, czy informatyków – to potężne wsparcie merytoryczne w pracy, która wykracza poza ramy zwykłego przedmiotu. Program pozwala także na udział w ogólnopolskich wydarzeniach, takich jak wirtualny „Tydzień dla Zdrowia” czy finałowy „Festiwal dla Zdrowia”.

Co jest ważne?

Fundacja ORLEN po raz kolejny udowadnia, że jej rola mecenasa społecznego ewoluuje wraz ze zmieniającym się światem. W dobie wszechobecnej technologii i rosnącej presji, nauka „odpuszczania” stresu i dbania o relacje staje się tak samo ważna, jak nauka matematyki czy języków obcych. Szkoły zainteresowane dołączeniem do kolejnych działań mogą znaleźć szczegółowe informacje i materiały na stronie: **www.wzmacniajodpornosc.ceo.org.pl**.

BS

Jak staże w Grupie ORLEN otwierają drzwi do przyszłości w Płocku i całej Polsce?

Kariera bez granic

Wybór ścieżki zawodowej to dla studenta moment przełomowy. Właśnie zakończył się etap zgłoszeń do prestiżowych programów „Kierunek ORLEN” oraz „Programu Płatnych Praktyk”. Wiele osób postawiło na rozwój w największym koncernie w regionie, wiedząc, że tutaj teoretyczna wiedza z uczelni zamienia się w unikalne doświadczenie.

To okazja dla studentów i absolwentów, aby zdobyć pierwsze doświadczenie zawodowe, pracować przy realnych projektach i rozwijać się pod okiem ekspertów. Programy rozwojowe dla młodych często stają się początkiem ścieżki zawodowej i dają możliwość sprawdzenia swojej wiedzy w praktyce oraz poznania pracy w organizacji „od środka” i świadomego wyboru dalszej drogi zawodowej.

„Kierunek ORLEN” to nie tylko sześć miesięcy rozwoju, ale także udział w różnorodnych projektach biznesowych w ORLENIE. O staż mogą ubiegać się studenci ostatnich lat studiów, absolwenci oraz każdy, kto chce zmienić kierunek swojej kariery zawodowej. Poszukiwane są osoby, które potrafią przełożyć wiedzę akademicką na praktykę biznesową oraz aktywnie poszukują nowych rozwiązań.

Dla młodych ludzi z Płocka i okolic fakt, że co trzeci z ponad 75 staży realizowany jest właśnie w naszym mieście, to ogromny atut. Jednak skala działania Grupy ORLEN wykracza daleko poza nasze miasto.

Kandydaci mają przed sobą szeroki wachlarz ofert w **12 miastach Polski**. Swoje drzwi dla młodych talentów otworzyło aż **16 spółek z Grupy ORLEN**, co pozwala na specjalizację w bardzo konkretnych i nowoczesnych obszarach. To np. nowoczesna logistyka i paliwa – ORLEN Paliwa, ORLEN Aviation (paliwa lotnicze) oraz ORLEN Koltrans, technologia i serwis – ORLEN Serwis, ORLEN Laboratorium oraz ORLEN EKO (ochrona środowiska). Na staże otwarte są również ORLEN Neptun, ORLEN CUK (Centrum Usług Korporacyjnych), ORLEN Ochrona czy ORLEN Administracja oraz ORLEN Południe (biopaliwa i chemia).

To pokazuje, że „Kierunek ORLEN” to nie tylko praca przy rafinacji ropy, ale także szansa dla przyszłych ekspertów od IT, ochrony środowiska, logistyki morskiej czy nowoczesnej księgowości.

Z kolei „Program Płatnych Praktyk” to 3-miesięczna wakacyjna szansa na zdobycie doświadczenia w obszarze produkcji oraz w Centrum Badawczo-Rozwojowym ORLEN w Płocku. W ramach praktyk uczestnikom powierzone zostaną zadania techniczne w realnych warunkach produkcyjnych. O możliwość odbycia praktyki mogą starać się studenci ostatnich lat i absolwenci kierunków technicznych lub inżynieryjnych.

O tym, że warto podjąć to wyzwanie, najlepiej świadczą historie tych, którzy już przeszli tę drogę. Wiktor Bruchajzer, obecnie Młodszy Operator Procesów Produkcyjnych w Płocku, swoją przygodę zaczął od Programu Płatnych Praktyk. Jak sam przyznaje, praca zmianowa pozwoliła mu na rzadką sztukę: połączenie kariery zawodowej ze studiami dziennymi w innym mieście.

Z kolei Natalia Wilczyńska, dziś pracująca w Centrum Modelowania i Analiz Technologicznych, zaczynała jako stażystka w spółce **ORLEN Paliwa**.

– *Analizowałam jakość gazu LPG na każdym etapie łańcucha logistycznego. Staż dał mi przestrzeń do sprawdzenia siebie i świadomego wyboru dalszej drogi. Dziś moje analizy pomagają usprawniać pracę instalacji od strony technologii i biznesu* – mówi Natalia.

Wysoka skuteczność programów – czyli fakt, że aż **7 na 10 absolwentów stażu znajduje stałe zatrudnienie w Grupie ORLEN** – wynika z modelu współpracy. Każdy stażysta i praktykant jest traktowany jak pełnoprawny pracownik z prawem do wynagrodzenia i wsparciem indywidualnego opiekuna. Staż w ORLENIE to dostęp do technologii często niedostępnych na wolnym rynku i udział w projektach, które realnie zmieniają polską gospodarkę.

Informacje o aktualnych procesach rekrutacyjnych i kolejnych naborach można śledzić na stronie: **www.orlen.pl/kariera**. **BS**

Dialog Społeczny zmieni nasze miasto

ORLEN zaprasza do rozmów i działania

Bezpieczeństwo, mobilność i kierunki rozwoju lokalnego – to główne tematy dwudniowego spotkania, które połączyło siły ORLENU, Urzędu Miasta Płocka oraz mieszkańców. Już w najbliższy czwartek, 23 kwietnia 42-osobowa grupa Płocczan zasiądzie do wspólnego stołu, by w ramach Dialogu Społecznego realnie wpłynąć na to, jak będzie nam się żyło w naszym mieście.

Choć nabór uczestników dobiegł końca kilka dni temu, emocje dopiero rosną. Do udziału w Dialogu Społecznym zgłosiło się wielu chętnych, z których wyłoniono reprezentatywną, 42-osobową grupę. To osoby w różnym wieku, z różnych dzielnic Płocka oraz gmin powiatu płockiego. To również pracownicy wielu płockich firm (w tym ORLENU) oraz przedstawiciele lokalnych instytucji. Tak szerokie grono gwarantuje, że głos lokalnej społeczności wybrzmi w pełni – z wielu perspektyw jednocześnie.

Inicjatywa ma charakter partnerski. ORLEN, zapraszając do współpracy Urząd Miasta Płocka oraz doświadczoną Fundację Pole Dialogu, postawił na otwartą formułę. To nie będzie nudny wykład ani sesja pytań i odpowiedzi. To proces, w którym mieszkańcy stają się współtwórcami rozwiązań.

– *Dialog społeczny to dwa połączone ze sobą spotkania, podczas których grupa mieszkańców Płocka i powiatu płockiego, przy wsparciu ekspertów i moderatorów, zastanowi się, w jakim kierunku powinien rozwijać się Płock. Jesteśmy ciekawi ich pomysłów i spostrzeżeń, które zamierzamy przekuć na realne rozwiązania. Rozmowy i analizy toczyć będą się wokół bezpieczeństwa, mobilności i rozwoju lokalnego* – podkreśla Sylwia Snopkiewicz, dyrektor wykonawcza ds. sponsoringu ORLEN.

Dwa dni, jeden cel

Uczestnicy spotykają się w samym centrum miasta w dwóch terminach:

23 kwietnia (czwartek) w godz. 17:30 – 20:30;

25 kwietnia (sobota) w godz. 10:30 – 15:30.

Wybór tych dat nie jest przypadkowy – sesje są ze sobą ściśle połączone. Czwartkowa dyskusja otworzy proces analizy potrzeb, a sobotnie warsztaty pozwolą wypracować konkretną wizję miasta, w którym dobrze się uczy, pracuje i spędza wolny czas. Organizatorzy zadbali o każdy szczegół – na uczestników czekają nie tylko merytoryczne wyzwania, ale także poczęstunek i upominki, będące podziękowaniem za ich czas i zaangażowanie w sprawy lokalne.

Sąsiedzka odpowiedzialność

Dla ORLENU, jako odpowiedzialnego sąsiada, Dialog Społeczny to coś więcej niż jednorazowe wydarzenie. Koncern jest otwarty na pomysły oraz nowe perspektywy mieszkańców i pracowników różnych firm, chce także aktywnie uczestniczyć w zrównoważonym rozwoju Płocka. To element strategii społecznej odpowiedzialności biznesu, w której głos Płocczan staje się fundamentem do dalszych działań.

BS

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

ORLEN dla Płocka

eprasa.pl 77757f9567

Forum Dostawców ORLEN w Politechnice Warszawskiej w Płocku

Partnerzy Energii Jutra

W piątek, 17 kwietnia br. w murach płockiej filii Politechniki Warszawskiej odbyło się inauguracyjne spotkanie z cyklu „Partnerzy Energii Jutra. Forum Dostawców ORLEN". To początek ogólnopolskiej inicjatywy koncernu, której celem jest zacieśnienie współpracy z krajowymi przedsiębiorcami i maksymalizacja udziału polskich firm w ogromnych inwestycjach energetycznych.

ORLEN od lat stawia na rozwój tzw. local contentu, angażując polskie podmioty w kluczowe projekty, takie jak budowa morskich farm wiatrowych, zakupy nowoczesnego taboru kolejowego czy realizacja bloku parowo-gazowego CCGT w Gdańsku. Teraz koncern idzie o krok dalej, wdrażając wytyczne Ministerstwa Aktywów Państwowych dotyczące dobrych praktyk zakupowych. Ambicje są ogromne – strategia Grupy ORLEN do 2035 roku zakłada program inwestycyjny o wartości blisko 380 mld zł. Intencją władz spółki jest, aby jak największa część tych funduszy napędzała polską gospodarkę.

Obecny na spotkaniu Witold Literacki, wiceprezes Zarządu ds. Korporacyjnych ORLEN S.A., podkreślał strategiczne znaczenie współpracy z rodzimym biznesem: - *Local content jest dla nas kluczowy z trzech powodów: po pierwsze, dysponujemy bezprecedensowym budżetem; po drugie, intensywnie inwestujemy; po trzecie – chcemy to robić we współpracy z polskimi firmami. Widzimy ich rolę nie tylko przy budowie nowych obiektów, ale także w szerokim zakresie prac remontowych i modernizacyjnych.*



Podczas Forum głos zabrał również Ireneusz Sitarski, wiceprezes Zarządu ds. Downstream ORLEN S.A., który wskazał na Płock jako doskonały przykład efektywnego wykorzystania lokalnego potencjału. 90% remontów w Zakładzie Produkcyjnym w Płocku wykonują polskie firmy. Wartość tych prac to ok. 1 mld zł rocznie.

– *Nasz cel jest jasny: chcemy, aby polska gospodarka rozwijała się dynamicznie, korzystając z naszych planów inwestycyjnych opiewających na 350-400 mld zł w ciągu dekady. Idźmy śladem Płocka i aktywizujmy polskie firmy w każdym obszarze naszych działań* – przekonywał wiceprezes Sitarski.

Przed nami kolejne spotkania z przedsiębiorcami także w innych miastach. **BS**

Słońce zasila płocką rafinerię i stacje paliw

Zielona rewolucja na terenie ORLENU

Płocki Zakład Produkcyjny ORLEN coraz śmielej czerpie energię prosto ze słońca. Na jego terenie działają już nowoczesne farmy fotowoltaiczne, a innowacyjne rozwiązania trafiają także na lokalne stacje paliw. To nie tylko krok w stronę ekologii, ale realne wzmocnienie bezpieczeństwa energetycznego regionu.



Krajobraz płockiej rafinerii wzbogacił się o nowoczesne instalacje, które „łapią" promienie słoneczne, by zamienić je w czystą energię. Największa z nich, o mocy **4,8 MW**, zajmuje powierzchnię około 10 hektarów. To imponująca konstrukcja składająca się z **8727 modułów fotowoltaicznych**, które przez najbliższe ćwierć wieku wyprodukują ponad 100 GWh zielonej energii.

Inwestycja ta została zrealizowana przy wsparciu funduszy unijnych (Program Operacyjny Infrastruktura i Środowisko), a jej znaczenie jest ogromne – bezpośrednio wspiera proces dekarbonizacji Grupy ORLEN. Co ważne, projekt ma solidne podstawy ekonomiczne: spełnienie efektów ekologicznych pozwoli koncernowi na pozyskanie premii inwestycyjnej.

Kolejna farma!

Tuż obok powstaje druga instalacja o mocy blisko **2 MW**. Na 2,7 hektarach zamontowano ponad 3300 paneli, które zasilą zakładowe instalacje. Razem z planowanymi inwestycjami wodorowymi, fotowoltaika staje się filarem czystej produkcji w Płocku. Według planów, ta jednostka zostanie oddana do pełnej eksploatacji jeszcze w tym roku. W ciągu 25 lat obie farmy wyprodukują łącznie około 150 GWh energii, co znacząco obniży emisję gazów cieplarnianych w regionie.

Stacje paliw

Innowacje nie kończą się na terenie zakładu. ORLEN wdraża pionierski system, który czyni stacje paliw niemal niezależnymi od zewnętrznych dostaw prądu. Pilotaż wykazał, że dzięki połączeniu fotowoltaiki z inteligentnym odzyskiem ciepła, stacja jest w stanie wytworzyć niemal **90% energii** potrzebnej do jej funkcjonowania.

Jak to działa?

Panele PV produkują prąd ze słońca. **Systemy odzysku ciepła** wykorzystują energię generowaną przez lodówki i klimatyzatory do podgrzewania wody w myjniach i łazienkach. Efekt? Zapotrzebowanie na prąd z sieci spada z 201 MWh do zaledwie 37 MWh rocznie!

Gdzie w Płocku stacje czerpią prąd „ze słońca"?

Mieszkańcy Płocka mogą już korzystać z ekologicznych rozwiązań na co dzień. Panele fotowoltaiczne zostały zamontowane na popularnych stacjach w naszym mieście: przy **ul. Łukasiewicza 17 i** przy **ul. Wyszogrodzkiej 123**.

Dzięki temu każda wizyta na stacji to nie tylko tankowanie, ale też wspieranie nowoczesnych technologii, które chronią środowisko naturalne Mazowsza. ORLEN zapowiada, że ten system będzie wdrażany w kolejnych lokalizacjach w całym kraju.

Jak ORLEN produkuje prąd ze ścieków?

Nowatorska ekoinwestycja

W Płocku działa wyjątkowa hydroelektrownia. Zamiast marnować energię odprowadzanych ścieków, ORLEN zamienia ją w „zielony" prąd.



Na skarpie płockiej powstała mała, ale niezwykle efektywna elektrownia wodna. Wykorzystuje ona różnicę wysokości i siłę oczyszczonych ścieków płynących rurociągiem na skarpie wiślanej. Zamontowana tam turbina z generatorem zamienia ruch wody w energię elektryczną. Moc instalacji (160 kW) pozwala wyprodukować w ciągu roku tyle prądu, ile zużywa 400 gospodarstw domowych, czyli ok. 800 MWh energii elektrycznej.

To, co wyróżnia ten projekt, to innowacyjne podejście do zasobów. Woda używana w Zakładzie Produkcyjnym w Płocku jest czerpana z Wisły. Po wykorzystaniu, jest najpierw oczyszczana i uzdatniana, aby jej parametry były zgodne z normami środowiskowymi. Oczyszczoną wodę w pierwszej kolejności wykorzystuje się w Zakładzie m.in. do produkcji wody przeciwpożarowej i gospodarczej, w ten sposób częściowo zamykając obieg wody, pozostała ilość odprowadzana jest do rzeki. Zanim jej nadmiar trafi z powrotem do rzeki, zasila teraz hydroelektrownię. Dzięki temu energia, która do tej pory bezpowrotnie uciekała, staje się czystym, zeroemisyjnym prądem. To modelowy przykład tzw. obiegu zamkniętego.

Inwestycja o wartości 3 mln zł to nie tylko zysk ekologiczny, ale i ekonomiczny – sprzedaż wyprodukowanej energii zasili budżet firmy. Na tym jednak nie koniec. Dzięki nowoczesnym technologiom zakład stał się mistrzem oszczędności wody - dwukrotnie zwiększono efektywność wykorzystania wody w produkcji. Ograniczono również zrzut ścieków z 40 mln do zaledwie 14 mln mł rocznie. Co imponujące – dokonano tego przy dwukrotnym wzroście przerobu ropy.

Hydroelektrownia wpisuje się w działania Koncernu na rzecz poprawy efektywności energetycznej i rozwoju nowych, zeroemisyjnych źródeł produkcji energii. **BS**

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

eprasa.pl 77757f9567

Dlaczego Twoje dziecko potrzebuje „cyfrowego resetu"?

Odłącz ekran, włącz relację!

Rozmowa z Magdaleną Papińską, psychologiem z Gabinetu Diagnostyczno-Psychologicznego NeuroPrzystań

Czy w Pani gabinecie problem nadużywania smartfonów przez dzieci to już codzienność? Czy mamy do czynienia z „plagą" uzależnień cyfrowych? I kto jest na nie najbardziej podatny?

Tak, to istotny element wielu konsultacji. Rodzice coraz częściej stają przed dylematem, w jakim zakresie pozwalać korzystać dzieciom z telefonów, tabletów czy komputerów. Widzą, jak szybko dzieci przyzwyczajają się do bajek czy gier i jak trudno je od nich oderwać. Z drugiej strony wiedzą, że jest to nieodłączny element dzisiejszej rzeczywistości i temat, który łączy w relacjach rówieśniczych.

Najbardziej podatne na negatywne konsekwencje korzystania z urządzeń cyfrowych są dzieci do 5. roku życia. W tym czasie mózg rozwija się niezwykle dynamicznie, a jednocześnie jest jeszcze bardzo niedojrzały. To kluczowy moment dla rozwoju społeczno-emocjonalnego i budowania relacji, gdzie najważniejsza jest bliskość rodzica, spędzanie czasu na wspólnej aktywności, w której dziecko poznaje świat, podejmuje wyzwania, pokonuje kolejne kroki rozwojowe i buduje poczucie własnej wartości. Szczególnie narażone na silne uzależnienie od świata cyfrowego są także osoby w spektrum ADHD i autyzmu.

Co sprawia, że ekrany tak uzależniają? Jakie mechanizmy stoją za tym, że smartfon staje się dla dziecka ważniejszy niż realny świat?

Mózg dziecka nie ma jeszcze w pełni rozwiniętych obszarów odpowiadających za planowanie i samokontrolę. Szybko zmieniające się obrazy, głośne dźwięki i ekspozycja na tzw. „światło niebieskie" przebodźcowują układ nerwowy, całkowicie pochłaniając uwagę. Trudno potem zachęcić dziecko do czytania książki czy układania puzzli. Nadmierne korzystanie z urządzeń cyfrowych może prowadzić do problemów z koncentracją, trudności z regulacją emocji, a nawet opóźnień w rozwoju mowy.

Zagrożenia czyhają też na nastolatków. W okresie dojrzewania ich mózg jest w fazie intensywnej przebudowy. Wielogodzinne granie na smartfonach wzmacnia impulsywność oraz potrzebę natychmiastowej gratyfikacji, zwiększając podatność na uzależnienia. Technologia staje się też „przedłużeniem" relacji społecznych, co utrudnia jej ograniczanie. Warto wiedzieć, że 30 minut scrollowania obciąża dorosłego tak samo, jak kilka godzin pracy umysłowej. Wyobraźmy sobie, jak ogromne jest to obciążenie dla dziecka.



W akcie desperacji rodzice często decydują się na radykalny krok. Czy całkowite odebranie dziecku telefonu na wakacje to dobra metoda, czy raczej przepis na domową wojnę?

Wszystko zależy od wieku dziecka i konkretnej sytuacji. Znam rodziców, którzy z bardzo poważnych powodów – takich jak opóźniony rozwój mowy, wybuchy agresji czy odmowa chodzenia do szkoły – zdecydowali się na taki krok. Choć początki bywały trudne, z czasem zauważali ogromną poprawę. Trzeba jednak pamiętać o złotej zasadzie: jeśli coś zabieramy dziecku, musimy dać mu coś w zamian. Mózg nie znosi próżni. Wakacyjny „detoks" od ekranów uda się tylko wtedy, gdy zastąpimy je ruchem, wspólnymi wyjściami i zabawą – czyli czasem spędzonym atrakcyjnie. Taką decyzję warto też zaplanować wcześniej: uprzedzić dziecko, wspólnie ustalić plan stopniowego ograniczania urządzeń a także razem stworzyć listę rzeczy, które będziemy robić zamiast patrzenia w ekran.

Jak zachęcić dziecko do aktywności fizycznej, by nie odebrało tego jako kary? Od czego zacząć – postawić na wspólne spacery, czy zapisać dziecko na intensywne zajęcia sportowe?

Dzieci znacznie więcej uczą się przez obserwację niż przez słuchanie wykładów. Jeśli widzą, że rodzice sami odkładają telefon, by zająć się czymś ciekawym, dostają najlepszy dowód na to, że świat poza siecią jest atrakcyjny. Pierwszym krokiem jest bycie dobrym wzorcem. Równie ważne jest wspólne wypracowanie listy alternatywnych sposobów spędzania wolnego czasu. Jeśli dziecko bierze udział w procesie decyzyjnym, czuje, że jest widziane i słyszane, to chętniej zaangażuje się w działanie. Najlepsza będzie więc taka aktywność, która uwzględni jego preferencje.

Jakie formy aktywnego wypoczynku najlepiej sprawdzą się u przedszkolaka, a jakie u nastolatka, dla którego szczytem rozrywki jest scrollowanie mediów społecznościowych?

Przedszkolak uczy się poprzez ruch, doświadczanie i relację z drugą osobą. Doskonale sprawdzą się więc zabawy w terenie: nieco zapomniane budowanie „baz", zabawa w chowanego, rysowanie kredą po chodniku, gra w klasy. Warto dostarczać dziecku wielu okazji do doświadczeń sensorycznych – na placu zabaw, plaży czy w lesie. Wspólna jazda na rowerze czy na rolkach to również okazja do zacieśniania więzi i ogromnej dawki radości.

Dla dzieci w wieku szkolnym dobrą formą są zajęcia zorganizowane, np. miejskie półkolonie, choćby w ramach programu „Wakacje z ORLENEM". One nie tylko uczą i bawią, ale przede wszystkim stwarzają okazję do nawiązywania relacji w realnym życiu, a nie w sieci.

Okres nastoletni to pomost między dzieciństwem a dorosłością. W tym czasie kluczowe jest, by dać dziecku prawo do współdecydowania o czasie wolnym. Warto podążyć za jego zainteresowaniami: zabrać na koncert ulubionego zespołu, w wymarzone miejsce, zaproponować camping, naukę surfingu czy spływ kajakowy. Niezwykle ważny będzie też zwykły spacer i szczera, nieoceniająca rozmowa. Pamiętajmy przy tym, że nastolatek – obok wspólnych aktywności – potrzebuje też czasu tylko dla siebie, by po prostu „pobyć u siebie".

Jakie korzyści – poza samą kondycją – niesie za sobą „cyfrowy detoks" i wspólne, aktywne spędzanie czasu? Jak taka zmiana wpływa na emocje dziecka i relacje z rodzicami?

Korzyści są ogromne i wielopłaszczyznowe. Cyfrowy detoks to przede wszystkim reset dla układu nerwowego: lepszy sen, więcej energii i spokój. To zamiana „czasu ekranowego" na jakość w relacjach z bliskimi. Jesteśmy istotami społecznymi i najlepiej rozwijamy się w interakcji z drugim człowiekiem. Kontakt fizyczny i emocjonalny to coś, co stabilizuje i reguluje zarówno dzieci, jak i dorosłych. Wolny czas to idealny moment, by dużo rozmawiać, lepiej się poznawać i zobaczyć dzieci w innych okolicznościach – bez presji ocen i codziennych obowiązków. To też szansa, by pokazać dzieciom, że my, rodzice, jesteśmy ciekawi i „wyluzowani"; że mamy pasje, którymi chcemy się dzielić. Wspólna nauka nowych rzeczy niesamowicie zacieśnia więzi. Daje okazję, by pokazać się dziecku nie z pozycji wszechwiedzącego eksperta, ale osoby, która też czasem czegoś nie potrafi, potyka się, ale próbuje dalej.

Dziękuję za rozmowę.

Jak Fundacja ORLEN kształci przyszłe elity?

Harvard i Oxford w zasięgu ręki

Choć termin nadsyłania wniosków do tegorocznej edycji programu stypendialnego „Bona Fide" właśnie upłynął, w biurach Fundacji ORLEN praca wre. Rozpoczyna się etap wyłaniania najzdolniejszych z najzdolniejszych – młodych ludzi, którzy już wkrótce będą reprezentować Polskę na najbardziej prestiżowych uniwersytetach świata.

Program „Bona Fide" (z łac. „w dobrej wierze") od lat stanowi jeden z najważniejszych filarów edukacyjnego mecenatu Grupy ORLEN. To inicjatywa, która udowadnia, że dla ambitnych studentów z Polski pochodzenie czy stan majątkowy nie muszą być barierą w drodze na szczyt naukowego świata. Właśnie zakończony nabór do 9. edycji programu potwierdza ogromne zapotrzebowanie na wsparcie, które pozwala sięgać po indeksy uczelni z legendarnej „pierwszej setki" Listy Szanghajskiej.



Szansa, która zmienia życie

Dla wielu młodych naukowców „Bona Fide" to coś więcej niż stypendium – to realna szansa na naukę w miejscach takich jak Harvard, Oxford czy Stanford. Finansowanie, które może wynieść nawet 200 000 zł, pokrywa koszty czesnego na studiach II i III stopnia, zdejmując z barków studentów ciężar, który często uniemożliwia podjęcie nauki za granicą.

Wsparcie ORLENU ma jednak wymiar strategiczny. W zamian za pomoc stypendyści deklarują powrót do kraju i wykorzystanie zdobytej wiedzy w sektorze publicznym lub w spółkach z udziałem Skarbu Państwa.

Od naboru do wielkiej kariery

Mimo że lista zgłoszeń na ten rok jest już zamknięta, przed kandydatami najbardziej emocjonujący czas. Teraz ich wnioski przejdą ocenę merytoryczną, a najlepsi zostaną zaproszeni na rozmowy kwalifikacyjne. Stawka jest wysoka, ponieważ program szuka osób wybierających kierunki kluczowe dla rozwoju naszego państwa – od energetyki i nowych technologii, po prawo i ekonomię.

– To moment, w którym wybitna wiedza spotyka się z misją publiczną. Jako Fundacja jesteśmy dumni, że możemy być pomostem między polskim talentem a globalnym poziomem nauczania – podkreślają przedstawiciele Fundacji ORLEN.

Społeczność, która trwa

Warto zaznaczyć, że wsparcie nie kończy się na przelewie stypendialnym. Absolwenci programu mogą dołączyć do prestiżowego Programu Alumnów. To dynamiczna sieć kontaktów, mentoring i wzajemne wsparcie zawodowe, które sprawia, że stypendyści „Bona Fide" stanowią cenną grupę ekspertów utrzymujących kontakt z Fundacją ORLEN.

Co dalej?

Nazwiska tegorocznych laureatów poznamy najpóźniej 30 czerwca. To wtedy dowiemy się, kto z nowej fali talentów dołączy do elitarnego grona stypendystów Fundacji ORLEN. Kolejna szansa dla tych, którzy w tym roku nie zdążyli lub dopiero planują swoją ścieżkę naukową, pojawi się już za rok – program „Bona Fide" na stałe wpisał się w strategię wspierania polskiej edukacji przez koncern.

BS

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

eprasa.pl 77757f9567

Dzięki programowi Kulturalny ORLEN

Nowa energia dla lokalnej kultury

Prawdziwa kultura rodzi się w małych ośrodkach, świetlicach i kołach zainteresowań. To tam, dzięki codziennej pracy z dziećmi i młodzieżą, kształtuje się wrażliwość kolejnych pokoleń. Druga edycja programu „Kulturalny ORLEN" spotkała się z ogromnym odzewem – wpłynęło aż 2 241 wniosków, co potwierdza, jak wielki potencjał drzemie także w Płocku i okolicznych powiatach.



Tegoroczna edycja programu mocno otwiera się na lokalność. Paweł Patkowski, dyrektor Biura Sponsoringu Sportu ORLEN S.A., wskazuje na ważną zmianę – w tym roku ORLEN zachęcał do aplikowania nie tylko instytucje, ale też koła zainteresowań czy Koła Gospodyń Wiejskich. Chodzi o to, by wsparcie dotarło do „mikro-społeczności", które często opierają się wyłącznie na pracy społecznej.

– *W tym roku zależy nam szczególnie na przyciągnięciu tych bardzo lokalnych społeczności. Są one skazane na swoją własną inwencję twórczą, jak i na pozyskiwanie środków we własnym środowisku i to w bardzo ograniczonym zakresie. Chcemy wyjść naprzeciw tym potrzebom* – podkreśla dyrektor Patkowski.

Przykłady? Choćby granty na naukę tradycyjnego rękodzieła, warsztaty plastyczne czy lokalne amatorskie grupy teatralne. – *To mogą być działania związane np. z rękodziełem, muzyką, sztuką czy plastyką. Wszystko to buduje relacje rówieśnicze i rozwój intelektualny naszych młodych obywateli* – zaznacza Patkowski.

Program dysponuje budżetem 12 mln zł, a pojedynczy grant może wynieść nawet 100 tys. zł. ORLEN postawił na konkret – środki muszą zostać zainwestowane bezpośrednio w rozwój dzieci i młodzieży. Katalog dofinansowanych działań jest bardzo szeroki i obejmuje m.in. działania twórcze, czyli organizację zajęć, warsztatów oraz wydarzeń kulturalnych. Zdobyte fundusze można przeznaczyć również na dokumentację i publikacje związane z rejestracją cyfrową zajęć, wydawaniem książek oraz przygotowaniem filmów.

To także wsparcie niezbędne dla umożliwienia dostępności proponowanej oferty dla osób ze szczególnymi potrzebami. W grę wchodzi audiodeskrypcja, tłumaczenia migowe, pomoce sensoryczne. Ponadto z dofinansowania możliwy jest również zakup materiałów plastycznych, teatralnych, instrumentów, profesjonalnej aparatury oraz wyposażenia niezbędnego do realizacji projektu.

Strategia zamiast improwizacji

Po doświadczeniach z pierwszej edycji programu organizatorzy położyli większy nacisk na merytorykę. Koszty administracyjne czy promocja nie mogą przekroczyć 10% kwoty grantu. – *Trzeba mieć plan rozwoju lokalnej społeczności. Taka struktura gwarantuje, że lwia część funduszy przeznaczona zostanie na realne działania z dziećmi i młodzieżą* – wyjaśnia Paweł Patkowski.

Obecnie trwa weryfikacja tysięcy wniosków. Oficjalna lista laureatów zostanie opublikowana do 30 czerwca br. Dla wielu organizacji z naszego regionu będzie to sygnał do startu – dzięki dofinansowaniu całoroczne cykle zajęć ruszą już we wrześniu.

Program objęły patronatem honorowym Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego oraz Ministerstwo Edukacji. **BS**

Wpłynęło ponad 2,6 tys. wniosków!

Inwestycja w przyszłych mistrzów

Druga edycja programu „Sportowy ORLEN" potwierdziła to, co widzieliśmy już rok temu: lokalne kluby sportowe z Płocka i całego kraju mają ogromny apetyt na rozwój, ale potrzebują stabilnego partnera. W tegorocznym naborze do ORLENU wpłynęło aż 2 626 wniosków. To wyraźny sygnał, że oddolne inicjatywy sportowe stają się coraz bardziej profesjonalne i gotowe na walkę o znaczące fundusze.

Pierwsza edycja programu była swoistym testem rynku, który pokazał ogromne zainteresowanie. W tym roku ORLEN jeszcze mocniej postawił na precyzję i dostępność. Jak podkreśla Paweł Patkowski, dyrektor Biura Sponsoringu Sportu ORLEN S.A., tegoroczne zasady zostały tak skonstruowane, by wspierać rozwój pasji w sposób kompleksowy i racjonalny.

– *Nasze podejście wynika przede wszystkim z myślenia strategicznego. Żeby móc długofalowo wspierać poszczególne dyscypliny, trzeba inwestować w młodzież i rozwój dzieci – czyli w tych, którzy w przyszłości zasilą szeregi mistrzów. Rozwój fizyczny, emocjonalny i budowanie pewności siebie to procesy, które trwają latami* – mówi dyrektor Patkowski.

W tej edycji ORLEN wyraźnie akcentuje wsparcie dla dyscyplin, które często pozostają w cieniu najpopularniejszych sportów. Choć piłka nożna jest bliska sercom Polaków, koncern chce dać szansę także lekkoatletom, pływakom czy młodym adeptom sztuk walki z lokalnych ośrodków.

- *Doceniamy różne dyscypliny sportowe poza piłką nożną. Piłka nożna jest w naszej optyce bardzo dobrze zaopiekowana na wielu poziomach. Teraz zależy nam na tym, żeby wspierać te inicjatywy i te dyscypliny sportu, którym jest trudniej się przebić* – wyjaśnia dyrektor Patkowski.

Szczególna uwaga przy weryfikacji wniosków będzie zwracana na projekty skierowane do dziewczynek oraz dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami, co ma realnie wyrównywać szanse na sportowy start.

Budżet programu to imponujące **12 mln zł**. Lokalne kluby i stowarzyszenia mogły wnioskować o granty do **100 tysięcy złotych**. To fundusze, które mogą zmienić rzeczywistość wielu organizacji – pozwolą na zatrudnienie profesjonalnej kadry (do 30% wartości grantu), wynajem nowoczesnych hal treningowych czy zakup specjalistycznego sprzętu. Dzięki wsparciu możliwe będzie prowadzenie regularnych treningów oraz organizacja wydarzeń – od lokalnych turniejów po obozy sportowe. Pieniądze mogą zostać przeznaczone także na opłaty startowe dla zawodników.

Obecnie wnioski przechodzą ocenę formalną i merytoryczną. Oficjalne ogłoszenie listy beneficjentów nastąpi do **30 czerwca br.**, a już 1 września młodzi sportowcy rozpoczną treningi z nowym zapleczem.

Program „Sportowy ORLEN" skierowany jest do lokalnych, amatorskich klubów sportowych z całej Polski, których działalność koncentruje się na aktywizacji dzieci i młodzieży. Patronat honorowy nad inicjatywą objęło Ministerstwo Sportu i Turystykia, także Minister Edukacji.

BS

Mural, o którym mówią wszyscy!

Maria rozświetla Płock

Od momentu, gdy na ścianie wieżowca przy ul. Wyszogrodzkiej pojawiła się gigantyczna, uśmiechnięta twarz Marii Skłodowskiej-Curie, w Płocku nie milkną zachwyty. To bez wątpienia jeden z najpiękniejszych murali w naszym mieście. Dzięki inicjatywie ORLENU wielu z nas odkryło polską noblistkę na nowo – nie jako posągową postać z podręczników, ale jako nowoczesną, inspirującą kobietę.



fot. Dariusz Ossowski

To nie jest zwykłe graffiti. Mural został wykonany w technologii fluorescencyjnej, co jest bezpośrednim, symbolicznym nawiązaniem do badań Marii nad promieniotwórczością. Za dnia zachwyca kolorami, po zmroku intryguje blaskiem, łącząc świat nauki z nowoczesną sztuką miejską. Płock znalazł się w elitarnym gronie miast – obok Warszawy, Krakowa, Poznania, Łodzi czy Wrocławia – w których te artystyczne majsterszytyki promują polską naukę.

- *Maria Skłodowska-Curie była postacią absolutnie wyjątkową. Jej odkrycia i pasja do nauki wciąż inspirują ludzi na całym świecie. Pokazujemy, że nauka może inspirować i być częścią codziennego życia, a jednocześnie przypominamy, że Polska ma powody do dumy ze swoich wybitnych naukowców* – podkreśla Sylwia Snopkiewicz, Dyrektor Wykonawcza ds. Sponsoringu ORLEN.

Mecenat pełen energii

Mural pojawił się w Płocku 11 lutego – w dniu imienin Marii oraz w Międzynarodowy Dzień Kobiet i Dziewcząt w Nauce. Dzieło to przypomina też o objęciu przez ORLEN mecenatu nad Muzeum Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie. Dla Płocczan i mieszkańców regionu ta współpraca oznacza wiele konkretnych korzyści. Poza zwiedzaniem ekspozycji placówka oferuje m.in. zajęcia edukacyjne dla rodzin z dziećmi czy rajdy rowerowe. Dostępna jest tu również publikacja „Maria Skłodowska-Curie, Albert Einstein. Listy /1911–1932/", opowiadająca o przyjaźni dwóch legend nauki.

Więcej niż wizerunek

Projekt przygotowany przez agencję P/mint (proj. Aleksandra Marchocka) i wykonany przez Good Looking Studio to część szerszej strategii ORLENU. Koncern aktywnie wspiera naukę i kulturę, promując wartości, którymi kierowała się noblistka: ciekawość świata, wytrwałość i działanie na rzecz dobra wspólnego.

Dziś, mijając wieżowiec przy Wyszogrodzkiej, warto spojrzeć na uśmiechniętą Marię i przypomnieć sobie, że wielka nauka i wielka duma narodowa mogą mieć radosne, nowoczesne oblicze. A jeśli chcecie dowiedzieć się jeszcze więcej o naszej noblistce, warto odwiedzić jedyne na świecie biograficzne muzeum poświęcone tej postaci. Mieści się ono w XVIII-wiecznej kamienicy przy ul. Freta 16 w Warszawie – to właśnie tutaj przyszła na świat nasza najsłynniejsza badaczka.

BS

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

eprasa.pl 77757f9567

ORLEN uruchomił ogólnodostępną stację wodorową w Płocku

ORLEN uruchomił w Płocku szóstą ogólnodostępną stację wodorową. To kolejny punkt na mapie niskoemisyjnej mobilności w Polsce. Z nowej infrastruktury skorzystają zarówno autobusy komunikacji miejskiej jak i kierowcy indywidualni. ORLEN podpisał umowę z Komunikacją Miejską Płock, która obejmuje dostawy wodoru przez 5 lat, o wolumenie pozwalającym na zatankowanie do 18 autobusów na dobę.

Stacja wodorowa została zintegrowana z istniejącym obiektem ORLEN przy ul. Łukasiewicza 15. Do dyspozycji klientów są dystrybutory wodoru: 350 bar dla pojazdów ciężkich i autobusów oraz 700 bar dla samochodów osobowych. Obiekt działa całodobowo i oferuje również pełen wachlarz usług: paliwa tradycyjne, koncept gastronomiczny ORLEN Stop.Cafe, automat ORLEN PACZKA oraz myjnię automatyczną. Kompleks znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie centrum handlowego, dwóch uczelni wyższych, hali sportowej ORLEN Arena i ORLEN Stadionu im. Kazimierza Górskiego.

Uruchomienie stacji w Płocku to kolejny etap rozbudowy ogólnodostępnej infrastruktury wodorowej ORLEN. To już drugi nowy obiekt oddany do użytku w tym roku, a w kolejnych miesiącach planowane są następne lokalizacje, m.in. w Gdyni, Bielsku-Białej i Gorzowie Wielkopolskim.

Wodór dostępny na stacji w Płocku pochodzi z zakładów produkcyjnych Grupy ORLEN, co pozwala efektywnie zabezpieczyć ciągłość dostaw dla transportu publicznego i klientów indywidualnych. Jednocześnie Płock stawia na zeroemisyjny transport publiczny. Jeszcze w tym roku tabor komunikacji miejskiej ma zostać uzupełniony o 18 autobusów wodorowych.

Projekt jest efektem współpracy trzech partnerów: Urzędu Miasta



Płocka, Komunikacji Miejskiej – Płock Sp. z o.o. oraz ORLENU, który zapewnił infrastrukturę do tankowania wodoru. Autobusy wodorowe były wcześniej testowane na płockich ulicach i spotkały się z bardzo pozytywnym odbiorem mieszkańców, doceniających komfort oraz cichą pracę pojazdów. Inwestycja wzmacnia lokalny system transportu publicznego i wspiera rozwój nisko- oraz zeroemisyjnej mobilności.

Grupa ORLEN systematycznie rozwija sieć stacji tankowania wodoru dla transportu indywidualnego i publicznego. Zasilanie nowych punktów zapewnią m.in. powstające huby wodorowe, wykorzystujące odnawialne źródła energii, oraz innowacyjne instalacje przetwarzające odpady komunalne w zero- i niskoemisyjny wodór. Do 2035 roku łączna zakładana moc elektrolizerów w Grupie ORLEN wyniesie ok. 0,9 GW. W połączeniu z projektami typu waste-to-hydrogen umożliwi to produkcję ponad 130 tys. ton odnawialnego wodoru rocznie do 2035 roku. Nowe stacje powstają także jako element transeuropejskiej sieci transportowej (TEN-T), ułatwiając podróże pomiędzy lokalizacjami w Polsce i Europie.

Ogólnodostępne stacje tankowania wodoru ORLEN działają już w Poznaniu, Katowicach, Wałbrzychu, Włocławku, Pile oraz w Płocku.

Centrum Edukacji prowadzi rekrutację na Kwalifikacyjne Kursy Zawodowe

Bo branża chemiczna wciąż szuka specjalistów...

Centrum Edukacji w Płocku prowadzi rekrutację na Kwalifikacyjne Kursy Zawodowe (KKZ). To propozycja dla osób zainteresowanych pracą w branży chemicznej, która otwiera drzwi do zatrudnienia m.in. w Zakładzie Produkcyjnym ORLEN w Płocku. Do wyboru są dwa kluczowe kierunki: Eksploatacja maszyn i urządzeń przemysłu chemicznego oraz Organizacja i kontrolowanie procesów technologicznych w przemyśle chemicznym.

Branża chemiczna od lat pozostaje jedną z najbardziej innowacyjnych i rozwojowych gałęzi przemysłu. Mechanizacja i automatyzacja procesów, zaawansowane metody kontroli parametrów technologicznych, a także nowoczesne techniki analityczne sprawiają, że na rynku pracy nieustannie rośnie zapotrzebowanie na specjalistów posiadających wykształcenie techniczne – w szczególności techników technologii chemicznej.

KKZ prowadzone przez Centrum Edukacji Grupa ORLEN w Płocku to oferta przygotowana z myślą o słuchaczach chcących zdobyć zupełnie nowe kwalifikacje zawodowe lub uzupełnić już posiadane kompetencje.

