



Nowi
szefowie
Sanepidów

>3



Leśnicy
uratowali
bielika

>3



Jak możemy
ubiec
nowotwór

>12

Nr 31 (2486)
nakład 6 000
3,50 zł
stawka VAT 5%
ISSN 02086972 INDEKS 379409
Rok zał. 1972

Wtorek
3 sierpnia 2021

UKAZUJE SIĘ NA MAZOWSZU
PÓŁNOCNYM W POWIATACH:
■ PŁOCK ■ GOSTYNIN ■ SIERPC



tygodnik PŁOCKI

DODATKI:

- pow. gostyniński - s. 12
- pow. sierpecki - s. 13
- pow. płocki - s. 14, 15



PROGRAM TV

Najbardziej popularne w Płocku kierunki studiów:
ekonomia, pedagogika przedszkolna, informatyka



Studenci na półmetku rekrutacji

Czytaj - s. 4

Nie taki Covid oczywisty, czyli...

Co przekonałoby Polaków do szczepień?

■ Czytaj - 5



Dlaczego drapieżniki w płockim ZOO nie jedzą mięsa w poniedziałki...?

■ Czytaj - 11

SPORT



Zuzanna Maślana na mistrzostwach Europy potwierdziła wielki talent

>30



Zarząd SPR Wisła Płock rozmawiał z kibicami

>31

Podpowiadamy, gdzie się wybrać...

Podpowiadamy, które z wydarzeń są godne uwagi – zarówno wśród tych, które mogą już odbywać się na żywo i tych, w których możemy uczestniczyć online.

Miłość na skróty?

3 sierpnia o godz. 17.00 Nove Kino „Przedwiośnie” zaprasza na film „Małżeństwo na skróty”. W miłości i w życiu – najważniejsze są te krótkie magiczne chwile, które zmieniają wszystko. O tym przekona się bohater filmu, gdy wpadnie w pułapkę gwałtownie przyspieszonego czasu. W roli głównej wystąpił Rafe Spall – gwiazda wielkich hitów: „Jurassic World: Upadłe królestwo”, „Men in Black: International” oraz „Życie Pi”.

Środy z Einsteinem

4 sierpnia w godzinach 16.00 – 18.00 odbędą się kolejne już warsztaty z Einsteinem. Wydarzenie organizowane jest na płockiej Starówce. Agencja Eventowa RECON serdecznie zaprasza wszystkie dzieci wraz z rodzicami do wspólnej zabawy.

Muzyczny Czwartek

Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna zaprasza do udziału w wydarzeniu „Muzyczne czwartki na płockiej starówce”. W ramach projektu 5 sierpnia o godz. 18.00 odbędzie się koncert MIETEK SWINGING BAND w wykonaniu muzyków współpracujących z Płocką Orkiestrą Symfoniczną.

Na starówce potańcówka

Na Placu Starego Rynku trwa projekt „Roztańczmy Mazowsze”. Kolejne taneczne spotkanie odbędzie się już w najbliższy piątek, 6 sierpnia o godzinie 19.30. Zespół muzyczny zagra na żywo. Wstęp na wydarzenie jest darmowy.

Płock na rowery!

7 sierpnia o godz. 9.00 ruszy kolejny rajd rowerowy pn. „Nieodkryte zakątki Mazowsza”. Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna zaprasza wszystkich chętnych rowerzystów, aby stawili się na zbiórce przy Stadionie Piłkarskim w Borowiczkach, ul. Borowicka 23. Rajd wyruszy w stronę Bodzanowa i pokona około 40 kilometrów.

Odkryj z nami Płock

W najbliższą niedzielę, 8 sierpnia już po raz jedenasty odbędzie się spacer turystyczny „Odkryj z nami Płock”. Tuż po godzinie 12.00 z Placu Starego Rynku przewodnicy poprowadzą grupy po trasie pn. „Znane Płockanki”. Każdy uczestnik otrzyma mini przewodnik - Płocki Paszport Turystyczny.

mk

Na skrzyżowaniu powstaje rondo

Trwa przebudowa ul. Chopina

Trwa gruntowna przebudowa ul. Chopina na odcinku od ul. Ołolińskiej do skrzyżowania z ul. Lachmana i Spółdzielczą.

W pierwszym etapie prace polegały przede wszystkim na ułożeniu kolektorów deszczowych o dużej przepustowości. To prace zmierzające do wykonania wydajnego systemu odwodnienia wiaduktu w al. Piłsudskiego.

Kolejnym etapem prac jest ułożenie nowej nawierzchni, chodników. Drogowcy zbudują też dwukierunkową drogę rowerową oraz poprawią zatokę autobusową. Przebudują także skrzyżowanie ul. Chopina z ul. Lachmana i Spółdzielczą. W tym miejscu powstaje rondo. Nowe będzie również oświetlenie.

Zlikwidowany zostanie jeden ze zjazdów z al. Piłsudskiego na Spółdzielczą – dla kierowców nadjeżdżających z Podolszyc to zjazd przed wiaduktem. Rozwiązanie takie podyktowane jest chęcią poprawienia bezpieczeństwa rowerzystów, korzystających z magistrali rowerowej. Zjazd ten przy wiadukcie krzyżuje się właśnie z drogą rowerową i w tym miejscu dochodziło do potrażeń. Kierowcy, którzy jadąc od strony Podolszyc będą chcieli zje-



J. Danieluk

Na skrzyżowaniu ulic Chopina, Spółdzielczej i Lachmana powstaje rondo

chać do ulicy Chopina lub Lachmana, będą korzystać ze zjazdu znajdującego się po prawej stronie za wiaduktem nad ul. Spółdzielczą. Z tej trasy korzystały przed remontem ul. Chopina między innymi autobusy linii nr 20 i 26. Co ważne, w miejscu zlikwidowanego zjazdu powstaną tereny zielone, na którym posadzone zostaną ponad 40 klonów.

Investycję realizuje Miejski Zarząd Dróg. Przetarg na modernizację fragmentów Chopina i Spółdzielczej wygrało konsorcjum firm Hydropol i Waskop, które zaoferowało wykonanie robót za 7,43 mln złotych. Miejski Zarząd Dróg – jako inwestor

– zdobył 3,75 mln złotych dofinansowania z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg. Prace zgodnie z umową mają zakończyć się do końca września tego roku. Do tego czasu ulica pozostanie całkowicie zamknięta. Dojazd jest możliwy wyłącznie dla mieszkańców z okolic ul. Kopernika, Kolberga i Stodółkiewicza.

Jednocześnie trwa projektowanie przebudowy odcinka ul. Spółdzielczej od wiaduktu do skrzyżowania z ul. Wyszogrodzką. Powinno zakończyć się latem tego roku. Kiedy będzie gotowy projekt, będzie można ogłosić przetarg na wykonanie prac. (jac)

Muzyczne Czwartki na płockiej starówce

Ach ten jazz!

Koncerty w ramach organizowanych przez Płocką Lokalną Organizację Turystyczną muzycznych czwartków na Starym Rynku zdążyły sobie zaskarbić stałą publiczność. Kiedy brakuje krzesełek pod sceną, melomani słuchają muzyki z ogródków okolicznych restauracji. Podczas kolejnych trzech spotkań na scenie zabrzmia standardy muzyki jazzowej w wykonaniu Mietek Swinging Band, utwory kojarzone z nurtem gypsy jazz oraz przeboje muzyki filmowej.

5 sierpnia o godz. 18.00 organizatorzy zapraszają na koncert jazzowy. Specjalnie dla wymagających słuchaczy, w jego repertuarze znajdują się utwory, o których można śmiało powiedzieć „najlepsze z najlepszych”. Usłyszymy piosenki wykonywane przez takich artystów jak Frank Sinatra, Ella Fitzgerald, Louis Armstrong, Tony Bennett, Chet Baker, Diana Krall oraz wokalistów

polskich. Melomani posłuchają porównawczych improwizacji, a także zatańczą przy największych przebojach w oryginalnych aranżacjach z epoki swingu. Zagra zespół Mietek Swinging Band w składzie: Mieczysław Musiał – śpiew, puzon, Jan Jarecki – fortepian, Tomasz Krawczyk – kontrabas, Nikodem Wojtkiewicz – perkusja.

12 sierpnia na rynku zabrzmia utwory w stylu „gypsy jazz” (cygański jazz). Ten styl swoimi korzeniami sięga lat 30. Narodził się w Paryżu, a za jego twórcę uważany jest urodzony w Belgii gitarzysta

pochodzenia romskiego, Django Reinhardt. Muzyk stworzył własną technikę gry na gitarze. Razem ze skrzypkiem Stéphane'em Grappellem powołał zespół Quintette du Hot Club de France. Kompozycje Reinhardta („Minor Swing”, „Daphne”, „Nuages”) weszły do kanonu standardów jazzowych.

W Płocku zagrają: Natan Kosętko – skrzypce, Maciej Olesiński – gitara i Marcin Grabowski – kontrabas.

„Muzyczne czwartki na starówce” zakończą się 26 sierpnia w klimacie muzyki filmowej. Wystąpi zespół Bogna Band w składzie: Aleksandra Strasińska – flet, Zuzanna Niedziela – klarnet, Małgorzata Domańska – skrzypce, Arkadiusz Płaziuk – wiolonczela, Sylwester Masłoń – kontrabas i Bogna Dulińska – fortepian. Wstęp na koncerty jest wolny. (lesz.)



archiwum



Kierowcy lubią gaz, niestety...

W zeszłą środę policjanci płockiej drogówki dokonywali pomiarów prędkości w 34 punktach, wyznaczonych w oparciu o analizę zdarzeń drogowych oraz natężenie ruchu. W godzinach 6 – 22 skontrolowali 68 pojazdów, z czego aż 56 przekroczyło dozwoloną prędkość. Działania prowadzone były w ramach ogólnopolskich działań pn. „Kaskadowy pomiar prędkości”. Policjanci zwracali też uwagę na stan trzeźwości kierujących, stosowanie pasów bezpieczeństwa, stan techniczny pojazdów oraz przestrzeganie innych przepisów ruchu drogowego.

Skradzony nissan i 9 kg narkotyków

Kryminalni z płockiej komendy zatrzymali dwóch mężczyzn, którzy ukradli nissana qashqai. Mundurowi w trakcie przeszukania mieszkania jednego z zatrzymanych zabezpieczyli blisko 9 kg różnego rodzaju narkotyków. Mężczyźni w płockiej prokuraturze usłyszeli zarzuty za posiadanie i handel narkotykami, za które grozi kara pozbawienia wolności nawet do 10 lat.

Złodzieje ukradli samochód w Płocku, ale ukryli się w miejscowości Koło w Wielkopolsce. Kryminalni skutecznie zlokalizowali złodziei samochodu, a następnie przeszukując mieszkanie jednego z nich ujawnili narkotyki. Mundurowi zabezpieczyli również urządzenia służące do rozkodowywania systemów elektronicznych pojazdów. Zatrzymani mężczyźni to 31- oraz 26-latek, mieszkańcy Koła w Wielkopolsce. Jak się okazało, znani są organom ścigania za podobne przestępstwa.