Kurs **Eksploatacja maszyn i urządzeń przemysłu chemicznego (CHM.02)** obejmuje łącznie 790 godzin poświęconych m.in. eksploatacji maszyn, technikom pomiarowym, procesom jednostkowym oraz bezpieczeństwu pracy. Z kolei kurs **Organizacja i kontrolowanie procesów technologicznych w przemyśle chemicznym (CHM.06)** to w sumie 530 godzin nauki. Program uwzględnia tu m.in. organizację procesów technologicznych, badania laboratoryjne oraz rygorystyczne zasady BHP.



fot. Dariusz Ossowski

– Po ukończeniu obu kwalifikacji i zdaniu egzaminów uczestnik uzyskuje dyplom zawodowy technika technologii chemicznej – dowiadujemy się w Centrum Edukacji.

Skuteczność potwierdzona wynikami

Egzaminy zawodowe prowadzi Okręgowa Komisja Egzaminacyjna w Warszawie. Dzięki profesjonalnemu przygotowaniu przez Centrum Edukacji w Płocku zdawalność uczestników kursów wynosi niemal 100%. Wynika to z kilku kluczowych czynników związanych z organizacją kształcenia, metodami pracy z dorosłymi oraz specyfiką programu. Wielu uczestników wraca do edukacji po latach, dlatego szczególny nacisk kładzie się na: wyrównanie braków, dodatkowe konsultacje, wspólne rozwiązywanie zadań egzaminacyjnych oraz materiały powtórkowe dostępne online.

– Program kwalifikacji CHM.02 i CHM.06 został opracowany w ścisłej współpracy z przedstawicielami przemysłu chemicznego. Słuchacze wykonują liczne ćwiczenia praktyczne, pracują z realnym sprzętem i poznają procedury obowiązujące w zakładach produkcyjnych. Dzięki temu treści egzaminów – zarówno teoretyczne, jak i praktyczne – są dla nich naturalnym przedłużeniem zajęć – podkreślają eksperci z Centrum Edukacji Grupa ORLEN .

Kadra prowadząca kursy to wysokiej klasy specjaliści. Ich wiedza praktyczna pozwala nie tylko przekazać materiał zgodny z podstawą programową, ale także wskazać typowe zadania, pułapki egzaminacyjne i najczęściej oceniane umiejętności. Kurs to także systematyczne przygotowanie do egzaminu. W czasie zajęć słuchacze realizują próbne zadania egzaminacyjne, symulacje części praktycznej, a także testy odzwierciedlające format egzaminu OKE. Kursanci znają więc strukturę arkuszy, sposób punktowania i kryteria oceny.

Elastyczna nauka dla pracujących

Zajęcia prowadzone są w trybie zaocznym (co dwa tygodnie, w soboty i niedziele). Obejmują część teoretyczną, praktyczną oraz moduły realizowane na platformie edukacyjnej. Spotkania odbywają się w siedzibie Centrum Edukacji Grupa ORLEN przy Al. F. Kobylińskiego 25 w Płocku. Praca odbywa się w niewielkich grupach, co pozwala na bieżąco korygować trudności i dostosowywać tempo pracy do potrzeb słuchaczy.

Połączenie zajęć stacjonarnych z e-learningiem daje dostęp do bogatej bazy wiedzy: materiałów teoretycznych, instrukcji, filmów technologicznych oraz zadań kontrolnych. Możliwość wielokrotnego wracania do treści znacząco zwiększa skuteczność nauki i ułatwia zapamiętywanie złożonych procesów.

Kursy są dostępne dla wszystkich osób powyżej 18. roku życia, niezależnie od wcześniej ukończonych szkół (należy jednak pamiętać, że dyplom technika przysługuje po ukończeniu kwalifikacji oraz posiadaniu wykształcenia średniego). Zakres nauczania jest w pełni zgodny z podstawą programową MEN oraz wytycznymi OKE.

Rekrutacja trwa do 31 lipca

Aby wziąć udział w rekrutacji, należy złożyć: kwestionariusz osobowy, zaświadczenie lekarskie (dla CHM.02), kserokopię świadectwa ukończenia szkoły oraz dowód opłaty wpisowej (500 zł). **Termin składania dokumentów upływa 31 lipca br.** Szczegóły dostępne są na stronie **www.centrumedukacji.orlen.pl** w zakładce „Oferta".

Nowoczesne zaplecze i 14 lat doświadczenia

Dlaczego warto wybrać tę ścieżkę? Centrum Edukacji Grupa ORLEN od 14 lat kształci fachowców dla instalacji rafineryjnych i petrochemicznych, współpracując z otoczeniem przemysłowym i dostosowując programy do realnych potrzeb rynku pracy. Absolwenci KKZ znajdują zatrudnienie m.in. w zakładach produkcyjnych, laboratoriach, rafineriach i firmach zajmujących się kontrolą jakości.

Dlaczego warto postawić na Centrum Edukacji?

- 14 lat doświadczenia w kształceniu dla przemysłu rafineryjnego i petrochemicznego;
- możliwość zdobycia atrakcyjnego zawodu poszukiwanego na lokalnym i krajowym rynku pracy;
- bardzo wysokie zapotrzebowanie na absolwentów ze strony pracodawców;
- dostęp do nowoczesnych pracowni i specjalistycznego sprzętu;
- elastyczna forma nauki dostosowana do osób pracujących;
- realne przygotowanie do pracy w wymagającym środowisku przemysłu chemicznego.

BS

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

eprasa.pl 77757f9567

Pracownicy ORLENU posadzili hektar lasu w Łącku

Zielona energia wolontariuszy

Ponad 50 wolontariuszy, 10 tysięcy sadzonek sosny i jeden wspólny cel: ochrona lokalnej przyrody. Pracownicy Obszaru Środowiska ORLENU, we współpracy z Nadleśnictwem Łąck, po raz kolejny uczcili Międzynarodowy Dzień Ziemi, odnawiając las w okolicach Płocka.

Akcja sadzenia lasu to już tradycja, która na stałe wpisała się w kalendarz działań prośrodowiskowych płockiego koncernu. W tym roku grupa pracowników zamieniła biura na leśne ostępy, by pod czujnym okiem profesjonalistów posadzić około hektara nowego lasu.



fot. Dariusz Ossowski

Drzewa już rosną!

Choć akcja ma charakter wolontariatu, jej efekty są bardzo wymierne. Jak podkreśla Arkadiusz Kamiński, dyrektor wykonawczy ds. środowiska w ORLENIE, ubiegłoroczne nasadzenia okazały się sukcesem mimo kapryśnej aury.

– *Nasze działania są skuteczne. Zeszłoroczna akcja pokazała, że przyjęło się od 80 do 90 procent posadzonych przez nas drzew. To dowód na to, że podchodzimy do tematu profesjonalnie i z sercem* – mówi dyrektor Kamiński.

Dyrektor zapowiedział również ogłoszenie kompleksowego **Planu na rzecz Bioróżnorodności (BAB)**. To strategiczny dokument, który wyznaczy krótko- i długoterminowe cele w zakresie odbudowy i ochrony gatunków roślin i zwierząt w całej Polsce.

Lekcja od leśników

Zanim wolontariusze chwycili za kostury, przeszli profesjonalne szkolenie. Lucjan Żukowski, Nadleśniczy Nadleśnictwa Łąck, wyjaśniał techniczne niuanse, które decydują o tym, czy drzewko przetrwa.

– *Kluczowe jest dbanie o tzw. szyję korzeniową, czyli miejsce, gdzie korzeń łączy się z częścią nadziemną. Nie wolno jej zasypać, a ziemię wokół sadzonki trzeba mocno udeptać, by usunąć pęcherzyki powietrza i zapobiec przysychaniu korzeni* – instruował nadleśniczy.

Sadzona w tym roku sosna jednoroczna pochodzi z lokalnego gospodarstwa nasienno-szkółkarskiego w Woli Łąckiej. Wybór miejsca i gatunku nie jest przypadkowy – wynika z 10-letniego planu urządzenia lasu. W miejscach, gdzie stare, blisko stuletnie drzewostany kończą swój cykl, leśnicy wprowadzają młode pokolenie, by las pozostał odporny na zmiany klimatu, szkodniki i wiatry.

Odpowiedzialność na poziomie

Inicjatywa w Łącku to element szerokiej Polityki bioróżnorodności Grupy ORLEN. Jak podkreśla Arkadiusz Kamiński, dyrektor wykonawczy ds. środowiska w ORLENIE, takie akcje mają wymiar zarówno ekologiczny, jak i społeczny.

– *Lasy poprawiają jakość powietrza, chronią glebę i zwiększają retencję wody, będąc jednocześnie domem dla wielu gatunków. Nasza inicjatywa, choć lokalna, jest praktycznym dopełnieniem systemowych działań na rzecz ochrony przyrody. To okazja do budowania odpowiedzialności i dowód na to, że strategię zrównoważonego rozwoju przekładamy na konkretne czyny* – zaznacza dyrektor Kamiński.

Choć sadzenie drzew przez wolontariuszy ma określony zasięg, pełni kluczową funkcję edukacyjną. Buduje świadomość, że wielki przemysł i dbałość o lokalny ekosystem mogą i muszą iść w parze. Dla pracowników to także okazja do bezpośredniego kontaktu z naturą i zrozumienia wyzwań, przed jakimi stają lasy w dobie zmieniającego się klimatu. Dzięki ich pracy, za kilkadziesiąt lat w okolicach Łącka szumieć będzie zdrowy, gęsty bór.

BS

Akcja „Zarybiamy – Wiśle pomagamy"

To czas szczupaka!

Dzięki wsparciu ORLENU wiślany ekosystem wzbogacił się o tysiące młodych szczupaków. Pełnią one kluczową rolę w utrzymaniu czystości i równowagi biologicznej królowej polskich rzek.



fot. Mateusz Wrześniewski

Do Wisły w podpłockim Popłacinie trafiło ponad 3500 młodych szczupaków. Takie cykliczne działania prowadzone przez Towarzystwo Promocji Ryb „Pan Karp" przy wsparciu ORLENU nie są przypadkowe. To obecnie konieczność. Rola szczupaka w ekosystemie wykracza daleko poza sferę zainteresowań wędkarzy. Jako drapieżnik, pełni on funkcję naturalnego regulatora. Bez niego populacje ryb tzw. „spokojnego żeru" (płoci czy leszczy) nadmiernie się rozrastają. Zbyt duża liczba ryb niedrapieżnych to mniej zooplanktonu, który jest ich naturalnym pokarmem. Tymczasem zooplankton to żywe „filtry", oczyszczające wodę z nadmiaru substancji organicznych. Dbając o szczupaka, dbamy więc pośrednio o jakość i przejrzystość wody w Wiśle.

ORLEN dla środowiska

Akcja zarybiania od 2 lat zyskała silnego partnera w postaci ORLENU. - *ORLEN aktywnie wspiera działania na rzecz ochrony środowiska, stawiając na edukację i budowanie świadomości. Nasze projekty łączą troskę o przyrodę z zaangażowaniem społecznym* – podkreśla dr hab. inż. Arkadiusz Kamiński, Dyrektor Wykonawczy ds. Środowiska w ORLENIE.

Grupa ORLEN działa systemowo – podobne inicjatywy proekologiczne realizuje m.in. włocławski ANWIL.

Lekcja nad Wisłą

Istotnym elementem akcji był udział uczniów ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Płocku. Dzieci miały okazję z bliska zobaczyć szczupaki i dowiedzieć się, jak działalność człowieka wpływa na życie w rzece. – *Dzieci były podekscytowane kontaktem z żywymi rybami. Mamy nadzieję, że dzięki temu zyskujemy młodych, świadomych przyjaciół wiślanej przyrody* – dodaje Zbigniew Szczepański, prezes TPR „Pan Karp".

W poprzedniej edycji akcji „Zarybiamy – Wiśle pomagamy" do rzeki trafiło łącznie 550 kg materiału zarybieniowego, w tym karpie, liny i szczupaki. Akcja będzie również kontynuowana w kolejnych latach.

BS

Werwa i Rafik czekają na potomstwo

Sokoły z płockich kominów

Na kominie instalacji „Claus" w płockim Zakładzie Produkcyjnym ORLEN słynna para sokołów wędrownych pielęgnuje swój tegoroczny skarb. Werwa z wielką cierpliwością wysiaduje 4 jajka, a ornitolodzy oraz tysiące internautów odliczają dni do wyklucia się piskląt.



fot. Dariusz Ossowski

ORLEN od ponad 25 lat jest kluczowym partnerem Programu Restytucji Populacji Sokoła Wędrownego w Polsce. Zaangażowanie firmy pozwoliło gatunkowi powrócić na polskie niebo po załamaniu populacji w połowie ubiegłego wieku.

Liczby mówią same za siebie: dzięki warunkom stworzonym w Płocku udało się dochować aż 68 piskląt. Sukces ten ma wymiar międzynarodowy – wraz z sokołami z czeskich rafinerii Grupy ORLEN wspierana przez koncern populacja liczy już około 200 osobników żyjących na wolności.

Sukces płockiej populacji to efekt współpracy ze specjalistami ze Stowarzyszenia na Rzecz Dzikich Zwierząt „Sokół".

- *Sokół wędrowny to gatunek, który w naturze gniazduje na wysokich półkach skalnych. Człowiek zbudował mu w miastach „sztuczne góry" w postaci wieżowców czy kominów, a sokołom to odpowiada. Na terenie zakładu mają świetną bazę pokarmową i spokój. Przed każdym sezonem sprzątamy gniazda na kominach, by nowe pisklęta miały czysto i bezpiecznie* – wyjaśnia Sławomir Sielicki, sokolnik, który czuwa nad płockimi gniazdami.

Co roku też małe sokoły, które przychodzą na świat, są obrączkowane. Dzięki temu specjaliści mogą śledzić ich dalsze wędrówki – wiemy np., że jedna z płockich samic, Petra, gniazduje dziś w Pruszkowie. Przy każdym lęgu ogłaszane są również ogólnopolskie konkursy na imiona dla młodych ptaków, przez co sokoły z ORLENU nie są anonimowe.

Obecnie trwa najbardziej emocjonujący etap w płockim gnieździe. Młode powinny się wykluć w drugiej połowie kwietnia! Werwa niemal nie opuszcza gniazda, ogrzewając cztery jaja, a Rafik dba o zaopatrzenie. Wszystko można obserwować na żywo, wchodząc na strony www.peregrinus.pl oraz www.orlen.pl. **BS**

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

ORLEN dla Płocka

eprasa.pl 77757f9567

STARTUJE NOWA EDYCJA PROGRAMU

Troszcząc się o jutro zbadaj się już dziś

ORLEN

Zapraszamy mieszkanki i mieszkańców Płocka oraz powiatu płockiego na cykl bezpłatnych badań profilaktycznych i konsultacji lekarskich.

Liczba miejsc ograniczona
Wymagana rejestracja telefoniczna

Umów się na badanie:
728 810 393

Rejestracja telefoniczna
od pon. do pt.
8:00 - 13:00

BADANIA JESZCZE BLIŻEJ MIESZKAŃCÓW - TERAZ W DWÓCH LOKALIZACJACH



Miasto Płock
Świat Zdrowia Centrum Medyczne
ul. Otolińska 8, Płock

25 kwietnia	Spirometria i konsultacje pulmonologiczne
16 maja	EKG, echo serca i konsultacje kardiologiczne
20-21 czerwca	Badania w ramach Miasteczka Zdrowia
18 lipca	USG tarczycy
22 sierpnia	USG jamy brzusznej
19 września	Dermatoskopia i konsultacje dermatologiczne
17 października	USG piersi
21 listopada	Badanie PSA i konsultacje urologiczne dla mężczyzn
5 grudnia	EKG, echo serca i konsultacje kardiologiczne

Powiat Płocki
Brudzeński Zakład Opieki Zdrowotnej
ul. Jana Pawła II 2, Brudzeń Duży

25 kwietnia	Spirometria i konsultacje pulmonologiczne
30 maja	EKG, echo serca i konsultacje kardiologiczne
20-21 czerwca	Badania w ramach Miasteczka Zdrowia
25 lipca	USG tarczycy
29 sierpnia	USG jamy brzusznej
26 września	Dermatoskopia i konsultacje dermatologiczne
24 października	USG piersi
28 listopada	Badanie PSA i konsultacje urologiczne dla mężczyzn
12 grudnia	EKG, echo serca i konsultacje kardiologiczne

Materiał przygotowany przy współpracy z ORLEN S.A.

eprasa.pl 77757f9567

Partner główny dodatku
Mazowsze. serce Polski

Piękne, ciekawe, różnorodne...

Mazowsze zachwyca o każdej porze roku. To region, który zaskakuje różnorodnością i bogactwem atrakcji. Zbliżający się długi weekend majowy, symbolicznie otwierający sezon turystyczny, to idealny moment, by zaplanować bliższe lub dalsze wyprawy. A wizyta w mazowieckich instytucjach kultury to zawsze dobry pomysł na wartościowe spędzenie czasu.



fot. Dariusz Ossowski

Bazylika Katedralna w Płocku z perspektywy gwiazd

Na turystycznej mapie regionu nie brakuje miejsc, które łączą historię, sztukę i tradycję. Wśród nich wyróżnia się Muzeum Mazowieckie w Płocku ze swoją imponującą kolekcją art déco, jedną z największych w Polsce. Z kolei w Wiączeminie Polskim można odwiedzić Skansen Osadnictwa Nadwiślańskiego, który przybliża historię osadnictwa olenderskiego nad Wisłą. Nie sposób też pominąć Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu – miejsca, gdzie czas płynie wolniej, a zwiedzający mogą zajrzeć do tradycyjnych chat i poznać codzienne życie dawnych mieszkańców Mazowsza. Z kolei z Pałacu w Sannikach niosą się dźwięki dzieł największego polskiego kompozytora, Fryderyka Chopina.

To propozycje, które dostępne są w najbliższej okolicy. Ale Mazowsze to region rozległy i różnorodny. W dalszych jego zakątkach też jest wiele do odkrycia. To między innymi: Muzeum Szlachty Mazowieckiej w Ciechanowie, muzeum zbrojownia na zamku w Liwie czy zamek w Czersku, w których ożywają legendy, industrialny Zyrardów, Muzeum Kolei Wąskotorowej w Sochaczewie z kolejką retro, Muzeum Romantyzmu w Opinogórze, gdzie można wyruszyć na spacer śladami Zygmunta Krasińskiego. Renesansowy klimat z pewnością poczujemy w Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie, zaś w Radomiu obejrzymy jedną z najważniejszych kolekcji dzieł Jacka Malczewskiego.

Warto podkreślić, że wszystkie te instytucje mogą rozwijać swój potencjał dzięki konsekwentnym działaniom Samorządu Województwa Mazowieckiego, który dofinansowuje bieżące funkcjonowanie wymienionych inwestycji, ale przede wszystkim prowadzi szeroko zakrojone inwestycje w infrastrukturę, modernizacje zabytkowych obiektów i rozwój oferty dla mieszkańców. Co roku w budżecie Mazowsze na kulturę przeznacza się setki milionów złotych, z czego znacząca część trafia bezpośrednio do instytucji kultury i na nowe inwestycje. Dzięki tym środkom powstają nowoczesne przestrzenie muzealne, finansowane są zakupy wyposażenia, rozwijane ekspozycje czy infrastruktura plenerowa. Samorząd Województwa Mazowieckiego wspiera również mniejsze projekty – od rewitalizacji parków przy muzeach, przez modernizacje budynków i dostosowanie ich do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, po zakup sprzętu i środków transportu dla placówek. Co istotne, działania te są częścią długofalowej strategii rozwoju, powiązanej z funduszami europejskimi i programami edukacji kulturalnej, które mają zwiększać dostępność kultury i aktywizować lokalne społeczności. Dzięki temu mazowieckie instytucje nie tylko chronią dziedzictwo, ale też dynamicznie się rozwijają, przyciągając nowych odbiorców i budując nowoczesną ofertę kulturalną.

Kulturalna szkoła na Mazowszu

„Kulturalna szkoła na Mazowszu" to inicjatywa Samorządu Województwa Mazowieckiego, w ramach której dzieci z zerówek i uczniowie mazowieckich szkół mogą odwiedzić marszałkowskie muzea, teatry i skanseny za złotówkę. Do końca listopada ubiegłego roku w programie wzięło udział 287 tys. uczniów i blisko 26 tys. opiekunów. Nowością w ostatnich kilku miesiącach było Kino Luna, w którym uczniowie mogli obejrzeć wiele hitów kinowych, a ponadto uczestniczyć w ciekawych warsztatach.

– *Chcemy, aby każdy młody Mazowszanin miał dostęp do kultury. Dzięki programowi uczniowie biorą udział w warsztatach, zwiedzają ekspozycje muzealne z przewodnikiem, a także oglądają przygotowane dla nich spektakle teatralne czy filmy. Widzimy, że z roku na rok jest coraz większe zainteresowanie. Najwięcej osób, bo ponad 53 tys. odwiedziło Teatr Polski w Warszawie* – podkreśla marszałek Adam Struzik.

Do listopada 2025 roku największym zainteresowaniem cieszył się Teatr Polski im. Arnolda Szyfmana w Warszawie (ok. 53,5 tys. osób), Państwowy Zespół Ludowy Pieśni i Tańca Mazowsze im. Tadeusza Sygietyńskiego w Karolinie (ok. 28,2 tys. osób) i Teatr Dramatyczny im. Jerzego Szaniawskiego w Płocku (ok. 27,9 tys. osób).

– *W ramach programu „Kultura za złotówkę" młodzi ludzie mają szansę na spotkanie ze sztuką, tradycją i dziedzictwem kulturowym. Dzięki programowi każdego roku mazowieckie instytucje kultury odwiedza ponad 300 tys. młodych osób! Dlatego decyzja o kontynuacji programu była oczywista – również w 2026 r. zapraszamy młodzież wraz z opiekunami do instytucji kultury na całym Mazowszu!* - uzasadnia Ludwik Rakowski, przewodniczący sejmiku województwa mazowieckiego.

Akcja „Kulturalna szkoła na Mazowszu" jest skierowana do uczniów szkół podstawowych, liceów ogólnokształcących, techników, branżowych szkół I stopnia i szkół artystycznych oraz dzieci objętych rocznym przygotowaniem przedszkolnym w przedszkolu, oddziale przedszkolnym czy szkole podstawowej. By móc skorzystać z oferty, szkoła musi wysłać zgłoszenie do wybranej przez siebie instytucji kultury. W ramach programu można odwiedzić 28 placówek kultury prowadzonych przez samorząd Mazowsza, a także prowadzone przez nie oddziały.

Program N – kultura dla osób z niepełnosprawnością

Z biletu za złotówkę mogą korzystać również osoby z niepełnosprawnościami, bez względu na wiek i rodzaj niepełnosprawności, a także osoby im towarzyszące. Program „Wsparcie osób z niepełnosprawnościami na Mazowszu", znany jako Program N, ma ułatwić osobom z niepełnosprawnościami korzystanie z oferty instytucji kultury. W pierwszych trzech kwartałach 2025 r. z programu skorzystało łącznie blisko 15 tys. osób.

Aby osoba z niepełnosprawnościami mogła skorzystać z programu, powinna okazać ważną legitymację osoby niepełnosprawnej i złożyć oświadczenie o zamieszkaniu na terenie województwa mazowieckiego (warunek dotyczy osoby z niepełnosprawnością i opiekuna). Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie samorządu województwa, Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej i każdej z 28 instytucji biorących udział w Programie N.

Mazowsze dla zabytków

Dzięki programowi „Mazowsze dla zabytków" już od kilku lat właściciele obiektów zabytkowych mogą uzyskać dofinansowania na prace remontowe i konserwatorskie, tak aby mogły one nadal pełnić swoje funkcje – zarówno użytkowe, jak i społeczne czy turystyczne. Dzięki temu historyczne budynki nie tylko nie popadają w ruinę, ale często odzyskują dawny blask i stają się ważnymi punktami na mapie lokalnych społeczności. To realne wsparcie dla właścicieli, którzy często nie byliby w stanie samodzielnie udźwignąć ciężaru takich prac konserwatorskich.

Z programu mogą skorzystać różne podmioty – od osób prywatnych, przez parafie i organizacje, aż po jednostki samorządu terytorialnego. Warunkiem jest posiadanie tytułu prawnego do zabytku wpisanego do rejestru oraz jego lokalizacja na terenie województwa mazowieckiego. Efekty programu są widoczne w całym regionie – co roku odnawianych jest ponad sto obiektów, od kościołów, dworków i pałaców, po mniejsze, ale równie cenne elementy dziedzictwa, takie jak kapliczki. „Mazowsze dla zabytków" to więc nie tylko wsparcie finansowe, ale przede wszystkim inwestycja w tożsamość regionu i jego historyczne dziedzictwo, które dzięki takim działaniom ma szansę przetrwać dla kolejnych pokoleń.

Ale rozwój turystyki w regionie to także inwestycje w przyszłość. Samorząd Województwa Mazowieckiego wspiera również lokalne społeczności poprzez modernizację infrastruktury, rozwój przestrzeni rekreacyjnych oraz dofinansowania domów kultury i świetlic. Takie działania nie tylko poprawiają jakość życia mieszkańców, lecz także zwiększają atrakcyjność turystyczną mniejszych miejscowości.

Mazowsze to region pełen kontrastów i możliwości, pereł kultury i cudów natury. Niezależnie od tego, czy ktoś szuka kontaktu z historią, przyrodą, czy po prostu chwili wytchnienia – warto dać się zaprosić w tę podróż. Zwłaszcza teraz, gdy majówka stwarza idealną okazję, by odkryć mniej oczywiste, ale niezwykle inspirujące oblicze serca Polski.

(kw)



fot. Dariusz Ossowski

Wystawa „Srebra firm warszawskich" w Muzeum Mazowieckim w Płocku

Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567

Niezwykła podróż po oddziałach Muzeum Mazowieckiego

Od secesji po sztukę Dalekiego Wschodu

Muzeum Mazowieckie wrosło w kulturalną tkankę Płocka tak mocno, że trudno dziś wyobrazić sobie nasze miasto bez kamienicy secesyjnej przy ul. Tumskiej, wewnątrz której można oglądać aranżację wnętrz średnio zamożnego domu mieszczańskiego z przełomu XIX i XX wieku. Pokoje zostały zaaranżowane tak, by jak najwierniej oddać klimat epoki – znajdziemy tu meble ustawione zgodnie z ówczesnymi zasadami oraz bogaty wybór rzemiosła artystycznego: od szkła i ceramiki po wyroby metalowe, medalierstwo i biżuterię. O charakterze pomieszczeń w dużej mierze decydują także tkaniny – ciężkie zasłony, lambrekiny, kotary i portery, często wykonane z grubych, dekoracyjnych materiałów, które budują wyjątkowy, nieco teatralny nastrój. To jednak zaledwie początek...

Na trzecim piętrze kamienicy secesyjnej na zwiedzających czeka Galeria Malarstwa i Rzeźby Młodej Polski. Wybór obrazów stanowi reprezentatywny zbiór dla malarstwa tego okresu, a podziwiać można tu prace największych artystów, takich jak J. Malczewski, W. Podkowiński, J. Mehoffer, A. Karpiński, W. Weiss, S. Czajkowski. Na szczególną uwagę zasługuje „Autoportret" J. Malczewskiego i szkic Podkowińskiego do słynnego „Szału uniesień". Wśród rzeźb zobaczymy projekt pomnika Fryderyka Chopina W. Szymanowskiego, ponadto prace m.in. K. Laszczki, H. Kuny, S. Ostrowskiego.

Od ubiegłego roku w kamienicy secesyjnej podziwiać możemy wystawę stałą „Srebra firm warszawskich", prezentującą zbiór 150 wyjątkowych eksponatów. Prezentowane na wystawie obiekty powstały w latach 1825-1935. Zobaczymy tu m.in. eleganckie patery, kunsztowne solniczki, cukiernice, efektowne lichtarze. To wyroby takich firm i wytwórców jak m.in. Fabryka Wyrobów Platerowanych Józef Fraget, Roman Plewkiewicz, Towarzystwo Akcyjne Fabryk Metalowych Norblin, Bracia Buch i T. Werner czy Bracia Hennberg. Jednym z najbardziej interesujących eksponatów jest cukiernica „Jabłko królewskie" – uznana za ikoniczne dzieło Julii Keilowej, słynnej polskiej projektantki i rzeźbiarki polskiego art déco.

X Wieków Płocka

W budynku tuż obok zwiedzimy wystawę „X Wieków Płocka. Płock w przestrzeni kulturowej Mazowsza, Polski, Europy", która przedstawia 1000 lat bogatej historii miasta Płocka. Tradycja łączy się tu z technologią – eksponaty sąsiadują z multimediami, których celem jest uatrakcyjnienie poznawania historii miasta przez odwiedzających wystawę gości i przekazanie im maksimum treści w przystępnej i nowoczesnej formie. Jednym z najważniejszych elementów ekspozycji jest makieta Płocka z ok. 1800 r. o powierzchni 40 mkw. i towarzyszące jej światła i dźwięk. Jest to jedna z największych i najbardziej unikatowych makiet prezentowanych w polskich muzeach. Multum eksponatów archeologicznych, historycznych i numizmatycznych czynią wystawę Muzeum Mazowieckiego bezprecedensowym zjawiskiem w regionie.

Art Deco

Dosłownie kilka kroków dalej – przy ul. Kolegialnej – mieści się oddział Art Deco. Zwiedzający mają tu niepowtarzalną okazję zanurzyć się w świat tej wyjątkowej epoki. Na parterze poczujemy klimat nocnego miasta z architekturą rysowaną świetlnym mappingiem i odwiedzimy mini kino Odeon. Wizytówką tego miejsca jest oryginalne auto z epoki – Jowett z 1926 roku. We wnętrzach kamienic – polskiej, niemieckiej i francuskiej – prezentowane są meble, szkło, ceramika, tkaniny, lampy, malarstwo i rzeźba, w domu mody kolekcja strojów, w sklepie jubilerskim – biżuteria, m.in. puderniczka Tiffany'ego i kolczyki w etui Cartiera, a w gabinecie prezesa banku kolekcja papierów wartościowych i numizmatów.



fot. archiwum MMP

Na wystawie „X Wieków Płocka" zobaczycie m.in. makietę grodu

Pierwsze piętro to przestrzeń zaaranżowana na mieszkanie polskiej inteligencji lat 30. XX wieku. Jest tu salon z gabinetem, jadalnia, kuchnia i sypialnia.

To także galeria designu, w której podziwiać można bogatą kolekcję szkła cenionych polskich hut: Niemen, Zawiercie, Hortensja, Krosno, oraz zagranicznych wytwórni: Lalique'a, Baccarat, Braci Daum. Zbiory metalu reprezentowane są przez wyroby firm warszawskich (m.in. projekty Julii Keilowej), europejskich czy amerykańskich. Ceramika przez wyroby z Ćmielowa, Pacykowa, wytwórni śląskich, oraz porcelanę zagraniczną z serwisami i figurkami Rosenthala na czele.

W części poświęconej malarstwu prezentowane są portrety autorstwa awangardowych polskich artystów: Zbigniewa Pronaszki, Stanisława Witkacego i Leona Chwistka, także akt kobiecy belgijskiego malarza Leona de Smeta, portret damy z pieskiem Jana Rudnickiego. Perłą kolekcji MMP jest dar PKN ORLEN (obecnie ORLEN S.A.) – „Martwa natura" z antyczną rzeźbą Tamary Łempickiej – ikony minionych lat 20. i 30. XX w. światowego formatu, której malarstwo jest kwintesencją stylu art déco.

Spichlerz

Przenosimy się na ul. Kazimierza Wielkiego do Spichlerza. Mieści się tu Dział Etnografii MMP. Zabytkowy budynek z przełomu XVIII i XIX wieku od lat mieścił magazyn zbiorów etnograficznych oraz przestrzeń przeznaczoną na wystawy czasowe. Obiekt wymagał remontu, wzmocnienia i ocieplenia dachu, co warunkowało realizację planów wystawienniczych. W magazynie Działu Etnografii Muzeum Mazowieckiego w Płocku znajdowało się ponad 9500 muzealiów z całego Mazowsza, w tym m.in. stroje ludowe, tkaniny, kolekcja rzeźby, ceramiki, wycinanki ludowej. Dzięki dotacji unijnej przyznanej przez Samorząd Województwa Mazowieckiego Spichlerz całkowicie zmienił swoje oblicze i stał się miejscem wystaw stałych i czasowych.

Wystawy stałe w Spichlerzu to:

- „Kultura Mazowsza w ludowej wizji świata" – barwna opowieść o kulturze ludowej Mazowsza. Muzeum przeorganizowało swoje przestrzenie tak, by w pasjonujący sposób przedstawić grupy etnograficzne naszego regionu i zwyczaje panujące tu od wieków;
- „Sztuka Dalekiego Wschodu. Płockie skarby buddyjskiej Azji" – wystawa sztuki orientalnej, na którą składa się ok. 130 muzealiów: przedmioty rzemiosła artystycznego – użytkowe i dekoracyjne, militaria, malarstwo, grafika, buddyjska sztuka sakralna i monety. Kolekcja ta powstała na początku XX w. i została przekazana płockiemu muzeum przez Towarzystwo Naukowe Płockie w 1949 r.

Do 10 maja w Spichlerzu możemy podziwiać wystawę czasową „13 Niepokornych. Z kolekcji ART BRUT AK Andrzeja Kwasiborskiego". Ekspozycja oparta jest na zbiorach Płocczanina, który od ponad 25 lat gromadzi, dokumentuje i promuje twórczość art brut w Polsce i za granicą. Jak sam przyznaje, po latach kontaktu ze sztuką współczesną zaczął odczuwać niedosyt autentyczności. Art brut okazała się przestrzenią prawdy.

Na wystawie prezentowane są prace dwunastu twórców nurtu: Ireny Bilkowskiej, Pawła Garncorza, Tadeusza Głowali, Piotra Goraja, Wiktora Gorazdowskiego, Henryka Kondratowicza, Ryszarda Koska, Włodzimierza Rosłona, Władysława Szymczyka, Stanisława Zagajewskiego, Bogdana Ziętka oraz Henryka Żarskiego. Symbolicznym „trzynastym" niepokornym jest sam kolekcjoner.

W Spichlerzu zobaczyć można obrazy i rysunki, szkice, rzeźby drewniane i ceramiczne oraz obiekty wymykające się jednoznacznym kategoriom. Artyści tworzą z tego, co mają pod ręką – ze słomek, papierków, kamieni czy przypadkowych przedmiotów. Często nie myślą o odbiorcy, czasem traktują swoje prace jako zbyt intymne. To ich wnętrze wyprowadzone na zewnątrz.

Muzeum Żydów Mazowieckich

Kolejnym przystankiem w podróży między oddziałami Muzeum Mazowieckiego jest ul. Kwiatka, gdzie znajduje się Muzeum Żydów Mazowieckich. Muzeum i jego wystawa funkcjonują w dziewiętnastowiecznym budynku dawnej bożnicy przy ulicy Kwiatka 7. Tutaj jeszcze niecałe dziewięćdziesiąt lat temu religijni żydowscy mieszkańcy Płocka modlili się, a ich dzieci poznawały tajniki świętych ksiąg. Po II wojnie światowej, zamiast ławek z krzesłami dla tych religijnych maluchów, stanęły maszyny dziewiarskie, działała spółdzielnia krawiecka. A teraz jest tu Muzeum Żydów Mazowieckich, które od 2013 roku snuje opowieść o historii i tradycji żydowskiej w Płocku, na Mazowszu, w Polsce.

Multimedialna wystawa przy Kwiatka opowiada o dziejach osadnictwa żydowskiego na ziemiach polskich – od samych jego początków aż po współczesne odrodzenie kultury żydowskiej w Polsce. Przestrzeń wystawy podzielona jest na trzy główne strefy tematyczne: przedsionek, pomieszczenie Holokaust i salę główną. W przedsionku prezentowana jest historia Żydów na Mazowszu. W sali głównej prezentowane są – w nowoczesnej multimedialnej formie – elementy kultury Żydów w Polsce na przykładzie kuchni, muzyki, świąt i zwyczajów oraz architektury żydowskiej. Część poświęcona zagładzie zbudowana jest na bazie książki „Kartki z pożogi" Symchy Gutermana i archiwalnych fotografii.

Wyjątkowym eksponatem jest szafa aron ha-kodesz, szafa ołtarzowa, zwana „świętą arką", która powróciła do dawnej bożnicy. Swoją nazwą nawiązuje do biblijnej Arki Przymierza, w której Izraelici umieścili tablice z Dziesięciorgiem Przykazań. W szafie przechowywane są zwoje Tory, nawinięte na wałki, spisane ręcznie w języku hebrajskim na pergaminie. Płocka szafa powstała w pierwszej połowie XIX wieku, po 1830 roku.

Muzeum Wisły Środkowej i Ziemi Wyszogrodzkiej

Jeśli wydaje się wam, że na tym kończą się oddziały Muzeum Mazowieckiego, to jesteście w błędzie. W Wyszogrodzie odwiedzić możemy Muzeum Wisły Środkowej i Ziemi Wyszogrodzkiej, gdzie od roku 2018 znajdziecie pamiątki związane z Wyszogrodem – archeologiczne zabytki odkryte na średniowiecznym Wzgórzu Zamkowym, pamiątki po Olendrach oraz lokalnej społeczności żydowskiej, zbiór militariów, wśród których część nawiązuje do bitwy nad Bzurą z września 1939 r. A w części ekspozycji związanej z Wisłą - modele dawnych łodzi, barek i statków, w tym bocznokołowców. Atrakcją jest mierząca ok. 6 m makieta mostu w Wyszogrodzie, rozebranego w 1999 r., uważanego za najdłuższą przeprawę drewnianą w Europie. Za to w bezpośrednim sąsiedztwie muzeum, w specjalnym oszklonym pawilonie, można oglądać szczątki radzieckiego samolotu Pe-2 z okresu II wojny światowej, wydobyte w 2015 r. z rozlewisk Bzury.

Muzeum Ziemi Gostynińskiej

A w Gostyninie trwają prace nad powstaniem kolejnego oddziału MMP – Muzeum Ziemi Gostynińskiej. Jak poinformowało Muzeum w lutym br., jest już koncepcja tego, jak będzie wyglądać wnętrze przyszłej ekspozycji. Autorem koncepcji aranżacji wystawy jest Koza Nostra Studio – pracownia znana z odważnych, narracyjnych i bardzo „doświadczalnych" realizacji muzealnych. Ich pomysł na Gostynin to nie klasyczne gabloty i podpisy, ale wspólna podróż w czasie.

Jednym z centralnych motywów wystawy będzie… pociąg. Pojawiający się na ekspozycji skład stanie się symboliczną bramą do dwudziestolecia międzywojennego. Dzięki lustrzanym odbiciom, projekcjom, dźwiękom i światłu pociąg „odjedzie" w głąb historii miasta – opowiadając o zmianach, dramatach i codziennym życiu dawnych mieszkańców Gostynina. W oknach wagonów zobaczymy archiwalne zdjęcia, filmy i animacje, a całość osadzona będzie na prawdziwych torach. Będą też: projekcje archiwalnych postaci na ścianach dworca, model miasta z projekcjami, narracja prowadzona obrazem, światłem i dźwiękiem, rozwiązania dostępnościowe, które pozwolą doświadczać historii wszystkim odbiorcom. Projekt finansuje Unia Europejska kwotą ponad 8 mln zł. Samorząd Województwa Mazowieckiego na wkład własny do projektu przeznaczył prawie 5 mln zł.

Dodajmy na koniec, że oddziałem MMP jest również Skansen Osadnictwa Nadwiślańskiego w Wiączeminie Polskim. O tym miejscu przeczytacie na kolejnej stronie.

Opr. (kw)

Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567

Dwa oblicza dawnej wsi

Są na mapie Mazowsza takie miejsca, w których historia nie jest ukryta gdzieś za szybą, lecz żyje, oddycha i pozwala wejść w sam jej środek. Taką możliwość dają zwiedzającym Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu oraz Skansen Osadnictwa Nadwiślańskiego w Wiączeminie Polskim – dwa wyjątkowe skanseny, które pokazują, jak różnorodne było niegdyś życie na Mazowszu. Z jednej strony – tętniąca codziennością wieś mazowiecka z XIX i początku XX wieku, wiernie odtworzona wraz z zagrodami, dworem, karczmą i kościołem, gdzie każdy detal – od układu pól po wyposażenie chat – buduje iluzję prawdziwego życia sprzed dekad. Z drugiej – opowieść o Olendrach, osadnikach, którzy ujarzmili nadwiślańskie tereny zalewowe i pozostawili po sobie unikalne dziedzictwo kulturowe, dziś odtworzone w Wiączeminie Polskim poprzez autentyczne budynki, pamiątki i historie zapisane w drewnie, narzędziach i codziennych przedmiotach. Warto wybrać się w tę podróż – nie tylko do miejsc, ale i w czasie – bo ta nie tylko uczy, ale i pozwala poczuć, jak naprawdę wyglądało życie dawnych mieszkańców regionu.



fot. D. Krześniak/Muzeum Wsi Mazowieckiej

Jedna z zagród w sierpeckim skansenie

Jak dawniej żyło się na mazowieckiej wsi?

Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu to przede wszystkim skansen z odtworzoną mazowiecką wsią, tzw. rzędówką (z zagrodami w rzędach po jednej stronie drogi) z II połowy XIX wieku. Składają się na nią: 10 zagród, różniące się od siebie pod względem zamożności typy gospodarstw wiejskich, a także kościół, dworek, karczma i kuźnia. Otoczenie budynków stanowią z kolei ogrody, pola, sady oraz pasieki.

We wnętrzach chałup można zobaczyć autentyczny wystrój domostw, które różnią się w zależności od zawodów wykonywanych przez ich mieszkańców. W jednej z izb znajduje się zakład szewski, w kolejnej można zobaczyć wiejską izbę szkolną z początku XX wieku.

Na terenie muzeum żyje wiele zwierząt gospodarskich – po podwórkach biegają kury, kaczki i perliczki, a w zagrodach żyją krowy i kozy. Spacerując po wsi muzealnej, napotykamy również przydrożne krzyże i kapliczki.

Ciekawą częścią zbiorów jest kolekcja rzeźby ludowej, w tym figury przedstawiające postaci Świętej Rodziny, świętych Kościoła oraz sceny biblijne. Rzeźby o tematyce historycznej przedstawiają głównie poczet królów polskich, bohaterów narodowych oraz ważne wydarzenia historyczne, rodzajowe zaś ukazują życie na wsi – od prostych, codziennych prac, takich jak ubijanie masła w kierzance, po tradycyjne dożynki czy wesele.

Inną wartą uwagi częścią skansenu jest kolekcja pojazdów konnych, zróżnicowanych pod względem typu konstrukcji podwozia, nadwozia oraz funkcji użytkowych i przeznaczenia. Oryginalną ekspozycję dopełnia kolekcja kufrów podróżnych, różne typy uprzęży końskich oraz odtworzony warsztat rymarsko-kołodziejski.

Skansen tętni życiem przez cały rok, a kalendarz organizowanych w nim imprez wypełniony jest wydarzeniami związanymi z tradycjami i pracami wykonywanymi w określonym czasie. Najbliższa będzie „Majówka w skansenie" - nawiązująca do tradycji rodzinnych pikników na powietrzu, łączących biesiadę, beztroską zabawę i tańce. 1 i 2 maja w godz. 10.00 – 18.00 w zagrodach chłopskich odbędą się prezentacje dawnych wiosennych zajęć domowych i gospodarskich oraz rzemiosła i rękodzieła. Na scenie amfiteatru wystąpią zespoły folklorystyczne. Wydarzeniu towarzyszyć będzie kiermasz produktów regionalnych, rękodzielniczych i tradycyjnych.

Z kolei 3 maja skansen zaprasza (również w godz. 10.00 – 18.00) na „Gotowanie na polanie". To niepowtarzalna okazja do smakowania tradycyjnych potraw mazowieckich, odkrywania babcinych przepisów czy prezentacji dawnych zajęć domowych i gospodarskich związanych z okresem wiosennym. Głównym punktem imprezy jest konkurs na „Najsmaczniejszą potrawę mazowiecką", skierowany do kół gospodyń wiejskich, osób indywidualnych oraz producentów produktów regionalnych. Zadanie konkursowe polega na przyrządzeniu i zaprezentowaniu tradycyjnej potrawy spożywanej niegdyś na Mazowszu. Organizatorzy konkursu co roku liczą szczególnie na receptury przekazywane z pokolenia na pokolenie, choć wszystkie tradycyjne potrawy mazowieckie są mile widziane. Szczegóły tegorocznej edycji wydarzenia będą publikowane na stronie internetowej oraz w mediach społecznościowych Muzeum Wsi Mazowieckiej.

Dziedzictwo Olendrów

Muzeum Mazowieckie to nie tylko oddziały w Płocku. Jeden z nich ma swoją siedzibę w Wiączeminie Polskim. W tamtejszym Skansenie Osadnictwa Nadwiślańskiego zwiedzający odnajdą obecnie największą w Polsce kolekcję pamiątek po Olendrach, przybyszach z Fryzji, Flandrii i Niemiec, którzy osiedlali się na terenach nad Wisłą na przełomie XVIII i XIX wieku, w tym meble – komody, kredensy, stoły i ławy, często malowane we wzory roślinne, a także narzędzia ciesielskie i sprzęt gospodarski – maselnice, prasy i kotły do wyrobu powideł buraczanych oraz beczki do przechowywania i transportu suszonych owoców.

Początki skansenu sięgają 2005 r., kiedy odbył się pierwszy wyjazd w „krainę Olendrów" dyrektora Leonarda Sobieraja, pracowników działu etnograficznego MMP Magdaleny Licy-Kaczan i Grzegorza Piaskowskiego oraz pracowników Instytutu Etnologii i Antropologii Kulturowej Uniwersytetu Warszawskiego – dr Katarzyny Waszczyńskiej i dra Tadeusza Baraniuka.

W latach 2011-2012 zintensyfikowano badania terenowe i inwentaryzację nieruchomości. Zbiory zgromadzone w Muzeum Mazowieckim w Płocku zainspirowały muzealników, by przygotować wystawę „Osadnictwo olenderskie na Mazowszu", opowiadającą o pracowitych osadnikach, którzy świetnie znali się na melioracji, więc niestraszne im było uprawianie ziemi na terenach zalewowych. Podczas prac nad ekspozycją zinwentaryzowane zostały także nieruchomości, które pozostały po Olendrach.

W 2013 roku Muzeum Mazowieckie kupiło w wiosce Wiączemin Polski (położonej niecałe 30 km od Płocka) działkę o powierzchni 2,27 ha, na której znajdowały się: wybudowany w 1935 r., kościół ewangelicko-augsburski, budynek szkoły podstawowej oraz cmentarz. Lata kolejne to pozyskanie obiektów – zabytków kultury olenderskiej, m.in. mebli pokojowych i kuchennych. wyposażenia suszarni i powidlarni, sprzętów związanych z przetwórstwem mlecznym, stolarką, maglowaniem.

W 2015 r. zakończony został projekt „Adaptacja budynku kościoła ewangelicko-augsburskiego w Wiączeminie Polskim na potrzeby Skansenu Osadnictwa Nadwiślańskiego". Zadanie było współfinansowane ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Rolnego na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2007-2013. Trzy lata później, w październiku 2018 r., odbyło się uroczyste otwarcie Skansenu Osadnictwa Nadwiślańskiego.

Miejsce to – dostępne dla zwiedzających przez cały rok – szybko stało się jednym z najciekawszych tego typu obiektów na mapie Mazowsza, przybliżając nam historię dziś już zapomnianych Olendrów – ludzi, którzy niegdyś zamieszkiwali nadwiślańskie tereny i pozostawili po sobie ślady w postaci unikalnego wzornictwa, meblarstwa, ceramiki użytkowej czy receptury na powidła olenderskie z buraków cukrowych.

Jak dziś wygląda królestwo buraczanych powideł? Muzealnicy zadbali o wszystko, co znajdowało się wcześniej na działce: kościół i szkoła zostały wyremontowane, cmentarz uporządkowany. Olenderska mini osada wzbogaciła się o miejsca codziennego życia – do skansenu został przeniesiony z Kępy Karolińskiej langhoff, czyli typowy dla olenderskiej zabudowy budynek łączący część mieszkalną ze stodołą i oborą, a także langhoff z Białobrzegów. Goście mogą zwiedzać również Dom Polski i powidlarnię.

Poza stałymi atrakcjami Skansen Osadnictwa Nadwiślańskiego w Wiączeminie Polskim organizuje również wydarzenia specjalne. 25 kwietnia warto przyjechać na... sadzenie ziemniaków. Program wydarzenia: godz. 12:00 – wykład Wojciecha Marchlewskiego: „Dziesięć wydarzeń z historii ziemniaka, które wstrząsnęły światem"; godz. 13:30 – ręczne sadzenie starych odmian ziemniaków pozyskanych m.in. z Banku Genów Instytutu Hodowli i Aklimatyzacji Roślin w Boninie, tak jak robiono to dawniej; godz. 15:00 – degustacja potraw ziemniaczanych na zakończenie spotkania. Tego dnia na wyznaczonym do tego celu poletku posadzimy m.in.: odmianę Marius z 1893 roku, czyli najstarszą zachowaną do obecnych czasów odmianę ziemniaka pochodzącą z polskiej hodowli oraz Raudar Islenskar (starą szwedzką czerwoną) z 1720 roku. W programie zaplanowano również wykonywanie pieczątek z ziemniaka oraz grę w kartofla. Wstęp wolny. Wydarzenie skierowane jest do osób powyżej 15. roku życia. Uwaga! Wykład odbędzie się w kościele i jest otwarty. Na sadzenie ziemniaków, degustację i zabawy obowiązują zapisy. Liczba miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń na email: skansen@muzeumplock.eu, tel. 532 743 020.

Dzień później (26 kwietnia) skansen zaprasza na Dzień Ziemi w Bioregionie Doliny Środkowej Wisły. W programie wydarzenia znajdziemy m.in. warsztaty oparte o upcykling i wykorzystanie surowców naturalnych, spotkania z ekspertami, stoiska wystawiennicze związane z ekologią, recyklingiem i poradnictwem w zakresie gospodarowania odpadami i ochrony środowiska naturalnego, wymianę książek, odzieży, nasion, kąpiel leśną, spacer z obserwacją ptaków, a także kuchnię wegańską i wegetariańską. Niecodzienną propozycją będzie dotarcie na miejsce wydarzenia, tj. do skansenu w Wiączeminie Polskim niskoemisyjnymi środkami transportu (rajd rowerowy z Płocka z klubem Beneqteam, tel. 608 672 465 lub spływ kajakowy z Przystanią Januszew, tel. 519 580 639).

Szczegółowe informacje na temat wydarzeń, jak i samego Skansenu, znajdziecie na profilu instytucji na Facebooku.

(kw)

Buraczane powidła – olenderski specjał

Głównym surowcem do ich produkcji są buraki cukrowe. Sam proces wyrobu powideł jest procesem bardzo mozolnym i mało wydajnym, gdyż z około 100 kg buraków otrzymuje się tylko około 50 litrów soku, a z tego zaledwie około 8-10 litrów powideł. Z zalanej porcji musi wygotować się ponad 80% wody, by pozostał w kotle produkt o gęstości marmolady. Należy przy tym uważać, by nie gotować zbyt długo, aby nie powstał twardy karmel. Z samych buraków powidła są bardzo słodkie, dlatego Olendrzy, by tę słodycz złagodzić, dodawali do gotujących się powideł rozdrobnionej dyni lub jabłek. Powideł takich używa się najczęściej do smarowania chleba.

Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567

Europejskie Centrum Artystyczne im. Fryderyka Chopina w Sannikach

Historia i muzyka

Pałac w Sannikach, oddalonych od Płocka o ok. 30 km, to punkt obowiązkowy dla tych, którzy poszukują swoistej kombinacji historii, sztuki, poezji i muzyki. Noszące imię Fryderyka Chopina Europejskie Centrum Artystyczne to z jednej strony nowoczesna instytucja kulturalna, z drugiej zaś urokliwe miejsce, w którym z każdego zakątka płyną artystyczne inspiracje. Na zwiedzających czeka tam pięknie odrestaurowany pałac z przełomu XVIII i XIX wieku, w którym odbywają się koncerty, wystawy czasowe, warsztaty tematyczne i wiele więcej.



Fot. ECA w Sannikach

Pałac w Sannikach

Pałac w Sannikach to miejsce, które po prostu musicie odwiedzić. Coś dla siebie znajdą tu zarówno miłośnicy historii, jak i poszukiwacze atrakcji. Przez cały rok nie brakuje również cyklicznych wydarzeń kulturalnych. Warto się tu wybrać indywidualnie, z rodziną czy też ze zorganizowaną grupą. Podczas zwiedzania dowiecie się, jaką zbrodnię niegdyś tu popełniono, kim byli kolejni właściciele majątku, znanego pod nazwą „dobra sannickie", czy jakim cudem pałac wyszedł cało z wojennej zawieruchy.

Sekrety pod podłogą

W pałacowym budynku zachowały się oryginalne polichromie, które powstały pod koniec XVIII wieku i w ciągu pierwszych kilkudziesięciu lat XIX wieku. W 2017 roku na terenie parku były prowadzone badania archeologiczne, podczas których odkryto fundamenty XVIII-wiecznego dworu. Inne znalezisko to tunel podziemny, który znajduje się pod podłogą pałacu.

Zwieńczeniem badań archeologicznych z 2017 roku, prowadzonych przez Państwowe Muzeum Archeologiczne w Warszawie, jest wystawa „Co było przed pałacem? Czyli archeologia sannickiego parku". Odsłonięte wówczas relikty kamiennych fundamentów XVIII-wiecznego dworu można oglądać nieopodal głównego wejścia do pałacu. W sali ekspozycyjnej poddasza sannickiego pałacu prezentowane są zaś artefakty, wydobyte podczas prac wykopaliskowych.

Nierozerwalnym elementem wystawy na poddaszu pałacu jest część plenerowa, znajdująca się bezpośrednio przed pałacem, gdzie zwiedzający mogą obejrzeć pozostałości fundamentów XVIII-wiecznego dworu.

Warto dodać, że na terenie Zespołu Pałacowo-Parkowego im. Fryderyka Chopina w Sannikach znajdują się ogólnodostępne obiekty rekreacyjne. Parkowe alejki sprzyjają różnym formom aktywności, w zależności od pory roku. Dostępne są także boiska, w tym do tenisa ziemnego, siłownia zewnętrzna i plac zabaw. Kto zaś chciałby spędzić w tym niezwykle cichym, spokojnym miejscu np. cały weekend, ma możliwość zarezerwowania w pełni wyposażonego pokoju w Domu Pracy Twórczej.

Śladami młodego Chopina

Postacią nierozerwalnie złączoną z tym miejscem jest oczywiście patron Europejskiego Centrum Artystycznego, czyli Fryderyk Chopin. W majątku rodziny Pruszaków w Sannikach w 1828 roku wielki kompozytor spędził – jako młodzieniec – wakacje wraz ze swoimi szkolnymi przyjaciółmi, Konstantym i Olesią.

Pielęgnując pamięć o pobycie młodego Chopina w Sannikach, ECA organizuje koncerty w ramach cyklu „Chopin – Muzyka – Poezja", podczas których przy fortepianie zasiadają wybitni pianiści (w tym uczestnicy Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina), a aktorzy w mistrzowskiej interpretacji prezentują poezję.

Organizowane są tu także m.in. pokazy filmowe i multimedialne, przedstawienia teatralne i wystawy. W ofercie edukacyjnej są m.in. lekcje dotyczące życia Fryderyka Chopina i warsztaty tematyczne przybliżające tradycje ludowe, muzykę, gwarę i stroje z różnych stron Polski, w tym strój sannicki.

Najbliższe wydarzenia w ECA

10 maja (niedziela) o godz. 14:00 odbędzie się koncert z cyklu „Chopin – Muzyka – Poezja". Na jednej scenie spotkają się dwie wybitne osobowości świata kultury: Daniel Olbrychski – legenda polskiego kina i teatru, niezapomniany odtwórca ról w filmach Andrzeja Wajdy, aktor o międzynarodowej renomie, obdarzony charyzmą i niezwykłą siłą interpretacji, a także Łukasz Filipczak – pianista o międzynarodowej karierze, laureat prestiżowych konkursów, występujący na najważniejszych scenach Europy. Artysta znany z głębokiej wrażliwości i ekspresji, szczególnie inspirowany twórczością Fryderyka Chopina. Autor albumu „Chopin – Nocturnes" (2025), emitowanego w 11 krajach Europy.

Tego samego dnia o godz. 15.15 Pałac w Sannikach zaprasza na otwarcie wystawy „Wieża Babel" Andrzeja Walaska.

Dzięki wsparciu Samorządu Województwa Mazowieckiego Europejskie Centrum Artystyczne im. F. Chopina rozwija swoją ofertę, usprawnia i poszerza działalność, by jak najlepiej prezentować w Polsce i na świecie Mazowsze, region płocki, ziemię gostynińską, a wreszcie Sanniki.

Szczegółowe informacje m.in. na temat koncertów, imprez, warsztatów, pokoi gościnnych, wynajmu sal, rezerwacji terminów dla grup zorganizowanych, kupna biletów na koncerty znajdziecie na stronie **www.ecasanniki.pl**. **(kw)**

Teatr Dramatyczny im. Jerzego Szaniawskiego

Kulturalne centrum Płocka

Teatr Dramatyczny im. Jerzego Szaniawskiego w Płocku od dekad kształtuje kulturalny krajobraz miasta i regionu. Nie jest to wyłącznie miejsce wystawiania spektakli – to przestrzeń spotkania sztuki z widzem, prężnie działające centrum kultury, które odpowiada na potrzeby widzów w każdym wieku, inspiruje, edukuje i niezmiennie buduje tożsamość Płocka oraz całego regionu.



fot. Waldemar Lewandowski

„Ubu Król, czyli Polacy" – zdjęcie z próby spektaklu

Historia płockiego teatru jest imponująca i sięga aż 1812 roku. To właśnie wtedy, dzięki inicjatywie Rajmunda Rembielińskiego, zaadaptowano na scenę zrujnowany kościół Świętej Trójcy, czyniąc Płock jednym z pierwszych miast w Polsce posiadających własny teatr.

Choć wojna przerwała działalność instytucji i doprowadziła do zniszczenia budynku, idea teatru w Płocku przetrwała. Współczesny Teatr Dramatyczny powołano w 1974 roku, a jego uroczyste otwarcie nastąpiło rok później. Od 1980 roku nosi imię wybitnego dramaturga Jerzego Szaniawskiego.

Dla uczczenia jubileuszu 50-lecia zawodowej sceny przy Nowym Rynku rok 2025 ogłoszony został Rokiem Teatru Płockiego, którego obchody niedawno podsymowano. Instytucja została uhonorowana przez Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika zaszczytnym Medalem „Pro Masovia".

Teatr odpowiada na potrzeby bardzo różnorodnej publiczności. W każdym sezonie przygotowuje premiery obejmujące zarówno klasykę literatury polskiej i światowej, jak i współczesne dramaty, komedie czy spektakle dla dzieci. Dzięki temu jest miejscem, które łączy pokolenia i pozwala każdemu znaleźć coś dla siebie.

A ponieważ jego rola nie kończy się na prezentowaniu spektakli, aktywnie prowadzi też działalność edukacyjną, budując wrażliwość artystyczną i rozwijając kompetencje kulturowe widzów – od najmłodszych po dorosłych. Jest jedną z najczęściej odwiedzanych instytucji w ramach programu „Kulturalna szkoła na Mazowszu".

Co w bieżącym repertuarze?

W najbliższych tygodniach dojrzali widzowie mogą oglądać spektakle: „Ubu Król, czyli Polacy" (duża scena) oraz „Motyle są wolne" (scena kameralna, premiera 18 kwietnia). Nieco młodsi mogą przyjść na „Czarodziejskie krzesiwo".

Płocka inscenizacja sztuki „Ubu Król, czyli Polacy" w reżyserii Marka Mokrowieckiego to opis współczesnego archetypu władzy totalitarnej. Uniwersalny – pierwotny wzorzec postaci, który cechuje każdą nieświadomą zbiorowość, ukazany jest w sposób groteskowy, gdzie splatają się komizm z tragizmem, piękno z brzydotą charakterów. Bo tacy są główni bohaterowie, Tata Ubu i jego żona Mama Ubica, dążąca do władzy i bogactwa para. Reżyser szuka w nich analogii do współczesnego totalitaryzmu jako potwornej, płodnej idei, która degraduje porządek świata. W rolach głównych: Łukasz Mąka, Magdalena Tomaszewska, Adam Gradowski, Piotr Bała, Dorota Cempura.

„Motyle są wolne" - sztuka Leonarda Gershe, napisana w latach siedemdziesiątych XX wieku, opowiada historię młodego Dona, który marzy o własnej niezależności i pragnie wyrwać się spod opiekuńczych skrzydeł nadopiekuńczej matki. W tle tej opowieści pojawia się perspektywa samodzielnego życia oraz uczucie do roztrzepanej, wyzwolonej sąsiadki Jill — kobiety o równie złożonej przeszłości, która burzy uporządkowany dotąd świat bohatera.

Błyskotliwe dialogi oraz pełna humoru, a zarazem niepozbawiona zaskakujących zwrotów akcja sprawiają, że spektakl trafia do widzów w każdym wieku. Przedstawienie w reżyserii Dariusza Poleszaka-Hassa utrzymane jest w konwencji komedii romantycznej, której siłą pozostają lekkość i dowcip, niosące wielowymiarowy ładunek emocji oraz inspirujące pytanie o sens życia.

„Motyle są wolne" przypominają, że prawdziwa wolność rodzi się z akceptacji siebie i odwagi do życia na własnych zasadach. Obsada: Jakub Matwiejczyk, Magda Kuśnierz-Komarnicka, Magdalena Tomaszewska, Dariusz Poleszak-Hass.

Z kolei „Czarodziejskie krzesiwo" na motywach baśni Hansa Christiana Andersena to propozycja, która z pewnością przypadnie do gustu najmłodszym miłośnikom teatru lub tym, którzy teatr dopiero poznają.

Na scenie Teatru Płockiego pojawiają się także koncerty i spektakle gościnne. Już 25 kwietnia miłośnicy włoskich przebojów wezmą udział w widowisku muzycznym "Wszystkie Drogi Prowadzą do Rzymu – Sanremo na Bis", które przenosi publiczność w serce włoskiej estrady lat 70.–90 XX w. Dzień później (26 kwietnia) widzowie obejrzą spektakl „Pocztówki z Europy" – pełną absurdu komedię, która sprowokuje do odpowiedzi na pytanie: „Co jest lepsze: życie w trudnej do przyjęcia prawdzie, czy spokój, który przynosi ucieczka od realności?". A 4 czerwca na scenie zagości niezwykła niespodzianka dedykowana wszystkim mamom – koncert 10 Tenorów „Dla ciebie Mamo". To wyjątkowe muzyczne spotkanie, w którym artyści zabiorą publiczność w podróż przez klasykę i największe przeboje – od romantycznych arii po ponadczasowe hity.

Wizyta w Teatrze Dramatycznym im. J. Szaniawskiego to doświadczenie, które pozwala spojrzeć na rzeczywistość z innej perspektywy. A każde przedstawienie to niepowtarzalna, emocjonująca i angażująca forma wyrazu – otwarta na nowoczesność, a jednocześnie zakorzeniona w tradycji.

(kw)

Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567

Muzeum Romantyzmu w Opinogórze, Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie

Romantyzm i renesans

Na Mazowszu żyło i tworzyło wielu słynnych ludzi, o których czytamy dziś w podręcznikach i których dzieła na stałe weszły do kanonu kultury polskiej. Związane z postacią Zygmunta Krasińskiego Muzeum Romantyzmu w Opinogórze oraz Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie to dwa takie punkty na mapie naszego regionu, gdzie dowiemy się więcej o wybitnych przedstawicielach dwóch epok i choć na moment zanurzymy się w ich świecie. W muzealnych przestrzeniach i wśród otaczającej je przyrody odkryjemy, jak mocno twórczość literacka zakorzeniona jest w miejscu i czasie – i jak potrafi przetrwać wszystko.

Śladami wieszcza

Na spacer śladami Zygmunta Krasińskiego wybierzemy się w Opinogórze. Tamtejsze Muzeum Romantyzmu znajduje się na terenie rozległego parku krajobrazowego w stylu angielskim, w którym nie brak przytulnych zakamarków, kamiennych ławeczek i pomnikowych drzew. Główną atrakcją kompleksu jest neogotycki pałacyk z lat 40. XIX w., mieszczący stałą ekspozycję poświęconą Zygmuntowi Krasińskiemu. Nieopodal znajduje się budynek oficyny dworskiej, w którym organizowane są ekspozycje czasowe (prezentujące m.in. ród Krasińskich, ordynację opinogórską) oraz dwór, w którym można oglądać wystawę „Malarstwo i rzeźba w epoce romantyzmu".

W powozowni podziwiać można pojazdy konne, z kolei oranżeria służy zaś organizacji konferencji, koncertów oraz ekspozycji multimedialnych. Młodym turystom przyjemność sprawi także wizyta w zabudowaniach folwarcznych mieszczących m.in. bogatą ptaszarnię. Oprócz pamiątek związanych z historią rodziny Krasińskich muzeum gromadzi kolekcję z epoki napoleońskiej, w tym przedmioty należące do samego Bonapartego. W parku znajduje się jedyny w Polsce pomnik Zygmunta Krasińskiego, zaś jego ciało spoczywa w kościele niedaleko jednej z głównych bram.

Na Muzeum Romantyzmu składa się kilka obiektów usytuowanych na terenie 22-hektarowego parku. Są to: neogotycki pałacyk z lat 40. XIX w., mieszczący stałą ekspozycję poświęconą Zygmuntowi Krasińskiemu; neogotycki budynek oficyny dworskiej, w którym organizowane są ekspozycje czasowe; wzniesiony w oparciu o projekt Józefa Gałęzowskiego sprzed stu lat dwór, w którym można oglądać wystawę „Malarstwo i rzeźba w epoce romantyzmu"; powozownia mieszcząca ekspozycje „Pojazdy Konne" oraz „Europejskie Tradycje Polowań Konnych"; oranżeria z salą konferencyjno-koncertową i ekspozycją multimedialną; zabudowania folwarczne, mieszczące zaplecze edukacyjne, stajnię i ptaszarnię.

Muzeum gromadzi pamiątki związane z historią rodziny Krasińskich, ze szczególnym uwzględnieniem Zygmunta Krasińskiego (1812-1859), dramatopisarza (autora „Nie-Boskiej Komedii", 1835) i poety, którego obszerna korespondencja jest dziś uznawana za szczytowe osiągnięcie polskiej epistolografii romantycznej.

W muzeum gromadzone są też pamiątki epoki napoleońskiej. Tradycyjnie temat ten zajmował poczesne miejsce w siedzibach opinogórskiej gałęzi rodu Krasińskich, od czasu udziału ojca poety, Wincentego, jako dowódcy pułku szwoleżerów w kampanii napoleońskiej.

Najciekawsze eksponaty w Muzeum to teczka Napoleona zabrana przez Kozaków podczas przeprawy przez Berezynę; portret Zygmunta Krasińskiego malowany przez jego żonę Elizę (Elżbietę) z Branickich Krasińską; drzewo genealogiczne rodu Krasińskich – miedzioryt odbity na jedwabiu z 1722 r.; siedem portretów Krasińskich; marmurowe popiersie gen. Wincentego Krasińskiego – dzieło F. Bosio z 1808 r.; dwie empirowe biblioteczki z księgozbiorem francuskim z XVII i XVIII wieku złożonym z dzieł literackich, historycznych i filozoficznych. W księgozbiorze Muzeum znajdują się także wczesne wydania utworów Krasińskiego, jak również korespondencja, zbiory grafik i map.

Poza terenem parku można zwiedzać kościół z kryptą grobową, w której pochowany jest Zygmunt Krasiński, jego rodzice i dzieci. W kościele znajduje się nagrobek



Fot. archiwum Muzeum Romantyzmu w Opinogórze

Wnętrze jednej z sal ekspozycyjnych w neogotyckim pałacyku w Opinogórze

Marii z Radziwiłłów Krasińskiej, matki poety, przedstawiający kobietę błogosławiącą syna, oraz płaskorzeźby synów poety.

W parku nieopodal dworu znajduje się (odsłonięty w 1989 r.) jedyny w Polsce pomnik Zygmunta Krasińskiego, przedstawiający poetę siedzącego w fotelu. Autorem rzeźby jest Mieczysław Welter. W parku stoi również marmurowa ławeczka, wykonana w 1832 r. na zamówienie Amelii Załuskiej, pierwszej muzy Zygmunta Krasińskiego, z wykutym napisem „Niech pamięć moja zawsze ci będzie miła". Według relacji gości odwiedzających Opinogórę każdy, kto siądzie na tej ławeczce, zakocha się.

Szczególnego uroku to miejsce nabiera wiosną, kiedy park budzi się do życia i zamienia w prawdziwie romantyczną scenerię. Świeża zieleń, rozkwitające drzewa i miękkie światło przesączające się między gałęziami tworzą niemal filmowy klimat – idealny na spokojny spacer, ale też na uchwycenie wyjątkowych kadrów. To właśnie wtedy miejsce to odsłania swoje najbardziej malownicze oblicze, a każdy zakątek – od kamiennych ławeczek po alejki wijące się między starodrzewem – aż prosi się o zatrzymanie chwili na zdjęciu.

Muzeum prowadzi szeroko zakrojoną działalność wystawienniczą, edukacyjną i popularyzatorską, organizuje koncerty muzyki poważnej, spotkania poetyckie, sesje naukowe, lekcje muzealne, konkursy, wydaje materiały reklamowe, katalogi i przewodniki.

W najbliższym czasie (26 kwietnia) w Oranżerii odbędzie się kolejne spotkanie poetyckie z cyklu „Skarbnica Poezji", podczas którego zaprezentowana zostanie twórczość Wojciecha Kowalskiego, poety od lat mieszkającego i tworzącego w Opinogórze. Dopełnieniem wydarzenia będzie recital fortepianowy Jana Widlarza – młodego pianisty, uczestnika XIX Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina, który swoją interpretacją muzyki doby romantyzmu z pewnością zapewni słuchaczom niezwykły charakter spotkania.



fot. archiwum Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie

Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie

Czarnoleski poeta, europejski twórca

Jest takie miejsce, które dla polskiej literatury ma znaczenie niemal symboliczne. Czarnolas – miejscowość, o której słyszał chyba każdy, nieodłącznie związana z postacią Jana Kochanowskiego, wybitnego poety, tłumacza i dramaturga okresu renesansu.

Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie to nie tylko przestrzeń ekspozycyjna, ale przede wszystkim żywa opowieść o twórcy uznawanego za najwybitniejszego poetę staropolskiego, który w istotny sposób wpłynął na rozwój naszego języka i wyniósł poezję w języku polskim na europejski poziom. Jego „Treny", „Fraszki" czy „Odprawa posłów greckich" należą do najważniejszych osiągnięć w historii literatury polskiej. Muzeum mieści się w klasycystycznym dworze Jabłonowskich z XIX wieku, zaprojektowanym przez architekta Jakuba Kubickiego. Budynek, odbudowany po pożarze na początku XX wieku, do dziś zachwyca elegancją i harmonijną formą, stanowiąc godną oprawę dla historii jednego z najwybitniejszych twórców renesansu.

Ekspozycja „Jan Kochanowski – duch miejsca, klimat epoki" ukazuje czarnoleskiego poetę jako europejskiego twórcę, odwołującego się do wzorów basenu Morza Śródziemnego (łacińskie „Elegie", tłumaczenie „Iliady" Homera, „Odprawa posłów greckich") i chrześcijańskich korzeni jego artystycznej wizji świata („Psałterz Dawidów", Pieśń XXV).

W swojej wymowie poznawczo-dydaktycznej wystawa odwołuje się do zachowanych artefaktów przeszłości i autentycznego, historycznego miejsca (drzwi z jego zabudowy dworskiej, czarnoleski, kurdybanowy fotel, lapidaria z sycyńskiej kaplicy rodowej, folwark – graficzna i przestrzenna próba odtworzenia) oraz pielęgnacji tradycji narodowej, sięgającej XVI wieku. Ważną osią jest „Psałterz Dawidów" jako najważniejszy sukces literacki geniuszu poetyckiego Jana Kochanowskiego. Jednym z głównych celów jest pokazanie w różnych przejawach artyzmu poetyckiego jego dzieł.

Dzięki multimediom możemy poczuć się jak goście w dawnym dworze Kochanowskiego. Klikając na mapę, dotrą do miejsc, z którymi poeta był związany w trakcie swojej nauki, podróży czy działalności publicznej, a specjalne efekty dźwiękowe przywołują atmosferę życia rodzinnego w czarnoleskim dworze.

Ciekawą ekspozycją jest także „Czarnolas na starych fotografiach", na której prezentowane są wybrane zdjęcia czarnoleskiego domu Jana Kochanowskiego – dóbr, które w XX wieku przebyły dynamiczne zmiany własnościowe. Te przemiany uchwyciły znakomicie zdjęcia.

Oprócz stałej działalności wystawienniczej Muzeum Jana Kochanowskiego w Czarnolesie zaprasza na wydarzenia specjalne – m.in. koncerty i spektakle. W najbliższym czasie (26 kwietnia) placówka zaprasza na koncert „Jeszcze nie UMiERamy... – niezapomniane przeboje Magdy Umer", będący hołdem dla niezapomnianej artystki i jej imponującego dorobku artystycznego. W programie wybrzmią najpiękniejsze piosenki, takie jak „Koncert jesienny", „Oczy tej małej" czy „Jeszcze w zielone gramy", które, prezentowane w subtelnych, akustycznych aranżacjach na wokal i fortepian, pozwalają słuchaczom na prawdziwie sentymentalną podróż w czasie. To niezwykła, muzyczna opowieść o kruchości, ironii i nadziei, splecione z minimalistyczną formą prezentacji, eksponującą poetycką głębię wybitnych tekstów autorstwa Jeremiego Przybory, Agnieszki Osieckiej czy Wojciecha Młynarskiego.

10 maja Muzeum zaprasza na monodram Doroty Landowskiej na motywach książki Angeliki Kuźniak „Stryjeńska. Diabli nadali". Spektakl „Stryjeńska. Let's dance, Zofia" został oparty na dramatycznych losach Zofii Stryjeńskiej, najbardziej znanej – obok Tamary Łempickiej – polskiej plastyczki dwudziestolecia międzywojennego, przedstawicielki art deco.

Warto wspomnieć również o promowaniu przez Muzeum twórczości poetyckiej. W tym roku organizowana jest już V edycja Ogólnopolskiego Konkursu Poetyckiego „debiutJana" na debiutancki tomik poetycki Czarnolas 2026. Celem konkursu jest popularyzowanie poezji współczesnej, wspieranie twórców – debiutantów, którzy nie opublikowali dotąd własnej książki poetyckiej, propagowanie poezji ambitnej, trudnej, rozbudzenie zainteresowań twórczością poetycką, popularyzacja twórczości literackiej, rozpoznanie możliwości twórczego wykorzystywania języka polskiego.

Finał Konkursu odbędzie się 21 czerwca 2026 roku w siedzibie organizatora, czyli w Muzeum J. Kochanowskiego w Czarnolesie, w trakcie Festiwalu Poezji. Prace można nadsyłać drogą e-mailową do 5 maja 2026 r. do godz. 24.00 (decyduje data wpływu maila na adres mailowy). Szczegółowe informacje na temat zasad konkursu znajdują się w regulaminie dostępnym na stronie internetowej Muzeum (**https://muzeumkochanowski.pl/**).

Opr. (kw)

Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567

Dwa miasta, które warto poznać lepiej

Mazowsze to nie tylko Warszawa. Na mapie naszego województwa znajdują się miasta, które zdecydowanie warto odwiedzić i poznać ich historię. Choć Żyrardów i Siedlce dzieli prawie 150 km, to każde z nich jest częścią mazowieckiego dziedzictwa. Z pozoru odległe i niczym ze sobą nie powiązane, ale łączy je jedno – w obu doświadczymy mazowieckiej różnorodności.



Fot. archiwum Muzeum Lniarstwa im. Filipa de Girarda

W Muzeum Lniarstwa zwiedzający odkryją historię przemysłu włókienniczego

Żyrardów – gdzie widać ducha rewolucji przemysłowej

Zwiedzanie Żyrardowa to propozycja szczególnie atrakcyjna dla pasjonatów techniki i architektury czasów rewolucji przemysłowej – epoki maszyny parowej, pozytywizmu, dynamicznego kapitalizmu oraz kształtujących się równolegle ruchów emancypacyjnych i wolnościowych. Żadne inne osiedle fabryczne w Polsce nie powstawało z takim rozmachem jak osada fabryczna w Żyrardowie. Najwięcej śladów pozostawił po sobie Karol Dittrich junior – fabrykant, który realizował w praktyce idee popularnego w tamtej epoce pozytywizmu.

W Żyrardowie warto odwiedzić Muzeum Lniarstwa im. Filipa de Girarda (od którego zresztą wywodzi się nazwa miasta). Jest ono częścią zabytkowego kompleksu żyrardowskiej XIX-wiecznej osady fabrycznej, uznanej za pomnik historii, czyli najwyższą formę ochrony zabytków w Polsce. To tu, dziesiątki lat temu powstawały najpiękniejsze lniane obrusy, serwety i tkaniny barwnie zdobione modnymi ówcześnie printami. Dziś znajdująca się we wnętrzach budynku wystawa pn. „Tkane sita", dedykowana oddziałowi drukarni żyrardowskich Zakładów Lniarskich, to największy w Polsce zbiór wielkoformatowych szablonów sitodrukowych służących niegdyś do farbowania tkanin. Monumentalne, postindustrialne przestrzenie Muzeum Lniarstwa wyróżniają się surową formą, ukazując realizm fabryki z lat 80. Spuściznę przemysłu włókienniczego i poszczególnych działów dawnych Zakładów podziwiać można na prezentowanych wystawach.

Jak informuje Muzeum, w jego zbiorach znajduje się kilkadziesiąt zabytkowych maszyn stanowiących ciąg technologiczny ukazujący najważniejsze elementy procesu obróbki surowca i produkcji lnianych tkanin. Wśród nich krosno, na którym pobito rekord Guinnessa na najdłuższy obrus na świecie, jedyny w Polsce park sprawnych krosien żakardowych z przystawką Verdola, dwa wielkogabarytowe snowadła taśmowe, czy też kolekcja zdobniczych maszyn krawieckich. Większość z nich pochodzi z lat 70. i 80. XX wieku, ale w zbiorze są także unikaty, pochodzące z początku XX wieku. Dzięki kolekcji oryginalnych eksponatów Muzeum przywołuje pamięć o czasach, kiedy żyrardowska fabryka pracowała pełną parą, zatrudniając od 5 do 9 tysięcy pracowników.

Ciekawym faktem jest, że po przejęciu w 2020 roku szesnastu zabytkowych krosien żakardowych udało się wznowić produkcję lnianych tkanin w Żyrardowie. Reaktywowane po upadku Zakładów Lniarskich stare maszyny tkackie uruchamiane są dziś w sezonie letnim w celach pokazowych, a reprodukowane desenie to spuścizna wzornictwa z lat 60. i 70. XX wieku. Jednym z priorytetów działania Muzeum jest podjęcie współpracy z dawnymi pracownikami żyrardowskiej fabryki. Dzięki



Fot. archiwum Muzeum Diecezjalne w Siedlcach

Najsłynniejszy eksponat – „Ekstaza św. Franciszka" El Greco

ich zaangażowaniu muzeum realizuje program edukacyjny poszerzania wiedzy i kompetencji w zakresie ginących zawodów.

Muzeum Lniarstwa można zwiedzać indywidualnie lub zbiorowo. Podczas zorganizowanej wycieczki w grupie powyżej 10 osób zwiedzający poznają proces obróbki lnu, od rośliny do gotowego produktu, zgłębiając wiedzę na temat pracy w poszczególnych działach fabryki. W sezonie letnim w celach pokazowych uruchamiane jest także krosno żakardowe w muzealnej manufakturze tkackiej. Zwiedzanie kończy się wizytą w Industrialnej Zagrodzie ze zwierzętami, będącej integralną częścią Muzeum Lniarstwa. Czas trwania wycieczki dostosowany jest do wieku uczestników i wynosi zazwyczaj od 30 do 90 minut.

Turyści indywidualni, jak również grupy zorganizowane mają możliwość samodzielnego zwiedzania obiektu. Wszystkie ekspozycje zawierają szczegółowe tablice informacyjne w języku polskim i angielskim. Zwiedzający mają do dyspozycji 7 ekspozycji opisujących proces obróbki lnu. Zwiedzanie indywidualne nie wymaga wcześniejszej rezerwacji ani wcześniejszego zakupu biletu.

Co warte dodania, Muzeum Lniarstwa dysponuje także systemem 20 bezpłatnych audioprzewodników z trzema ścieżkami zwiedzania: ścieżka podstawowa w języku polskim dla starszej młodzieży i osób dorosłych; ścieżka podstawowa w języku angielskim; ścieżka rodzinna w języku polskim dla dzieci i ich rodziców. Warto pamiętać, że odbiorniki dostępne są w ograniczonej ilości. Istnieje możliwość zarezerwowania odbiorników w konkretnym terminie.

Siedlce – tu, gdzie swoje miejsce znalazł św. Franciszek

Choć Siedlce często pozostają w cieniu większych miast Mazowsza, to właśnie ich spokojny charakter, bogata historia i zaskakująca liczba atrakcji sprawiają, że są idealnym kierunkiem na weekendowy wypad lub dłuższy, bardziej refleksyjny pobyt. To miejsce, w którym przeszłość spotyka się z teraźniejszością, a kultura nie jest dodatkiem, lecz fundamentem miejskiej tożsamości.

Z dziejami tego miasta nierozerwalnie wiąże się postać Aleksandry Ogińskiej, która pod koniec XVIII stulecia została właścicielką Siedlec i wywarła ogromny wpływ na ich rozwój. To właśnie z jej inicjatywy rozbudowano pałac przy ulicy Konarskiego. Rezydencja ta, za czasów księżnej słynąca z organizowanych spektakli teatralnych, koncertów i wieczorów literackich, przyciągała elitę artystyczną Rzeczypospolitej Obojga Narodów. W pobliżu pałacu warto zwrócić uwagę na kaplicę pod wezwaniem Świętego Krzyża, otoczoną kolumnami w stylu toskańskim. Dla wielu mieszkańców uchodzi ona za jeden z najpiękniejszych zabytków miasta. Jej projekt stworzył Zygmunt Vogel. Do krypty, w której spoczywa księżna Ogińska, prowadzi boczne wejście ozdobione jej inicjałami.

W Siedlcach działa Muzeum Regionalne im. Mieczysława Asłanowicza, w którym znajduje się prawie 17.000 obiektów z zakresu: archeologii, sztuki, numizmatyki, etnografii, historii, fotografii archiwalnej i historii wojskowości. Od czasu swojego powstania (w 1928 roku) jego siedziba mieści się w najbardziej charakterystycznej dla miasta budowli – ratuszu miejskim. Wzniesiono go w latach 1763-1773 z inicjatywy ówczesnych właścicieli miasta – książęcej rodziny Czartoryskich herbu „Pogoń". Reprezentuje typ ratusza handlowego charakterystycznego dla miast prywatnych. Jest jednym z piękniejszych przykładów tego typu budownictwa w Polsce, a dodatkowo wyróżnia się figurą Atlasa (zwanego przez siedlczan „Jackiem"), zdobiącą obeliskowy hełm wieży ratuszowej. Budowla stanowi centrum dużego reprezentacyjnego placu miejskiego i jest ważną częścią przemyślanego układu urbanistycznego zrealizowanego w całości w drugiej połowie XVIII wieku. Niestety nie udało się jednoznacznie wskazać projektodawcy tego układu urbanistycznego i architekta ratusza. Wśród hipotetycznych twórców tej budowli wymienia się Jana Zygmunta Deybla (zm. w 1752 r.) i Karola Bogumiła Schütza (1741-1818).

Muzeum Regionalne zaprasza zwiedzających do oglądania ekspozycji stałych (prezentujących dzieje Siedlec i podsiedleckiej wsi, jak i kolekcję sztuki polskiej) i czasowych – 24 kwietnia odbędzie się wernisaż wystawy „Ludomir Benedyktowicz. 100-lecie śmierci", Ludomir Benedyktowicz był polskim malarzem oraz uczestnikiem powstania styczniowego, którego życie jest jednym z najbardziej poruszających przykładów siły charakteru i determinacji w historii polskiej sztuki.

Ale na tym nie koniec atrakcji w Siedlcach, warto bowiem zajrzeć także do Muzeum Diecezjalnego, gdzie prezentowane jest dzieło słynnego artysty El Greco – „Ekstaza św. Franciszka" (dodajmy, że jest to jedyne eksponowane w Polsce dzieło tego pochodzącego z Krety malarza). Oprócz tego w zbiorach siedleckiego Muzeum Diecezjalnego zobaczymy naczynia i szaty liturgiczne, starodruki oraz rzeźby.

Do zobaczenia nie tylko w weekend

Zwiedzanie Żyrardowa i Siedlec pozwala dostrzec dwa różne, lecz równie fascynujące oblicza dziedzictwa Mazowsza – jedno zakorzenione w dynamicznej epoce rewolucji przemysłowej, drugie w bogatej tradycji miejskiej, arystokratycznej i duchowej. Oba miasta tworzą spójną opowieść o Mazowszu – od fabrycznych hal i maszyn, przez arystokratyczne salony i miejskie place, aż po sztukę i sacrum, które do dziś kształtują tożsamość regionu.