Zatrzymany za uszkodzenie autobusów... i narkotyki

- Na podstawie zebranego materiału dowodowego 45-letni płoczanin usłyszał w płockiej komendzie zarzuty dotyczące uszkodzenia mienia oraz posiadania narkotyków, za które grozi kara pozbawienia wolności do lat 5 – mówi Krystyna Kowalska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku. To ciąg dalszy tematu związanego ze zdarzeniem, do którego doszło w niedzielę, 25 lipca. Do KMP w Płocku wpłynęło zgłoszenie, z treści którego wynikało, że ok. godz. 7:40 w rejonie ul. Dworcowej doszło do uszkodzenia 3 autobusów Komunikacji Miejskiej. Uszkodzenia pojazdów pochodziły najprawdopodobniej z broni pneumatycznej – wiatrówek. Zdarzenie na szczęście nie stworzyło zagrożenia dla kierowcy i osób korzystających z komunikacji miejskiej. Policjanci podjęli działania w celu wyjaśnienia okoliczności i zatrzymania sprawcy zaistniałego incydentu. BeeS



Adres Redakcji: Stary Rynek 27, 09-400 Płock, telefoniczne dyżury dziennikarskie 262-55-88, fax 262-77-66. Redaktor Naczelny: Tomasz Szatkowski, tel. 262-70-60, e-mail: rednaczeln@tp.com.pl. Po. Sekretarza Redakcji: Teresa Radwańska-Justyńska, e-mail: tradwanska@tp.com.pl. REDAGUJE ZESPÓŁ: Jacek Danieluk, e-mail: j.danieluk@tp.com.pl, Jolanta Marciniak, e-mail: jola.marciniak@tp.com.pl, Eliza Kinalska e-mail: eliza.kinalska@tp.com.pl, Blanka Stanuszkiewicz-Cegłowska e-mail: blanka@tp.com.pl, Joanna Biała e-mail: j.biala@tp.com.pl. STALE WSPÓŁPRACUJĄ: Lena Szatkowska, Elżbieta Grzybowska, Jerzy Ogonowski, Jan Waćkowski (zdjęcia), Wiesław Kopeć, Marta Kunavar, Izabela Chudzyńska, Ewa i Bogumił Liszewscy, Andrzej Konowrocki. FOTO I SKŁAD KOMPUTEROWY: Dariusz Ossowski, e-mail: foto@tp.com.pl. Redaktor techniczny: Łukasz Zaleski e-mail: dtp@tp.com.pl.

Nie zamówionych 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/fax 262-77-66.

REKLAMA: Michał Wach, email: michal.wach@tp.com.pl, tel. 603 947 402

Za treść zamieszczonych ogłoszeń Redakcja nie ponosi odpowiedzialności.

WYDAWCA: „Tygodnik Płocki” Sp. z o.o., 09-400 Płock, Stary Rynek 27;

prezes Zarządu: Tomasz Szatkowski, tel. 262-70-60. DRUK: AGORA SA, Warszawa, ul. Daniszewska 27.

KOLPORTAŻ: „Ruch” S.A., Warszawa, ul. Annapol 17a; „Kolporter” Kielce, ul. Zagnańska 61;

Garmond Press, Warszawa, ul. Nakiełska 3

Zamówienia na prenumeratę przyjmują: „Ruch” S.A., „Garmond Press”, „Kolporter”.

W Płocku, Gostyninie, Siedlcach

Nowi szefowie Sanepidów

Pod koniec lipca w trzech działających na Mazowszu Powiatowych Stacjach Sanitarno-Epidemiologicznych zmienili się szefowie. Zmiany kadrowe związane są z przejściem na emeryturę dotychczasowych dyrektorów. A zmiany są w Płocku, Gostyninie i Siedlcach.

Pani Maria Wróblewska - Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Gostyninie, Pan Romuald Ostrowski - Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Płocku oraz Pani Barbara Bałkowiec - Zastępca Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Siedlcach, a jednocześnie wieloletnia Kierowniczka tamtejszego Laboratorium - informuje Joanna Narożniak.



Na emeryturę odszedł szef płockiego Sanepidu Romuald Ostrowski (drugi od lewej)

Jak informuje Joanna Narożniak, rzecznik prasowy Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Warszawie, ostatnie dni lipca przyniosły zmiany na stanowiskach kierowniczych w kilku powiatowych stacjach Sanepidu. - Po wieloletniej pracy na emeryturę przeszli zastąpieni dla Mazowieckiej Państwowej Inspekcji Sanitarnej:

W spotkaniach z kończącymi obowiązki zawodowe szefami uczestniczył Mazowiecki Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny – dr n. med. Przemysław Rzodkiewicz. Podziękował on osobiście każdemu z odchodzących Inspektorów za długą, pełną sukcesów drogą zawodową, służącą ochronie zdrowia publicznego w regionie. Wszystkim odchodzącym

na emeryturę Inspektorom: Romualdowi Ostrowskiemu, Inspektor Marii Wróblewskiej oraz Inspektor Barbarze Bałkowiec, Mazowiecki Inspektor Sanitarny przekazał wyrazy uznania za długoletnią współpracę związaną z realizacją ustawowych zadań inspekcji sanitarnej. - *Dziękuję za profesjonalizm i lojalność, chęć dzielenia się wiedzą i doświadczeniem, a przede wszystkim – w ostatnim roku pandemii – za osobiste zaangażowanie Państwa Inspektorów w walkę z epidemią COVID-19, która boleśnie dotknęła wielu mieszkańców Mazowsza* – mówił dr n. med. Przemysław Rzodkiewicz.

Pracę na stanowisku Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Gostyninie, a zarazem Dyrektora PSSE w Gostyninie rozpoczęła Małgorzata Eichel. Inspektor Małgorzata Eichel pracuje w Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gostyninie od 14 lat. Jest absolwentką Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie na kierunku Kształtowanie i ochrona środowiska oraz studiów podyplomowych na kierunku Zdrowie publiczne i środowiskowe.

Obowiązki Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Płocku do czasu powołania Dyrektora Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej powierzono Grzegorzowi Bieńkowskiemu – kierownikowi Sekcji Zapobiegawczego Nadzoru Sanitarnego w Płocku.

Stanowisko Zastępcy Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego w Siedlcach powierzono Annie Mościckiej-Wardak, która wcześniej kierowała Oddziałem Zapobiegawczego Nadzoru Sanitarnego Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Warszawie.

Podczas spotkań z nowymi Inspektorami Mazowiecki Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny rozmawiał na temat sytuacji epidemiologicznej w regionach. Omówiono również najpilniejsze wyzwania stojące przed powiatowymi inspekcjami w związku z nadchodzącą czwartą falą epidemii koronawirusa w Polsce. **rad**

Podróż płocczanina do Malagi skończyła się w Warszawie

Po awanturze na pokładzie samolotu

Stracony bilet lotniczy i rozprawa przed sądem. Tak skończyła się lotnicza podróż 45-letniego płocczanina z Warszawy do Malagi. Według relacjonujących sprawę służb prasowych Nadwiślańskiego Oddziału Straży Granicznej mężczyźni po wejściu na pokład samolotu nie spodobały się zasady obowiązujące pasażerów. Zamiast odlecieć do Hiszpanii, opuścił pokład samolotu wraz z funkcjonariuszami Straży Granicznej, od których otrzymał wezwanie do sądu.

Informacje o obostrzeniach obowiązujących na pokładach samolotów w związku z pandemią koronawirusa można znaleźć bez trudu. Niestety wciąż głośno jest o przypadkach osób, które nie chcą się do nich stosować i wywołują awantury z personelem pokładowym i współpasażerami.

Do takiego przypadku doszło też kilka dni temu w samolocie, który miał polecieć z warszawskiego Okęcia do Malagi. Opisując zdarzenie pogranicznicy opierają się na raporcie kapitana samolotu. - Nie-

doszły pasażer nie wykonywał jego poleceń, robił zdjęcia na pokładzie samolotu pomimo zakazu, obrażał werbalnie załogę, nie stosował się do przepisów sanitarnych zdejmując maseczkę. Z uwagi na jego zachowanie kapitan podjął decyzję o wycofaniu mężczyzny z rejsu. Niestety 45-latek nie chciał opuścić pokładu i zgodnie z obowiązującymi procedurami zostali wezwani funkcjonariusze z Grupy Interwencji Specjalnych Placówki Straży Granicznej Warszawa-Okęcie. Mężczyzna został wezwany przez funkcjonariuszy do zachowania się zgodnego z prawem i uprzedzony o możliwości użycia wobec niego środków przymusu bezpośredniego. Podróżny opuścił pokład samolotu i udał się w asyście funkcjonariuszy do pomieszczeń służbowych Straży Granicznej, gdzie został na niego nałożony mandat karny kredytowany w wysokości 500 złotych. Z uwagi na odmowę przyjęcia mandatu przez Straż Graniczną, zostanie skierowany wniosek do sądu o ukaranie 45-latka – relacjonują pogranicznicy.

Przez swoje zachowanie mężczyzna stracił możliwość wylotu opłaconym rejssem oraz poniesie koszty ewentualnej grzywny nałożonej przez sąd. **(jac)**

Leśnicy z nadleśnictwa Łąck uratowali młodego bielika

Rekonwalescent na wolności

Wichura, która przeszła przez Nadleśnictwo Łąck (RDLP w Łodzi) w nocy z 14 na 15 lipca, nie ominęła leśnych ostępów. Największe szkody wyrządzone zostały w Leśnictwie Luszyn, na terenie którego znajduje się gniazdo bielika.

Leśnicy jeszcze przed rozpoczęciem szacowania szkód, udali się w okolice gniazda w uszkodzonym drzewostanie. Na miejscu okazało się, że sytuacja jest poważna, ponie-

waż młody bielik wypadł z gniazda, był wyziębiony i wycieńczony. - *Podjęliśmy decyzję o schwytaniu go tak, żeby sam nie ucierpiał i nikogo nie zranił* – mówi Bartosz Wasilewski z Nadleśnictwa Łąck.

Po udanej interwencji bielik został bezpiecznie przetransportowany do Ośrodka Rehabilitacji Zwierząt Leśnych Nadleśnictwa Płock w Miśszewie Murowanym. Otrzymał tam pomoc weterynaryjną i opiekę. 26 lipca 2021 został wypuszczony na wolność w pobliżu lasu, z którego pochodzi. **opr. (t)**



Bartosz Wasilewski

Płoccy policjanci ostrzegają przed wyłudzeniami

Nigdy nie pożyczaj pieniędzy... przez internet

- W ostatnich dniach kolejne osoby powiadomiły płockich funkcjonariuszy o kilku przypadkach kradzieży pieniędzy z konta za pomocą wyłudzonych kodów płatności. Oszuści podszywali się pod znajomych na portalach społecznościowych i zwracali się z pilną prośbą o pożyczkę. Za pomocą wyłudzonego kodu do płatności mobilnej okradli kilka kont. Przypominamy, by nikomu nie udostępniać danych do kont bankowych – alarmuje Krystyna Kowalska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku.