(kw)

Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567

Zamki Mazowsza – Czersk, Liw, Ciechanów

Rycerze, legendy i niezwykłe kobiety

Wśród spokojnych, nizinnych krajobrazów Mazowsza znajdziemy miejsca, gdzie historia kryje się w starych murach, legendach i muzealnych opowieściach. Zamki w Czersku, Liwie i Ciechanowie to coś więcej niż pozostałości po odległych czasach – to żywe centra kultury, które na nowo opowiadają dzieje regionu. I doskonałe miejsca do zwiedzania – zwłaszcza dla zafascynowanych średniowieczem.

Zamek w Czersku i duch królowej Bony

Położony nad doliną Wisły zamek w Czersku jest jedną z najstarszych i najważniejszych warowni Mazowsza. W średniowieczu pełnił funkcję strategicznej twierdzy broniącej szlaków handlowych i granic księstwa. Dziś jest przestrzenią działań kulturalnych i edukacyjnych. Organizowane są tu turnieje rycerskie, rekonstrukcje historyczne oraz wydarzenia plenerowe, które pozwalają zwiedzającym przenieść się w czasy książąt mazowieckich. To miejsce szczególnie lubiane przez miłośników historii „na żywo" – takiej, którą można zobaczyć, usłyszeć, a nawet dotknąć.

Z zamkiem wiąże się legenda o powracającym w jego mury duchu królowej Bony – włoskiej księżniczki, która w 1518 roku została żoną polskiego króla Zygmunta I Starego. Dziś z pewnością możemy określić ją mianem postaci fascynującej – nie była to cicha i pokorna białogłowa. Bona była ambitna, wykształcona, bezkompromisowa, nie traktowała Czerska wyłącznie jako odległej posiadłości. Wręcz przeciwnie – dbała o jego rozwój, inwestowała w rolnictwo i porządkowała system zarządzania. To właśnie dzięki jej działaniom królewszczyzny zaczęły przynosić znacznie większe dochody. Wprowadzała nowoczesne jak na tamte czasy metody gospodarowania, wzorowane częściowo na rozwiązaniach znanych z jej rodzinnych Włoch. Jak głosi popularna opowieść, na widok żyznej gleby i nasłonecznionego podnóża czerskiego zamku postanowiła zainwestować w założenie w tym miejscu winnicy. Według legendy to właśnie Bona własnoręcznie posadziła tu pierwsze krzewy winorośli. Co prawda wzmianki o uprawie winorośli na słonecznych wzgórzach czerskich pojawiają się w źródłach już wcześniej, jednak to winnice królowej Bony okryły się sławą, która przyćmiła działania poprzedników.

Jednak jej sława nie podobała się wszystkim. Bona była skłócona z własnym synem i otoczona niechęcią dworu. Według legendy, kiedy nadszedł czas jej ostatecznego wyjazdu z Polski, pewnej bezksiężycowej nocy, gdy upojeni winem strażnicy zapadli w sen, królowa miała ukryć w starej, zamkowej studni ciężkie skrzynie wypełnione złotymi dukatami i rodowymi klejnotami. Wszystko po to, by majątek nie trafił w ręce jej przeciwników. I rzekomo do dziś duch królowej pojawia się w ruinach twierdzy, by dalej pilnować swoich dawnych skarbów, ukrytych gdzieś w zamkowych podziemiach. Choć trudno doszukiwać się w tych historiach faktów, bez wątpienia świadczą one o tym, jak silnie postać królowej zakorzeniła się w lokalnej tradycji.

W długi majowy weekend (1-3 maja) zamek zaprasza na spotkanie z jego epoką – średniowieczem widzianym nie tylko przez pryzmat wielkiej polityki, ale też codzienności. W zamkowych murach będzie można sprawdzić, jak wyglądały dawne rozrywki i wyzwania. Na odwiedzających czekać będzie m.in. tor przeszkód, gry zręcznościowe oraz zadania inspirowane życiem mieszkańców średniowiecznego grodu, a także możliwość wejścia w rolę rycerza – przymierzenia kolczugi, założenia hełmu czy wzięcia do ręki miecza i tarczy. To okazja, by na chwilę stać się poddanym księcia i spojrzeć na świat jego oczami.

W czerskiej twierdzy od wielu lat odbywają się również turnieje rycerskie. Najbliższy – XV Turniej Rycerski na Zamku w Czersku, w którym udział weźmie ponad 200 rekonstruktorów, odbędzie się w dniach 23 i 24 maja. W programie zaplanowano mnóstwo atrakcji, m.in. pokazy konne Xiążęcej Drużyny, pojedynki ciężkozbrojnych rycerzy, starcia pocztowe – walki lekkozbrojnych giermków, turniej łuczniczy oraz inscenizacje starć z czasów rozbicia dzielnicowego. Z bardziej pokojowych prezentacji: warsztaty takich rzemieślników działających od stuleci jak kowal, snycerz, cieśla czy garncarz. Nie zabraknie też strawy dla ducha i ciała – muzyki dawnej oraz karczmy z jadłem i napitkami.



Fot. archiwum Zamek Książąt Mazowieckich w Czersku

Na Zamku w Czersku organizowane są turnieje rycerskie, które przyciągają wielu pasjonatów historii

Zamek w Liwie i legenda Żółtej Damy

Zamek w Liwie, choć zachowany jedynie częściowo, należy do najbardziej klimatycznych miejsc na Mazowszu. W jego murach działa Muzeum Zbrojownia na Zamku w Liwie, które gromadzi imponującą kolekcję militariów – od średniowiecznych hełmów po broń z czasów wojen światowych. Ekspozycje są tu prowadzone w sposób angażujący – nie tylko prezentują zabytki, ale też opowiadają o kulturze rycerskiej, dawnych bitwach i przemianach wojskowości. Muzeum organizuje lekcje muzealne i wydarzenia edukacyjne.

Najsłynniejsza z nich opowiada o Żółtej Damie – duchu niesłusznie skazanej kobiety, który ponoć do dziś pojawia się w zamkowych wnętrzach. A było to tak... Dawno temu warownią w Liwie zarządzał dobry i hojny kasztelan. Kochał on swoją żonę Ludwikę, a ona odwzajemniała jego uczucie. Ich szczęście wzbudzało jednak zazdrość innych. Pewnego dnia kasztelan podarował żonie kosztowny pierścień z brylantem, lecz klejnot szybko zaginął. Na pocieszenie zamówił drugi – ten również przepadł. Rozgniewany i podejrzliwy, wręczył Ludwice trzeci pierścień, traktując go jako próbę jej wierności. Gdy i on zniknął, kasztelan oskarżył żonę o zdradę. Kobieta stanęła przed sądem i została skazana na śmierć. Mimo próby ocalenia w postaci „sądu bożego", wyrok wykonano – Ludwika zginęła, do końca zapewniając o swojej niewinności. Dopiero miesiąc później odkryto prawdę. W gnieździe sroki znaleziono wszystkie trzy pierścienie. To ptak był winny ich zniknięcia. Kasztelan, dręczony wyrzutami sumienia, rzucił się z wieży i zginął. Od tamtej pory, według legendy, po ruinach Zamek w Liwie błąka się duch Ludwiki, zwanej Żółtą Damą, niewinnej ofiary, która do dziś szuka sprawiedliwości i ukojenia.

Z zamkiem wiąże się też inna ciekawa historia – prawdziwa, choć nieprawdopodobna. Po 1918 roku ruiny zamku w Liwie zostały upaństwowione, a w latach 30. podjęto pierwsze próby ich remontu. W 1942 roku niemieckie władze okupacyjne zaczęły rozbierać zamek na potrzeby budowy obozu zagłady w Treblince. Wtedy do akcji wkroczył młody archeolog Otto Warpechowski, który przekonał Niemców, że zamek jest krzyżacki, dzięki czemu zamiast rozbiórki rozpoczęto jego odbudowę, i to finansowaną przez III Rzeszę! W ciągu dwóch lat uzupełniono mury, zabezpieczono wieżę i uporządkowano teren, a także zorganizowano wystawę archeologiczną. Roboty nadzorował Warpechowski za wiedzą władz polskiego państwa podziemnego. W 1944 roku Warpechowski zaczął ukrywać się przed Niemcami, którzy zaczęli wątpić w rzekomo krzyżacką historię zamku. W 1945 zginął jako żołnierz II Armii WP. Odbudowę zamku zakończono w 1961 roku dzięki staraniom lokalnej społeczności, a w 1963 roku utworzono tu muzeum dawnego oręża, nawiązujące do militarnej historii Liwa.

Muzeum Zbrojownia na Zamku w Liwie organizuje cykliczne wydarzenia, takie jak turnieje rycerskie czy festiwal „W zamkowej kuchni na Szlaku Książąt Mazowieckich". A oprócz stałych ekspozycji można tam też zwiedzać wystawy czasowe.

Zamek w Ciechanowie i zakochany paź

Pasjonatom historii i wszystkim, którzy chcą dowiedzieć się więcej o Mazowszu sprzed wieków, z pewnością spodoba się też wizyta w ciechanowskim Muzeum Szlachty Mazowieckiej. Jak podkreślają muzealnicy, misją tej instytucji jest prowadzenie badań, gromadzenie, opracowywanie i upowszechnianie dziedzictwa kulturowego Północnego Mazowsza, ze szczególnym uwzględnieniem tradycji szlacheckich. Aby „posmakować'' barwnej historii mazowieckiej szlachty oraz całego historycznego księstwa, warto odwiedzić oddział Muzeum – Zamek Książąt Mazowieckich. Stąpając po zamkowych komnatach, poznamy historię Księstwa Mazowieckiego – od Konrada, aż do wygaśnięcia dynastii w szesnastym wieku i wcieleniu do Polski (1526). Zwiedzający mogą przyjrzeć się także mieczom i innemu uzbrojeniu, podziwiać kunszt autentycznej rycerskiej zbroi, czy zobaczyć aranżację średniowiecznego więzienia. Na koniec poznać – i trochę się przestraszyć – dwunogiego smoka mazowieckiego oraz pojawiającego się znikąd czarnego psa, który podobno od wieków strzeże książęcego skarbu.

Zamek Książąt Mazowieckich w Ciechanowie to jeden z najlepiej zachowanych przykładów gotyckiej architektury obronnej na Mazowszu. Jego budowę rozpoczęto w XIV wieku z inicjatywy książąt mazowieckich, a przez wieki pełnił zarówno funkcje militarne, jak i rezydencjonalne. Dziś mieści się tu oddział Muzeum Szlachty Mazowieckiej, które prezentuje historię regionu w nowoczesny i często zaskakujący sposób. Szczególną uwagę przyciągają wystawy oparte na wynikach badań archeologicznych – pokazujące, jak wiele wcześniejszych ustaleń historycznych wymagało rewizji. To miejsce nie tylko opowiada o przeszłości, ale też ją odkrywa – niemal na oczach zwiedzających. Dzięki nowym badaniom udało się ustalić, że zamek ma jeszcze starsze korzenie, sięgające XIII wieku, co zmienia sposób patrzenia na historię całego regionu.

Z obiektem wiąże się legenda o włoskim paziu, który zapałał uczuciem do księżnej Anny Danuty, małżonki księcia Janusza I. Według legendy na zamek przybyło poselstwo z Włoch. W jego orszaku znajdował się młody paź, chłopak o wrażliwej naturze, który niemal od pierwszego wejrzenia zakochał się w księżnej. Młodzieniec zaczął pisać dla niej miłosne wiersze i nocami śpiewał pod jej oknami pieśni pełne uwielbienia. Wieść o jego zachowaniu szybko dotarła do księcia. Surowy i dbający o swój autorytet Janusz I uznał to za zniewagę i kazał uwięzić młodzieńca w jednej z zamkowych wież. W tej historii pojawia się jednak także drugi, bardziej ludzki wymiar. Księżna Anna Danuta, poruszona losem zakochanego pazia, nie pozostała obojętna. Według przekazów postanowiła mu pomóc, ryzykując gniew męża i własne bezpieczeństwo.

Dalsze losy młodzieńca nie są jednoznacznie znane, różne wersje legendy sugerują jego ucieczkę (w której pomogło mu narzędzie ukryte przez księżną w bochenku chleba) lub tragiczny koniec. Niezależnie od zakończenia, opowieść ta przetrwała jako symbol zakazanej miłości i odwagi, ale też przypomnienie, że średniowieczne zamki były nie tylko miejscami polityki i władzy, lecz również sceną bardzo ludzkich emocji. Legenda o włoskim paziu do dziś dodaje romantycznej i nieco melancholijnej atmosfery ruinom ciechanowskiej warowni.

500 lat minęło...

Mazowsze zostało włączone do Korony Królestwa Polskiego w 1526 r. Wcześniej, po rozbiciu dzielnicowym, uzyskało pewną samodzielność i dzięki rządom książąt mazowieckich przez trzy wieki rozwijały się na jego terenie handel i rzemiosło. W owym czasie powstały m.in. Ciechanów, Czersk i Liw, a w nich zamki warowne stanowiące ochronę dla miejscowej ludności. Po bezpotomnej śmierci ostatnich książąt mazowieckich Stanisława i Janusza III: księstwo na prawie lennym zostało włączone do Królestwa Polskiego.

W roku, w którym obchodzimy 500-lecie włączenia Mazowsza do Korony – wydarzenia symbolicznie domykającego historię niezależnego księstwa – spojrzenie na mazowieckie zamki w Czersku, Liwie i Ciechanowie ma wyjątkowe znaczenie. To właśnie takie warownie były świadkami przemian politycznych, ale też codzienności ludzi, którzy tę historię tworzyli. Dziś, odwiedzając je, nie tylko poznajemy dzieje regionu, lecz także wchodzimy w przestrzeń pamięci, gdzie fakty splatają się z legendą, a przeszłość wciąż przemawia do wyobraźni kolejnych pokoleń.

To nie tylko świadectwa burzliwej historii regionu, ale też miejsca, w których przeszłość wciąż żyje w opowieściach o miłości, ambicji i tragicznych wyborach. Od silnej i bezkompromisowej królowej Bony, przez niesprawiedliwie osądzoną Ludwikę, aż po zakochanego w księżnie Annie Danucie włoskiego pazia – każda z tych historii odsłania bardziej ludzkie oblicze dawnych czasów, przypominając, że za grubymi murami toczyło się życie pełne emocji, namiętności i dramatów.

(kw)

Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567



Publikacja opracowana na zamówienie Samorządu Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl 77757f9567

Groźne dachowanie w gminie Gostynin

Miał ponad 3 promile i jechał ciągnikiem

46-letni mieszkaniec powiatu gostynińskiego kierując ciągnikiem rolniczym marki Zetor zderzył się ze Skodą prowadzoną przez 42-letniego mężczyznę. Jak ustalili policjanci, kierowca ciągnika był pijany – miał ponad 3 promile alkoholu w organizmie, a dodatkowo prowadził pojazd mimo dwóch obowiązujących sądowych zakazów oraz cofniętych uprawnień.

Do tego zdarzenia doszło w sobotę, 11 kwietnia ok. godz. 14 w miejscowości Zaborów Stary (gm. Gostynin).

- 46-letni kierowca ciągnika z obrażeniami niezagrażającymi życiu został przewieziony do szpitala. Policjanci z Komendy Powiatowej Policji w Gostyninie prowadzą dalsze czynności w tej sprawie – mówi mł. asp. Paweł Klimek z Komendy Powiatowej Policji w Gostyninie.

Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości, złamanie sądowych zakazów, niestosowanie się do decyzji administracyjnych 46-latkowi grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności.

BS



KPP w Gostyninie

Pijany kierowca ciągnika doprowadził do groźnej kolizji w Zaborowie Starym



Urząd gminy Radzanowo

Spotkanie władz gminy z sołtysami. Na zdjęciu m.in. wójt Piotr Jakubowski

Rozmowy o planach i inwestycjach w Radzanowie

Spotkanie z sołtysami

W poniedziałek, 13 kwietnia w gminie Radzanowo odbyło się spotkanie z sołtysami, podczas którego omówiono najważniejsze sprawy związane z funkcjonowaniem gminy oraz jej rozwojem. Wójt Piotr Jakubowski przedstawił informacje o środkach finansowych pozyskanych z Sejmiku Województwa Mazowieckiego.

Gmina ma przeznaczyć uzyskane środki m.in. na: remont Gminnego Ośrodka Kultury, zakup autobusu, montaż lamp solarnych na terenie gminy, zagospodarowanie działek gminnych i utworzenie Młodzieżowej Rady Gminy Radzanowo.

Wójt przekazał również informacje o kolejnych wnioskach o dofinansowanie, które gmina już złożyła. Samorząd chce w ten sposób pozyskać środki na następne inwestycje.

Podczas spotkania pojawił się także temat bezpieczeństwa. Przedstawiciele gminy poinformowali o szkoleniu organizowanym przez Wojskowe Centrum Rekrutacji w Płocku. Szkolenie odbędzie się 6 maja w Starostwie Powiatowym w Płocku i wpisuje się w projekt „Odporność gminy i sołectwa na wypadek zagrożenia państwa". Uczestnicy zapoznają się z zasadami działania w sytuacjach kryzysowych oraz sposoby reagowania na zagrożenie.

Omówiono również kwestie związane z utrzymaniem dróg gminnych. Władze przedstawiły aktualnie realizowane prace oraz zasady zgłaszania potrzeb konserwacyjnych.

Radosław Cichocki

Ponad 11 mln zł na rozbudowę drogi Piączyn – Włóki. Umowa podpisana

Inwestycje drogowe w powiecie płockim

Powiat Płocki rozpoczyna kolejną inwestycję drogową. Dzięki dofinansowaniu z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg rozbudowany zostanie 3,7-kilometrowy odcinek trasy Piączyn – Włóki, która łączy Bulkowo i Staroźreby.



Za zbiorów Starostwa Powiatowego w Płocku

Na zdjęciu: Wojewoda Mazowiecki Mariusz Frankowski i Starosta Płocki Sylwester Ziemkiewicz

17 kwietnia w Łącku podpisano umowę na dofinansowanie rozbudowy drogi powiatowej nr 2925W na odcinku Piączyn – Włóki. Dokument z Wojewodą Mazowieckim Mariuszem Frankowskim podpisał Starosta Płocki Sylwester Ziemkiewicz. Środki pochodzą z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg.

- To ważna droga łącząca gminy Bulkowo i Staroźreby, bezpośrednio skomunikowana z innymi drogami powiatowymi. Zależało nam na kontynuacji rozbudowy tej drogi, której pierwszy etap był realizowany w latach 2022-2023 – zaznacza Starosta Sylwester Ziemkiewicz.

Planowana rozbudowa obejmie odcinek o długości 3,7 kilometra. Całkowita wartość inwestycji wynosi 14 mln zł. Powiat otrzymał na ten cel 11,2 mln zł dofinansowania. Pozostałą część środków zapewni samorząd. Zgodnie z planem inwestycja ma zostać zrealizowana do maja 2027 roku.

- Na wskazanym odcinku drogi realizowany jest publiczny transport zbiorowy, który jest odpowiedzią na potrzeby mieszkańców tych terenów. Rozbudowa drogi niewątpliwie wpłynie na dalszy rozwój transportu zbiorowego i przeciwdziałanie wykluczeniu komunikacyjnemu terenów wiejskich. Realizacja inwestycji zapewni również bezpieczny dostęp do oddziału przedszkolnego oraz świetlicy wiejskiej – informuje Starosta Sylwester Ziemkiewicz.

Podczas spotkania podpisano łącznie 12 umów w ramach Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg. Łączna wartość dofinansowania dla inwestycji w subregionie płockim wyniosła 34 mln zł. Wśród beneficjentów znalazły się także inne samorządy z regionu, w tym gminy: Łąck, Brudzeń Duży, Bodzanów czy Stara Biała.

Radosław Cichocki

Ponad 183 tys. zł dla organizacji w powiecie płockim

Kultura, sport, turystyka

Powiat Płocki przyznał dotacje dla 26 organizacji działających w obszarze kultury, sportu i turystyki. Łączna kwota wynosi 183 250 zł. Dodatkowo samorząd kontynuuje program Powiatowej Akademii Piłki Ręcznej dla dzieci.

16 kwietnia w Starostwie Powiatowym w Płocku odbyło się podpisanie umów dotacyjnych z organizacjami, które realizują zadania publiczne na terenie powiatu. Środki obejmują działania związane z kulturą, ochroną dziedzictwa narodowego, sportem i turystyką. Do tegorocznych konkursów zgłosiło się 29 organizacji. Po ocenie wniosków powiat przyznał 26 z nich. Łączna kwota wsparcia wyniosła 183 250 zł.



Za zbiorów Starostwa Powiatowego w Płocku

Beneficjenci programu z przedstawicielami samorządu powiatu płockiego

Podczas spotkania podpisano również umowę dotyczącą kontynuacji Powiatowej Akademii Piłki Ręcznej. To projekt, który wystartował jesienią 2023 roku i wciąż się rozwija. Zajęcia odbywają się od kwietnia do grudnia każdego roku.

Program obejmuje cykl zajęć szkoleniowych dla dzieci z powiatu płockiego. W projekcie bierze udział około 100 młodych uczestników z pięciu gmin: Bodzanowa, Wyszogrodu, Bielska, Radzanowa i Łącka. Za realizację Powiatowej Akademii Piłki Ręcznej odpowiada Mazowiecka Fundacja Wspierania Przedsiębiorczości im. Mariusza Bieńka. Projekt otrzymuje wsparcie merytoryczne od Stowarzyszenia Piłki Ręcznej Wisła Płock S.A.

- Bardzo dziękuję Pani Małgorzacie Struzik i całemu Wydziałowi Edukacji, Kultury i Spraw Społecznych za przygotowanie i koordynację dzisiejszego wydarzenia. Dziękuję wszystkim wspaniałym społecznikom: przedstawicielom organizacji pozarządowych, stowarzyszeń, kół gospodyń wiejskich, klubów sportowych oraz ochotniczych straży pożarnych, którzy z pełnym zaangażowaniem i determinacją działają na rzecz lokalnych społeczności – zaznacza Starosta Sylwester Ziemkiewicz.

Radosław Cichocki

Powiat Płocki
dobrze ułożony

Materiał przygotowany we współpracy ze Starostwem Powiatowym w Płocku

eprasa.pl 77757f9567

Gmina Gostynin przyznała dofinansowania na realizację zadań z zakresu zdrowia publicznego

Sport najlepszym sposobem na profilaktykę uzależnień

31 marca wójt gminy Gostynin Renata Kędzierska – przy kontrasygnacie skarbnika gminy Patrycji Rosy – podpisała z lokalnymi organizacjami umowy w ramach otwartego konkursu ofert na realizację zadań z zakresu zdrowia publicznego – profilaktyki uzależnień. Dofinansowania otrzymały: Klub Sportowy „BŁYSKAWICA" Lucień, Uczniowski Klub Sportowy „START" w Białotarsku, Uczniowski Klub Sportowy „Sokoły", Stowarzyszenie Zdrowia Fizycznego i Psychicznego, Uczniowski Klub Sportowy „Zwoleń-TEAM" oraz Klub Sportowy DART CLUB H99.

Podpisane umowy pokazują wyraźnie, że w gminie Gostynin profilaktyka uzależnień nie jest jedynie hasłem, ale realnym działaniem opartym na współpracy samorządu z lokalnymi organizacjami. Różnorodność projektów – od zajęć sportowych, przez warsztaty psychoedukacyjne, aż po inicjatywy artystyczne – sprawia, że oferta trafia do szerokiego grona odbiorców, niezależnie od wieku czy zainteresowań.



Urząd Gminy Gostynin

Od lewej: przedstawiciele KS „BŁYSKAWICA" Lucień, wójt gminy Gostynin Renata Kędzierska, skarbnik gminy Patrycja Rosa

Kto otrzymał dofinansowanie

Klub Sportowy „BŁYSKAWICA" Lucień uzyskał dofinansowanie w kwocie 29 000 zł. Realizowany projekt obejmuje program profilaktyczny pt. „Świadomi wyboru – młodzi przeciw uzależnieniom", skierowany do mieszkańców Gminy Gostynin, w szczególności młodzieży w wieku 11-17 lat oraz osób dorosłych.

W ramach zadania zaplanowano cykl spotkań wykładowo-warsztatowych, w których udział weźmie grupa 60 uczestników.

Dodatkowo integralną część działań stanowić będą wydarzenia sportowe o charakterze profilaktycznym, w których udział weźmie około 250 osób:

- Ogólnopolski Bieg Przełajowy „BŁYSKAWICZNA DYCHA" oraz Rajd Nordic Walking;
- II Międzyszkolny Turniej Piłki Nożnej o Puchar Wójta Gminy Gostynin „Graj fair – żyj bez nałogów";
- Turniej Piłki Nożnej Pamięci Stefana Zbiega pod patronatem Wójta Gminy Gostynin.

Uczniowski Klub Sportowy „START" w Białotarsku otrzymał 9 000 zł dofinansowania na realizację projektu pn. „Odkryj moc swoją – zdrowe wyzwania przeciwko uzależnieniom i przemocy – edycja III".

Zadanie skierowane jest do mieszkańców gminy Gostynin, a w jego ramach przewidziano różnorodne działania sportowo-profilaktyczne oraz edukacyjne. Zajęcia sportowe realizowane będą dla jednej grupy liczącej 24 osoby. Zawody sportowe skierowane są do uczniów szkół podstawowych z terenu całej gminy Gostynin i obejmą maksymalnie 192 uczestników. Prelekcje oraz pogadanki profilaktyczne zostaną przeprowadzone dla uczniów klas IV-VI Szkoły Podstawowej w Białotarsku i obejmą około 48 osób.

Projekt obejmuje:

- dodatkowe zajęcia sportowe;
- XIX cykliczne zawody sportowe „O Puchar Wójta Gminy Gostynin",
- prelekcję profilaktyczną;
- pogadanki profilaktyczne.

Klub Sportowy DART CLUB H99 uzyskał 8 000,00 zł na zadanie pn. „Celnie w zdrowie – program profilaktyki uzależnień i rozwijania kompetencji społecznych poprzez darta".

Projekt jest skierowany do mieszkańców gminy Gostynin i obejmie około 30 uczestników, w tym dzieci, młodzież oraz osoby dorosłe.

W ramach projektu przewidziano następujące działania:

- warsztaty psychoedukacyjne z zakresu profilaktyki uzależnień: „Emocje, stres i wybory – wzmacnianie kompetencji emocjonalnych jako element profilaktyki uzależnień";
- warsztaty darterskie: „Międzypokoleniowo przy tarczy";
- turnieje amatorskie w darta.

Uczniowski Klub Sportowy „Sokoły" otrzymał dofinansowanie w wysokości 7 000,00 zł na projekt realizowany w ramach zadania pn.: „Rozwijanie prawidłowych postaw społecznych u dzieci i młodzieży oraz zagospodarowanie wolnego czasu i przeciwdziałanie patologiom społecznym poprzez prowadzenie programów profilaktycznych dotyczących przeciwdziałania alkoholizmowi, przemocy oraz narkomanii, skierowanych do dzieci, młodzieży i osób dorosłych w ramach tzw. profilaktyki uniwersalnej, tj. adresowanych do całych grup (populacji)". Zadanie skierowane jest do dzieci i młodzieży w wieku 6-15 lat i obejmuje grupę 60 uczestników, wśród których znajdują się również dzieci z rodzin dotkniętych problemem uzależnień.

Projekt zostanie zrealizowany poprzez następujące działania:

- Dni Profilaktyki „Wybieram Dobrze" – warsztaty profilaktyczne;
- konkurs plastyczny „Wybieram zdrowie – wybieram dobro";
- konkurs literacki oraz przedstawienie profilaktyczne „Wybór należy do mnie".

Uczniowski Klub Sportowy „Zwoleń-TEAM" otrzymał dofinansowanie w kwocie 17 000,00 zł na realizację zadania pn.: „Przeciwdziałanie patologii społecznej – program skierowany do dzieci, młodzieży i osób dorosłych z terenu gminy Gostynin".

Zakłada się udział około 80 uczestników, w zależności od rodzaju działań.

W ramach zadania realizowane będą następujące przedsięwzięcia:

- warsztaty profilaktyczne;
- warsztaty z zakresu udzielania pierwszej pomocy;
- zajęcia sportowe – działania pedagogiczne, praca w grupie, zdrowa rywalizacja;
- turniej piłki nożnej o Puchar Wójta Gminy Gostynin;
- zawody sportowe pod hasłem „Stop uzależnieniu – sięgnij po medal";
- konkurs plastyczny „Ze sportem przeciw uzależnieniom".

Dofinansowanie otrzymało także **Stowarzyszenie Zdrowia Fizycznego i Psychicznego**. Kwota 10 000,00 zł zostanie przeznaczona na realizację projektu pn. „Wyloguj się do życia".

Projekt opiera się na innowacyjnym połączeniu aktywności fizycznej z elementami psychoedukacji i ma na celu wzmacnianie postaw prozdrowotnych oraz rozwój umiejętności radzenia sobie z emocjami.

W jego ramach zaplanowano cykl warsztatów:

- Praca z ciałem – Akrobatyka jako trening charakteru (budowanie czynników chroniących);
- Praca z umysłem – Trening uważności (samoregulacja emocji);
- Psychoedukacja w praktyce – „Gadki na macie";
- Finał: „Zdrowie, Energia i Taniec" - część I: warsztaty „Mój własny izotonik", część II: aktywny relaks – warsztaty taneczne.

Zadanie skierowane jest do grupy 20-25 dzieci i młodzieży (7-14 lat), zamieszkujących tereny wiejskie gminy Gostynin.

Sport sposobem na życie bez uzależnień

Wspólnym mianownikiem wszystkich działań jest przekonanie, że aktywność fizyczna, rozwój kompetencji społecznych i budowanie relacji mogą skutecznie chronić przed uzależnieniami. To podejście nie tylko wspiera zdrowy styl życia, ale także wzmacnia lokalną społeczność i daje młodym ludziom realną alternatywę dla zachowań ryzykownych.

Dzięki tym inicjatywom gmina Gostynin konsekwentnie buduje przestrzeń, w której profilaktyka staje się naturalnym elementem codzienności – obecnym nie tylko w teorii, ale przede wszystkim w praktyce.

(kw)

Na inwestycje w sołectwach i centrum integracyjne

Gmina Bulkowo z dofinansowaniem

Gmina Bulkowo pozyskała środki z dwóch programów samorządu województwa mazowieckiego. Dzięki dofinansowaniu powstanie garaż dla OSP w Nadułkach, pojawią się lampy solarne w sołectwach oraz centrum integracyjne w Pilichowie.

Gmina Bulkowo pozyskała środki finansowe z budżetu samorządu województwa mazowieckiego w ramach dwóch programów wsparcia. Pieniądze zostaną przeznaczone na inwestycje związane z bezpieczeństwem oraz integracją mieszkańców.

Jak poinformował wójt Gabriel Graczyk, w ramach programu „Mazowsze dla sołectw 2026" gmina otrzymała łącznie 75 tys. zł dofinansowania. Środki pozwolą na realizację dwóch konkretnych zadań. W Nadułkach powstanie nowy garaż dla jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej. Na ten cel przeznaczono 30 tys. zł. Inwestycja ma poprawić warunki funkcjonowania strażaków oraz zwiększyć poziom bezpieczeństwa w okolicy.

Kolejne 45 tys. zł gmina wykorzysta na zakup i montaż lamp solarnych w sołectwach. Nowe oświetlenie ma poprawić widoczność po zmroku i zwiększyć bezpieczeństwo mieszkańców. Dofinansowanie pokrywa połowę kosztów tych inwestycji, a pozostałą część gmina zabezpiecza z własnego budżetu.

Znacznie większe wsparcie gmina otrzymała w ramach programu „Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych 2026". Na utworzenie centrum integracyjnego w Pilichowie przyznano 200 tys. zł. W tym przypadku dofinansowanie pokrywa aż 80% kosztów inwestycji, a gmina zapewnia 20% wkładu własnego. Nowe centrum ma stworzyć przestrzeń do spotkań, wspólnych działań i aktywności mieszkańców.

- To są konkretne inwestycje. Z jednej strony poprawa bezpieczeństwa i warunków życia, z drugiej tworzenie miejsc, gdzie mieszkańcy będą mogli się spotykać, działać razem i budować lokalną wspólnotę. Dziękuję Samorządowi Województwa Mazowieckiego za wsparcie naszej gminy. Dziękuję także wszystkim pracownikom urzędu za zaangażowanie w pracę przy przygotowaniu wniosków – zauważa wójt Gabriel Graczyk.

Radosław Cichocki

eprasa.pl 77757f9567



Co warto zbierać i uprawiać oraz jak wykorzystywać?
Radzą panie z Koła Gospodyń Wiejskich „Dobrzykowianki”

Z łąki i ogrodu – zioła i dzikie rośliny w kuchni

Kwiecień i maj to doskonała pora, żeby na mazowieckich łąkach poszukać dziko rosnących roślin jadalnych, a w ogródkach posadzić lub wysiać zioła. Są wspaniałym źródłem witamin i minerałów. Wspierają odporność, wzmacniają ciało i ducha. Dodadzą energii po zimie, wspomogą detoks organizmu. Nie mamy ogrodu? Nic straconego. Bazylię, oregano, tymianek, rozmaryn, a także będące świetnym dodatkiem do lemoniady miętę i melisę możemy równie dobrze uprawiać w skrzynkach balkonowych. A spacer po cenne „dzikie” przysmaki to świetna okazja, żeby się odstresować i naładować akumulatory. Doskonale wiedzą o tym panie z Koła Gospodyń Wiejskich „Dobrzykowianki”.


KGW Dobrzykowianki

KGW „Dobrzykowianki” z własnoręcznie wykonanymi palmami

– Wiosna to dla nas, „Dobrzykowianek”, czas szczególny – moment, gdy wszystko budzi się do życia, a nasze przydomowe ogródki znów zaczynają tętnić zielenią i zapachem świeżych ziół. To właśnie tam zaczyna się prawie każda kulinarna opowieść. W wielu naszych ogrodach od lat rosną sprawdzone, tradycyjne rośliny: mięta, melisa, rumianek, szałwia, tymianek, oregano czy lubczyk, nie bez powodu nazywany „maggi z ogródka”. Coraz częściej sięgamy także po mniej oczywiste rośliny – lawendę, pokrzywę, kwiaty czarnego bzu czy nagietek. Wiele z nas nie tylko uprawia zioła, ale również zbiera je na łąkach. Bo najlepsze smaki zaczynają się tam, gdzie rośnie coś własnego – tuż za domem – podkreśla przewodnicząca KGW „Dobrzykowianki”, Małgorzata Zielińska-Kowalewska.

Zioła to znakomity dodatek, który poprawia smak potraw. Możemy urozmaicić nimi dania mięsne, zupy, sosy. Wykorzystać w nalewkach i syropach. Mazowieccy producenci oferują m.in. świeże zioła w doniczkach. Z ich uprawą poradzi sobie każdy zabiegany mieszczuch. Zimą zioła dostępne są w postaci suszonej. Susze ziołowe (m.in. nagietek, kwiat lipy, macierzankę, krwawnik) ma w ofercie Spółdzielnia Socjalna „Zioła Siedleckie”, wyróżniona przez Samorząd Województwa Mazowieckiego „Mazowiecką Marką Ekonomii Społecznej”.

– Świeże zioła wzbogacają twarożki, masła ziołowe, sałatki i wypieki, natomiast suszone przechowujemy na zimę, by nawet w chłodniejsze dni móc wrócić do smaków lata – dodaje Małgorzata Zielińska-Kowalewska.

Mazowiecki zielnik. Które wiosenne zioła i rośliny warto znać i zbierać?

Na Mazowszu bez trudu znajdziemy **pokrzywę zwyczajną**. To prawdziwa bomba witaminowa, która uzupełni niedobór żelaza w naszym organizmie. Zawiera witaminy A, C i K. Działa oczyszczająco, przyspiesza wydalanie mocznika i chlorków. Wspiera układ krwionośny i wzmacnia odporność. Idealna na detoks organizmu po zimie.

Z suszonej pokrzywy zrobimy napar. Ze świeżej – sok, zupę, a nawet pesto. Można ją też przyrządzić na patelni, tak jak szpinak.

Uwaga! Pokrzywę zbieramy przed kwitnieniem. Młode listki mają lepszy, delikatniejszy smak.

Pokrzywa doskonale posłuży jako organiczny nawóz bogaty w azot, żelazo i potas. Przyrządzamy go z 1 kg pokrzyw i 10 l wody. Tak przygotowany odstawiamy na około 2 tygodnie. Codziennie mieszamy, żeby przyspieszyć fermentację. Do podlewania używamy w postaci rozcieńczonej.

Żółta barwa kwiatów **mniszka lekarskiego** cieszy oko i ozdabia łąki. To bogactwo antyoksydantów i składników mineralnych takich jak potas, krzem i magnez. Liście zawierają witaminy A, B i C. Potocznie nazywany mleczem, działa oczyszczająco i moczopędnie. Wspomaga wątrobę i trawienie.

Liście mniszka wykorzystamy do sałatki, kwiaty – na syrop.

Uwaga! Liście zebrane przed kwitnieniem są mniej gorzkie.

Fiołki, zwłaszcza wonne, są często wykorzystywane w kuchni do przyrządzania deserów i dekorowania potraw. Mają słodki, delikatny smak. Zawierają witaminy, minerały i antyoksydanty. Liście można jeść w sałatkach. Z liści i kwiatów zrobimy herbatkę. Syrop czy fiołkowe konfitury wspaniale pachną, smakują i wyglądają.

Nazywany „chwastowym celebrytą” albo „czosnkiem z łąki” **czosnek niedźwiedzi** na Mazowszu występuje bardzo rzadko. Jest pod częściową ochroną gatunkową, dlatego nie zbieramy go z naturalnych stanowisk. Możemy go jednak posadzić w ogródku albo kupić w postaci sadzonki lub suszu. Co wspólnego mają z czosnkiem niedźwiedzie? Ludowe opowieści podają, że misie po przebudzeniu z zimowego snu zjadały czosnek, żeby się wzmocnić.

Czosnek jest bogaty w witaminy A, C, E i B. Zawiera m.in. żelazo, magnez i allicynę o działaniu przeciwwirusowym i antybakteryjnym. Nie tylko wspomaga nasz układ odpornościowy, ale także obniża ciśnienie krwi.

Świeży czosnek niedźwiedzi to podkreślający smak dodatek do sałatek lub jajecznicy. Można z niego zrobić pesto albo dodać do masła.

Uwaga! Nie pomylmy czosnku z piękną, ale trującą konwalią, zwłaszcza przed kwitnieniem.

W maju zbieramy: bogaty w witaminę C **szczawik zajęczy**, który znakomicie nada się do sałatek albo lemoniady i **tasznik pospolity** – liście dodajemy do sałatek, farszów, zup. Na ugorach, łąkach i pastwiskach często występuje **krwawnik pospolity**, z którego zrobimy nalewkę, herbatkę albo środek do dezynfekcji ran.

Jak tylko pojawią się pierwsze kwiaty, warto zebrać do suszenia **rumianek** – na bóle brzucha, niestrawność, zapalenie spojówek, do płukania gardła. Herbatka zredukuje stres i pomoże zasnąć.

Lubczyk, majeranek, pietruszkę i szczypiorek znajdziemy w każdym przydomowym ogródku. Aromatyczny **lubczyk** to roślina wieloletnia. Liście lubczyku doskonale sprawdzą się w zupach, sałatkach, sosach i potrawach mięsnych.

Dziki **majeranek** porasta tereny położone nad Morzem Śródziemnym. W Polsce to roślina jednoroczna. Lekko gorzki, korzenny smak doda wyrazu bigosowi, fasolce po bretońsku, żurkowi, sosom, pieczonym mięsom. Bardzo ceniony jest olejek eteryczny z majeranku, który pomaga zwalczać bakterie i drożdże.

Uwaga! Najlepiej dodawać majeranek przed końcem gotowania, aby nie stracił aromatu.

Pietruszki nikomu przedstawiać nie trzeba. W kuchni używamy nać i korzeń. Rosół i sałatka jarzynowa się bez niej nie obejdą. Można też wypróbować zupę krem z dodatkiem śmietanki. Pietruszka ma mnóstwo witaminy C. Jedząc ją wspomagamy układ odpornościowy, pokarmowy i zdrowie serca.

Dietetyczny szczypiorek zawiera potas, wapń i witaminę C. Organizmowi pomoże w zwalczeniu infekcji i złagodzeniu stanów zapalnych. Zawarte w nim flawonoidy mogą zmniejszyć poziom złego cholesterolu (LDL). Najlepszy jest w stanie surowym. Ale smak, aromat, kolor i witaminy zachowa również po zamrożeniu. Doprawiamy nim potrawy na bazie jaj (pasty, jajecznice, jajka w majonezie) i twarożek.

Szczypiorek, natkę pietruszki, koperek i lubczyk wykorzystamy w wiosennym masełku.

– Nasza kuchnia to harmonijne połączenie tradycji i kreatywności. Chętnie eksperymentujemy, tworząc nowe wariacje znanych potraw – drożdżowe wypieki z dodatkiem kwiatów, aromatyczne syropy czy domowe przetwory. Dzięki takim inicjatywom pokazujemy, że lokalne produkty i naturalne składniki mają ogromną wartość – zarówno smakową, jak i zdrowotną – mówi Małgorzata Zielińska-Kowalewska.

Koło Gospodyń Wiejskich „Dobrzykowianki” powstało pod koniec 2019 roku z inicjatywy Ewy Jabłońskiej i sołtysa Dobrzykowa Jerzego Matuszewskiego. Spotykają się w nim trzy pokolenia: babcie, mamy i córki. Seniorki z pewnością pamiętają czas tzw. przednówka, gdy kończyły się zapasy w spiżarni i piwnicach, a rośliny i zioła stanowiły główne źródło pożywienia. Dopiero po św. Marku (25 kwietnia) można było zbierać pierwszy szczaw. Dziś lebioda, komosa, pokrzywa wracają do kuchni eko.

„Dobrzykowianki” angażują się w wiele inicjatyw skierowanych do lokalnej społeczności. Obecnie mają w planach zorganizowanie spotkań dla seniorów, które będą okazją do wspólnych rozmów, wymiany doświadczeń i integracji międzypokoleniowej. Interesują się promocją zdrowego stylu życia (warsztaty i zajęcia związane z naturalną kuchnią i aktywnością na świeżym powietrzu). Mają pomysł na rodzinny rajd rowerowy. W każdą niedzielę można dołączyć do pań podczas spacerów (trasy o różnej długości i różnym stopniu trudności).

Marta Szatkowska-Kunavar



Wiosenne masło ziołowe „Dobrzykowianek”

Składniki:
- 200 g masła,
- garść świeżych ziół (szczypiorek, natka pietruszki, koperek, lubczyk),
- ząbek czosnku,
- szczypta soli i pieprzu,
- kilka kropel soku z cytryny.

Wykonanie:
Miękkie masło dokładnie mieszamy z drobno posiekanymi ziołami, przeciśniętym czosnkiem i przyprawami. Dodajemy odrobinę soku z cytryny dla świeżości. Formujemy w rulon lub przekładamy do naczynia i schładzamy w lodówce.
Masło ziołowe idealnie komponuje się ze świeżym chlebem, ziemniaczkami czy grillowanymi warzywami.

Publikacja sfinansowana ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego

Mazowsze. serce Polski

Mazowsze dla kół gospodyń wiejskich

eprasa.pl 77757f9567

Płocka pulmonologia w Lidze Mistrzów. Rak płuca to już nie wyrok

Z lek. Mateuszem Woźniakiem,

specjalistą chorób płuc i chorób wewnętrznych oraz zastępcą kierownika Oddziału Chorób Płuc i Chorób Wewnętrznych w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Płocku, rozmawia Blanka Stanuszkiewicz.

Pulmonologia – zarówno na świecie, jak i w Polsce – przeżywa obecnie swój „złoty wiek". Obserwujemy dynamiczny rozwój diagnostyki i nowoczesnych terapii, nie tylko onkologicznych. Jak na tle tych zmian wypada płocki szpital na Winiarach?

- W ostatnich latach ten pozytywny trend jest wyraźnie odczuwalny również u nas. Dokonaliśmy niemal dziejowego skoku w diagnostyce i leczeniu raka płuca, który stanowi trzon naszej codziennej pracy. Nowotwory pierwotne płuc to aż 95% przypadków, z którymi się mierzymy, choć diagnozujemy także przerzuty z innych narządów. Skala problemu w Polsce jest ogromna – to ok. 20 tys. zachorowań rocznie. Co istotne, od lat 90. obserwujemy niepokojące zjawisko: statystyki zachorowalności kobiet i mężczyzn niemal się zrównały, co wynika bezpośrednio z upowszechnienia się palenia tytoniu wśród obu płci.

Papierosy to nadal główny sprawca nowotworów płuc?

- Dane są bezlitosne: w grupie 10 pacjentów z rakiem płuca, aż 9 to czynni lub bierni palacze. W przypadku kobiet te proporcje wynoszą 8 na 10. Inne czynniki, jak choćby zanieczyszczenie powietrza, generują statystycznie mniejsze ryzyko.

Czy przy tak dużej liczbie zachorowań oddział pracuje na pełnych obrotach? Jak na przestrzeni lat zmieniła się rola płockiej pulmonologii?

Nasz ośrodek przeszedł ogromną metamorfozę. Jeszcze dwie dekady temu współpraca z klinikami w Warszawie czy Łodzi była jedyną drogą dla wielu pacjentów. Dziś, dzięki nowoczesnemu zapleczu sprzętowemu i wyspecjalizowanej kadrze, jesteśmy samowystarczalni.

Aby ustalić typ nowotworu, niezbędne jest pobranie wycinka do badań. Jak to wygląda w praktyce?

- Wykorzystujemy techniki małoinwazyjne, które pozwalają dotrzeć nawet do trudniej zlokalizowanych zmian. Klasyczna bronchoskopia nie zawsze wystarcza, dlatego stosujemy m.in. EBUS – czyli badanie endoskopowe połączone z ultrasonografią (USG). Pozwala ono na precyzyjne namierzenie zmian w węzłach chłonnych lub guzach położonych poza światłem oskrzeli i bezpieczne pobranie materiału do analizy. Co istotne, wykonujemy na miejscu także biopsje przezklatkowe, które jeszcze niedawno wymagały wyjazdu do klinik w Warszawie.

Czyli oddział na Winiarach dysponuje dziś sprzętem spełniającym najwyższe standardy diagnostyczne?

- Zdecydowanie tak. Korzystamy z najnowocześniejszej aparatury, a nasze zaplecze stale się powiększa – właśnie czekamy na kolejny sprzęt, który jeszcze bardziej podniesie skuteczność diagnostyczną. To, co kiedyś wymagało inwazyjnej interwencji torakochirurga, czyli klasycznej operacji na klatce piersiowej w pełnej narkozie, dziś w wielu przypadkach wykonujemy metodami małoinwazyjnymi w znieczuleniu miejscowym. Możemy bezpiecznie diagnozować i leczyć nawet pacjentów w wieku 90 lat. Od czasu powstania w naszym szpitalu Centrum Onkologii, oferujemy kompleksową ścieżkę leczenia na miejscu. Dla pacjenta z rakiem płuca każda podróż do Warszawy, Łodzi czy Bydgoszczy to ogromny wysiłek fizyczny i organizacyjny, angażujący całą rodzinę. Możliwość przejścia całego procesu w Płocku to dla nich ogromny komfort i realna pomoc w chorobie.



Fot. WSzZ w Płocku

Do niedawna diagnoza „rak płuca" brzmiała jak wyrok. Czy dziś, dzięki postępowi medycyny, możemy mówić o realnej szansie na wyleczenie?

- Kluczem jest czas. Im wcześniej rozpoznamy nowotwór, tym szanse na pełne wyleczenie i długie życie bez choroby są większe. Choć pacjenci wciąż trafiają do nas zbyt późno, statystyki są lepsze niż dekadę temu. Wynika to z faktu, że ośrodki takie jak Płock dysponują już sprzętem, który skraca czas oczekiwania na diagnozę. Co ważne, nie każdy pacjent musi leżeć na oddziale. Dzięki karcie DiLO (Karta Diagnostyki i Leczenia Onkologicznego) osoby w dobrym stanie diagnozujemy ambulatoryjnie w naszych poradniach.

Jak obecnie zorganizowany jest oddział? Ilu pacjentów możecie przyjąć pod swoją opiekę?

- Dysponujemy 58 łóżkami. Braliśmy udział w Krajowym Programie Zmniejszania Umieralności z Powodu Przewlekłych Chorób Płuc Poprzez Tworzenie Sal Nieinwazyjnej Wentylacji Mechanicznej w latach 2016-2019. To ogromny przełom – dzięki tej aparaturze ratujemy pacjentów z całkowitą niewydolnością oddechową, chroniąc ich przed koniecznością intubacji i podłączenia do respiratora na OIOM-ie. Dzięki wsparciu dyrekcji nie jesteśmy „zaściankiem", ale ośrodkiem grającym w najwyższej medycznej lidze. Terapie rzadkich chorób płuc, które w przeszłości dostępne były tylko za granicą, obecnie leczymy w ramach przyszpitalnej Poradni Chorób Płuc. Chcemy być w krajowej czołówce, ale – co ważne – nie zapominamy o naszej podstawowej misji. Obok skomplikowanych przypadków onkologicznych, codziennie leczymy zapalenia płuc czy oskrzeli u starszych osób, które wymagają profesjonalnej opieki szpitalnej.

Wspomniał Pan, że profil pacjenta na przestrzeni ostatnich lat drastycznie się zmienił. Na czym polega ta zmiana?

- Kiedy zaczynałem pracę, w 2013 roku, miałem poczucie, że większość pacjentów byli to chorzy z chorobami infekcyjnymi czy obturacyjnymi. Obecnie dzięki większej świadomości zarówno samych pacjentów, ale także czujności onkologicznej lekarzy rodzinnych, coraz więcej jest chorych diagnozowanych onkologicznie. W tej sytuacji myślę, że w Płocku brakuje poradni antynikotynowej, zwłaszcza, że uzależnienie od nikotyny, jak już wspomniałem wcześniej, jest jedną z głównych przyczyn zachorowania na raka płuc.

Widzi Pan szansę na to, aby w strukturach szpitala powstała wkrótce dedykowana poradnia antynikotynowa?

- To jeden z pomysłów na rozwój oddziału. Chciałbym, aby w ramach poradni pacjenci mieli dostęp do specjalistów dedykowanych konkretnym zagadnieniom. Już teraz robimy w tym obszarze milowe kroki – nasz specjalista, lek. Michał Grzybowski, koncentruje się na leczeniu zaburzeń oddychania w czasie snu, m.in. obturacyjnego bezdechu. W strukturze ambulatoryjnej opieki specjalistycznej mamy również Poradnię Domowego Leczenia Tlenem, w której opieka dotyczy chorych trwale niewydolnych oddechowo. Kolejnym naturalnym etapem byłoby wyznaczenie osoby, która mogłaby w podobny sposób wyspecjalizować się wyłącznie w terapii antynikotynowej.

Mówi Pan o zespole. Jak wygląda współpraca między specjalistami różnych dziedzin przy podejmowaniu decyzji o leczeniu?

To jeden z najbardziej profesjonalnych aspektów naszej pracy. Nasi pulmonolodzy, w tym m.in. lek. Aleksandra Zielińska oraz lek. Agata Rój-Karkowska, regularnie biorą udział w konsyliach onkologicznych. W takich spotkaniach uczestniczą też chirurdzy onkologiczni, radioterapeuci i onkolodzy kliniczni. Wspólnie analizujemy każdy przypadek i stosujemy zasadę, że leczenie nie może być bardziej obciążające niż sama choroba. Każdy pacjent ma swój indywidualny „scenariusz" walki z chorobą. Dla każdego tworzymy osobny plan działania, często przy współudziale rodziny, która towarzyszy choremu. Te merytoryczne dyskusje i wymiana doświadczeń między specjalistami różnych dziedzin to absolutnie najwyższy poziom medycyny. To właśnie w takim modelu pracy widzę przyszłość płockiej pulmonologii.

Dziękuję za rozmowę

Dr n. med. Michał Kurnatowski

Zastępca Dyrektora ds. Lecznictwa w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Płocku

Oddział Chorób Płuc i Chorób Wewnętrznych Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Płocku to jeden z najstarszych i jednocześnie też jeden z największych oddziałów naszego szpitala. Dysponuje 58 łóżkami, w tym 4 intensywnej opieki medycznej i 4 nieinwazyjnej wentylacji mechanicznej. Pawilon, w którym jest ulokowany, dzięki środkom unijnym został gruntownie wyremontowany i kompleksowo wyposażony w nowoczesny sprzęt i aparaturę medyczną, którą teraz sukcesywnie odnawiamy, między innymi dzięki wsparciu budżetu Województwa Mazowieckiego, jak i innym środkom zewnętrznym. W tym roku, dla wsparcia diagnostyki i leczenia pacjentów onkologicznych, dzięki środkom pozyskanym z KPO na oddział zakupimy bronchoskop ultrasonograficzny, system do planowania procedur, jak i mikrosondy z napędem. W 2027 r. oddział ten przekształci się także w oddział kliniczny. Czynimy więc wszystko, by naszym pacjentom zaoferować usługi o najwyższym standardzie, w komfortowych i przyjaznych warunkach.



Materiał przygotowany przy współpracy z Wojewódzkim Szpitalem Zespolonym

eprasa.pl 77757f9567

SGB
Bank Spółdzielczy
w Starej Białej

LOTERIA MARZEŃ

Załóż lokatę

do **4%** i zagraj o



100 000 zł

8 x



8 x



8 x



- **Czas trwania lokat: 3 lub 6 miesięcy**
- **Dla nowych środków**

Organizatorem loterii promocyjnej „Loteria Marzeń" jest Grzegrzółka Loterie Sp. z o.o. Szczegółowe informacje o Lokacie Marzeń oraz regulamin „Loterii Marzeń" na www.bsstarabiala.pl oraz www.grzegrzolka.com. Okres sprzedaży lokat uprawniających do udziału w loterii trwa od 1 kwietnia 2026 r. do 30 września 2026 r. Losowanie nagród odbędzie się 7 kwietnia 2027 r.

Bank z Sercem

SA-13

REKLAMA

eprasa.pl 77757f9567

Pierwsza powiatowa młodzieżowa kadra piłkarska na Mazowszu powstaje w powiecie płockim

Rośnie młodzieżowa reprezentacja

Powiat płocki uruchamia pierwszą na Mazowszu powiatową młodzieżową kadrę piłki nożnej dla dzieci z rocznika 2017. Program obejmie dziewczęta i chłopców U9, a jego celem stanie się wyłonienie najzdolniejszych młodych piłkarzy i piłkarek oraz stworzenie systemu regularnych treningów i meczów międzypowiatowych.

We wtorek, 14 kwietnia starosta Sylwester Ziemkiewicz podpisał z Prezesem Mazowieckiego Związku Piłki Nożnej Sławomirem Pietrzykiem umowę zakładającą powołanie kadr powiatowych dziewcząt i chłopców w kategorii U9 (rocznik 2017). Samorząd podkreśla, że inicjatywa ma pomóc w odkrywaniu młodych talentów:

- *To świetna inicjatywa, jedna z najważniejszych, jeśli chodzi o wyłuskiwanie młodych talentów. Dla dzieciaków to będzie fajna przygoda, a dla powiatu ogromna duma i prestiż, że mamy pierwszą taką kadrę w województwie* – powiedział starosta Płocki Sylwester Ziemkiewicz.

Program ma pokazać, że utalentowani piłkarze i piłkarki mogą rozwijać się nie tylko w dużych akademiach, ale również w mniejszych miejscowościach i lokalnych klubach sportowych.

- *Chcemy wspólnie pokazać, że talenty piłkarskie mogą rodzić się w miejscach takich jak powiat płocki i że wybitni sportowcy mogą się wywodzić również z małych klubów. Nie ma piękniejszej inwestycji niż inwestycja w człowieka, a dać pasję młodym ludziom to jedno z największych marzeń i wyzwań samorządowca* – podkreślił starosta Sylwester Ziemkiewicz.

Program zakłada cykl spotkań grupowych z dziećmi polegający na selekcji powiatowej, meczach międzypowiatowych oraz meczach rewanżowych. Całość zakończy się powołaniem kadry obszaru w okresie od kwietnia do czerwca 2026 roku.

Prezes Mazowieckiego Związku Piłki Nożnej Sławomir Pietrzyk poinformował, że organizatorzy przygotowali już zaplecze do realizacji projektu. Do dyspozycji uczestników są trenerzy, sprzęt sportowy, piłki oraz stroje. Powiatową reprezentację stworzą najbardziej uzdolnione zawodniczki i zawodnicy, których trenerzy wyłonią na podstawie obserwacji oraz konsultacji szkoleniowych.

- *Trenerzy będą pracować z tą grupą dziewcząt i chłopców, ale będą też monitorować cały rocznik uzdolnionych młodych ludzi w powiecie. Kadra będzie cały czas w przebudowie, będziemy chcieli jak najwięcej dzieci tu zatrzymać* – wyjaśnił prezes Sławomir Pietrzyk, dodając, że już w przyszłym roku najlepsi zawodnicy z rocznika 2017 będą zaproszeni do Mazowieckiej Akademii Talentów.

Kiedy już powstaną kadry w innych powiatach, zaczną się rozgrywki międzypowiatowe.

- *Na Mazowszu mamy 42 powiaty, więc mam nadzieję, że pobudzimy kadry w powiatach i te rozgrywki niedługo się zaczną. Cieszy fakt, że jest naprawdę duże zainteresowanie piłką nożną wśród najmłodszych* – podsumował starosta Sylwester Ziemkiewicz.

Radosław Cichocki



Starostwo Powiatowe w Płocku

Na zdjęciu m.in.: Sławomir Pietrzyk, Sylwester Ziemkiewicz, Lech Dąbrowski

Autobus dla uczniów, lampy solarne i modernizacja świetlicy

Gmina Bielsk z nowymi inwestycjami

Gmina Bielsk pozyskała dofinansowanie z budżetu województwa mazowieckiego na trzy inwestycje. Środki pozwolą kupić nowy autobus szkolny, zamontować lampy solarne w pięciu sołectwach oraz przebudować świetlicę wiejską w Gilinie.

Gmina otrzymała 295 tys. zł dofinansowania w ramach programu „Autobusy dla mazowieckich szkół". Ta kwota pokrywa 70% kosztów netto planowanego zakupu pojazdu. Samorząd planuje zakup autobusu dla 22–24 osób. Cała inwestycja wyniesie około 510–540 tys. zł.

Jak informuje urząd, kolejne środki trafią na rozwój infrastruktury oświetleniowej. Gmina zdobyła dofinansowanie w ramach programu „Mazowsze dla sołectw 2026". Każde z pięciu sołectw: Ciachcin, Gilino, Goślice, Rudowo i Sękowo otrzyma po 15 tys. zł na zakup i montaż lamp solarnych. Samorząd połączy te środki z funduszem sołeckim oraz budżetem gminy. Dzięki temu w wymienionych miejscowościach pojawią się nowe punkty oświetleniowe.

Gmina zaplanowała również modernizację świetlicy wiejskiej w Gilinie. Na ten cel pozyskała dofinansowanie z programu „Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych 2026". Wnioskowana kwota wynosi 100 tys. zł i pokrywa 80% kosztów całego zadania. Zakres prac obejmuje: wymianę instalacji elektrycznej na nową instalację miedzianą, modernizację instalacji centralnego ogrzewania, przebudowę instalacji wodno-kanalizacyjnej, wymianę drzwi wewnętrznych czy wymianę podłóg.

Radosław Cichocki

W gm. Mochowo i Rościszewo ukrywało się 2 poszukiwanych mężczyzn

Trafili za kratki

Sierpeccy policjanci wykazują się dużą skutecznością w namierzaniu osób unikających wymiaru sprawiedliwości. W ostatnim czasie w ręce funkcjonariuszy wpadło dwóch mężczyzn z gmin Mochowo i Rościszewo, ale to tylko część udanych interwencji.

Policjanci z sierpeckiej komendy zatrzymali dwóch mężczyzn, którzy ukrywali się przed organami ścigania. Byli oni poszukiwani na podstawie listu gończego oraz nakazu doprowadzenia wydanego przez sąd. Obaj najbliższe miesiące spędzą w jednostce penitencjarnej.

Zatrzymania w gminach Mochowo i Rościszewo

Do pierwszego ujęcia doszło na terenie gminy Mochowo. Policjanci kryminalni ustalili miejsce pobytu i zatrzymali 26-letniego mieszkańca tej gminy, wobec którego Sąd Rejonowy w Mławie wydał nakaz doprowadzenia do zakładu karnego.

- *Mężczyzna miał do odbycia karę 100 dni pozbawienia wolności za popełnione przestępstwo narkotykowe* – podaje st. asp. Katarzyna Krukowska z Komendy Powiatowej Policji w Sierpcu.



Archiwum

Kolejne zatrzymanie miało miejsce na terenie powiatu sierpeckiego. Policjanci zatrzymali 39-letniego mieszkańca gminy Rościszewo, który był poszukiwany na podstawie listu gończego wydanego przez Sąd Rejonowy w Sierpcu. Mężczyzna ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości od ponad roku. Zgodnie z zasądzonym wyrokiem, 39-latek spędzi w zakładzie karnym najbliższe 134 dni za popełnione przestępstwo drogowe.

Systematyczna praca sierpeckich mundurowych

Działania funkcjonariuszy z KPP w Sierpcu wpisują się w systematyczną pracę jednostki nad egzekwowaniem prawomocnych wyroków sądów. Tylko w ostatnich miesiącach, poza mieszkańcami gmin Mochowo i Rościszewo, policjanci zatrzymali również poszukiwanego 32-letniego sierpczanina, na którym ciążył wyrok za kradzieże.

Za kratki trafił również ukrywający się 40-latek z gminy Gozdowo, który miał do odsiadki ponad rok więzienia za kradzież z włamaniem, oraz 41-latek, którego dzielnicowi namierzyli rano w miejscu zamieszkania.

Skuteczność potwierdzona statystykami

Wysoką sprawność w tym zakresie regularnie potwierdzają policyjne statystyki. Funkcjonariusze z różnych pionów – od kryminalnych po dzielnicowych – na bieżąco monitorują środowisko osób poszukiwanych. Pozwala to na sprawne namierzanie i doprowadzanie skazanych do jednostek penitencjarnych, co dla lokalnej społeczności jest jasnym sygnałem o nieuchronności kary.

BS

eprasa.pl 77757f9567

Kartka ze Słowenii

Wielkanoc w Celje

Celje – kojarzone z drużyną piłki ręcznej i zaciętymi meczami z Wisłą Płock – w świąteczne dni odpoczywa. Rano po starówce spaceruje niewiele osób. Jeszcze nie widać turystów zmierzających w stronę największego w Słowenii średniowiecznego zamku. W wolny od pracy wielkanocny poniedziałek wszyscy wyruszają na rowery, w góry albo nad morze. Piran, Strunjan, Ankaran? My wybieramy spacer po słonecznej Izoli.

Już po drodze widać, że wiosna przyszła tutaj przynajmniej dwa tygodnie wcześniej. W ogródkach kwitną magnolie, przekwitają narcyzy, pojawiły się wczesne tulipany. Przed domami ozdobionymi świeżo przyciętymi żywopłotami z forsycji – barwne kompozycje roślin i krzewów. Na każdym parapecie przyciągają wzrok skrzynki z bratkami albo pelargonie. Nie łudźmy się jednak, że do przyjemnych pierwszych wrażeń dołączymy wizytę u właścicieli. Owszem – chętnie porozmawiają o każdej roślince, ale zaproszenie do środka dostać trudno. W tym, że „mój dom jest moją twierdzą", Słoweńcy zgadzają się z Anglikami. Wyjątkiem są okrągłe urodziny, obchodzone z wielką pompą, na które zaprasza się wszystkich „ciotecznych" i sąsiadów. Niezależnie, ile lat ma jubilat.

Święta z poticą

Słoweńcy nie wyobrażają sobie Wielkanocy bez poticy. To pielęgnowana przez kolejne pokolenia słoweńska tradycja, a przepis każda rodzina ma trochę inny. Podstawą jest ciasto drożdżowe i nadzienie z orzechów. Jedni dodają rodzynki i miód. Inni tylko orzechy, najczęściej włoskie. „Kłótnie" o to, co dodawać, a czego nie, przypominają trochę bój o rodzynki w serniku... Poticę można upiec jak babę w specjalnej ceramicznej albo glinianej formie lub na płaskiej blasze. Każdy egzemplarz smakuje inaczej. A degustacja w święta to cała ceremonia. Należy próbować i komplementować, choć przyznam, że po zjedzeniu kilku kawałków nie potrafiłam powiedzieć, czyja była najlepsza.

Na wielkanocnym stole nie brakuje też szynki i jajek. W jaki sposób na jajkach powstają kwiatki – dowiedziałam się od mojej gospodyni. Bierze się kawałek rajstopy, zawija w nią jajko, na którym leży stokrotka, źdźbło trawy, liść i gotuje w cebulaku. Na brązowej od cebuli skorupce zostaje jaśniejszy rysunek.

Zanim będziemy w niedzielę smakować różne potrawy, tak jak w Polsce należy je poświęcić – albo w kościele, albo w wyznaczonym domu. Nasz pełen jedzenia kosz wiklinowy trafia do sąsiadów, razem z trzydziestoma innymi, pełnymi ciast, mięs, owoców, jaj. Pokarmy święci oddelegowany przez proboszcza diakon, życząc zebranym dobrze przeżytych świąt.

Wielkanocne śniadanie trwa długo. I co ciekawe – zaczyna się od aperitifu w postaci likieru. Im bardziej gorzki, tym lepiej dla żołądków. Może być aromatyczna szałwiówka (wg oryginalnego przepisu sąsiadki potrzeba na nią litr alkoholu, kilogram cytryn, kilogram cukru, około 170 listków szałwii i dwa tygodnie „leżakowania"). Orzechówka też daje radę.

Śmigus-dyngus w Izoli

Poniedziałek również rozpoczynamy od rodzinnego śniadania. Przy ciastach planujemy dzień. Wielu Słoweńców wykorzystuje czas wolny na wycieczki: rowerowe, motocyklowe, piesze w góry. Gdziekolwiek jedziesz – jeden dzień wystarczy, by cieszyć się widokiem Adriatyku czy Alp. Ewentualnie można zajrzeć do Włoch lub Austrii. Korzystamy z pięknej pogody (18 stopni) i wygodną autostradą jedziemy nad morze. Lubię malowniczy Piran, ale z obawy przed korkami wybór pada na bliższy zjazd – Izolę.

Miasteczko leży w regionie Istra (Istria). Niegdyś wyspa, dziś to półwysep zamieszkały przez około 11 tysięcy ludzi, głównie Słoweńców i Włochów. W sezonie bywa zatłoczony. Ale nawet w wielkanocny poniedziałek na nadmorskiej promenadzie spotykamy mnóstwo spacerowiczów. Przyglądają się rozmaitym artefaktom proponowanym na targu staroci albo piją kawę. Wszystkie ogródki pełne. Jest kilku śmiałków, którzy wchodzą do zimnego morza...

W lokalnej kawiarni największym powodzeniem cieszy się lada z lodami. Rzeczywiście pyszne, a hitem jest smak „Izolan" (połączenie wanilii, skórki pomarańczowej i nutelli). Gałka kosztuje w tym roku już ponad 2 euro, ale pocieszeniem jest jej ogromny rozmiar. W porze obiadowej kolejki ustawiają się przed restauracjami. Żeby zjeść smaczną rybę, musieliśmy czekać ponad 45 minut, o czym kelner lojalnie uprzedził.

Przechadzkę po Izoli można zacząć nad morzem albo średniowiecznymi uliczkami. Wśród kilku najstarszych budynków są: pałace Manzioli, Lovisato, Besenghi degli Ughi, w którym można wziąć ślub. Nas przyciąga ulica artystów, gdzie przed każdą kamieniczką stoją kolorowe donice z kwiatami. Nie brakuje małych galerii i pracowni. Gdzieniegdzie wiszą muszle ozdobione rysunkiem białego gołębia, bo ptak trzymający w dziobie oliwną gałązkę jest symbolem miasta. Znajduje się nawet w herbie. Jak głosi legenda, ocalił Izolę od najazdu Genueńczyków. Przestraszeni mieszkańcy, widząc nadpływające statki, poprosili o pomoc świętego Maura. Ten zesłał nad wyspę gęstą mgłę, dzięki której była niewidoczna i białą gołębicę. Kiedy najeźdźcy dostrzegli ptaka, popłynęli za nim ponieważ myśleli, że trzyma się blisko lądu. A gołębica wyprowadziła ich na szerokie morze, z dala od Izoli. Kiedy wróciła, usiadła na dzwonnicy kościoła św. Maura z gałązką oliwną w dziobie – symbolem pokoju. W ten sposób miasto ocalało.

Do otwarcia sezonu jeszcze trochę, ale informacja turystyczna już zaprasza na znajdujących się w pobliżu osiem plaż (dzikich, piaszczystych, kamienistych, dla turystów z psami), słynny klif i do Parku Archeologicznego „Simonov zaliv", gdzie można obejrzeć pozostałości willi i rzymskiego portu. Ciekawe eksponaty znajdują się też pod wodą.

Po obiedzie ostatnie spojrzenie na morze i wyruszamy w drogę powrotną. Korki przed Postojną, korki przed Lublaną. Dalej idzie dość gładko. Do Celja wracamy wieczorem. I znowu spacerujących jak na lekarstwo, bo Wielkanoc się kończy i każdy myśli o czekającym go jutro dniu pracy. Nie jestem zorientowana w wynikach meczów, ale syn gospodarzy to wielki fan szczypiorniaka. Informuje mnie, że po 21 latach drużynie RK Celje Pivovarna Laško udało się wywalczyć półfinał EHF Euro 2026. Mecz 25 kwietnia w arenie „Zlatorog". Gdy odlatuję ze Słowenii, piłkarze ręczni Wisły zaczynają w ORLEN Arenie rewanżowy mecz Ligi Mistrzów ze Sportingiem.

Lena Szatkowska



Marta Kunavar

Domy w dolinie i Alpy na horyzoncie to typowe widoki Słowenii



Marta Kunavar

Ogromne kosze pełne świątecznych smakołyków



Marta Kunavar

W Izoli trwają przygotowania do sezonu letniego

eprasa.pl 77757f9567

PŁOCK

BIBLIOTEKA DLA DZIECI „Chotomek”, ul. Sienkiewicza 2, tel. 262-27-69.
BIBLIOTEKA im. Zielińskich, pl. Narutowicza 2, tel. 366-99-70.
DOM BRONIEWSKIEGO, ul. Kościuszki 24.
DOM DARMSTADT, ul. Stary Rynek 8, tel. 367-19-22, fax. 367-19-33.
DOM TECHNIKA ORLEN S.A., ul. Kazimierza Wielkiego 41, tel. 262-82-54 do g. 15, tel. 262-77-36.
GALERIA a.r.t., ul. Kazimierza Wielkiego 24/24A, tel. 268 76 34.
GALERIA SZTUKI Dzieci i Młodzieży, CH Atrium Mosty, ul. Tysiąclecia 2a, tel. 369 16 08.
HOTEL „Herman”, ul. Sienkiewicza 30.
KINO HELIOS, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144, tel. 363-34-45.
KLUB OSIEDLA KOCHANOWSKIEGO, tel. 262-79-96.
KLUB OSIEDLA DWORCOWA, tel. 262-72-08.
KLUB OSIEDLA ŁUKASIEWICZA, tel. 263-94-12.
KSIĄŻNICA PŁOCKA, ul. Kościuszki 6, tel. 262-31-17.
MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY, ul. Tumska 9a, tel. 262-28-30.
MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY, Filia w ogrodzie jordanowskim, ul. Wyszogrodzka l, tel. 364-31-84.
MUZEUM DIECEZJALNE, ul. Tumska 3a, tel. 262-26-23.
MUZEUM MAZOWIECKIE, ul. Tumska 8, tel. 262-44-91. Muzeum czynne: wtorek– niedziela, g. 10– 17, w czwartki wstęp wolny.
MUZEUM ŻYDÓW MAZOWIECKICH, ul. Kwiatka 7.
NOVEKINO PRZEDWIOŚNIE, ul. Tumska, tel. 367-65-00.
OGRÓD ZOOLOGICZNY, ul. Norbertańska 2, kasa biletowa tel. 366-05-14.
PŁOCKA GALERIA SZTUKI, ul. Sienkiewicza 36, tel. 364-60-41.
PŁOCKA LOKALNA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA, tel./fax 364-99-90.
PŁOCKA ORKIESTRA SYMFONICZNA, ul. Bielska 9, tel. 364-10-80
PŁOCKI OŚRODEK KULTURY I SZTUKI, ul. Tumska 9A, tel. 366-43-33.
PŁYWALNIE (czynne w g. 7– 22):
Aquapark Płock, ul. Miodowa 13a, tel. 24-364-00-90
Jagiellonka, ul. 3 Maja 4, tel. 262-58-69;
Podolanka, ul. Czwartaków 6, tel. 267-81-20.
SALA KONCERTOWA „Dzieci Płocka”, ul. Jachowicza 34.
SPICHLERZ, Dział Etnograficzny Muzeum Mazowieckiego, ul. Kazimierza Wielkiego 11b, 262-25-95.
SPÓŁDZIELCZY DOM KULTURY, ul. Krzywoustego 3, tel./fax 263-35-60.
TEATR DRAMATYCZNY im. J. Szaniawskiego, Nowy Rynek 1, tel. 266-38-00.
TOWARZYSTWO NAUKOWE PŁOCKIE, pl. Narutowicza 8, tel. 366-99-50.

KAWIARNIE

Costa Coffee - Galeria Wisła, Wyszogrodzka 144
Dolce Caffe - ul. Synagogalna 2, tel. 505-300-174
Dobry Dzień Cafe, ul. Stary Rynek 4, tel. 698-781-531
Fit Cake, ul. Sienkiewicza 67/6, tel. 505-300-174
Grycan - Galeria Mosty, ul. Tysiąclecia 2A
Ławka do kawy, al. Kobylińskiego 2, tel. 884-788-954
Papuga, ul. Grodzka 8, tel. 503-592-045
Pink'na Cafe, ul. 3 Maja 17, tel. 536-289-991
Pierwsza Kawa, ul. Nowy Rynek 10, tel. 662-992-962
Sempre, ul. Grodzka 9, tel. 24 364-97-88
Vergrano, ul. Grodzka 8, tel. 666-561-361

MECHANIK SAMOCHODOWY

All-Car, ul. Spokojna 28, tel. 366-50-64
Armax, ul. Sienkiewicza 64, tel. 262-44-24
Auto-Box, ul. Zbożowa 29, tel. 264-32-90
Auto-Cross, ul. Kościuszki 8, tel. 266-48-46
Auto-Mechanika, ul. Czereśniowa 12, tel. 263-52-37
Auto-Naprawa, ul. Chabrowa 31, tel. 264-63-29
Auto Naprawa, ul. Jachowicza 7, tel. 264-52-10
Auto Naprawa, Nowy Rynek 3, tel. 262-68-91
Auto-Serwis, ul. Bielska 70, tel. 267-94-80
Auto Serwis Zapłon, ul. Bliska 17, tel. 262-83-20
BENEDIKS, alternatory, rozruszniki - naprawa, ul. Wiatraki 4, 603-846-516
Bosch Car Service, ul. Wyszogrodzka 100, tel. 262-73-34
Blacharstwo i Mechanika, ul. Gradowskiego 30, tel. 262-94-91
Carselect, ul. Kutnowska 18, tel. 266-38-93
Elektromechanika, ul. Mościckiego 19, tel. 600-208-878
Firma Auto Holo Naprawa, ul. Grabówka 16A, tel. 264-84-87
Firma Mechanika Dom, ul. 3 Maja, tel. 268-10-62
Mechanika Pojazdowa Auto-Pol, ul. Bielska 59, tel. 264-61-96
Mechanika Pojazdowa, Kostrogaj 5, tel. 694-285-761
Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 18, tel. 606-290-094
Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 21
Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 29, tel. 262-00-52
Mobile, ul. Wyszogrodzka 1A, tel. 503-024-732
Moto-Dar, ul. Sierpecka 17, tel. 604-640-296
Moto-Mar, ul. Zarzeczna 2, tel. 502-353-341
Mototap, ul. Macieszy 19, tel. 604-058-090
Opondex, ul. Gwardii Ludowej 6, tel. 366-07-09
Scania, ul. Sierpecka 11, tel. 262-41-06
Silver, ul. Szpitalna 14B, tel. 502-161-262
S.W.A.P Auto Serwis, ul. Maszewska 15, tel. 512-373-076
Puh Auto Serwis, ul. Nowy Rynek 3, tel. 262-66-01
PW Autos, ul. Otolińska 25, tel. 264-45-88
Transtrak, ul. Graniczna 53A, tel. 262-97-31
Zep-Mot, ul. Graniczna 57, tel. 266-54-43

PIZZERIE

Al Dente, ul. Stary Rynek 17, tel. 660-037-666
Boska, bo włoska, ul. Kwiatka 27, tel. 262-74-90
Corner, ul. Kolegialna 39, tel. 262-69-74
Czerwony Pomidor, ul. Lipnowska 35, Maszewo Duże, tel. 531 471 247
Da Grasso, ul. Walecznych 9A, tel. 264-01-01
Domino, ul. Rembielińskiego 8, tel. 268-45-25
Domino's Pizza, ul. Armii Krajowej 2, tel. 24 270 24 01
Festa Italiana, ul. Słoneczna 4A, tel. 737 814 299
Gruby Benek, ul. Tumska 14, tel. 386-22-22
Gruby Benek, ul. Dobrzyńska 15A, tel. 514-184-731
Killer, ul. Grodzka 3, tel. 268-81-25
Knajpka 10,5, pl. Narutowicza 2, tel. 264-72-92
Laguna, ul. Staromiejska 2, tel. 366-69-79
Oliva, al. Jana Pawła II 21C, tel. 504 504 291
Osiedlowa, al. Miodowa 8, tel. 571-903-311
Piccantino, ul. Synagogalna 2/8a, tel. 881 531 423
Pizza Hut Express, Galeria Wisła, tel. 22 536 36 36
Pizzeria 105, ul. 3 Maja 17, tel. 572-625-105
Rimini Express, ul. Spółdzielcza 14, tel. 262-74-95
Roma, ul. Grodzka 13, tel. 268-38-60
Tessa, ul. Grodzka 4, tel. 262-33-31
Tutti Santi, ul. Kobylińskiego 13, tel. 24-366-99-88

PUBY I KLUBY

Faceclub, Al. S. Jachowicza 49, tel. 601 441 113
Figaro Club, ul. Dworcowa 6A, tel. 264-39-51
Klub Kino, ul. Grodzka 6, tel. 502-272-705
Kombinat, ul. Sienkiewicza 32, tel. 575 907 603
Lisia Jama, ul. Kościuszki 2, tel. 262-34-51
Mały Płock, ul. Królewiecka 12C, tel. 510 607 433
Memories Club, ul. Królewiecka 12, tel. 512 748 483
Ministerstwo Śledzia i Wódki, ul. Grodzka 5, tel. 577 808 037
Pijalnia Wódki i i Piwa, ul Grodzka 15, tel. 795-409-746
Rock 69, plac Gabriela Narutowicza 2, tel. 366-39-38
Stacja Warka, ul. Tumska 9, tel. 24 264 15 25
Tutaj Przystań Towarzyska, ul. Bulwar Stanisława Górnickiego, tel. 500 292 915
Queen, ul. Grodzka 4, 790-800-378
Zachęta, ul. Grodzka 9, tel. 502 666 112

RESTAURACJE

A może kebsa, ul. J. Kwiatka 23/25, tel. 728-638-205
Browar Tumski, ul. Stary Rynek 13, tel. 268-69-39
Burrata, al. Jana Pawła II 12C, tel. 537 937 033
Cafe & Bistro na Deptaku, ul. Tumska 5, tel. 515-307-292
Dębowa, Galeria Wisła, tel. 24 363 36 66
Figaro, ul. Dworcowa 6A, tel. 264-39-51
Hotel Angielski, ul. Tumska 9, tel. 264-15-25
Hotel Petrochemia, ul. 3 Maja 33, tel. 365-60-02
Hotel Petropol, al. Jachowicza 49, tel. 24 366-44-40-49
Hotel Starzyński, ul. Piekarska 1, tel. 366-02-00
Hotel Tumski, ul. Piekarska 9, tel. 262-90-60
Klub Prawnika, ul. Staromiejska 2, tel. 264-84-67
Krzaki Vege Street Food, pl. Narutowicza 1, tel. 518-333-234
Książęca, ul. H. Sienkiewicza 30, tel. 24 367 00 67
Mast Kebab, ul. Grodzka 17, tel. 453-529-586
Oberża Pod Strzechą, ul. Dobrzyńska 62C, tel. 367-20-46
Ogniem i Mięsem, Stary Rynek 25, tel. 24 364 30 03
Pod Strzechą, ul. Grodzka 5, tel. 262-24-00
Salonik Babci Krysi, Stary Rynek 27, tel. 791 187 236
Tango, ul. Bielska 61, tel. 262-79-93
Wieża Ciśnień, ul. Warszawska 26, tel. 24 367 10 00
Wisełka, ul. Harcerska 102, tel. 264-83-17
Zajazd Rybaki, ul. Mostowa 5, tel. 264-56-58

SZEWCY

al. S. Jachowicza 40, tel. 603-892-486
ul. Tysiąclecia 1e, tel. 608-281-698
ul. Szarych Szeregów 6, tel. 515-600-323
ul. Wyszogrodzka 140, tel. 366-36-07

TAXI

Centrum, tel. 264-44-44
Elf, tel. 720 588 588
Mercury, tel. 24 262 23 19
MPT Radio Taxi, tel. 24 266 89 53
Najtańsze Taxi, tel. 266-89-53
Szóstki, tel. 266-66-66, 96-62
Tanie Taxi, tel. 533-577-555
Taxi Hybrid Płock, tel. 24 19-661
Taxi Merc-Des, tel. 24 262 99 99

WETERYNARZ

Amicus, ul. Armii Krajowej 20, tel. 509-098-624
Chiron, ul. Otolińska 10, tel. 262-39-92
Jar-Wet, ul. Armii Krajowej 1A, tel. 264-25-02
Konvet, ul. Jachowicza 19A, tel. 505-891-393
Marion, ul. Piłsudskiego 31, 264-39-48
Na 4 Łapy, ul. Kochanowskiego 35, tel. 518 700 440
Oskar, Al. Kobylińskiego 32, tel. 364-80-40
Primavet, ul. Jana Pawła II 86, tel. 263-44-74
Wibrys, ul. Hubalczyków 6, tel. 266-94-10

GOSTYNIN

MIEJSKA BIBLIOTEKA PUBLICZNA IM. JAKUBA Z GOSTYNINA, ul. Wojska Polskiego 23, tel.: 516 029 796
MIEJSKIE CENTRUM KULTURY, ul. 18 Stycznia 2, tel.: 514 502 485
ZAMEK GOSTYNIŃSKI, ul. Zamkowa 31, tel.: 24 235 45 00

MECHANIK SAMOCHODWY

Auto-Serwis S.C. ul. Ziejkowa 2, tel.: 24 235 84 50
Mechanika pojazdowa, ul. Mickiewicza 28, tel.: 24 235 51 13
Stacja Kontroli Pojazdów, ul. Krośniewicka 10b, tel.: 605 222 059
Autonaprawa, ul. Czapskiego 49, tel.: 24 235 53 37

PIZZERIE

K-2, ul. Kościuszki 1A, tel. 235-93-93
Bordoo, ul. Wyszyńskiego 40, tel. 694 000 584
Retro, ul. Floriańska 8, tel. 235-22-88

PŁYWALNIE

ul. Kutnowska 7A, tel. 235-34-56

RESTAURACJE

BAJKA – catering | przyjęcia, ul. Kościuszki 17, tel.: 508 679 396
Dziupla Wróbla, ul. Floriańska 14, tel.: 517 519 110
Leśna Chata Kuchnia Myśliwska, ul. Floriańska 21, tel. 606 455 356
Obiady Domowe U Agnieszki BLISKA A&K, ul. Wojska Polskiego 13, tel.: 575 190 550

TAXI

Gostynin Taxi 24h, tel.: 692 125 281

WETERYNARZ

Gabinet weterynaryjny, ul. Zamkowa 19, tel. 235-42-33
Medvet, ul. Kutnowska 12, tel. 235-84-84

KUTNO

KUTNOWSKI DOM KULTURY, ul. Żółkiewskiego 4, tel. 254-21-37
MUZEUM PAŁAC SASKI, pl. Marsz. J. Piłsudskiego 20, tel.: 24 337 19 01

SIERPC

CENTRUM KULTURY i SZTUKI, ul. Piastowska 39, tel. 275-24-93
MUZEUM WSI MAZOWIECKIEJ – SKANSEN, ul. Gabriela Narutowicza 64, tel. 275-28-83
RATUSZ, pl. Kardynała Wyszyńskiego 1, tel. 275-28-26,

PIZZERIE

Bella, ul. Traugutta 3A, tel. 275-61-57
Bona, ul. Jana Pawła II 1A, tel. 275-71-00

PŁYWALNIE

ul. Sucharskiego 2, tel. 275-74-72

RESTAURACJE

Hotel Skansen Conference & Spa, ul. Narutowicza 64, tel. 24 275 11 22
Pozytywka, ul. Konstytucji 3 Maja 5E, tel. 275-48-29
Zajazd „Kasztelan”, Białasy 55, tel. 275-61-63
Zakątek, ul. Piastowska 27C, tel. 789-024-944

MECHANIK SAMOCHODOWY

Mechanika Pojazdów Samochodowych, ul. Piastowska 76, tel. 509-521-890
Mechanika Pojazdowa, ul. Bema 16, tel. 275-11-18
Wulkanizacja i serwis klimatyzacji, ul. Białobłocka 16, tel. 690-283-838

WETERYNARZ

Gabinet weterynaryjny, ul. Narutowicza 32, tel. 502-623-656
Przychodnia weterynaryjna, ul. Piastowska 45A, tel. 500-401-310
Lecznica dla zwierząt, ul. Konstytucji 3 Maja 40, tel. 275-27-09

CEKANOWO

Zajazd „Pod Szczęśliwą Gwiazdą”, ul. Polna 1, tel. 261-93-93

GĄBIN

Muzeum Ziemi Gąbińskiej, ul. Stary Rynek 6, tel. 795-544-665

KROŚNIEWICE

Muzeum im. J. Dunin-Borkowskiego, pl. Wolności 1, tel. 252-33-47

ŁĄCK

Restauracja-Hotel Rusałka, ul. Płocka 14, tel. 384-18-00

RACIĄŻ

Miejskie Centrum Kultury, Sportu i Rekreacji im. Ryszarda Kaczorowskiego w Raciążu, ul. Parkowa 14, tel. (23) 679-10-78

SANNIKI

Europejskie Centrum Artystyczne, tel. 24-268-11-08

SŁUPNO

Zajazd „Mazowsze”, ul. Miszewska 8, tel. 386-27-60

STAROŹREBY

Restauracja, Kawiarnia i Sala Bankietowa „Anastazja”, ul. Płocka 69A, tel. 261-25-41

WYSZOGRÓD

Centrum Kultury „Wisła”, ul. Rynek 1, tel. 508-049-100

ŻYCHLIN

Żychliński Dom Kultury, ul. Fabryczna 3, tel. 285-10-34

DYŻURY APTEK

Płock: W Płocku żadna apteka nie jest czynna przez całą dobę! Najdłużej otwarta pozostaje apteka przy ul. Rembielińskiego 6, która rozpoczyna pracę o godz. 7:00, a kończy o godz. 23:00. Apteka ta pracuje każdego dnia w roku, również we wszystkie dni wolne od pracy, w tym w każdą niedzielę. Nie ma natomiast ustalonego harmonogramu wszystkich aptek pracujących (w tym w niedziele i święta) na terenie Płocka.