W ostatnich dniach policjanci z Komendy Miejskiej Policji w Płocku po raz kolejny zostali powiadomieni o oszustwach za pomocą popularnego komunikatora społecznościowego. Oszuści przełamując elektroniczne zabezpieczenia do komunikatora, wysyłali rzekomo w imieniu pokrzywdzonych wiadomości do ich znajomych z prośbą o pożyczkę pieniędzy poprzez wygenerowanie numeru kodu BLIK w systemie płatności elektronicznej.

Swoją prośbę tłumaczyli różnicę: chwilowym brakiem gotówki, prze-

kroczonym limitem na koncie bankowym, pilną potrzebą zapłaty rachunku czy zrobieniem przelewu oraz opłaceniem zamówionej przesyłki.

Na czym polega oszustwo metodą na BLIK? Otóż polega ono właśnie na wyłudzeniu kodu do płatności przez telefon. Osoba logując się do swojego banku, musi wygenerować w aplikacji kod do płatności telefonicznie, a następnie przelać go „znajomemu”. Niestety w przeciwnieństwie do płatności przelewem, transakcji dokonanych za pomocą tego kodu nie można już cofnąć, gdyż przestępca od razu wpisuje podany kod BLIK w bankomacie i wypłaca z niego pieniądze. Proceder robi się coraz bardziej popularny. W ostatnich dniach ofiarą oszustów padło kilku mieszkańców miasta i powiatu płockiego.

- W środę, 28 lipca mieszkanka Płocka poinformowała policjantów, że ktoś włamał się na jej konto na portalu społecznościowym, a następnie podszywając się pod nią skontaktował się poprzez komunikator z jej znajomą i poprosił o szybką pożyczkę pieniędzy przekazaną kodem BLIK. W ten sposób oszust doprowadził koleżankę zgłaszającą do utraty 1 tysiąca złotych – tłumaczy policjantka.

Tego samego dnia na identyczną prośbę zareagował też wujek płocczanin, przelał on kod BLIK rzekomo swojej krewnej. On również stracił 1 tysiąc złotych.

Podobnie dała się nabrać we wtorek, 27 lipca mieszkanka Drobina. Kobieta straciła 2 tysiące złotych.

Mieszkanka gminy Bielsk, również we wtorek poinformowała funkcjonariuszy, że na wygenerowane z jej konta wiadomości odpowiedział jej znajomy myśląc, że to ona jest ich autorką. Przesłał za pomocą komunikatora kod BLIK. Jak się później okazało, przy jego pomocy oszust wypłacił 500 złotych.

- *Przestrzegamy – jeśli otrzymujemy prośbę o pożyczkę, nie działajmy pochopnie. Sprawdźmy najpierw czy osoba, która do nas napisała lub której prośba dotyczy rzeczywiście potrzebuje naszej pomocy. Jeśli otrzymamy od znajomego prośbę o przelew za pomocą BLIK-u lub o przekazanie kodu BLIK - zadzwońmy do tej osoby i potwierdźmy jej prośbę. Pomoże to nam uniknąć nieprzyjemności. Pamiętajmy o tym, aby NIGDY nie przekazywać pieniędzy obcym osobom, nie przysyłać ich na podane przez obce osoby numery kont, nie podawać nikomu danych do logowania na nasze konta bankowe, nie przekazywać obcym osobom kodów do płatności mobilnych. Zadbajmy o prawidłowe zabezpieczenie swoich danych osobowych, haseł i numerów dostępowych do portali i komunikatorów – apelują płoccy policjanci.*

BeeS

Najbardziej popularne w Płocku kierunki studiów: ekonomia, pedagogika przedszkolna, informatyka

Studenci na półmetku rekrutacji

Na półmetku jest tegoroczna rekrutacja na studia. A kandydaci chcący zdobyć tytuł licencjata lub magistra najczęściej decydują się na wybór takich kierunków kształcenia jak: ekonomia, informatyka, pielęgniarstwo i pedagogika wczesnoszkolna. Jak co roku utrzymuje się także zainteresowanie kierunkami filologicznymi.

We Włodkowcu 3 mln złotych na stypendia

Każdy kolejny rok rekrutacji pokazuje, jak zmieniają się trendy na rynku edukacyjnym. Co jest w pełni naturalną kwestią. Bo co pewien czas dochodzi do nasycenia rynku pracy określonymi profesjami. – Jest to odczuwalne także w Szkole Wyższej im. Pawła Włodkowica, Płocku, ale chodzi o to, by uczelnia potrafiła to dostrzec i dostosować swoją ofertę edukacyjną do zmieniającego się

na kierunku pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna. Z pewnością na szczególne zaakcentowanie zasługują nowe specjalności przygotowane na ten rok akademicki: na studiach licencjackich: Bezpieczeństwo informacji, Profilaktyka i interwencja kryzysowa, trener przygotowania motorycznego oraz na studiach magisterskich: Terapia pedagogiczna z elementami pedagogiki Montessori – przedstawia zakres tegorocznej oferty edukacyjnej Kamila Bielińska.

Trzeba podkreślić, że Włodkowic jako uczelnia praktyczna stawia na dużą ilość zajęć pozawykładowych. Dla przykładu na kierunku Informatyka na zajęciach z przedmiotu Podstawy programowania robotów wykorzystywany jest robot przemysłowy Kuka.

Proces rekrutacji trwa. A przygotowana oferta skierowana jest zarówno do tegorocznych maturzystów, jak i osób, które z różnych względów miały przerwę w edukacji.

Szczegółowe informacje dotyczące oferty Włodkowica można uzyskać u doradcy edukacyjnego pod numerem telefonu: 661 121 122 oraz na stronie internetowej: www.wlodkowic.pl. Na przyszłych studentów czekają także specjaliści ds. rekrutacji, którzy wesprą zarówno w procesie decyzyjnym, jak i rekrutacyjnym: tel. 24 366 41 00, 366 41 50, rekrutacja@wladkowic.pl.

W ofercie edukacyjnej Szkoły Wyższej im. Pawła Włodkowica w Płocku są studia I stopnia: administracja (administracja publiczna), bezpieczeństwo narodowe, bezpieczeństwo informacji (nowość), obrona narodowa, informatyka (programowanie i bazy danych, sieci komputerowe i teleinformatyka, zastosowania informatyki), pedagogika (pedagogika opiekuńczo-wychowawcza z terapią pedagogiczną, pedagogika resocjalizacyjna, profilaktyka i interwencja kryzysowa (nowość), wychowanie fizyczne (trener sportu w grupach dyspozycyjnych, trener personalny i animator czasu wolnego, trener przygotowania motorycznego (nowość), zarządzanie (bezpieczeństwo i higiena pracy, Finanse i rachunkowość przedsiębiorstw, Marketingowe zarządzanie firmą, Zarządzanie małymi i średnimi przedsiębiorstwami, Zarządzanie sprężadą).

Uczelnia oferuje studia II stopnia na kierunkach: administracja (administracja publiczna), pedagogika (pedagogika opiekuńczo-wychowawcza z terapią pedagogiczną, pedagogika resocjalizacyjna, terapia pedagogiczna z socjoterapią, edukacja wczesnoszkolna i wychowanie przedszkolne, terapia pedagogiczna z elementami pedagogiki Montessori (nowość), zarządzanie (controlling i audyt w zarządzaniu, zarządzanie bezpieczeństwem w organizacji, zarządzanie rozwojem regionu, zarządzanie logistyką i transportem, zarządzanie zasobami ludzkimi, zarządzanie projektem, gospodarowanie nieruchomościami, zarządzanie odnawialnymi źródłami energii (w przygotowaniu), informatyka w zarządzaniu. Studia jednolite magisterskie prowadzone są na kierunku pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna. Uczelnia oferuje studia podyplomowe w 60 zakresach.

rad

PKN ORLEN chce lepiej wykorzystać potencjał płockiego zakładu

Co daje technologia firmy KBR?

PKN ORLEN w ramach prowadzonych procesów produkcyjnych rozważa możliwość wykorzystania innowacyjnej technologii firmy KBR, która może przyczynić się do generowania wyższej marży na produktach rafineryjnych i petrochemicznych. Na obecnym, analitycznym etapie strategicznego dla rafinerii w Płocku projektu Bottom of the Barrel, PKN ORLEN zakupił licencję i projekt bazowy na wdrożenie tego nowoczesnego rozwiązania.

przyniesie spółce dodatkowe zyski. Inwestujemy w pogłębiony przerób ropy, ponieważ naszym celem jest wzrost produkcji wyrobów wysokomarżowych, na które nieustannie rośnie zapotrzebowanie na świecie. W ten sposób chcemy też jeszcze efektywniej wykorzystać potencjał płockiego zakładu – mówi Daniel Obajtek, Prezes Zarządu PKN ORLEN.

Podjęcie przez PKN ORLEN decyzji inwestycyjnej będzie oznaczało wybudowanie zintegrowanego kompleksu produkcyjnego wykorzystującego technologię odasfaltowania rozpuszczalnikowego - SDA oraz technologię fluidalnego krakingu katalizacyjnego ciężkich frakcji naftowych - RFCC.



PKN ORLEN

W przypadku podjęcia decyzji realizacyjnej, PKN ORLEN wdroży technologię amerykańskiej firmy inżynierskiej KBR, która umożliwi pogłębiony przerób ropy w płockiej rafinerii i przetworzenie pochodzących z niego pozostałości w wyroby wysokomarżowe, m.in. gazy, benzynę, olej napędowy i propylen. W ten sposób spółka zamierza umocnić swoją pozycję konkurencyjną na europejskim rynku paliwowym i petrochemicznym.

– Zgodnie ze strategią ORLEN2030 angażujemy się w nowe obszary działalności, jednocześnie rozwijając także te podstawowe, czyli rafinerię i petrochemię. Optymalizacja pracy płockiego zakładu

– Mocno stawiamy na rozwój naszych aktywów i wykorzystywanie najnowocześniejszych rozwiązań technologicznych. Ich zastosowanie w instalacji RFCC umożliwiłoby jej elastyczność, a tym samym możliwość dostosowania produkcji wyrobów rafineryjnych lub petrochemicznych do aktualnych potrzeb odbiorców – mówi Zbigniew Leszczyński, Członek Zarządu PKN ORLEN ds. Rozwoju.

W najbliższych miesiącach planowane jest wykonanie projektu bazowego dla instalacji, a w kolejnym etapie, w przypadku podjęcia decyzji realizacyjnej, rozpoczęcie procesu wyboru jej wykonawcy.

opr. (t)



Mazowiecka Uczelnia Publiczna w Płocku

W Mazowieckiej Uczelni Publicznej rekrutacja na półmetku, ale chętni mogą jeszcze wybrać coś dla siebie podczas rekrutacji dodatkowej w sierpniu

W Mazowieckiej Uczelni Publicznej w Płocku aktualnie proces rekrutacji jest na półmetku. Tu pierwsza część naboru odbyła się na przełomie czerwca i lipca. – Ale już w sierpniu zapraszamy do rekrutacji uzupełniającej. Uczelnia oferuje: dwanaście kierunków studiów pierwszego stopnia, dwa kierunki studiów jednolitych magisterskich oraz pięć kierunków studiów drugiego stopnia. Kandydaci mogą zdecydować się na studia stacjonarne, niestacjonarne (ekonomia II stopnia) lub popołudniowe. Wszystkie kierunki cieszą się dużym zainteresowaniem. Tradycyjnie najlepsze wyniki osiągnęły: ekonomia, pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna oraz pielęgniarstwo. Cieszy nas także rosnące zainteresowanie filologią oraz nowymi mediami – mówi Sebastian Dymek, rzecznik prasowy Mazowieckiej Uczelni Publicznej.