Gostynin: ul. Rynek 25 – czynne przez całą dobę w dni powszednie, dni wolne od pracy, niedziele i święta.

Sierpc: Apteki w powiecie sierpeckim nie pełnią dyżurów całodobowych. Apteka pełniąca w danym dniu dyżur jest czynna do godz. 22.00 (do 21.00 w niedziele). 22.04 – ul. Matejki 1C (8.00 – 22.00), 23.04 – ul. Konstytucji 3-go Maja 7D (8.00 – 22.00), od 24.04 do 26.04 – ul. Braci Tułodzieckich 10 (pt. 8.00 – 19.00, dyżur: 20.00 – 22.00; sob. 8.00 – 14.00, dyżur: 20.00 – 22.00; niedz. dyżur: 14.00 – 21.00), 27.04 – ul. Traugutta 1 (8.00 – 22.00), 28.04 – ul. Matejki 1C (8.00 – 22.00).

WAŻNE TELEFONY

HOSPICJUM PŁOCKIE pw. św. Urszuli Ledóchowskiej, ul. Marsz. J. Piłsudskiego 37, tel.: 24 266 44 44.
POGOTOWIE CIEPŁOWNICZE Płock tel.: 993 (bezpłatny), Gostynin 24 235 28 88, Sierpc 24 275 29 81.
POGOTOWIE DROGOWE Płock tel.: 954 (bezpłatny).
POGOTOWIE ENERGETYCZNE Płock, Gostynin, Sierpc tel.: 991 (bezpłatny).
POGOTOWIE GAZOWE Płock tel.: 992 (bezpłatny).
POGOTOWIE RATUNKOWE Płock, Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego i Transportu Sanitarnego w Płocku, ul. Narodowych Sił Zbrojnych 5 tel.: 24 267 84 00; numer alarmowy 112.
POGOTOWIE WODOCIĄGOWE Płock tel.: 994.
STRAŻ MIEJSKA Płock tel.: 986.
PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO Płock, ul. Mikołaja Reja 15/3, tel.: 24 364 53 21.
ZARZĄDZANIE KRYZYSOWE Płock tel.: 987.

Aktualizacja: 13.10.2025 r.

eprasa.pl 77757f9567

Bogini, kot spełniający życzenia i podróże Edwarda Okunia

Raz, dwa, trzy – do muzeum idziesz TY!

Kto jeszcze pamięta „Siedem życzeń", świetny polski serial dla młodzieży z lat 80-tych? Jego fabuła kręciła się wokół kota, który spełniał życzenia. Gdy się do tego zabierał, wokół oczu wirowały mu złote kręgi, a animowany pyszczek wypowiadał głębokim głosem Macieja Zembatego słowa: „Hator, Hator, Hator…".

Koncepcja kota, który spełniał życzenia swego nastoletniego właściciela Darka, wywarła na mojej dziecięcej wersji piorunujące wrażenie. Zapamiętałam Rademenesa (kot z serialu nosił właśnie to piękne imię), Darka i tę mantrę „Hator, Hator…".

Proszę więc wyobrazić sobie moje zdumienie i radość, gdy niecałe 40 lat później dowiedziałam się, że owo „Hator" to nie tylko ładnie brzmiący zlepek liter, a całkiem konkretna postać. Ba, przekonałam się nawet, jak owa postać wygląda! A wszystko dzięki Muzeum Mazowieckiemu w Płocku.

Hator, a właściwie „Bogini Hator" czeka na Was na wystawie sztuki art deco Muzeum Mazowieckiego w Płocku przy ul. Kolegialnej 6. Konkretnie na jej parterze, po prawej stronie od wejścia, w aneksie nazwanym „1910". To sporych rozmiarów obraz Edwarda Okunia z roku 1916. Przedstawia – a jakże – Hator, a właściwie Hathor, egipską boginię nieba, która z czasem w mitologii starożytnej stała się również boginią miłości, muzyki, tańca i radości, opiekunką kobiet i matek. Egipcjanie przedstawiali ją początkowo jako krowę, potem jako kobietę z głową krowy, w końcu jako kobietę z całkiem regularną głową ozdobioną krowimi rogami ze słonecznym dyskiem pomiędzy nimi.

Na płockim obrazie Hator nie ma nic wspólnego z krową – jest bardzo przystojną panią w sukni z turkusowych i zielonych piór. U stóp jej klęczy wpatrzony w nią mężczyzna, za nią przycupnęły dwa przypominające małpy stwory.

Obraz jest piękny, a my, Płocczanie możemy być dumni, że nasze muzeum ma w swych zbiorach taką perełkę. Tym bardziej, że wiąże się z nią jeszcze jedna interesująca historia, związana z „Faraonem" Prusa.

Otóż – jak już wspomniałam, autorem „Bogini Hator" jest Edward Okuń (1872–1945), jeden z najbardziej barwnych przedstawicieli polskiej secesji i symbolizmu. Malował pejzaże, portrety oraz fantastyczne, bogato dekoracyjne kompozycje, często inspirowane literaturą i mitami. Już jako młody artysta studiował w Warszawie, Monachium i Paryżu (odziedziczył majątek i nie musiał martwić się o pieniądze), a ponad dwie dekady spędził we Włoszech, gdzie zafascynowany pejzażami południa Europy tworzył prace o niezwykłym świetle i kolorze. Okuń był także cenionym ilustratorem – współpracował z europejskimi pismami takimi jak niemieckie „Jugend" oraz polskim „Chimera", projektując okładki, winiety i rysunki do dzieł takich pisarzy jak Bolesław Prus czy Stefan Żeromski. W 1921 roku wrócił do Polski, zamieszkał w Warszawie. Wraz z przyjaciółmi założył lożę masońską „Kopernik". Jako wiceprezes Towarzystwa Zachęty Sztuk Pięknych był bezpośrednim świadkiem zamachu w Zachęcie na prezydenta Gabriela Narutowicza w 1922 roku – ba, wraz z adiutantem prezydenta pomógł obezwładnić zamachowca! Po powstaniu warszawskim przeniósł się do Skierniewic, gdzie w roku 1945 (miał wtedy 73 lata) dosięgnęła go przypadkowa kula.

Jeśli kochacie malarstwo, musicie obejrzeć jego obrazy „Śmierć Paganiniego" czy „My i wojna", albo inny obraz Okunia ze zbiorów Muzeum Mazowieckiego w Płocku – „Autoportretem z żoną na tle Anticoli Corrado". Obiecuję, zachwycicie się.

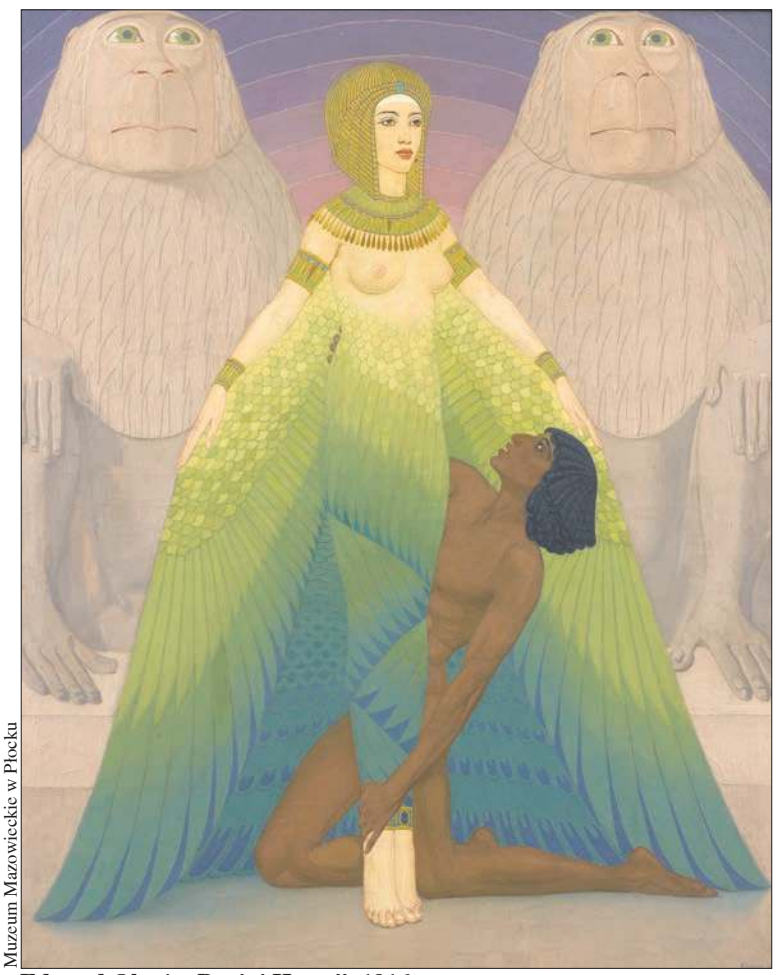
Wracając do naszej Hator – płótno to jest niewątpliwie efektem podróży malarza do Egiptu w 1913 roku. Okuń realizował wtedy zamówienie słynnego wydawnictwa Gebethner i Wolff na ilustracje do powieści „Faraon". Pięknie ilustrowana i wzbogacona o komentarze krytyczne książka miała być hołdem dla zmarłego rok wcześniej Bolesława Prusa. To zlecenie było marzeniem artysty – 2 tysiące rubli honorarium plus pokrycie kosztów podróży do kraju faraonów! Okuń spędził w Egipcie kilka miesięcy, chłonął krajobrazy, historię, architekturę i mitologię, a następnie przeniósł ten świat na papier. Trasa jego wędrówki nie jest znana, wytrawni egiptolodzy potrafią jednak odtworzyć jej przebieg w oparciu o inspiracje kolejnych ilustracji Okunia.

Malarz wypełnił zadanie wzorowo, jego egipskie prace były piękne, oddawały ducha tego niezwykłego kraju i jego sztuki. Niestety, do wydania „Faraona" przez Gebethnera i Wolffa nie doszło, na przeszkodzie stanął prawdopodobnie wybuch pierwszej wojny światowej. Nieco później książkę wydało inne już wydawnictwo. Swoją drogą „Faraona" z ilustracjami Okunia wydawano także współcześnie – jeśli dobrze poszperacie w sieci, możecie sprawić sobie ten egipski skarb.

Egipt został już w Okuniu na zawsze. Inspirował go, nawet gdy ilustracje do książki były już gotowe. Zapewne stąd wzięła się „Bogini Hator". Z pewnością z Egiptu wziął się także słynny portret Józefa Piłsudskiego, przedstawionego z profilu, otulonego białymi skrzydłami orła. To wypisz wymaluj lustrzane odbicie Ramzesa XIII z okładki „Faraona", tyle że Ramzesa obejmuje skrzydłami sokół.

Muzeum Mazowieckie zaprasza Was do swego skarbca – znajdziecie tam tysiące podobnych niezwykłości.

Milena Orłowska



Muzeum Mazowieckie w Płocku

Edward Okuń, „Bogini Hator", 1916 r.

Nowa wystawa w Płockiej Galerii Sztuki

Namalować światło

Przestrzeń płockiej galerii przy Sienkiewicza zagarnęły niezwykłe obrazy Wojciecha Ledera. Wielkoformatowe prace artysty, pedagoga, kierownika Pracowni Imperatywu Malarskiego na Wydziale Sztuk Pięknych ASP w Łodzi nie przynoszą jednoznacznej odpowiedzi na stereotypowe pytanie: co autor chciał powiedzieć.

Już sam tytuł ekspozycji „Rozważania na inny dzień" wprowadza odbiorcę w niespieszny sposób podążania za obrazem. W zamieszczonym w katalogu wywiadzie (autor Krzysztof Cichoń) artysta mówi: - *(…) Chciałbym, żeby widz zapatrywał się w obraz jak w lustro, jak w ekran, który może sobie przejrzeć, wyjaśnić, interpretować, włączyć i wyłączyć*. Podkreśla, że maluje obrazy, które musi namalować, bo poprzez obrazy znajduje odpowiedź na pytanie, w jaki sposób istnieje świat i w jaki sposób sam istnieje. Zaznacza też, że jego prace nie są wprost listami do oglądającego. Można ich nawet dotknąć i poczuć, jak zostały zrobione niemal bez śladu pędzla. Zdarza się, że po latach artysta wraca do tych samych płócien, dodając do nich prywatną „warstwę czasu".



archiwum PGS

Od lewej: Krzysztof Cichoń, Wojciech Leder, Alicja Wasilewska na wernisażu

Cichoń porównał artystę do alchemika przeniesionego z dawnych wieków, który nie zdradza swoich technologicznych sekretów. Posypuje piaskiem akwarystycznym jakieś pokosty tak, by spadł na obrazy, na których pojawia się światło. Ukryta w obrazach Ledera metafora zgodnie z definicją niesie nas za horyzont: - *On maluje monady, ponieważ ma dar wypatrywania monad, tego co proste, co duchowe, co może oderwać od codzienności na chwilę i dać chwilę ulgi* – mówił na wernisażu. Przekonywał też, że malowania światła w tak dziwny sposób warto się nauczyć, warto próbować, bo jeśli człowiek ładnie żyje, ma do czynienia ze światłem.

Kurator wystawy, dyrektor PGS Alicja Wasilewska podkreśliła, że Leder to wyjątkowy malarz: - *Jego obrazy przyciągają uwagę zarówno unikalną techniką wykonania, jak i własnym językiem, materią, światłem, fakturą.*

23 wielkoformatowe obrazy Wojciecha Ledera tworzą cykle: „Figura świetlna", „Sacrum", „Ciało", „Iluzja autoteliczna". Ich tematem jest relacja między rzeczami, a naszym wzrokiem.

Wojciech Leder, absolwent PWSP w Łodzi, dyplom z malarstwa obronił w pracowni prof. Stanisława Fijałkowskiego. Studiował także filozofię na Uniwersytecie Łódzkim.

Od 2002 roku pracuje w Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi. Profesor zwyczajny sztuk plastycznych. Taternik i alpinista.

Wystawę można zwiedzać do 3 maja. A już w czwartek (23 kwietnia) galeria zaprasza na oprowadzanie z przewodnikiem. Początek o godz. 17.00.

(lesz)

Płocka Orkiestra Symfoniczna w maju

Klezmerskie rytmy, bałkański folk

8 maja o godz. 19.00 z płockimi symfonikami wystąpi zespół Klezmafour. W programie energetyczna muzyka bałkańska i klezmerska. Bilety w cenie 50 zł już można kupić w kasie biletowej POS i serwisie Bilety24.pl.

Zespół „Klezmafour" tworzą Andrzej Czapliński – wokal, skrzypce, Mateusz Chmiel – klarnet, Rafał Grząka – akordeon, Paweł Skorupka – bas, Kamil Siciak – perkusja. Rozpięty pomiędzy Lublinem, Białymstokiem i Warszawą czerpie inspiracje z tradycji klezmerskiej, łącząc ją z bałkańskim folklorem i punk rockową energią.

Muzycy zostali laureatami dwóch nagród na International Jewish Music Festival 2010 w Amsterdamie i odbyli trasę koncertową po USA i Kanadzie. W 2011 roku ukazał się debiutancki album grupy „5th Element". W 2014 roku wyszła płyta „W górę". Razem z filharmonią szczecińską Klezmafour nagrał też krążek „Klezmafour Orkiestronicznie".

Płocką Orkiestrę Symfoniczną im. Witolda Lutosławskiego poprowadzi Jarosław Praszczałek – dyrygent, kompozytor, instrumentalista, pedagog, popularyzator wiedzy o muzyce. Jest absolwentem dyrygentury na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina w Warszawie. W 2017 roku uzyskał na macierzystej uczelni stopień doktora sztuk muzycznych.

W 2016 album sopranistki Joanny Freszel „Real Life Song", na którym artysta dyryguje prawykonaniami utworów Miłosza Bembinowa i Katarzyny Szwed, otrzymał dwie nominacje do nagrody Fryderyka oraz prestiżową paryską nagrodę Les Orphées d'Or (Złoty Orfeusz). Podczas koncertów promuje zapomniane dzieła polskie epoki klasycyzmu i romantyzmu (Uwertura Królowa Jadwiga, I Koncert fortepianowy g-moll, II Koncert fortepianowy G-dur Wojciecha Sowińskiego, Adagio et Allegro Concertans Franciszka Mireckiego, Koncert fortepianowy h-moll Józefa Krogulskiego).

(l.)

eprasa.pl 77757f9567

HOROSKOP

BARAN (21.03-20.04)

Po udanym weekendzie trudno ci będzie odnaleźć się wśród domowych i zawodowych obowiązków. Łatwo się znudzisz i szybko zniechęcisz do nowych spraw. Jeśli nie wplączesz się w niepotrzebną dyskusję, to twoje sprawy zawodowe biec będą spokojnym rytmem. Za to w domu czas minie ci bardzo przyjemnie, a rozmowy z krewnymi wprawią cię w dobry humor.

BYK (21.04-21.05)

Zamiast ścigać z ambitnymi współpracownikami, zwolnij tempo. Popatrz na wszystko z dystansu i bądź dla siebie samego bardziej wyrozumiały. Uda ci się rozsądzić spór i znajdziesz dobre wyjście z trudnej towarzyskiej sytuacji. Pod koniec tygodnia zwróć uwagę na rodzinne sprawy i pamiętaj o kimś, kto czeka na ważną wiadomość. W miłości staniesz się romantyczny, a nawet trochę naiwny.

BLIŹNIĘTA (22.05-21.06)

Czeka cię sympatyczny tydzień. Ktoś ważny wreszcie cię doceni. Uśmiechaj się i słuchaj ludzi, bo dzięki umiejętności współpracy zyskasz o wiele więcej, niż się spodziewałeś. Dyplomatyczne zdolności będą ci szczególnie potrzebne pod koniec tygodnia. Ktoś wtedy spróbuje obarczyć cię swoimi obowiązkami lub nagle zmieni zdanie w ważnej sprawie.

RAK (22.06-22.07)

Szczęście ci sprzyja, a korzystnych okazji nie zabraknie. Nie marnuj tylko czasu na kłótnie z upartym współpracownikiem, którego i tak nie przekonasz do tego, co dobre. Warto za to zabierać się za różne domowe sprawy. W rodzinie ufaj intuicji, bo mogą ujawnić się różne zadawnione konflikty, a ty będziesz musiał wszystkich pogodzić. W miłości Wenus przyniesie ci kolejną szansę.

LEW (23.07-22.08)

Odzyskasz dobry humor i pewność siebie. Chętnie zajmiesz się sprawami, które wymagają rozmów z innymi ludźmi. W związku z pracą będzie mnóstwo gwaru i zamieszania. Postaraj się zapanować nad chaosem, abyś potem nie utonął w morzu zaległości. Weekend także sprzyja rozmowom z ciekawymi ludźmi. Ktoś zaproponuje udział we wspólnym przedsięwzięciu.

PANNA (23.08-22.09)

Pokaż wszystkim w swoim otoczeniu, jak podejmować szybkie i trafne decyzje, ale nie rywalizuj z własnym szefem. Połączenie emocji i ambicji może skończyć się konfliktem, dlatego uważaj na słowa. Pod koniec tygodnia w porę chwycisz szansę na zdobycie dodatkowej gotówki. Weekend bardzo sprzyja odpoczynkowi. Nawet jeden dzień wolny od wszystkich obowiązków wprawi cię w doskonały nastrój.

WAGA (23.09-23.10)

Wprowadzisz w swoje życie kilka nowych zasad. W pracy zaczniesz działać według planu, a w domu od nowa podzielisz obowiązki. Lepiej nie podważać twojego autorytetu, bo możesz stać się wymagający i trochę kłótliwy. Koniec tygodnia sprzyja sprawom finansowym. Ktoś nagle odkurzy stary pomysł, ktoś przypomni sobie o wspólnych celach. To może być szansa na awans i sukces.

SKORPION (24.10-22.11)

Wstąpi w ciebie niespokojny duch. Nawet podczas wielkanocnych spotkań będziesz myśleć o dalszej karierze i szukać nowego pomysłu na swoje życie. Popatrz na wszystko z optymizmem, bo Skorpiony stworzone są do wygodnego życia. W miłości nie będziesz się nudzić, bo Wenus kusić cię będzie do flirtów, a nawet romansu. Uważaj, bo możesz stracić dla kogoś głowę.

STRZELEC (23.11-21.12)

Poczujesz, że życie zaczyna biec spokojniejszym rytmem i nad wszystkim uda ci się teraz zapanować. Postaraj się tylko znaleźć więcej czasu na własne zainteresowania. Kup inspirujący poradnik, bo warto trochę zadbać o swój rozwój i edukację. W weekend czekają się ciekawe rozmowy z przyjaciółmi. W miłości także nadejdą spokojniejsze dni.

KOZIOROŻEC (22.12-20.01)

Słuchaj swojej intuicji i nie wtrącaj się w sprawy, które mogą się źle dla ciebie skończyć. W pracy nie daj się sprowokować do konfliktów i cierpliwie rób swoje. Zamów ciekawe książki, poszukaj inspiracji. Wszechświat sprzyja zapisywaniu się na niezwykłe kursy i zdobywaniu umiejętności, które przydadzą ci się w przyszłości. W miłości będziesz teraz bardziej tajemniczy.

WODNIK (21.01-20.02)

Nie będzie dla ciebie rzeczy niemożliwych. Chętnie zajmiesz się zaległymi sprawami, ale wszystko będziesz chciał zrobić natychmiast i bez oglądania się na to, co sądzą inni ludzie. To dobry czas, aby sprytnie wyplątać z obietnic, które kosztują cię zbyt wiele czasu i energii. Zrób w swoim życiu miejsce dla nowych spraw, bo Merkury przyniesie ci nowe zainteresowania i ciekawsze propozycje.

RYBY (21.02-20.03)

To, co nie udawało ci się przez ostatnie tygodnie, powoli zacznie układać się po twojej myśli. Ktoś, kto blokował twoje sprawy lub utrudniał ci działanie, zajmie się czymś zupełnie innym. Dostaniesz dobre wiadomości, potwierdzą się korzystne dla ciebie ploteczki. Zrób plan działania, wypisz swoje cele, znajdź pomocników i nie oglądaj w przeszłość.

ZUS odpowiada na pytania czytelników



Przemysław Siemieniak

Dyrektor Oddziału ZUS w Płocku

Prawo do zasiłku chorobowego nie zawsze kończy się wraz z zatrudnieniem. Świadczenie może przysługiwać także w okresie wypowiedzenia, a w niektórych przypadkach również po rozwiązaniu umowy o pracę. Co to za przypadki?

Zasiłek chorobowy przysługuje osobie ubezpieczonej, która stała się niezdolna do pracy w czasie trwania ubezpieczenia chorobowego. Świadczenie może być wypłacane także za okres nieprzerwanej niezdolności do pracy przypadający już po ustaniu zatrudnienia.

Prawo do zasiłku może powstać również wtedy, gdy niezdolność do pracy pojawi się po ustaniu zatrudnienia. Warunkiem jest jednak, aby trwała ona nieprzerwanie co najmniej 30 dni oraz powstała:

• nie później niż w ciągu 14 dni od ustania tytułu ubezpieczenia chorobowego, albo

• nie później niż w ciągu 3 miesięcy od ustania tytułu ubezpieczenia chorobowego w przypadku choroby zakaźnej o okresie wylęgania dłuższym niż 14 dni lub innej choroby, której objawy ujawniają się po czasie dłuższym niż 14 dni od początku choroby (oznaczonej w zaświadczeniu lekarskim kodem literowym „E").

Jak długo można być na zwolnieniu po ustaniu zatrudnienia?

Zasiłek chorobowy po ustaniu ubezpieczenia chorobowego można pobierać maksymalnie przez 91 dni. Ograniczenie to nie dotyczy jednak niezdolności do pracy powstałej w związku z poddaniem się niezbędnym badaniom lekarskim przewidzianym dla kandydatów na dawców komórek, tkanek i narządów oraz zabiegowi ich pobrania, a także niezdolności do pracy spowodowanej gruźlicą lub przypadającej w trakcie ciąży. W takich przypadkach zasiłek chorobowy przysługuje przez cały okres niezdolności do pracy, jednak nie dłużej niż przez 182 dni, a w przypadku gruźlicy lub niezdolności do pracy przypadającej w trakcie ciąży – nie dłużej niż przez 270 dni.

Jeżeli po wyczerpaniu okresu pobierania zasiłku chorobowego ubezpieczony nadal jest niezdolny do pracy, a dalsze leczenie lub rehabilitacja dają szansę na odzyskanie zdolności do pracy, może ubiegać się o świadczenie rehabilitacyjne. Przysługuje ono przez okres nie dłuższy niż 12 miesięcy. O przyznaniu świadczenia rehabilitacyjnego decyduje lekarz orzecznik ZUS lub komisja lekarska ZUS.

Dwie sceny, Niechęć i płoccy artyści w POKiS

Majunia zmienia oblicze

Trwają przygotowania do Majuni. Tegoroczna edycja przynosi istotne zmiany. To już dwie profesjonalne, niezależne sceny. Wiadomo też, kto na nich zagra. To silna reprezentacja płockich twórców, a także DJ Blik w kolaboracji z Dominiką Płonką oraz zespół Niechęć.

Organizatorzy już odkrywają karty i zapraszają do udziału w wydarzeniu, które odbędzie się w sobotę, 9 maja. Ruszyła przedsprzedaż biletów. Kosztują one obecnie 30 zł. Cena w dniu imprezy skoczy do 40 zł.

Wyczekiwany punkt Pikniku Europejskiego

Majunia to mikro-festiwal, który na stałe wpisał się w kalendarz miejskich wydarzeń i stał się jednym z najbardziej wyczekiwanych punktów Pikniku Europejskiego w Płocku. W tym roku zaplanowana została w POKiS-ie (ul. Jakubowskiego 10). Wydarzenie wystartuje o godzinie 19:00 i potrwa do 01:00 w nocy, oferując uczestnikom wybór między plenerowym vibem Sceny Zewnętrznej a klubową mocą nagłośnienia wewnątrz budynku.

- Majunia to przede wszystkim artyści. To właśnie line-up buduje ten wyjątkowy mikro-festiwalowy klimat, w którym różne muzyczne światy spotykają się w jednym miejscu i czasie. Tegoroczna edycja stawia na autentyczność i udowadnia, że najbardziej intrygująca muzyka powstaje tuż obok nas – w płockich studiach i salach prób, skąd rusza w świat, nie tracąc przy tym swojego unikalnego charakteru – zapowiadają organizatorzy wydarzenia.

Kevski w rodzinnym mieście

Artystycznym filarem nadchodzącej edycji jest płocki projekt – **Kevski**. W niezwykle naturalny sposób splata on dwa, pozornie odległe światy: klasyczną wrażliwość i nowoczesną elektronikę. Twórcy udowadniają, że elegancja fortepianu i skrzypiec może płynnie współistnieć z pulsującymi rytmami deep i melodic house, tworząc spójną, hipnotyzującą całość. Dzięki solidnemu wykształceniu klasycznemu oraz doświadczeniu zdobytemu na międzynarodowych konkursach, pochodzący z Płocka artyści przenoszą swoje umiejętności w przestrzeń nowoczesnych brzmień. To rzadkie połączenie lokalnej dumy z produkcją na światowym poziomie – nic dziwnego, że brytyjskie media niezależne dostrzegają w Kevskim projekt, który pewnym krokiem wchodzi na globalną scenę, promując przy tym swoje rodzinne miasto.

Muzyczna energia festiwalu rozleje się na dwie przestrzenie, a silny, płocki akcent usłyszymy również na Scenie Zewnętrznej. Zaprezentuje się tam **Oskar Paloma**, utalentowany producent z Płocka, który przy wsparciu **DJ-a Gruby Bounce** połączy nowoczesny rap z taneczną elektroniką. To najlepszy dowód na to, że płockie podziemie ma się świetnie, a lokalni twórcy dyktują własne warunki w świecie nowych brzmień.

Klub muzyczny w POKiS-ie

Z kolei wnętrza Sali Koncertowej POKiS zmienią się w pełnowymiarowy klub muzyczny. Wystąpi tam m.in. **DJ Blik** w kolaboracji z **Dominiką Płonką** – duet łączący estetykę rave'u lat 90. z głosem artystki nominowanej do Fryderyka.

Fanów mocniejszych wrażeń przyciągnie zespół **Niechęć**, mistrzowie mrocznego, jazzowego transu, promujący nową płytę „2025".

Skład Sali Koncertowej uzupełnią legendy płockiej selekcji: **DJ Akaone**, mistrz gramofonów serwujący brzmienia od funku po złoty wiek house, oraz **Vidno**, DJ i producent nierozerwalnie związany z kolektywem Audiobar, będący synonimem jakościowego techno i house'u.

Bilety na Majunię są już dostępne w Bileterii POKiS, na stronie internetowej bilety.pokis.pl oraz w „Zachęcie" przy ul. Grodzkiej 9.

BS



eprasa.pl 77757f9567

ŻYCZENIA

W najbliższym tygodniu imieniny obchodzą:

22 kwietnia – Leon, Łukasz,
23 kwietnia – Jerzy, Wojciech,
24 kwietnia – Aleksy, Horacy,
25 kwietnia –Jarosław, Marek,
26 kwietnia – Marcelina, Marzena,
27 kwietnia – Teofil, Zyta,
28 kwietnia – Paweł, Waleria.

***

Kochanej wnuczce
– **Emilii Świgońskiej**
w uroczystym dniu I Komunii Świętej życzenia obfitych łask bożych, mocnej wiary i nadziei; niech ten szczególny dzień wypełni się dla Ciebie miłością, szczęściem, ciepłem i spełnieniem marzeń, a Bóg prowadzi Cię przez całe życie.
Życzenia przesyła babcia Basia.

***

Z okazji 18. urodzin
przesyłam serdeczne życzenia wspaniałemu wnukowi
– **Szymonowi Świgońskiemu.**
Życzę Ci zdania matury oraz spełnienia najskrytszych marzeń, niech życie w przyszłości sprzyja Ci na każdym kroku, bo zasługujesz na wszystko co najpiękniejsze i najlepsze.
Życzenia przesyła babcia Basia.

***

Kochanym Rodzicom
Irenie i Januszowi Wochowskim
z okazji Złotych Godów
życzenia składają córka Kasia i syn Adam z rodzinami.

***

Z okazji 10. rocznicy ślubu
życzymy wam, aby wasza miłość nadal była tak silna jak w dniu, w którym powiedzieliście sobie „tak”, a jednocześnie jeszcze piękniejsza dzięki wspólnie przeżytym latom. Niech każdy kolejny dzień przynosi wam radość, wzajemne wsparcie, zdrowie i spokój. Niech następne lata będą jeszcze piękniejszą podróżą przez życie – razem, ręka w rękę.
Marcinowi i Paulinie Jabłkiewicz
życzą rodzice, dziadkowie oraz synowie – Jurek i Filip.
(kw)

Życzenia imieninowe, urodzinowe i inne można przekazywać telefonicznie pod numerem **24 262 55 88** oraz e-mail: **karolina@tp.com.pl** fb: **Tygodnik Płocki**

Festiwal „Katorga” ruszy w Płocku już 24 kwietnia

Muzyczne starcie studentów

Już w piątek, 24 kwietnia w POKiS-ie ruszy „Katorga”, czyli konkurs, który daje studentom możliwość wyjścia na scenę Juwenaliów Płockich. Grasz z ekipą po godzinach? A może nagrywasz coś w akademiku? Możesz się zgłosić już teraz!

W POKIS-ie znów będzie naprawdę głośno. Masz swój zespół? A może tworzysz solo? „Katorga” od lat otwiera scenę dla studentów, dając im przestrzeń, by pokazali, na co ich stać. Nieważne, czy dopiero zaczynasz, czy masz już za sobą pierwsze występy — liczy się klimat, pomysł i odwaga, by wyjść do ludzi.

- To nie jest zwykły konkurs. To muzyczna katorga, która wyłoni najlepszych z najlepszych. Pokaż Płockowi swoją energię, zgarnij publikę i stań ramię w ramię z największymi gwiazdami polskiej sceny! - piszą organizatorzy Juwenaliów w mediach społecznościowych.

Najlepsi zgarną coś więcej niż brawa. Nagrodą główną dla zwycięzcy „Katorgi” jest występ na dużej scenie podczas płockich Juwenaliów.

Wydarzenie jest otwarte i bezpłatne, więc każdy może spróbować swoich sił na scenie lub też posłuchać studenckiego brzmienia na widowni. Zgłoszenia dla uczestników dalej trwają, a formularz zgłoszeniowy znajdziecie na profilu Juwenaliów Płockich na Facebooku.

JM

Oddaj krew, odbierz pizzę i kibicuj Nafciarzom!

Krwawa Festa już 24 kwietnia w Płocku

W piątek, 24 kwietnia mieszkańcy Płocka będą mieli wyjątkową okazję, by podzielić się najcenniejszym darem życia. Na terenie parkingu przy Zespole Szkół Technicznych nr 70 zaparkuje krwiobus. Na dawców czekają nie tylko tradycyjne czekolady, ale także vouchery na mecze Wisły Płock oraz darmowa pizza. To wszystko w ramach akcji „Krwawa Festa”.

Klub Honorowych Dawców Krwi Legion – Oddział w Płocku zaprasza wszystkich chętnych do udziału w kolejnej odsłonie cyklicznych wydarzeń pod hasłem „Krwawe Dni z Legionem”. Tym razem akcja zyskała wyjątkową oprawę i partnerów, dzięki którym pomaganie staje się jeszcze przyjemniejsze.

Gdzie i kiedy? W piątek, 24 kwietnia w godzinach 9:00 – 13:00 na terenie parkingu obok ZST 70, mieszczącego się w al. Kilińskiego 4

Wyjątkowe bonusy dla krwiodawców

Organizatorzy we współpracy z lokalnymi partnerami przygotowali dla uczestników specjalne upominki. Każdy krwiodawca otrzyma voucher na zakup biletu na dowolny mecz Wisły Płock w sezonie 2025/2026. Pierwsi dawcy zostaną nagrodzeni kuponami na darmową pizzę w pizzerii Festa Italiana. Każdy uczestnik otrzyma tradycyjny zestaw posiłku regeneracyjnego od RCKiK.

Jak się przygotować?

Aby móc oddać krew, należy być osobą zdrową, wypoczętą i pełnoletnią. Organizatorzy przypominają o kilku ważnych zasadach. Dzień wcześniej i w dniu akcji warto pić dużo wody. Wskazane lekkie śniadanie przed wizytą w krwiobusie. Należy też zabrać ze sobą dowód osobisty.

Partnerem wydarzenia jest Samorząd Województwa Mazowieckiego. Akcję wspierają również m.in. Akademickie Stowarzyszenie Ambitni w Działaniu, Stowarzyszenie Kreatywni oraz Akademia Mazowiecka w Płocku. **BS**



NIE TYLKO KULINARNE WĘDRÓWKI PO POLSCE

Pod niebem Angkoru

Kambodża ma w naszej wyobraźni smak trudny do przełknięcia. Kiedy o niej myślimy, częściej przychodzi nam do głowy historia przemocy i ciszy niż aromat trawy cytrynowej czy świeżo gotowanego ryżu. Nazwa Czerwoni Khmerzy i postać Pol Pot zdominowały sposób, w jaki opowiadamy o tym kraju - jakby jedno doświadczenie mogło zdefiniować całe miejsce. A przecież Kambodża ma także inne oblicze - monumentalne, niemal niewiarygodne. W dżungli wyrastają kamienne miasta, z których najbardziej znany jest Angkor, ślad cywilizacji, która nie tyle ujarzmiła wodę, co nauczyła się żyć w rytmie monsunów. Wokół Angkoru powstał rozbudowany system kanałów i zbiorników, pozwalający magazynować nadmiar wody i wykorzystywać go w czasie suszy, co umożliwiało wielokrotne zbiory ryżu i utrzymanie ogromnej populacji. Woda była tu nie tylko zasobem, lecz także częścią porządku świata, wpisaną w kosmologię i architekturę. Tam, gdzie dziś widzimy korzenie drzew oplatające mury, kiedyś tętniło życie, handel i codzienność. I może właśnie dlatego kuchnia Kambodży jest tak intrygująca, bo wyrasta z doświadczenia ciągłości, a nie tylko przerwania. Szczególnie dla potomków tych, którzy przed brutalnością reżimu uciekli do Ameryki Północnej, a dziś próbują odzyskać swoje korzenie poprzez smak, pamięć i gotowanie. Poniższy przepis pochodzi z książki kambodżańskiej restauratorki Nite Yun i jest jedną z takich prób opowiedzenia Kambodży na nowo, nie przez historię, lecz przez kuchnię.


Fot. Piotr Chudzyński

Chrupiące grzanki z wieprzowiną

Skład:
- 600 g mielonej wieprzowiny;
- 1/2 szklanki pokrojonych zielonych szparagów (w oryginale było korzeniowe warzywo jicama trudne do dostania w Polsce);
- 2 dymki;
- 1 żółta cebula;
- 4 ząbki czosnku;
- 1 łyżka sosu sojowego;
- 1 łyżeczka cukru;
- 150 g masła;
- 1 duża bagietka (ewentualnie pszenno-żytni chleb);
- sól, pieprz;
- olej do smażenia
- posiekany koperek do dekoracji.

Wykonanie:
Obieramy cebulę i drobno ją kroimy, podobnie postępujemy z dymką. Mięso przekładamy do miski, dodajemy pokrojoną cebulę i dymkę, przeciskamy przez praskę czosnek, a następnie doprawiamy sosem sojowym, cukrem, solą i pieprzem. Całość starannie wyrabiamy. Dodajemy pokrojone szparagi i odstawiamy w chłodne miejsce na około 2 godziny (możemy również na całą noc). Bagietkę kroimy w kromki o grubości około 1 cm, smarujemy je masłem i pokrywamy mięsną masą. Na patelni rozgrzewamy olej i smażymy grzanki – najpierw od strony bez mięsa, następnie przewracamy i smażymy od strony z mięsem. Gotowe posypujemy posiekanym koperkiem i serwujemy.

Najważniejszy moment roku przychodzi w Kambodży w połowie kwietnia, wraz z kmerskim Nowym Rokiem, i bardzo wyraźnie zaznacza się w kuchni. Na stołach pojawia się Kralan, czyli kleisty ryż pieczony w bambusie z mlekiem kokosowym (o lekko dymnym aromacie) oraz Num Ansom – ryżowe ciasto zawijane w liście bananowca, w wersji słodkiej z bananem albo wytrawnej z wieprzowiną. To potrawy wymagające czasu i przygotowania, głęboko osadzone w lokalnej praktyce. Nowy Rok nie jest tu jedynie zmianą daty, lecz momentem przejścia między porą suchą a deszczową, który wyznacza rytm życia. Nie zaczyna się jeszcze właściwy siew ryżu, ten zależy od nadejścia pierwszych stabilnych opadów, ale jest to czas przygotowania do nowego cyklu upraw. Kończy się pora sucha, ziemia pozostaje twarda, lecz wszystko wskazuje na to, że za chwilę przyjdzie woda i rozpocznie się najważniejszy okres w roku.

dr Izabela Chudzyńska
etnolog, antropolog jedzenia

eprasa.pl 77757f9567



PRACA DODATKOWA

Praca zdalna.Elastyczne godziny.Wypłaty co tydzień! kontakt@tech-case.pl

2477991

Szukam pracy - projektowanie i obsługa stron internetowych / marketing online / rekrutacja. wojtekwork@op.pl

2400272

PRACA FIZYCZNA

Belgia – pomocnik zbrojarza (bez doświadczenia i bez języka). Szukamy pomocników zbrojarzy do pracy w Belgii. Nie wymagamy doświadczenia — wszystkiego nauczymy na miejscu. Stawka 18,19 euro/h brutto na start. Tel.: 662 130 140.

2394650

Firma Izo-Mar Insulation zatrudni pracowników do pracy w Płocku na stanowiska: 1. Monter Rurociągów; 2. Monter Izolacji/Blacharz; 3. Spawacz TIG 141 FM3/FM5. Stawki do ustalenia względem umiejętności i doświadczenia. Kontakt: 534-912-017 lub 790-451-810.