Zatem nic nie stoi na przeszkodzie, aby już w sierpniu i we wrześniu kolejni kandydaci zasilili szeregi Mazowieckiej Uczelni Publicznej w Płocku. Jak informuje Sebastian Dymek, rekrutacja będzie prowadzona na wszystkie kierunki.

Pierwszy krok to rejestracja na stronie Internetowej Rejestracji Kandydatów (IRK). Osoby, które widzą swoją przyszłość np.: w administracji, pracy socjalnej, położnictwie czy pedagogice specjalnej powinny złożyć komplet wymaganych dokumentów do 17 września. Teczke można wysłać pocztą lub wrzucić do przygotowanej urny w budynku Uczelni na Placu Dąbrowskiego 2 (koło Wieży Ciśnień). Osoby, które zalogowały się w systemie IRK podczas pierwszej tury rekrutacji, ale nie zdążyły wysłać na czas dokumentów, mogą to zrobić w drugiej rekrutacji. Pełna oferta uczelni oraz szczegółowe informacje na temat rekrutacji znajdują się na stronie: www.mazowiecka.edu.pl

rynku pracy. Włodkowic na bieżąco analizuje i uzupełnia swoją ofertę, by zaspokoić aktualne zapotrzebowanie pracodawców. Ścisła współpraca z biznesem w tym zakresie to rzecz niezwykle istotna. Dodatkowo wartym podkreślenia jest fakt, że Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica w Płocku to uczelnia o profilu praktycznym. Nasi absolwenci to osoby w pełni przygotowane do funkcjonowania na rynku pracy. Ukończenie praktycznych studiów to podstawa stabilnej przyszłości, a podjęcie studiów zaocznych to znakomite rozwiązanie dla osób, które jednocześnie chcą pracować, zdobywać wykształcenie i zasmakować życia studenckiego – mówi Kamila Bielińska z Biura Promocji Szkoły Wyższej im. Pawła Włodkowica w Płocku.

Studenci wybierający naukę w Szkole Wyższej im. Pawła Włodkowica w Płocku mają także zapewniony rozbudowany system stypendialny. – W roku 2020 przekazaliśmy naszym studentom stypendia na łączną kwotę ponad 3 milionów zł (3098 640 zł). Mogą oni skorzystać także z licznych rabatów i ratalnego systemu opłat czesnego – mówi Kamila Bielińska.

Tegoroczna oferta Szkoły Wyższej im. Pawła Włodkowica w Płocku to 5 kierunków licencjackich, jeden inżynierski i 3 magisterskie uzupełniające. Uczelnia posiada w swojej ofercie także studia jednolite pięcioletnie na kierunku Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna. Dla osób posiadających już dyplom proponuje blisko 60 zakresów studiów podyplomowych. – Różnorodność oferty powoduje, że ciężko wskazać kierunek, który cieszy się największym zainteresowaniem. Mamy wielu kandydatów zarówno na administrację, pedagogikę, czy informatykę, wychowanie fizyczne, jak i na bezpieczeństwo narodowe oraz zarządzanie. Dużym zainteresowaniem cieszą się również studia jednolite pięcioletnie



SA-79

Nie taki Covid oczywisty, czyli...

Co przekonałoby Polaków do szczepień?

Kolejne badania potwierdzają, że ponad 68% Polaków to zwolennicy szczepień, podczas gdy 32% to osoby, które mają wobec nich wątpliwości, sprawiające, że nie zamierzają się szczepić. Z badania HX Study zrealizowanego przez agencję mediową Starcom we współpracy z departamentem Data Science dowiadujemy się, co mogłoby skłonić niezdecydowanych Polaków do szczepień, a w konsekwencji uchronić nas przed kolejnymi obostrzeniami jesienią.

Jak wynika z badania dane demograficzne nie wyjaśniają w pełni decyzji o zaszczepieniu się. Co prawda istnieje korelacja pomiędzy poziomem wykształcenia a stosunkiem do szczepień, ale nie jest ona wystarczająca do całkowitego wyjaśnienia zjawiska. Wykształcenie pomaturalne i wyższe deklaruje odpowiednio 50% zwolenników i 40% sceptyków, co oznacza, że po obu stronach są osoby zorientowane na wiedzę. Widać również nadreprezentację zwolenników szczepień mieszkających w dużych miastach, powyżej 500 tys. mieszkańców.

Bo w dużych miastach tłok...

Może to wynikać z kilku kwestii. Po pierwsze gęstość zaludnienia. W dużych miastach trudniej jest unikać tłoku, a korzystanie z komunikacji miejskiej wymusza wspólne przebywanie w zamkniętych przestrzeniach. Mamy mniejszą możliwość zachowania dystansu, a tym samym potencjalnie częściej ryzykujemy zetknięciem się z wirusem. Skoro ryzyko jest wyższe, to i chęć szczepienia rośnie. Po drugie, jest więcej punktów szczepień, a tym samym cały proces wydaje się logistycznie prostszy. Po trzecie, w miastach jest więcej nośników reklamowych, które przypominają o trwającym procesie rejestracji, czyli mieszkańcy miast są bardziej wyeksponowani na kampanię społeczną promującą szczepienia. Oba wspomniane czynniki są ze sobą połączone, czyli statystycznie mieszkańcy dużych miast są jednocześnie lepiej wykształceni.