2465636

Praca w Belgii – zbrojarze i cieśle szalunkowi poszukiwani. Stawka: 19,40 euro/h. Telefon: 662 130 140.

2382460

Zamieszkanie, wyżywienie za drobne prace porządkowe, Płock. 530-193-825.

2467054

PRACA POZOSTAŁE

Praca w domu przy komputerze. Atrakcyjne zarobki 4500-8000 zł / miesiąc. Info na stronie: system.xaa.pl

2403845

Praca w domu przy komputerze. https://system.xaa.pl

2461052

PRACA W OCHRONIE ZDROWIA

Przychodnia lekarska w Płocku poszukuje pielęgniarki do pracy w niepełnym wymiarze czasu, najchętniej emerytowanej. Tel. 502-550-097.

2463280

UWAGA BEZROBOTNI

Zamieszczony obok kupon upoważnia do wydrukowania **BEZPŁATNEGO** ogłoszenia drobnego dla absolwentów szkół oraz wszystkich poszukujących pracy.

Wystarczy go czytelnie wypełnić i przesłać na adres redakcji lub przekazać osobiście.

Biuro Ogłoszeń
Płock, ul. Stary Rynek 27

Kupon bezpłatny

.....

.....

.....

.....
kwalifikacje

.....

.....

.....
adres, telefon

"Tygodnik Płocki"
09-400 Płock, Stary Rynek 27
tel/fax 262-77-66

Dodaj darmowe ogłoszenie o pracę na www.tp.com.pl/ogloszenia

URZĄD PRACY
Miejski Urząd Pracy w Płocku

- **Osoba do wypieku pizzy** – chęci do pracy;
- **Osoba do sprzątania** – mile widziane doświadczenie;
- **Inżynier budowy (M/K)** – wykształcenie wyższe - inżynier budownictwa lub osoba w trakcie studiów na kierunku budownictwo, obsługa komputera, umiejętność pracy w zespole, zdolności organizacyjne;
- **Kelner/ka** – min. 1 rok doświadczenia w pracy kelnera;
- **Referent/ Inspektor ds. technicznych (M/K)** – wykształcenie średnie zawodowe: elektryczne, budowlane, ochrona środowiska oraz pokrewne, mile widziane wykształcenie wyższe inżyniera środowiska lub pokrewne, czytanie ze zrozumieniem dokumentacji technicznej, projektów i schematów branży sanitarnej, wiedza teoretyczna i praktyczna z zakresu branży sanitarnej, samodzielność podczas wykonywania powierzonych prac, sumienność, odpowiedzialność za powierzone zadania, dobra organizacja pracy, umiejętność pracy w zespole, biegła znajomość pakietu Office, znajomość środowiska CAD/GIS, podstawowa umiejętność kosztorysowania robót;
- **Konserwator maszyn i urządzeń w Wydziale Głównego Mechanika (M/K)** - wykształcenie zawodowe mechaniczne, prawo jazdy kat. B, umiejętność czytania rysunku technicznego, zdolności manualne wraz z umiejętnością wykonywania napraw mechanicznych, zaangażowanie oraz umiejętność pracy w zespole, sumienność, precyzja w działaniu, umiejętności spawalnicze poparte odpowiednimi kwalifikacjami;
- **Elektryk (M/K)** – wykształcenie zawodowe elektryczne, min. 2 lata doświadczenia na stanowisku, prawo jazdy kat. B, uprawnienia elektryczne B bez ograniczeń mile widziane również D, umiejętność obsługi urządzeń pomiarowych i elektronarzędzi;
- **Pielęgniarka/Pielęgniarz** – wykształcenie min. średnie na kierunku pielęgniarstwo/położnictwo;
- **Pracownik/Pracowniczka ochrony /NIEPEŁNOSPRAWNI/** – aktualne orzeczenie o niepełnosprawności;
- **Pracownik gospodarczy/Pracowniczka gospodarcza/NIEPEŁNOSPRAWNI** – aktualne orzeczenie o niepełnosprawności;
- **Sprzątaczka/Sprzątacz/NIEPEŁNOSPRAWNI** – aktualne orzeczenie o niepełnosprawności;
- **Specjalista/ Specjalistka ds. przygotowania projektu** – wykształcenie wyższe na kierunku budownictwo, mechanika, 2-letnie doświadczenie zawodowe na podobnym stanowisku lub w projektowaniu, najlepiej w budownictwie przemysłowym, umiejętności: znajomość przepisów dotyczących wytwarzania urządzeń ciśnieniowych i konstrukcji stalowych oraz towarzyszących im wymagań z zakresu materiałów, dobra znajomość dokumentacji technicznej i rysunku izometrycznego, dobra obsługa MS Word, Ms Excel, AutoCAD min. 2D, komunikatywność i umiejętność pracy w zespole, samodzielność w działaniu, nastawienie na realizację celów, dyspozycyjność do pracy na projektach w Polsce lub za granicą, prawo jazdy kat. B, znajomość języka angielskiego w stopniu B1;
- **Specjalista/ Specjalistka ds. kontroli jakości w branży rafineryjno – petrochemicznej** – wykształcenie min. średnie techniczne, mechanika/budownictwo, obsługa pakietu MS OFFICE, doświadczenie zawodowe w pracy przy nadzorze, kontroli, prefabrykacji konstrukcji stalowych, rurociągów, elementów ciśnieniowych w branży rafineryjno – petrochemicznej, dyspozycyjność do pracy na oddelegowaniu, mile widziane uprawnienia VT2, kursy w zakresie związanym ze spawalnictwem, mile widziane uprawnienia SCC, znajomość języka angielskiego w stopniu B2;
- **Spawacz/Spawaczka konstrukcji stalowych i rurociągów** – wykształcenie średnie branżowe, Doświadczenie w pracy w branży: rafineryjnej, petrochemicznej, chemicznej bądź energetycznej, posiadanie aktualnych certyfikatów na w/w na metody spawania 141/111/135/136, wydanych przez Urząd Dozoru Technicznego według PN-EN ISO 9606-1 oraz PED 2014/68/UE lub TUV, umiejętności: bardzo dobra organizacja pracy, umiejętność szybkiego reagowania na pojawiające się zagrożenia i sytuacje niebezpieczne, chęć do pracy i zaangażowanie, dyspozycyjność do wyjazdów dla realizacji kontraktów w kraju i za granicą;
- **Operator/ Operatorka NDT** – wykształcenie średnie zawodowe, 2 lata doświadczenia, uprawnienia NDT stopień 2 (VT, RT, PT, UT, MT) lub uprawnienia alpinistyczne, umiejętności: znajomość obowiązujących norm technicznych i przepisów, dyspozycyjność do pracy na projektach realizowanych w Polsce i za granicą;
- **Monter/ka konstrukcji stalowych i rurociągów** – wykształcenie zasadnicze zawodowe, doświadczenie zawodowe 2-letnie w montażu konstrukcji stalowych/rurociągów, znajomość dokumentacji technicznej (czytania rysunku izometrycznego) i umiejętność pracy na jego podstawie, doświadczenie w prowadzeniu narzędziowni, zdolność do pracy na wysokości powyżej 3 metrów, umiejętności obsługi podstawowych elektronarzędzi, dyspozycyjność do wyjazdów dla realizacji długoterminowych kontraktów w kraju, mile widziane: certyfikat SCC, uprawnienia hakowego - sygnalisty, uprawnienia do pracy w aparatach tlenowych, szkolenie z zakresu połączeń kołnierzowych, aktualne prawo jazdy kat. B wraz z badaniami uprawniającymi do poruszania się przewozu osób samochodami służbowymi;
- **Inżynier/ka budowy (branża budowlana/sanitarna)** – wykształcenie wyższe na kierunku budownictwo/mechanika/konstrukcje stalowe/inżynieria środowiska, doświadczenie zawodowe w nadzorowaniu pracowników na budowach lub w warsztatach, umiejętności: dobra znajomość programu MS Project, znajomość rysunku technicznego, znajomość MS Excel, mile widziane doświadczenie w przemyśle rafineryjno – petrochemicznym, znajomość języka angielskiego w stopniu B1;
- **Projektant/Projektantka (asystent/asystentka)** – wykształcenie wyższe techniczne: inżynieria mechaniczna lub pokrewne, 1 rok doświadczenia w pracy na podobnym stanowisku, umiejętności: teoretyczna wiedza z zakresu projektowania rurociągów w branży petrochemicznej i przemysłowej, podstawowa wiedza z zakresu projektowania i wykonania konstrukcji stalowych, obsługa programu AutoCAD, Prawo jazdy kat. B, znajomość języka angielskiego w stopniu B1;
- **Prasowaczka/prasowacz przemysłowa/y** – min. 2 lata doświadczenia w pracy w zakładzie krawieckim;
- **Monter/ka instalacji teletechnicznych** – wykształcenie średnie zawodowe, mile widziane techniczne (elektryczne/elektroniczne/mechaniczne), umiejętność pracy w zespole, podstawowa wiedza z branży elektronicznej lub elektrycznej, zdolność do pracy na wysokości pow. 3m, zaangażowanie w powierzone obowiązki, dyspozycyjność, mile widziane: prawo jazdy kat. B, uprawnienia - eksploatacja urządzeń, instalacji i sieci o napięciu znamionowym powyżej 1 kV, doświadczenie w branży, świadectwa ukończonych kursów;
- **Osoba do robót wykończeniowych** – mile widziane wykształcenie zasadnicze branżowe.

** Oferty ważne na 17 kwietnia 2026, godz. 11.00*

Więcej ofert pracy na stronie internetowej Miejskiego Urzędu Pracy w Płocku: www.mup.plock.eu

URZĄD PRACY
Powiatowy Urząd Pracy w Płocku

- **Logopeda (K/M)** – z wykształceniem wyższym kierunkowym;
- **Psycholog (K/M)** – z wykształceniem wyższym kierunkowym;
- **Pedagog (K/M)** – z wykształceniem wyższym pedagogicznym;
- **Osoba do prac biurowych i sprzedaży** – z wykształceniem min. średnim i min. 3-letnim doświadczeniem w zawodzie;
- **Sprzedawca/Sprzedawczyni** – z wykształceniem średnim ogólnokształcącym, bardzo dobrą obsługą komputera i kas fiskalnych;
- **Operator koparki (K/M)** – z wykształceniem zawodowym, 3-letnim doświadczeniem zawodowym, uprawnieniami na operatora koparko-ładowarki oraz umiejętnością obsługi maszyn do obróbki drewna;
- **Tokarz manualny (K/M)** – z 5-letnim doświadczeniem zawodowym i podstawową znajomością rysunku technicznego;
- **Monter instalacji sanitarnych zewnętrznych (K/M)** – z wykształceniem zawodowym oraz umiejętnością budowy i montażu sieci wodociągowych i kanalizacyjnych - sieci sanitarne – zewnętrzne;
- **Dziewiarz/Dziewiarka** – z wykształceniem min. zawodowym, rocznym doświadczeniem
- w zawodzie i obsługą maszyn dziewiarskich;
- **Prasowacz/prasowaczka** – z wykształceniem min. zawodowym i umiejętnością prasowanie na stołach prasowalniczych.

** Oferty ważne na 16 kwietnia 2026, godz. 12.00*

Więcej ofert pracy na stronie internetowej Powiatowym Urzędzie Pracy w Płocku: www.pupplock.pl

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń

eprasa.pl 77757f9567

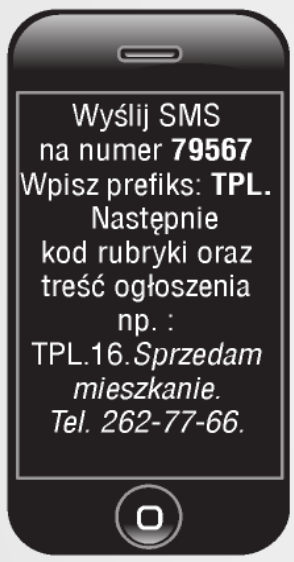






Proponujemy Państwu szybki i wygodny sposób zamieszczenia ogłoszeń drobnych w Tygodniku Płockim poprzez wysłanie SMS pod numer **79567**

Ogłoszenie drobne przez SMS



KODY rubryk

AGD-RTV - 1	**ELEKTRONIKA** - 5	**NIERUCHOMOŚCI** - 16	**RÓŻNE** - 21
AUTO - MOTO - 2	**FINANSE** - 6	USŁUGI - 16A	KUPIĘ - 21A
KUPIĘ - 2A	**FOTO-VIDEO** - 7	SPRZEDAM - 16B	SPRZEDAM - 21B
SPRZEDAM - 2B	**HANDEL** - 8	KUPIĘ - 16C	USŁUGI INNE - 21C
USŁUGI - 2C	**KOMIS-LOMBARD** - 9	WYNAJMĘ - 16D	**TURYSTYKA**
TRANSPORT- 2D	KREDYTY - 10	ZAMIENIĘ - 16E	**I WYPOCZYNEK** - 22
BIZNES - 3	**MASZYNY I URZĄDZENIA** - 11	**NOCLEGI** - 17	**UROCZYSTOŚCI** - 23
BUDOWLANE - 4	**MATRYMONIALNE** - 12	**OPAŁ** - 18	**ZGUBY** - 24
KUPIĘ - 4A	**MEBLE** - 13	**PRACA** - 19	**ZWIERZĘTA** - 25
SPRZEDAM - 4B	KUPIĘ- 13A	DAM - 19A	**ZA DARMO** - 26
USŁUGI - 4C	SPRZEDAM -13B	SZUKAM - 19B	ODDAM - 26A
OGRODZENIA - 4D	**MEDYCYNA** - 14	**ROLNICZE** - 20	POTRZEBUJĘ - 26B
REMONTY - 4E	ZDROWIE i URODA - 14A	SPRZEDAM - 20A	
STOLARSTWO - 4F	**NAUKA** - 15	KUPI - 20B	
		USŁUGI - 20C	
		OGRODNICZE - 20D	

Ogłoszenie może zawierać **do 160 znaków (jako znak uważamy spację, znak interpunkcyjny, kody rubryk i prefiks gazety).** Jeśli wyślesz SMS do piątku do godziny 12.00, to Twoje ogłoszenie ukaże się w najbliższy wtorek w Tygodniku Płockim na stronach ogłoszeń drobnych. Regulamin wysyłania i publikowania ogłoszeń przez SMS dostępny jest w redakcji Biura Ogłoszeń oraz na stronie

Koszt ogłoszenia wynosi:
9 zł netto (11,07 zł brutto).

Integratorem usługi jest BILD PRESSE POLSKA www.bildpresse.pl

Usługa jest dostępna z telefonów, działających we wszystkich sieciach komórkowych na terenie Polski.

Prosimy nie przesyłać kilku SMS-ów o takiej samej treści do jednego wydania gazety.

Ogłoszeń Towarzyskich nadanych SMS-em nie przyjmujemy.



eprasa.pl 77757f9567

ANTYKI / KOLEKCJE

OBRAZY SZTUKA UŻYTKOWA

Kupię antyki, starocie, motoryzacja. 514-588-005.
2451616

Obrazy olejne na płótnie ręcznie malowane na zamówienie klienta. Portrety ze zdjęć, pejzaże itp. Milena Olesińska, 601-698-355; milenaolesinska25@gmail.com / www.iobrazy.com.pl
2261919

Portrety na zamówienie – portrety realistyczne, na płótnie, farbami olejnymi lub w rysunku, czarno-białe, wykonane ołówkiem lub wielokolorowe kredkami pastelowymi. Portrety maluję ze zdjęć nadesłanych przez klienta. Milena Olesińska, tel. 601-698-355.
2267464

DOM I OGRÓD

OGRÓD

Cięcie, wycinka drzew, żywopłotów, koszenie trawy, pielęgnacja zieleni. Profesjonalnie i tanio! Płock, Gostynin i okolice. Tel. 695-238-997.
1682303

Wykonujemy: wycinka drzew, porządkowanie działek, koszenie traw, wynoszenie i utylizacja mebli, sprzątanie strychów garaży i piwnic, wywóz gruzu i niepotrzebnych rzeczy, skucie płytek/wyburzenia/rozbiórki, drobne remonty, odnawianie altan. Tel. 781-652-427.
2468169

OPAŁ / OGRZEWANIE

Szukasz sprawdzonego wykonawcy, który zajmie się wszystkim od A do Z? Oferujemy kompleksowy montaż przydomowych zbiorników gazowych (naziemnych i podziemnych) oraz budowę całych kotłowni gazowych. Tel. 607-885-841, adam.osinski@marrom1.pl
2465881

TANKPAL sp. z o.o.
oferuje sprzedaż hurtową paliw:
- olej napędowy
- olej opałowy
- EKOTERM PLUS

Zgłoszenia przyjmowane całodobowo
24 264-39-60
Dostawa do klienta gratis!!!!!!
SA-11

EDUKACJA

KOREPETYCJE I POMOC W NAUCE

Uprzejmie proszę o wiadomość bezpośrednio na e-mail: korzystam z nowoczesnej platformy edukacyjnej dostępnej dla moich studentów. Oferuję kompleksowe przygotowanie do egzaminów. Tel. 536-478-282.
2469888

KURSY / WARSZTATY / SZKOLENIA

Pracownik biurowy – kurs z certyfikatem na platformie szkoleniowej Centrum szkoleń MG-edu. Więcej na: www.mg-edu.pl, tel. 663 904 349.
2029502

Specjalista ds. kadr i płac to twoja wymarzona praca? Dołącz do kursu na platformie szkoleniowej Centrum szkoleń MG-edu. Szczegóły: www.mg-edu.pl telefon: 663 904 349.
2029504

ELEKTRONIKA / AGD

AUDIO

Pioneer CDJ-3000 Multi-Player / Pioneer DJM-A9 DJ Mixer / Pioneer DJM-V10-LF / Pioneer DJM-S11 / Pioneer CDJ-2000NXS2 / Pioneer DJM-900NXS2 / Pioneer XDJ-XZ / Pioneer XDJ-RX3 / Pioneer OPUS-QUAD. Gadgethousltd@gmail.com.
1438390

TELEFONY I AKCESORIA

Apple iPhone 16 Pro 128GB = 550 EUR , iPhone 16 Pro Max 256GB = 650 EUR, iPhone 16 128GB = 420 EUR , iPhone 16 Plus 128GB = 450 EUR, Apple iPhone 15 Pro 128GB = 430 EUR , iPhone 15 Pro Max 256GB = 490 EUR, iPhone 15 128GB = 350 EUR , iPhone 15 Plus. Gadgethousltd@gmail.com
1554475

Apple iPhone 16 Pro Max, iPhone 16 Pro, iPhone 16, iPhone 16 Plus, iPhone 15 Pro Max, iPhone 15 Pro, iPhone 15, iPhone 15 Plus, iPhone 14 Pro Max, iPhone 14 Pro, iPhone 14, iPhone 14 Plus, Samsung Galaxy S24 Ultra, Samsung Galaxy S24. Gadgethousltd@gmail.com
2172048

Apple iPhone 17 Pro Max, iPhone 17 Pro, iPhone 17, iPhone Air, iPhone 16 Pro Max, iPhone 16 Pro, iPhone 16, iPhone 16 Plus, iPhone 15 Pro Max, iPhone 15 Pro, Samsung Galaxy S25 Ultra, Samsung Z Fold7. gadgethousltd@gmail.com
2384842

TELEWIZORY

Domowe naprawy telewizorów. Tel. (24)263-66-17, 501-061-587.
2421790

MODA

UBRANIA

Internetowa Galeria Handlowa oferuje wszystkie oferty i usługi, które są w galeriach stacjonarnych. Zakupy, szeroka oferta sklepów - np. z odzieżą, biżuterią, żywnością, RTV/AGD, meblami, lekami, akcesoriami i karmami dla zwierząt, usługi telekomunikacyjne. Wszystko pod adresem: http://internetowagaleriahandlowapl.okazje-miesiaca.pl.
1644774

MOTORYZACJA

CZĘŚCI I AKCESORIA

AKUMULATORY A G M. Najlepsze marki, najniższe ceny. Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej). 603-685-664.
2421787

AKUMULATORY, Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej). 603-685-664.
2421788

Sprzedam rozrusznik HITACHI do Opla Astra 1,7 TDI, stan dobry. Tel.: 692-617-239.
2456769

Dodaj darmowe ogłoszenie na www.tp.com.pl/ogloszenia

OPONY I FELGI

Sprzedam 4 sztuki kół zimowych, komplet do Opla Astry, stan dobry, rozmiar 195/65 R15. Tel.: 692-617-239.
2456770

SAMOCHODY CIĘŻAROWE

Skup aut ciężarowych. Przykładamy wielką wagę do tego, by zapewnić naszym klientom obsługę na najwyższym poziomie. Dlatego wypowiadamy OC w dniu zakupu. Tel. 690-930-063. Zapraszamy do kontaktu!
1989368

SAMOCHODY OSOBOWE

Przecinarka piła taśmowa BFO BEH 430, migomat OTC CPTX 450 synergy, migomat Lorch Micormig mig 500, ukosowarka Promtech BM 20 plus, nagrzewnica gazowa Remington REM 53, prostownik Higher 600, osuszacz powietrza kompresora OMI ED 480. Tel. 794 620 500.
2477047

Toyota Corolla sedan 2017 r, pierwszy właściciel, przebieg 68540 km, komplet opon zimowych. Więcej informacji pod numerem telefonu. 602-239-078.
2464968

MUZYKA / ROZRYWKA / SPORT

HOBBY

Magnesiki-Kolejowe.pl Zestaw 8 magnesów na lodówkę regionalnych pociągów. Są też inne różne epoki, zestawy, pojedyncze wagony i lokomotywy - Sprawdź! kontakt@Magnesiki-Kolejowe.pl
2471480

INSTRUMENTY

Korg Pa5X, Korg Pa4X, Korg PA-1000, Yamaha Genos 76-Key, Yamaha PSR-SX900, Yamaha Montage 8 - 88-key, Roland FANTOM-8, Roland JUPITER-X, Pioneer CDJ-3000, Pioneer DJ DJM-A9, Pioneer CDJ 2000NXS2, Pioneer DJM 900NXS2, Pioneer DJ DJM-V10-LF. Gadgethousltd@gmail.com.
1438401

SPRZĘT MUZYCZNY

Pioneer CDJ-3000 Multi-Player / Pioneer DJM-A9 DJ Mixer / Pioneer DJ DJM-V10-LF Mixer / Pioneer DJM-S11 / Pioneer CDJ-2000NXS2 / Pioneer DJM-900NXS2 / Pioneer XDJ-XZ DJ System / Pioneer XDJ-RX3 DJ System / Pioneer OPUS-QUAD / Pioneer DJ DDJ-FLX10. Gadgettplanetltd@gmail.com.
1466823

Pioneer XDJ-RX3, Pioneer XDJ-XZ, Pioneer OPUS-QUAD, Pioneer DDJ-FLX10, Pioneer DDJ-1000, Pioneer DDJ-1000SRT, DDJ-REV7, Pioneer CDJ-3000, Pioneer DJ DJM-A9, Pioneer CDJ-2000NXS2, Pioneer DJM-900NXS2. Gadgethousltd@gmail.com.
1438387

SPRZĘT SPORTOWY

Pulsar Thermion Duo DXP50, THERMION 2 LRF XP50 PRO, THERMION 2 LRF XG50, Thermion 2 XP50, PULSAR TRAIL 2 LRF XP50, Pulsar Merger LRF XP50, Pulsar Accolade 2 LRF XP50 PRO, Helion 2 XP50 Pro, Pulsar Axion 2 LRF XG35, Pulsar Krypton XG50. Gadgettplanetltd@gmail.com.
1438392

NIERUCHOMOŚCI

DZIAŁKI

Sprzedam 5 hektarów ziemi: 3 ha ornej (3 klasy), pozostałość - olszyny i łąka a także zabudowania: stodoła murowana i letniak wraz z mediami. W miejscowości Krubin 31, gmina Sanniki. Tel.: 692-617-239.
2459812

Sprzedam działki budowlane, sąsiadujące ze sobą, o powierzchni 1221 oraz 1264 mkw., w Płocku, ul. Lisia (Borowiczki). Tel. 535-537-563 lub 535-537-576.
2469463

Sprzedam działki leśne w okolicy Płocka - miejscowość Liszyno, gmina Słupno, ulica Wawrzyńca Sikory. Dogodny dojazd do lasu z dwóch stron. Droga asfaltowa, druga utwardzona. W drogach znajduje się gazociąg, wodociąg, kanalizacja. 3000 mkw. Tel.: 516-946-168.
2459336

LOKALE I BIURA

Wynajmę lokal użytkowy 44 mkw., ul. Rembielińskiego 3 w Płocku, I piętro. proszę dzwonić: 519-117-999.
2451635

MIESZKANIA

Kawalerka do wynajęcia bez kaucji, możliwość płatności w ratach. 530-193-825.
2467051

Pokoje, kawalerki, mieszkania, noclegi od 35 zł, super warunki. 530-193-825; 536-519-599.
2467052

Pokój z aneksem 30 mkw. na wsi w spokojnej okolicy. 695-807-435.
2466990

Sprzedam mieszkanie o powierzchni 48 m2, 2 pokoje, mieszkanie znajduje się w pierwszej części osiedla Podolszyce Północne. Blok 4-piętrowy w idealnej lokalizacji. Tel. 508-160-011.
2463226

Szukam mieszkania do zakupu za gotówkę, nawet w stanie do remontu. Chciałbym znaleźć miejsce, które będzie początkiem nowego rozdziału w moim życiu. Jeśli posiadasz taki lokal na sprzedaż albo może wiesz, kto chce sprzedać, proszę o kontakt pod nr. tel. 695-610-287.
1945985

ROLNICZE

CIĄGNIKI ROLNICZE

Ciągnik rolniczy do lekkich prac polowych Massey Ferguson 158, rok 1975, moc 60 KM, Perkins cena 19.900. Ciągnik rolniczy Zetor 6711, rok 1975, silnik 7211, moc 65 KM, cena 27.000. Tel. 519-429-161.
2469013

Kupię ciągnik rolniczy Ursus C-330 lub C-360 w każdym stanie. Tel. 666-941-477.
2477646

GIEŁDA ZWIERZĄT

SKUP TRZODY I BYDŁA



PŁATNOŚĆ W 3 DNI LUB GOTÓWKA
odbiór z gospodarstwa "AGROL", Adam Dymkowski
Goszczyce Poświętne 7
09-130 Baboszewo
kom. 511 492 526
tel. 23 661 20 45
SA-15

Sprzedam ogiera zimnokrwistego. Tel. 533-698-640.
2453788

Sprzedam parkę prosiaków (wieprzek i świnka). Prosiaki są już odsadzone, po rodzicach zarodowych. Dysponuję transportem. Tel. 692-617-239.
2452471

Sprzedam źrebicę zimnokrwistą 2-letnią. Tel. 533-698-640.
2453789

MASZYNY ROLNICZE

Agregat uprawowy 4,20 Unia Grudziądz hydraulicznie rozkładany, pług 4-skibowy Unia Grudziądz zagonowy, ładowacz tur C-330, pola bron 20, wycinak kiszonki Strautmann Hydrofox HK 3, zęby do paleciaka długość 1 m - 2 m. Tel. 606 416 482.
2477052

AKUMULATORY do pojazdów rolniczych. Najniższe ceny, Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej). 603-685-664.
2421789

Koła 9 5-36 do C-360, koła 9,5-32 do C-330, koła 14,9-28 do C-360, zaczep tylny do przyczepy HL 8011, zaczep kulowy - ucho dyszla, kosiarka rotacyjna polska, silnik Perkins 3- i 4 cylindrowy, obudowa skrzyni, tylny most do C-360. Tel. 606 416 482.
2477050

Kupię kopaczkę do ziemniaków i przyczepę rolniczą. Tel. 666-941-477.
2477645

Kupię rozsiewacz wapna RCW 3 t, hydrauliczny, łańcuchowy, w bardzo dobrym stanie. Jeśli posiadasz do sprzedania taki typ w oryginale, to dzwoń. Tel. 606-550-489.
2430464

Sprzedam siano. 783-668-523.
2459473

Sprzedam wagę 18 m, 50 t. Betonowa, najazdowa, platformowa, pomosty prefabrykowane, nie wylewane u klienta. Więcej info pod nr. tel.: 695-542-481.
2377529

Sprzedam: kultywator, pług, opryskiwacz, rozdrabniacz „Bąk”,i inne. 604-857-982.
2479295

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń

eprasa.pl 77757f9567

Wózek widłowy „Bułgar”, tokarka TUJ 48 /1500, giętarka elektryczna do rur prętów, sprężarka - kompresor wan, butle tlen-acetylen z wózkiem i palnikiem, reduktorami, wiertarka stołowa WS 15, próbnik wtryskiwaczy, wózek paletowy ręczny. Tel. 606-416-482.

2477044

Zbiornik metalowy 8000 litrów z dystrybutorem, kompresor wan z butlą 400 litrów, imadła, spawarka migomat Sherman mig 450 m, smarownica pneumatyczna, podnośnik hydrauliczny do skrzyni biegów, podnośnik jednokolumnowy Ikotec. Tel. 606 416 482.

2477049

PRODUKTY ROLNE

Kupię siano. 789-101-800.

2478037

Sprzedam jajka wiejskie. Z dowozem lub na miejscu (Dobrzyków, Ciechomice i Grabie) oraz kaczki i kaczory białe Pekiny. Tel.: 692-617-239.

2459813

Sprzedam siano w kostkach. 724-537-572.

2478035

Sprzedam siano, sianokiszonkę, sortownik do ziemniaków. 600-646-945.

2471502

USŁUGI

Kupię topolę tartaczną z możliwością wycięcia. Płatne przy odbiorze gotówką. Telefon kontaktowy: 698 110 090.

2465844

USŁUGI I FIRMY

FINANSOWE

Ile możesz oszczędzić na ubezpieczeniu swojego pojazdu? Sprawdź na https://kalkulatoryubezpieczen.pl/ubezpieczenia-oc/. Porównaj oferty ubezpieczenia i oszczędź nawet 500 zł. Sprawdzić nic nie kosztuje. Na stronie również promocje na ubezp. podróżne i inne.

2327861

Licencjonowane Biuro rachunkowe Twoja Księgowa K. Zielińska oferuje kompleksowe usługi księgowe, kadry, ZUS, pełna księgowość, książka przychodów, ryczałt. Pomagamy założyć działalność, księgowość online. Zapraszamy do współpracy. Tel. 796-820-112.

2478014

Potrzebujesz gotówki? Oferujemy finansowanie pod zastaw gruntów rolnych, nieruchomości, pojazdów i maszyn. Szybko, bez zbędnych formalności i z indywidualnym podejściem. Zadzwoń teraz: 799-709-100. Nie zwlekaj – decyzja nawet tego samego dnia!

2420838

Pożyczka, kredyt, prywatny inwestor, bez BIK, KRD. Tel. b.wolski090@gmail.com

2478492

Zapraszamy do skorzystania z usług księgowo-kadrowych nowo otwartego Biura Rachunkowego w Sierpcu. Świadczymy usługi z zachowaniem najwyższych standardów. Konkurencyjne ceny - skontaktuj się z nami i przekonaj się sam! Tel. 781-726-111.

1684755

IMPREZY I KATERING

DJ Przemo na imprezy! Pełny parkiet, świetna muzyka i niezapomniany klimat. Terminy szybko znikają! Rezerwacje: napisz już dziś! dj.przemo2@wp.com lub zadzwoń 537-390-417.

2426434

INFORMATYCZNE

BiuroTech specjalizuje się w sprzedaży, naprawie oraz wynajmie i dzierżawie kserokopiarek, drukarek oraz innych urządzeń biurowych. Zapewniamy kompleksową obsługę sprzętu biurowego – od doradztwa i doboru urządzeń, po serwis i naprawy z dojazdem. Tel. 505-438-463.

2431974

Czy prowadzisz biuro rachunkowe i szukasz niezawodnych narzędzi do zarządzania kadrami oraz księgowością? Mamy dla Ciebie doskonałą ofertę na programy Gratyfikant GT OPEN i Rewizor GT OPEN! Tel. 530-303-355.

1984467

Opublikujemy Twoje ogłoszenie na setkach portali + darmowa strona WWW | Dodawanie ogłoszeń. Tel. 794-252-817.

2469359

Strona internetowa od 590 zł - płacisz za tyle podstron, ile potrzebujesz. Tel. 794-252-817.

2458382

Światłowód 1 GB/s + pakiet TV abonament tylko 70 zł/m-c przez cały okres umowy oraz 6 m-cy za 0 zł po rabatach. Zamawianie usług, tel: 883 334 114.

2329922

Tanio strony internetowe, Płock. Zdalnie - wszystko załatwiam za ciebie. Zapraszam do kontaktu: tel. 794 252 817.

2405112

Wsparcie dla oprogramowania Comarch, Wapro, InsERT – zapewniamy pełną obsługę techniczną, naprawy i aktualizacje Twojego oprogramowania księgowego. Tel.: +48 530 303 355.

2167684

LEKARZ / STOMATOLOG / DIETETYK

Ginekolog. Farmakologia. Kompleksowe usługi - cały zakres, tanio, szybkie terminy. Tel. 503-395-595.

2449445

POZOSTAŁE

Jeśli Twój aparat nie włącza się mimo naładowanej baterii, prawdopodobnie uszkodzony jest moduł zasilania. Naprawiamy sprzętu takich producentów jak Nikon,Samsung, Fujifilm, Canon i wiele innych. Zapraszamy. Tel. 733-130-085.

2472995

Naprawiamy lampy błyskowe wielu marek, wymieniając palniki i uszkodzone stopki. Zapewniamy fachową kadrę techników, szybkie terminy napraw oraz indywidualne podejście do każdego klienta. Jeśli masz jakieś pytania skontaktuj się z nami telefonicznie. Tel. 733-130-085.

2478199

Odmień wygląd swojego domu dzięki nowoczesnej wizualizacji elewacji! Marzysz o wyjątkowej fasadzie? Szara elewacja domu z pasami to elegancja i nowoczesność w jednym! Tel. 578-027-738.

2290000

Odnawianie wanien. Tel. 600-979-826.

2461355

Oferujemy opiekę seniora z zamieszkaniem. Firma. Tel. 726-284-828.

2427043

Projekty stron www, Wordpress. Bez zaliczki. Bezpłatne poprawki. Tel. 794-252-817.

2399837

Serwis Leica, serwis Fujifilm, małopolskie. Tel. 733-130-085.

2467925

Szukasz idealnych kolorów elewacji domów? Stworzymy dla ciebie projekty nowoczesnych elewacji, które doskonale pasują do twojego stylu. Tel. 578-027-738.

2309251

Szukasz opieki dla bliskiej osoby starszej? Opieka 24 h z zamieszkaniem. Tel. 726-284-828.

2463418

Witam. Wróżenie z kart tarota, klasycznych. Masz problemy miłosne w pracy, w życiu. Coś Cię nurtuje? Chcesz poznać odpowiedź? Moje karty odpowiedzą i i podpowiedzą, co robić dalej. Tel. 697-019-832.

2479229

PRAWNIK / DORADCA

Rozwód kościelny. Dla osób w kraju i za granicą; e-mail: a.bolesta@op.pl, tel. kom.: 693 876 173 (do godz. 19.00).

1741440

REKLAMOWE

Zwiększ zasięgi swojej strony, kanału lub usługi dzięki ogłoszeniom. Tel. 794-252-817.

2434266

REMONTOWO - BUDOWLANE

Awarie drobne, remonty od ręki, sprzątanie. 530-193-825.

2467053

Cyklinowanie bezpyłowe podłóg, lakierowanie, olejowanie. Tanio, solidnie. 604-075-293.

2452949

Kompleksowe remonty łazienek. Panele podłogowe, gładzie, malowanie, instalacje elektryczne, instalacje hydrauliczne. Tel. 579-399-303.

2427273

Mycie, malowanie elewacji, dachów, ogrodzeń, kostki, obór. Tel. 502 500 496.

2294260

Niebanalne elewacje i nowoczesne wizualizacje 3D to nasza specjalność. Projektujemy dla domów prywatnych, lokali usługowych i budynków wielorodzinnych. Dla firm deweloperskich oferujemy również wysokiej jakości wizualizacje inwestycji. Tel. 578-027-738.

2363269

Nowy wymiar projektowania elewacji. Tel. 578-027-738.

2366314

Oferuję usługi pokryć dachowych z papy termozgrzewalnej oraz membrany PVC, termoizolacja dachów. Gięcie i montaż obróbek blacharskich. Prace budowlane. Tel. 515-483-670.

2468050

Oferuję: wymiana kranów, syfonów; drobne elektryczne; skręcanie mebli z paczki itp. Tel. 504-949-917.

2469759

PaintLine POLSKA. Profesjonalne malowanie parkingów, hal i magazynów na terenie całej Polski. Farby odporne na ścieranie i warunki pogodowe. Tel. 511-713-335, www.paintlinepolska.pl

2405799

Prace wykończeniowe, takie jak gładzie, malowanie, zabudowy poddaszy, sufity podwieszane, ścianki działowe murowane i gk, tapetowanie, podłogi i inne prace wykończeniowe. Zapraszam. Tel. 792-806-751.

2116274

Usługi remontowe. Instalacje elektryczne i hydrauliczne, remonty łazienek, panele podłogowe, malowanie, szpachlowanie, glazura, terakota oraz inne prace montażowe. Sebastian – 579 399 303.

2401905

Wynajem szalunków stropowych. Dźwigary H20, podpory stalowe, głowice, sklejki – kompletne zestawy w bardzo dobrym stanie. Atrakcyjne ceny, elastyczne warunki, transport i doradztwo techniczne. Tel. 537-390-417.

2401002

SPRZĄTANIE

Solidnie i tanio pierzemy meble tapicerowane, tj. kanapy, wersalki, narożniki, pufy, fotele, materace – odświeżymy je skutecznie, bezpiecznie i z dbałością. Czyszczenie tapicerki to nasza specjalność. Kanaper.pl - 512 500 442. Zadzwoń!

2424239

TRANSPORTOWE

Firma transportowa HDS KalTruck oferuje usługi HDS oraz transport. Posiadamy żurawie od 1500 kg do 12 t. Zapraszamy do kontaktu. Tel. 784-430-022. E-mail: hds.plock@gmail.com; www.hdsplock.pl

2258726

Przejazdy busem do Niemiec, Holandii, Belgii. Przeprowadzki. Tel.: 603-976-923.

2426367

ZWIERZĘTA

PSY

Oddam dwa małe pieski. 600-646-945.

2471504

Reproduktor rasy Gończy Polski, polujący, dzikarz, pasję myśliwską odziedziczył po doskonałych przodkach. Zaprasza suczki na randkę. Tel. 664 175 263.

2364503

eprasa.pl 77757f9567

Nie masz czasu ?

Ogłoszenie drobne
w Tygodniku Płockim
wyślij przez internet:

www.tp.com.pl/ogloszenia

Ponad
14.000.000
ODSŁON

Ponad
1 546 038
UŻYTKOWNIKÓW

www.tp.com.pl

Zapraszamy do reklamy

Dane 1.01.2021 - 4.01.2022 - Google analytics

e-PRENUMERATA

www.eprasa.pl

E-wydanie Tygodnika Płockiego
prenumerata: miesięczna, półroczna i roczna

Płatność - przelew internetowy

Cena w kiosku 5,90 zł
w prenumeracie już od 3.70 zł



Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń

eprasa.pl 77757f9567

Mini Mistrzostwa Świata Płock 2026 dla rocznika 2017

Prawdziwy mundial w środku miasta

Trwają spekulacje, czy reprezentacja Polski ma szansę pojawić się na tegorocznych mistrzostwach świata w piłce nożnej, ale jest inny sposób, by poczuć w sercu klimat prawdziwego mundialu. Stowarzyszenie FutbolGang zaprasza na piłkarską fiestę, absolutny hit tego roku, czyli Mini Mistrzostwa Świata Płock 2026 dla rocznika 2017. Turniej odbędzie się w sobotę, 30 maja.



Jedno jest pewne – temperatura rywalizacji, która na pewno sięgnie zenitu. W ostatnią sobotę maja na stadionie Stoczniowca Płock drużyny z Polski i zagranicy powalczą na sześciu boiskach. Organizator zapewnia, że wszyscy – zawodnicy i kibice – poczują prawdziwy, północnoamerykański temperament. Ale jest jeszcze druga pewna rzecz. Wydarzenie odbędzie się bez wpisowego.

Mini Mistrzostwa Świata magicznie przeniosą wszystkich uczestników na najsłynniejsze areny nadchodzących mistrzostw, czyli Estadio Monterrey i Estadio Azteca w Meksyku, New York New Jersey Stadium i Miami Stadium w USA oraz BC Place (Vancouver) i Toronto Stadium w Kanadzie.

Co ciekawe, mistrzostwa w Radziwiu odbędą się pod honorowym patronatem Ambasady Meksyku w Polsce/ Embajada de México en Polonia. Co to oznacza? Gwarancję prestiżu i niezapomnianej, latynoskiej energii, zarówno na trybunach, jak i na murawie.

Wydarzenie zyskało również wsparcie lokalnych władz – patronat honorowy objął Marszałek Województwa Mazowieckiego, a partnerem turnieju jest Samorząd Województwa Mazowieckiego „Mazowsze serce Polski". Event odbędzie się także pod patronatem Polskiego Związku Piłki Nożnej, a jednym z patronów medialnych będzie „Tygodnik Płocki".

Organizatorzy zapraszają: - *Czas poczuć tę magię na własnej skórze! Zbierajcie swoje ekipy, szlifujcie dryblingi w rytmie mariachi i szykujcie się na epickie starcia, o których będzie głośno. Będzie kolorowo, będzie wesoło, będzie gorąco*.

Właśnie rozpoczęły się zapisy. Chętni powinni skontaktować się z organizatorami: (Andrzej: tel. 604 104 262 oraz biuro@futbolgang.plo.pl; Zbyszek: tel. 791 332 324 oraz biuro@futbolgang.plo.pl). Zapisu można dokonać także przez FC.APP.

Wizyta w Ambasadzie Meksyku

To nie pierwszy raz, gdy organizatorzy sięgają po przedstawicielstwo kraju, którego imprezę przygotowują w Polsce w wersji mini. Tym razem odwiedzili ambasadę Meksyku, by poprosić o honorowy patronat. I udało się.

- *Dziś przeżyliśmy wyjątkowy i niezwykle ekscytujący dzień. Spełniło się nasze małe marzenie – no, może jeszcze nie to gigantyczne o wizycie na kultowym Estadio Azteca w Mexico City, ale równie wspaniałe. Gościliśmy w ambasadzie Meksyku w Warszawie. Uwierzcie nam na słowo, ich siedziba na 20. piętrze w Atlas Tower robi kolosalne wrażenie* – opowiadali po powrocie Andrzej Staśko i Zbigniew Tomaszewski.

W związku z nadchodzącymi Mini Mistrzostwami Świata Płock 2026 przedstawiciele FutbolGangu zostali zaproszeni na oficjalne rozmowy. Z ramienia Jego Ekscelencji Ambasadora Juana Sandovala Mendiolea niezwykle miło i ciepło przyjęła ich Attaché ds. Kultury, Rebeca Ramírez Oceguera oraz Olga Wójcińska z Działu Kultury. Nie da się ukryć, że był to ogromny prestiż i wyróżnienie.

- *To było fantastyczne spotkanie. Wymieniliśmy uprzejmości i upominki, ale przede wszystkim długo rozmawialiśmy o ogromnej roli sportu w wychowaniu dzieci i młodzieży. Zgodziliśmy się, że piłka nożna to uniwersalny język, który pięknie łączy międzynarodową społeczność i przybliża do siebie tak barwne i pełne pasji kultury, jak meksykańska i polska. Mieliśmy też okazję zaprezentować wizję i działania FutbolGang na rzecz rozwoju dziecięcej piłki* – wspominają.

I na koniec znakomita wiadomość. Organizatorzy otrzymali zapewnienie o pełnym wsparciu ambasady przy organizacji wydarzenia, a co więcej... Oficjalne losowanie Mini Mistrzostw Świata Płock 2026 odbędzie się właśnie tam, w Ambasadzie Meksyku.

Teraz FutbolGang czeka na zgłoszenia. Warto wziąć udział w tak prestiżowych mistrzostwach.

Jol.

Akademia Futbolu Sparta Płock zaprasza

Zapisz dziecko na próbny trening

Sportową przygodę można przeżyć na najróżniejsze sposoby. Dla tych utalentowanych, którzy wyróżniają się wśród rówieśników, są akademie przygotowujące zawodników do gry w największych klubach, ale można też osiągnąć sukces w inny sposób.

Akademia Futbolu Sparta Płock właśnie rozpoczyna nabór chłopców i dziewczynek, proponując, by w jej szeregach przeżyli piłkarską przygodę. Zwracają się z apelem do rodziców. - *Szukasz miejsca, gdzie Twoje dziecko może rozwijać swoją pasję do piłki nożnej, świetnie się bawić i zdobywać nowych przyjaciół? Jeśli urodziło się w rocznikach od 2020 do 2010, to Akademia jest dla niego najlepszym miejscem* – zapewniają.

Właśnie rozpoczął się nabór do Akademii Sparta Płock, w której dzieciaki dostaną receptę na to, jak wykorzystać szansę, którą daje Sparta Płock. - *Jesteś w odpowiednim miejscu. U nas liczy się radość z gry, rozwój umiejętności i dobra atmosfera* – zapewniają trenerzy.

Zdaniem trenerów z Akademii, warto uprawiać piłkę nożną już od najmłodszych lat. To aktywność fizyczna wzmacniająca zdrowie i odporność, a poza tym sport uczy współpracy, odpowiedzialności i zasad fair play. Regularne treningi budują pewność siebie, a dodatkowo jest to świetny sposób na spożytkowanie dziecięcej energii.

Zainteresowani rodzice mogą zapisać swoje dziecko na treningi próbne i pozwolić na przeżycie sportowej przygody w barwach Sparty Płock. Wystarczy zadzwonić pod nr tel. 500 304 314, by otrzymać odpowiedzi na wszystkie pytania. **Jol.**

Zapraszamy na trybuny

Piłka nożna

Ekstraklasa, 30. kolejka, 26 kwietnia godz. 12.15:

Wisła Płock – Radomiak Radom,

godz. 14.45: Widzew Łódź – Motor Lublin, godz. 17.30: Lech Poznań – Legia Warszawa,

24 kwietnia, godz. 18.00: Zagłębie Lubin – Bruk-Bet Termalica Nieciecza, godz. 20.30: Jagiellonia Białystok – Górnik Zabrze,

25 kwietnia godz. 14.45: Korona Kielce – GKS Katowice, godz. 17.30: Lechia Gdańsk – Raków Częstochowa, godz. 20.15: Cracovia – Pogoń Szczecin,

27 kwietnia godz. 19.00: Piast Gliwice – Arka Gdynia.

3. liga, 28. kolejka, 25 kwietnia godz. 15.00:

KS Wasilków – Wisła II Płock.

Pozostałe spotkania: Broń Radom – Świt Nowy Dwór Mazowiecki, GKS Wikielec – ŁKS Łomża, Jagiellonia II Białystok – Widzew II Łódź, Lechia Tomaszów Mazowiecki – Ząbkovia Ząbki, Legia II Warszawa – KS CK Troszyn, Olimpia Elbląg – Mławianka Mława, Wigry Suwałki – GKS Bełchatów, Znicz Biała Piska – Warta Sieradz.

5.liga mazowiecka, 23. kolejka, 25 lub 26 marca:

Stoczniowiec Płock – Naprzód Zielonki, PAF Płońsk – Kasztelan Sierpc, Wicher Kobyłka – Sokół Serock, Nadnarwianka Pułtusk – MKS Ciechanów, Polonia II Warszawa – Grom Warszawa, Drukarz Warszawa – Żbik Nasielsk, Huragan Wołomin – Bug Wyszków, Escola Varsovia Warszawa – Narew Ostrołęka.

Liga okręgowa, 16. kolejka, 25 lub 26 kwietnia:

Start Proboszczewice – Zryw Bielsk, Orzeł Goleszyn – Delta Słupno, Lwówianka Lwówek – Unia Iłów, Szopen Sanniki – Stegny Wyszogród, Błękitni Gąbin – Sparta Mochowo, Amator Maszewo – Wicher Cieszewo.

Klasa „A", 19. kolejka, 25 lub 26 kwietnia:

Polonia Radzanowo – Wisła Głowina-Sobowo, Zorza Szczawin Kościelny – Stoczniowiec II Płock, Skra Drobin – Błyskawica Lucień, Unia Czermno – GKS Góra, Świt Staroźreby – Skrwa Łukomie, Huragan Bodzanów – Błękitni Raciąż.

Klasa „B", 16. kolejka, 25 lub 26 kwietnia:

Gotard Rybno – Orzeł II Goleszyn, ULKS Ciółkowo – Sparta Nowe Miszewo, Sparta II Mochowo – Orkan Sochaczew, Zorza II Szczawin Kościelny – Wisła Nowy Duninów, Szopen II Sanniki – Zjednoczeni Bulkowo.

2. liga kobiet, grupa północna, 16. kolejka, 25 lub 26 kwietnia:

Medyk II Konin – Wisła Płock, KU–AZS UW Warszawa – Lech/ UAM II Poznań, Praga Warszawa – Słupczanka Słupca, AKS SMS Łódź – Loczki Wyszków, GSS Grodzisk Wielkopolski – LFA Szczecin, TAF Toruń – Fuks Pułtusk.

Piłka ręczna

Centralna Liga Kobiet, 21. kolejka, 24–26 kwietnia:

EISBERG Dziewiątka Legnica – SMS ZPRP I Płock.

1. liga kobiet, 18. kolejka, 25 kwietnia godz. 17.00:

MMKS Jutrzenka Płock – MONDI Bukowsko–Dopiewski KPR.

To bez wątpienia będzie bardzo ciekawy pojedynek, bez względu na pozycję drużyn w tabeli.

SMS ZPRP II Płock – SPR AIR–Transfer.pl Koszalin.

KPS Płock powalczy o finał walki o 1. ligę

Drużyna KPS Płock odniosła już w tym sezonie wielki sukces, wygrywając swoją grupę, a potem pokonując drugą drużynę, grupowego rywala z Belska Wielkiego.

Teraz czas na dalszą drogę. Po wygranej w stosunku 3:2 w ostatnim meczu płocki KPS awansował do półfinału.

Niestety, mecze półfinałowe zostaną rozegrane w Jelczu-Laskowicach, czyli dość daleko od Płocka. Pewnie niewielu kibiców będzie mogło się tam wybrać. Ale mamy dobrą wiadomość, bo spotkania będą transmitowane, co oznacza, że sympatycy płockiej siatkówki będą mogli na bieżąco śledzić wyniki.

Płocka drużyna zmierzy się na parkiecie z: IM Rekord Volley Jelcz-Laskowice, Energa Trefl Gdańsk Młodzież oraz z KSS Karpaty Krosno II liga męska.

Ważna informacja. Zgodnie z regulaminem rozgrywek gospodarz turnieju ma prawo do zamiany kolejności meczów w ramach każdego dnia i oznacza to, że dokładne godziny spotkań drużyny KPS, także pozostałych, zależą od decyzji organizatora.

Jol.

eprasa.pl 77757f9567

A jednak to nie do końca jest udany sezon płockiej drużyny...

ORLEN Wisła żegna się z Ligą Mistrzów

Nie awansowaliśmy do ćwierćfinału Ligi Mistrzów, jeszcze nie w tym sezonie czerwcowy weekend spędzimy w Kolonii. Mimo zapowiedzi, że ten sezon będzie nasz, nie zdołaliśmy powtórzyć sukcesu z sezonu 2022/23 i dotrzeć do ósemki najlepszych europejskich drużyn.



D. Ossowski

To była bez wątpienia najlepsza faza grupowa Ligi Mistrzów w historii występów ORLEN Wisły w tych rozgrywkach. Ale za to nikt orderów nie daje. Nafciarze, grając w 14. kolejkach, wygrali 8 meczów, zaliczyli dwa remisy, przegrali cztery pojedynki – z SC Magdeburg na wyjeździe, obydwa spotkania z Barceloną i, dość przypadkowo, z GOG u siebie.

Zwykle po losowaniu grup trenerzy, sportowcy i kibice zastanawiają się, która grupa jest silniejsza czy trudniejsza. Ostateczna odpowiedź na to pytanie padnie na początku maja – po tym, gdy wyłonieni zostaną ćwierćfinaliści. Ale już teraz widać, że faza grupowa nie odzwierciedla wyników, jakie mamy po rozegraniu TOP 12.

W ćwierćfinale, jak co roku, są cztery najlepsze drużyny z fazy grupowej. Z grupy A do rywalizacji przystąpiły Fuchse Berlin i Aalborg, a z grupy B od razu awansowały: SC Magdeburg i Barcelona.

W dwumeczu 1/8 finału, Sporting pokonał ORLEN Wisłę, Nantes wygrało z GOG, Veszprem okazał się lepszy od PSG, a Pick Szeged wyeliminował Industrię Kielce.

W ćwierćfinale spotkają się: 29 kwietnia o godz. 18.45 Szeged i Magdeburg, godz. 20.45 Sporting – Aalborg, 30 kwietnia godz. 18.45 Veszprem – Fuchse Berlin, godz. 20.45 Nantes – Barcelona.

Spotkania rewanżowe zaplanowano na: 6 maja na godz. 18.45 Fuchse – Veszprem, godz. 20.45 Aalborg – Sporting i Barcelona – Nantes oraz 7 maja godz. 18.45 Magdeburg – Szeged.

W ćwierćfinale znalazło się pięć zespołów z grupy A i tylko trzy z grupy B. Teoretycznie odpowiedź na pytanie, która grupa była silniejsza po losowaniu, jest znana. Ale czy rzeczywiście po liczbie zespołów, które znalazły się w gronie ośmiu najlepszych zespołów możemy oceniać jakość drużyn?

Nie da się ukryć, że drużyny startujące w Lidze Mistrzów są najlepszymi zespołami w swoich krajach. W 1/8 finałów znalazły się dwie ekipy z Niemiec (obie są w ćwierćfinale, obie wywalczyły sobie awans po fazie grupowej), dwie polskie (żadna nie awansowała) oraz po dwie francuskie i węgierskie.

Co ciekawe, ani mistrz Francji, ani Węgier nie przeszli TOP 12 – w obu przypadkach w grze zostali wicemistrzowie. Trudno wyciągać z tego jednoznaczne wnioski, ale to fakt.

Wkrótce, bo już w ostatnim tygodniu kwietnia, zostaną rozegrane pierwsze pojedynki ćwierćfinałowe, w pierwszym tygodniu maja wszystko będzie już jasne. A potem kibice będą mieli czas na dyskusje, czy rzeczywiście cztery najlepsze ekipy Europy zmierzą się w Kolonii.

Rywalizacja zapowiada się bardzo ekscytująco.

Jola Marciniak

Sukces Marcina Malesy w brazylijskim jiu-jitsu

Przywiózł z Włoch złoto i srebro

Marcin Malesa, pochodzący z Płocka zawodnik brazylijskiego jiu-jitsu, odniósł ogromny sukces podczas zawodów Milan International Open IBJJF Jiu-Jitsu Championship 2026. Z Włoch wrócił ze złotym oraz srebrnym medalem, potwierdzając swoją wysoką formę na arenie międzynarodowej.

Prestiżowe zawody IBJJF miały miejsce 11 kwietnia w Mediolanie. To właśnie tam Marcin Malesa wywalczył złoty medal w kategorii Open purpurowych pasów oraz sięgnął po srebrny krążek w kategorii wagowej do 88.3 kg. Wygrana we włoskich zawodach to jedno z najważniejszych osiągnięć w jego karierze.

- Marcin to zawodnik z krwi i kości, który w przygotowania wkłada ogrom energii i zaangażowania. Jego sumienność, konsekwencja i charakter przekładają się na wyniki, które właśnie mogliśmy podziwiać na międzynarodowej scenie – podkreślają z dumą przedstawiciele klubu Wataha, do którego należy sportowiec. Zaznaczają, że jego sukces jest też inspiracją dla młodszych zawodników.

Za tymi medalami stoi jednak coś więcej. To historia człowieka, który poświęcił się całkowicie swojej pasji. Po latach treningów Marcin Malesa nie tylko walczy na najwyższym poziomie, ale też trenuje młodą kadrę. Płocki medalista prowadzi klub Tatar znajdujący się przy ulicy Portowej 6 w Płocku. Ponadto jest trenerem przygotowania motorycznego w klubie Wataha oraz jednym z trenerów Jutrzenki Płock.

Sport, który pozwolił Płocczaninowi sięgnąć po medale, to brazylijskie jiu-jitsu. Dyscyplina ta wywodzi się z jiu-jitsu, judo oraz zapasów i kładzie nacisk na walkę w parterze. BJJ głównie opiera się na chwytach. Dominują w niej dźwignie, duszenia oraz inne techniki unieruchamiania przeciwnika. Nie stosuje się uderzeń.

Oprócz dalszych treningów przed sportowcem pojawiają się kolejne wyzwania. Marcin Malesa zapowiada udział w kolejnych zawodach, tym razem organizowanych na terenie Polski.

Julia Machała



arch. Marcin Malesa

Płocczanin Marcin Malesa triumfował podczas zawodów we Włoszech

Dwa turnieje karate z udziałem zawodników AKT Płock

Zawodnicy spisali się znakomicie

W kwietniowy weekend odbyły się dwa turnieje karate z udziałem zawodników Akademii Karate Tradycyjnego Płock. Pierwszego dnia młodzi karatecy walczyli w „QI Karate Cup" w Brzesku, a drugiego – w „Silesia Cup" w Bytomiu.

W Brzesku Maja Włodarczyk zajęła pierwsze miejsce w kumite oraz drugie miejsce w kata, tak samo jak Gabryś Wierczyński, który wywalczył srebrny medal w kata. Brązowi medaliści to: Alan Karpiński (kumite), Asia Płaczkowska i Szymon Wojda.

W Bytomiu zawodnicy AKT Płock także wywalczyli medale. Maja Włodarczyk zdobyła złoty medal w kata i srebrny w kumite. Również na średnim stopniu podium stanęła Lena Zdunowska w kumite, a na najniższym – Kaja Wesołowska (kata) i Alan Karpiński (kumite).

Alan Karpiński wywalczył także czwarte miejsce w kata, podobnie jak Kaja Wesołowska w kumite.

Dodatkowo Maja Włodarczyk została najlepszą zawodniczką w kategorii młodzików i w Brzesku, i w Bytomiu.

Na duże gratulacje zasłużyli również walczący w Brzesku: Ania Płaczkowska, która zajęła piąte miejsce w kata i kumite oraz Hania Stasiak, która zakończyła zawody na piątej pozycji, która na piątym miejscu zakończyła zawody w kumite.

W zawodach wystartowali także: Sandra Stogowska, Ignacy Pach, Franciszek Pach, Antoni Pach, Stanisław Kuś, Adam Czarnecki, Michał Ronek, Wiktoria Włodarczyk i Michał Lewandowski.

Jol.



AKT Płock

Mocna rywalizacja i cenne doświadczenie dla zawodników KS Masovia

Płoccy badmintoniści w formie

W Sulęcinie odbył się turniej Super Grand Prix Młodzików i Juniorów Młodszych. To jedna z najmocniej obsadzonych imprez w kraju. Do rywalizacji stanęła cała krajowa czołówka, a zawodnicy walczyli o medale, podzieleni na trzy kategorie w zależności od miejsca zajmowanego na aktualnej liście klasyfikacyjnej Polskiego Związku Badmintona.

Grand Prix w Sulęcinie jest specyficznym turniejem, w którym grania jest naprawdę dużo. Nawet jeśli zawodnik nie zajmie pierwszego miejsca w grupie, walczy się dalej z badmintonistami, którzy zajęli te same miejsca w innych grupach. Dzięki temu każdy start daje sporo grania i bardzo dużo wartościowego doświadczenia.

KS Masovia reprezentowała w Sulęcinie trójka zawodników: Alicja Michalska, Kuba Piotrowski oraz Kacper Kosz.

Wyniki zawodników: Alicja Michalska – 3 mecze wygrane, 5 przegranych, gra pojedyncza – 10. miejsce w kategorii B, gra mieszana – 4. miejsce w kategorii B.

Kuba Piotrowski – 4 mecze wygrane, 4 przegrane, gra pojedyncza – 2. miejsce w kategorii B i srebrny medal, gra podwójna – 7. miejsce w kategorii A.

Kacper Kosz: 3 mecze wygrane, 5 przegranych, gra pojedyncza – 10. miejsce w kategorii A, gra mieszana – 7. miejsce w kategorii A.

Jol.

eprasa.pl 77757f9567

Wisła Płock na czwartym miejscu w tabeli Ekstraklasy

Komplet punktów w meczu na wyjeździe

W 29. kolejce PKO Bank Polski Ekstraklasy Wisła Płock pokonała na wyjeździe Bruk-Bet Termalicę Nieciecza 3:1 (2:0), a bramki dla Nafciarzy strzelali: Wiktor Nowak, Žan Rogelj oraz Giannis Niarchos.

Początek spotkania był dość spokojny, choć nie brakowało twardej gry. Już w 4. min arbiter sięgnął po żółtą kartkę, karząc Guerrero za taktyczny faul, który przerwał rozwijającą się akcję. Chwilę później goście spróbowali swoich sił – w 6. min uderzenie Zapolnika nie sprawiło jednak problemów Rafałowi Leszczyńskiemu, który pewnie interweniował.

W kolejnych fragmentach gra zaczęła się otwierać. Najpierw w 11. min Niarchos spróbował szczęścia strzałem z okolic 11. metra, ale piłka minimalnie przeleciała nad poprzeczką. Minutę później pod płocką bramką zrobiło się naprawdę groźnie – po zamieszaniu w polu karnym Jimenez znalazł się w dogodnej sytuacji, jednak z bliskiej odległości nie zdołał skierować piłki do siatki.

Po okresie przewagi rywali Wisła stopniowo przejmowała kontrolę nad spotkaniem, co przyniosło efekt w końcówce pierwszej połowy. W 37. minucie świetne dośrodkowanie Dominika Kuna znalazło w polu karnym Wiktora Nowaka, który precyzyjnym strzałem głową otworzył wynik meczu.

Nie minęły nawet dwie minuty, a prowadziliśmy już 2:0. Po kolejnej dobrze rozegranej akcji Dani Pacheco posłał piłkę w pole karne, a Žan Rogelj efektownym uderzeniem z lewej nogi podwyższył prowadzenie płockiej drużyny.

Już w 48. min Hilbrycht spróbował zaskoczyć Leszczyńskiego strzałem z rzutu wolnego, ale piłka minimalnie przeleciała nad bramką. Chwilę później doszło do prawdziwego oblężenia – w 49. min Giannis Niarchos wyszedł sam na sam z Chovanem, jednak w tym pojedynku lepszy okazał się golkiper gospodarzy. Zaledwie kilkadziesiąt sekund później ponownie próbował Giannis, ale tym razem jego uderzenie poszybowało nad poprzeczką.

Co nie udało się za pierwszym i drugim razem, udało się za trzecim. W 51. min Wisła dopięła swego. Po kolejnym ataku Giannis kapitalnie odnalazł się w polu karnym i potężnym strzałem głową nie dał szans bramkarzowi, podwyższając prowadzenie.

W dalszej części meczu tempo nieco spadło, choć nie brakowało okazji. W 67. min Durdov uderzał, ale niecelnie. Końcówka spotkania znów przyniosła więcej emocji – w 82. min po zamieszaniu w polu karnym gospodarzy Chovan popisał się świetną interwencją po strzale Tavaresa.

Chwilę później – w krótkim odstępie czasu – swoich sił próbowali jeszcze Rogelj oraz Kamiński, jednak pierwszy z nich ponownie trafił na dobrze dysponowanego bramkarza, a drugi minimalnie chybił głową po rzucie rożnym.

Gospodarze odpowiedzieli w 88. min, gdy na listę strzelców wpisał się Zapolnik, zmniejszając straty. Na więcej nie było ich jednak stać – do końcowego gwizdka Wisła kontrolowała przebieg gry i ostatecznie można się było cieszyć z wyjazdowego zwycięstwa w Niecieczy, wracając do Płocka z kompletem punktów.

Kolejny mecz Wisła zagra w Płocku. W niedzielę, 26 kwietnia o 12:15 na ORLEN Stadionie Płoczczanie podejmą Radomiaka Radom.

Termalica: Adrian Chovan – Lucas Masoero, Morgan Fassbender (57' Igor Strzałek), Jesus Jimenez (57' Ivan Durdov), Damian Hilbrycht, Sergio Guerrero (67' Dominik Biniek), Kamil Zapolnik, Radu Boboc, Maciej Ambrosiewicz, Miłosz Matysik, Artem Putivtsev (57' Arkadiusz Kasperkiewicz).

Wisła: Rafał Leszczyński – Marcus Haglind-Sangré, Dani Pacheco (92' Matwiej Bakhno), Giannis Niarchos (69' Dominik Sarapata), Dominik Kun (61' Kevin Custovic), Dion Gallapeni (61' Quentin Lecoeuche), Žan Rogelj, Nemanja Mijušković, Wiktor Nowak, Marcin Kamiński, Kyriakos Savvidis (61' Tomas Tavares).

Pozostałe wyniki: GKS Katowice - Motor Lublin 3:2, Legia Warszawa - Zagłębie Lubin 1:0, Radomiak Radom - Widzew Łódź 2:1, Górnik Zabrze - Korona Kielce 1:0, Pogoń Szczecin - Lech Poznań 1:2, Raków Częstochowa – Cracovia 4:1, Arka Gdynia - Jagiellonia Białystok 0:3, Lechia Gdańsk - Piast Gliwice.

Jol.


Wisła Płock

#	drużyna	punkty	bilans meczowy	bilans bramkowy
1.	Lech Poznań	49	13-10-6	51:41
2.	Jagiellonia Białystok	46	12-10-7	47:35
3.	Górnik Zabrze	46	13-7-9	41:33
4.	**Wisła Płock**	**45**	12-9-8	32:27
5.	Zagłębie Lubin	44	12-8-9	42:34
6.	Raków Częstochowa	43	12-7-10	41:36
7.	GKS Katowice	43	13-4-12	42:40
8.	Motor Lublin	39	9-12-8	39:43
9.	Lechia Gdańsk	38	12-7-10	56:52
10.	Radomiak Radom	37	9-10-10	45:43
11.	Legia Warszawa	37	8-13-8	34:32
12.	Korona Kielce	37	10-7-12	36:35
13.	Cracovia	37	9-10-10	34:37
14.	Pogoń Szczecin	37	11-4-14	39:44
15.	Piast Gliwice	36	10-6-13	35:39
16.	Arka Gdynia	34	9-7-13	30:50
17.	Widzew Łódź	33	9-6-14	34:37
18.	Bruk-Bet Termalica	25	6-7-16	34:54

Liga Mistrzów UEFA (Kwalifikacje)
Liga Konferencji UEFA (Kwalifikacje)
Spadek do Betclic 1. ligi

* O kolejności w tabeli zespołów z tą samą liczbą punktów decyduje bilans ich meczów bezpośrednich

ORLEN Wisła zwycięzcą Pucharu Polski

Nie byłoby w niedzielę wybuchu radości po ostatnim gwizdku sędziów w finałowym spotkaniu o Puchar Polski, gdyby nie sobotnie zwycięstwo nad Industrią Kielce. Po tym, jak Nafciarze pokonali rywali 30:25, ORLEN Wisła mogła świętować sukces.

ORLEN Wisła została zdobywcą Pucharu Polski w piłce ręcznej mężczyzn w sezonie 2025/2026. W wielkim finale – rozegranym w niedzielę w Kalisz Arenie – Nafciarze pokonali PGE Wybrzeże Gdańsk 31:25, choć ekipa z Pomorza wykazała się bardzo ambitną postawą. W ten sposób Płoczczanie zdobyli 14. w historii klubu Puchar Polski.

Obie drużyny przystępowały do finału Pucharu Polski Mężczyzn 2025/2026 z poczuciem, że stoją przed wyjątkową, historyczną szansą. ORLEN Wisła Płock mogła odzyskać trofeum po rocznej przerwie. W ubiegłym sezonie Puchar trafił do Industrii Kielce, którą tym razem Nafciarze wyeliminowali w sobotnim półfinale (30:25). W Płocku nikt nie dopuszczał innego scenariusza niż niedzielne zwycięstwo.

I stało się. Po 60 minutach meczu wszystko było już jasne. ORLEN Wisła Płock zdobyła 14. w historii klubu Puchar Polski i w ogólnej klasyfikacji umocniła się na drugim miejscu, zbliżając się do rekordzistów z Kielc, którzy mają na koncie 18 tych trofeów.

ORLEN Wisła Płock – PGE Wybrzeże Gdańsk 31:25 (16:13)

ORLEN Wisła Płock: Bergerud, Borucki, Alilović – Daszek 2, Janc 5, Sroczyk 2, Serdio 5, Susnja, Samoila, Richardson 6, Zarabec 3, Fazekas 2, Krajewski 3, Ilic, Szita, Kosorotow 3.

PGE Wybrzeże Gdańsk: Zembrzycki, Poźniak – Peret 2, Stępień, Czertowicz 1, Stanescu, Tomczak 2, Rodak, Zmavc, Pepliński, Będzikowski 1, Czapliński 5, Gębala 2, Domagała 7, Papina, Michałowicz 5. **Jol.**


D. Ossowski

Po zwycięstwie w Kwidzynie Jutrzenka awansowała do turnieju mistrzyń

Teraz powalczą o awans

W meczu przedostatniej kolejki 1. ligi grupy A Jutrzenka Płock pokonała na wyjeździe MTS Kwidzyn 38:29 (22:13) i awansowała do Turnieju Mistrzyń, w którym znalazły się trzy zwycięskie drużyny z trzech grup. Dwie z nich awansują do Centralnej Ligi Seniorek.



Jutrzenka: Kamecka, Bodnar – Agata 2, Bachurska 2, Mękarska 4, Szmigielska 2, Kowalewska 1, Wawrzyńska 1, Sokołowska 1, Zając 1, Warda 5, Sikora 5, Rędzińska 3, Laufer 6, Cieślak 5, Kwiatkowska **Jol.**

Tabela po 17. kolejce, w której Jutrzenka już wywalczyła sobie 1. miejsce i awans do Turnieju Mistrzyń.

	drużyna	mecze	punkty	bilans
1.	**MMTS Jutrzenka Płock**	**17**	**48**	**552-416**
2.	Bukowsko Dopiewski K.	16	40	512-434
3.	Truso Elbląg	17	32	543-504
4.	SMS ZPRP Płock II	17	28	522:495
5.	Air-Transfer Koszalin	17	24	549:508
6.	MKS Gniezno II	17	24	516-528
7.	Szczypiorniak Ustka	16	22	485-493
8.	MTS Kwidzyn	17	14	506-567
9.	KS Pyrki Poznań	17	14	359-461
10.	Fahrenheit Gdańsk	16	3	439:577

eprasa.pl 77757f9567

Ochrona słabszych

Czy prawo powinno chronić słabszych? Zapewne znakomita większość zapytanych o to w ulicznej sondzie udzieliłaby odpowiedzi twierdzącej. To przecież jasne, że silniejsi sami sobie poradzą. Nie jest,wbrew pozorom, moim celem polemika z tą większością. Ale przejdźmy do rzeczy, zostawiając na boku rozważania filozoficznoprawne. Chodzi o jeden konkretny przypadek tytułowej ochrony słabszych, o którym zresztą już na tych łamach pisałem.



Mam na myśli pieszych. Nie podlega dyskusji, że to najsłabsi użytkownicy „infrastruktury drogowej", a tym samym najbardziej narażeni na negatywne skutki zetknięcia z innymi użytkownikami dróg, chodników czy ścieżek rowerowych. Co na to prawo? Jak zapewne Szanowni Czytelnicy się domyślają, zmierzam do analizy krytycznej przepisu regulującego zachowania na przejściach dla pieszych, czyli durną zasadę pierwszeństwa pieszych przed innymi użytkownikami dróg, chodników itd. Dlaczego durną? Bo najwyraźniej twórcy tego bez wątpienia noszącego znamiona geniuszu rozwiązania przyjęli założenie, że przepis przez nich ustanowiony będzie przez kierowców przestrzegany bezwarunkowo, zawsze i wszędzie. Jednak „Live is brutal and full of zasadzkas"...

Kierowcy, na których przepis ów przenosi odpowiedzialność za bezpieczeństwo pieszych popełniają błędy. Czapki z głów przed kierowcą, który nigdy nie zagapił się w takiej sytuacji i nie wjechał na pasy tuż przed zamierzającym na nie wkroczyć piechurem! Powodów może być mnóstwo. Kierowca się „zamyślił", spojrzał na obiekt znajdujący się poza drogą, śledził napisy na budynkach, bo szukał jakiegoś adresu, skierował wzrok na tablicę rozdzielczą, by „podkręcić' radio, bo coś go zainteresowało w treści przekazu… Wystarczy chwila i mamy dwie ofiary. Potrącony pieszy i sprawca. I co z tego, że sprawca poniesie karę, trafi do więzienia na długie lata, kiedy pieszy straci zdrowie albo i życie? Wielkie dzięki za taką ochronę!

Cóż, mleko się rozlało i musimy z tym durnym przepisem żyć. Jako się rzekło wyżej, stroną słabszą w „zdarzeniach drogowych" jest zawsze pieszy. Co w takim razie robić, żeby go wesprzeć w tej mało komfortowej sytuacji? Ja ze swej strony mogę zaproponować najprostsze wyjście. Durny przepis po prostu zignorować. Jakby go nie było i obowiązywała zasada, którą wpajano nam już od najmłodszych lat, czyli kodeksowa zasada ograniczonego zaufania (art. 4 ustawy Prawo o ruchu drogowym).

Zanim wejdziesz na przejście dla pieszych, rozejrzyj się w obie strony. Jeśli do przejścia zbliża się jakiś pojazd, pod żadnym pozorem nie wchodź na nie! Nawet jeśli pojazd zatrzymał się zgodnie z feralnym przepisem, sprawdź czy do przejścia nie zbliża się jakiś inny pojazd. Jeśli tak, nie przechodź! On też się może „zagapić" i nieszczęście gotowe! Tu może być kłopot. Jak trafisz na „narwanego" kierowcę, może uchylić szybę i posłać ci „wiązankę" z powodu opieszałości w korzystaniu z przejścia. Trudno, zdrowie i życie jest ważniejsze!

Jerzy Ogonowski

FELIETONY

Ogonowski | Kopeć

Oświatowa bandyterka

Na stronie „Portal Samorządowy" można przeczytać, że trwają przepychanki między rządem, samorządami i związkami zawodowymi w sprawie rozliczania wynagrodzenia nauczycieli za pracę podczas wycieczek szkolnych. Tęgie głowy, wyedukowane w polskiej szkole, wiele zawdzięczające nauczycielom, którzy swoim wysiłkiem otworzyli im drogi do przeróżnych karier, spierają się teraz, czy zapłacić pedagogom za ich ciężką pracę także podczas wycieczek szkolnych, wymian międzynarodowych i tym podobnych zajęć pozalekcyjnych.



36 lat luminarzom polskiej demokracji zajęło zajęcie się tą sprawą i jeszcze upokarzają nauczycieli własnych dzieci i wnuków sporami o to, czy zapłacić i ile. Jak wam nie wstyd! Polska małość, polskie krętactwo i prostactwo umysłowe mówi jasno – nie płacić, a jeśli już, to jakieś ochłapy ze zdechłego szczura. Na więcej nauczyciel nie zasługuje. Przez 37 lat tej waszej obłudnej demokracji nauczyciele wozili na wycieczki dzieci bez zapłaty, to pomarudzą i powiozą je przez kolejne 30 lat. Nie byłoby tego problemu, gdyby zapłata za pracę nauczyciela była w tym kraju „słuszna i sprawiedliwa", jak naucza mateczka Kościół, ale nie może być taka, ponieważ większość nauczycieli to kobiety, a kobiet, wiadomo, nie traktuje się tu poważnie, co najwyżej w Dniu Kobiet.

Tak więc debatujcie o zapłacie za pracę pedagogów, wychowawców i edukatorów waszych dzieci i wnuków. Efekty tej debaty są z góry w tym prostackim kraju przewidywalne. Tu od wieków obowiązuje jedna i ta sama zasada – nauczycieli trzeba trzymać krótko, nie wolno pozwolić, aby ich było stać na książkę (oj, drogie są teraz książki), na kino, teatr, koncert. Nie muszą czytać ani oglądać, bo by się im w głowach poprzewracało i zachciałoby się im zaprowadzić wasze dzieci i wnuki tu i tam, żeby spotkały wyższą kulturę. Nie wolno pozwolić, aby mogli wykonywać pracę w jednym miejscu i oddać się jej w pełni. Muszą nadrabiać, dorabiać gdzie popadnie, aby nie zdechnąć z głodu i dla pierwszego pracodawcy wykonać przydzielone obowiązki jako tako. Po 37 latach tej bandyterki nikt z pedagogów nie liczy nawet, że znajdzie się choć jeden mądry poseł albo samorządowiec, który upomni się o sprawiedliwość dla nich, bo już dawno poznali się na waszych możliwościach intelektualnych w tym zakresie. Zresztą w tym podłym kraju sprawiedliwość jest nie dla nauczycieli, tylko dla biskupów, którzy zgarniają po kilkanaście tysięcy emerytury miesięcznie, o czym ostatnio napisała Wirtualna Polska. To na pewno wystarczy na skromne życie.

Reszta, zgodnie z naukami Ewangelii, ma chylić posłusznie kark i potulnie wykonywać to, co do niej należy, nie pytając o sprawiedliwość. Na tym mniej więcej polega piękno tej waszej demokracji, którą tu sobie zainstalowaliście \37 lat temu i nawet dla picu zadekretowaliście w Świętej Księdze Konstytucji „urzeczywistnianie zasad sprawiedliwości społecznej" na samym jej początku. Minie niedługo 37 lat tej parszywej III RP i nadal nikt nie potrafi ani ewidencjonować czasu pracy nauczyciela ani za nią godnie płacić. Ci, którzy mają wychowywać młode pokolenia do życia w społeczeństwie obywatelskim, którzy mają zachwycać młodych ludzi urokami demokracji, prawami człowieka i tym podobnymi cudownościami, sami są należnego i godnego miejsca w tym społeczeństwie pozbawieni. Są takie mądrale, które potrafią tak owijać w bawełnę, że wyjdzie im, że nauczycielom w Polsce jest najlepiej na świecie. Podobnych kłamczuchów mamy tu niedaleko, nawet nie odważę się ich nazwać po imieniu i nazwisku, bo brzydzę się nimi. 36 lat trwa już to upokarzanie jednego z najważniejszych zawodów z punktu widzenia społecznych potrzeb. Okazuje się, że jest to możliwe w kraju tak prymitywnym jak Polska. Tu zawsze, od niepamiętnych czasów nauczyciel tyle znaczył mniej więcej co parobek i tak pozostało także w szlachetnej III RP, z której jesteście tak dumni, krętacze.

Wiesław Kopeć

** Informujemy, że redakcja nie musi się utożsamiać z poglądami zawartymi w felietonach. W tym gatunku dziennikarskim ich autorzy wyrażają własne zdanie.*

Adwokat radzi



Postępowanie w sprawach o ubezwłasnowolnienie

Ubezwłasnowolnienie polega na całkowitym albo częściowym pozbawieniu zdolności danej osoby do czynności prawnych w celu ochrony jej interesów życiowych i majątkowych. Osoba ubezwłasnowolniona nie będzie miała zdolności do czynności prawnych, ale będzie nadal posiadała zdolność prawną. W dzisiejszym artykule wyjaśnię, jak wygląda postępowanie w sprawach o ubezwłasnowolnienie.

Decyzję o ubezwłasnowolnieniu osoby fizycznej podejmuje sąd okręgowy, w okręgu którego zamieszkuje osoba, której dotyczy wniosek. Sam wniosek o ubezwłasnowolnienie nie przesądza o ubezwłasnowolnieniu osoby. W trakcie postępowania wymagane jest przeprowadzenie szczegółowego postępowania dowodowego na wielu płaszczyznach.

Postępowania o ubezwłasnowolnienie są zazwyczaj długie i skomplikowane, dlatego też chcąc wystąpić z takim żądaniem, warto rozważyć powierzenie przygotowania pozwu oraz poprowadzenia sprawy przed sądem cywilnym adwokatowi mającemu doświadczenie w prowadzeniu spraw o ubezwłasnowolnienie.

Jeżeli znaleźli się Państwo w podobnej sytuacji, serdecznie zapraszam do kontaktu: www.kancelariawach.pl.

Kto może wszcząć sprawę o ubezwłasnowolnienie?

Postępowanie o ubezwłasnowolnienie regulują przepisy art. 544 do 560[1] Kodeksu postępowania cywilnego. Sprawy o ubezwłasnowolnienie należą do właściwości sądów okręgowych, które rozpoznają je w składzie trzech sędziów.

Postępowanie o ubezwłasnowolnienie może zostać wszczęte jedynie na wniosek uprawnionego podmiotu. Postępowania tego nie może zainicjować sąd z urzędu. W art. 545 k.p.c. przewidziano krąg podmiotów, które mogą zainicjować postępowanie o ubezwłasnowolnienie. Katalog osób uprawnionych do złożenia wniosku o ubezwłasnowolnienie nie jest zamknięty. W świetle art. 545 § 1 k.p.c. uprawnienie do zainicjowania postępowania posiadają: małżonek osoby, której wniosek dotyczy, jej krewni w linii prostej, rodzeństwo, a ponadto jej przedstawiciel ustawowy. Z wnioskiem wystąpić może również prokurator.

Uczestnikami postępowania o ubezwłasnowolnienie są z mocy samego prawa oprócz wnioskodawcy: osoba, której dotyczy wniosek; jej przedstawiciel ustawowy; małżonek osoby, której dotyczy wniosek o ubezwłasnowolnienie. Postępowanie toczy się z udziałem prokuratora.

Przebieg postępowania o ubezwłasnowolnienie

Niezwłocznie po wszczęciu postępowania sąd ma obowiązek wysłuchać osobę, której dotyczy wniosek o ubezwłasnowolnienie. Ustawa wymaga bezwzględniej obecności podczas wysłuchania biegłego psychologa. Ponadto – zależnie od stanu zdrowia osoby, której dotyczy wniosek – wysłuchaniu powinien towarzyszyć biegły psychiatra lub neurolog. Wybór biegłego z tych dziedzin należy do sądu. Istnieje także możliwość, że podczas wysłuchania będą obecni biegli wszystkich trzech specjalności, tj. psycholog, psychiatra i neurolog.

Wysłuchaniu osoby, której dotyczy wniosek o ubezwłasnowolnienie, ustawa przypisuje szczególne znaczenie. Jako że czynność ta ma charakter obligatoryjny i nie jest dopuszczalne jej pominięcie, w przypadku niestawiennictwa osoby objętej wnioskiem na posiedzenie sądu możliwe jest zarządzenie jej przymusowego doprowadzenia.

Doradca tymczasowy

Nakaz niezwłocznego wysłuchania tej osoby ma zapewnić należytą ochronę jej interesów i umożliwić szybkie podjęcie decyzji w kwestii ustanowienia dla niej – stosownie do okoliczności – doradcy tymczasowego (art. 548 i n. k.p.c.) lub kuratora procesowego (art. 556 § 2 k.p.c.).

Jeżeli wniosek o ubezwłasnowolnienie dotyczy osoby pełnoletniej, sąd może na wniosek uczestnika postępowania lub z urzędu, przy wszczęciu lub w toku postępowania, ustanowić dla niej doradcę tymczasowego, gdy uzna to za konieczne dla ochrony jej osoby lub mienia. Osoba, dla której ustanowiono doradcę tymczasowego, ma ograniczoną zdolność do czynności prawnych na równi z osobą ubezwłasnowolnioną częściowo.

Orzeczenie w przedmiocie ubezwłasnowolnienia

Orzeczenie w przedmiocie ubezwłasnowolnienia może zapaść tylko po przeprowadzeniu rozprawy. W postanowieniu o ubezwłasnowolnieniu sąd orzeka, czy ubezwłasnowolnienie jest całkowite, czy też częściowe i z jakiego powodu zostaje orzeczone. Orzeczenie sądu w przedmiocie ubezwłasnowolnienia może zostać zaskarżone apelacją.

Sąd, który orzekł ubezwłasnowolnienie, zarządza z urzędu przesłanie sądowi opiekuńczemu odpisu prawomocnego postanowienia, którym orzekł ubezwłasnowolnienie.

Uchylenie i zmiana ubezwłasnowolnienia.

Sąd uchyli ubezwłasnowolnienie, gdy ustaną przyczyny, dla których je orzeczono.

W razie poprawy stanu psychicznego ubezwłasnowolnionego sąd może zmienić ubezwłasnowolnienie całkowite na częściowe, a w razie pogorszenia się tego stanu – zmienić ubezwłasnowolnienie częściowe na całkowite. Z wnioskiem o uchylenie albo zmianę ubezwłasnowolnienia może wystąpić także ubezwłasnowolniony.

Dane Kancelarii:
Adwokat Marta Wach
Kancelaria Adwokacka
ul. Tadeusza Kościuszki 1/207
09 – 400 Płock
strona www.kancelariawach.pl
kontakt: 606 225 243
biuro@kancelariawach.pl

eprasa.pl 77757f9567