W wynikach badania widać natomiast współzależność pomiędzy wiekiem a chęcią do szczepień. Im osoby starsze, tym więcej zwolenników szczepień. Największą nadreprezentację zwolenników szczepień widzimy w grupach powyżej 45-go roku życia, a im młodszy Polacy, tym wykazują więcej wątpliwości. – *Mamy tu dwie hipotezy. Pierwsza to dotkliwość choroby, młodszy ludzie mniej się boją, bo nawet jeśli zachorują, to przejdą łagodniej, więc motywacja do szczepienia spada. Druga kwestia to dostępność szczepionki. Paradoksalnie, jej powszechność w Polsce przyczyniła się do spadku zainteresowania. Przedstawiciele starszych grup wiekowych walczyli jeszcze o możliwość zapisu, a sama szczepionka była dobrem rzadkim i cennym. Wszyscy pamiętamy bulwersujące opinie publiczną przyprawki, kiedy to ktoś rozpoznawalny*

zaszczepił się poza kolejnością. Obecnie wiele punktów szczepień zamyka się z braku chętnych – mówi Agnieszka Jędrasik, Business Science & Strategy Manager w agencji mediowej Starcom.

Decyzja motywowana zdrowiem

Decyzja o szczepieniu jest motywowana w pierwszej kolejności własnym zdrowiem i bezpieczeństwem. Troska o innych, nawet najbliższych, choć wskazywana często, znajduje się znacznie niżej w rankingu. I to pomimo faktu, że od ponad roku oficjalna narracja

Bo nikt nie chorował...

Porównywane grupy są od siebie różne, ale obydwie mają swoje wątpliwości i z całą pewnością nie stanowią monolitów. Po obu stronach są osoby, które obawiają się odczynów poszczepiennych, czy też mają wątpliwości co do szeregu obostrzeń i ich sensowności. Wśród sceptyków jest ich oczywiście więcej, ale widać, że obydwie grupy nie są wcale jednorodne. U części osób obawy są neutralizowane troską o siebie, doświadczeniem z chorobą, czy też faktem, że szczepienia to dla nich nic nowego, bo szczepią się sezonowo na grype. A dla części są czymś

zapobiegawcze jak kwarantanna czy dystans społeczny są masowo akceptowane również wśród nich.

– *W dyskursie społecznym coraz częściej pojawiają się sugestie, że osoby zaszczepione będą cieszyć się dodatkowymi przywilejami. Interesowało nas więc zagadnienie, czy wprowadzanie specjalnych uprawnień dla osób zaszczepionych lub ograniczeń dla osób bez szczepienia, spotkałoby się z aprobatą Polaków. Obserwujemy dużą polaryzację opinii. Osoby zaszczepione częściej wskazują zasadność takich działań, podczas gdy sceptycy nie zgadzają się na różne traktowanie w przestrzeni publicznej. Gdy jednak przecho-*



związana z obostrzeniami akcentowała troskę o innych, a niekoniecznie o siebie. Jak widać, nie doceniono potęgi egoizmu jako głównego motywatora ludzkich działań.

Co więcej, zwolennicy szczepień to osoby, które częściej niż sceptycy, wyraźnie zmienili swoją codzienność w efekcie pandemii – i nie chodzi wyłącznie o zmiany negatywne, ale również o robienie zakupów online czy pracę zdalną. Oznacza to, że odczuli pandemię na własnej skórze i prawdopodobnie również dlatego, są bardziej otwarci na szczepienia.

– *Skoro istotnym czynnikiem determinującym postawę wobec szczepień jest egoistyczna troska o siebie samego, jak również skala zmian, jaka zaszła w życiu w trakcie pandemii, nie dziwi nas fakt, że zwolenników szczepień od sceptyków różnicuje również kwestia osobistych doświadczeń związanych z COVID-19. Wśród zwolenników szczepień więcej jest osób, które obserwowały chorych w swoim otoczeniu, z ofiarami śmiertelnymi włącznie. W grupie sceptycznych nastawionej do szczepień więcej osób deklaruje, że nie zna nikogo, kto chorował. Z drugiej strony, to właśnie w grupie sceptyków więcej jest ozdrowieńców, którzy mogą czuć się tymczasowo odporni. Fuzja tych czynników może więc osłabiać poczucie osobistego zagrożenia, które jest kluczowym determinantem decyzji o szczepieniu – mówi Jędrasik.*

niezrozumiałym: „nikt ze znajomych nie chorował, a jak chorował, to lekko”. Respondenci ci na grype nie szczepili się nigdy. Interesująca jest również różnica w postrzeganiu skuteczności szczepionki i wpływu szczepień populacyjnych na koniec pandemii. Sceptycy kwestionują obydwie te kwestie. Nie dziwi więc brak entuzjazmu do szczepień.

Ważna okazuje się również potrzeba wolności wyboru. Przymusowe szczepienia nie spotkałyby się z powszechną akceptacją społeczną – i to nawet wśród ich zwolenników.

Z badania wynika również, że stosunek do szczepień przekłada się na postrzeganie ograniczeń spowodowanych sytuacją pandemiczną. Widać wyraźną korelację pomiędzy decyzją „szczepić się czy nie” a respektowaniem obostrzeń, takich jak np. noszenie maseczek, unikanie tłumów. Pomimo różnic, wydajemy się być bardzo zdyscyplinowanym społeczeństwem, przynajmniej deklaratywnie.

Przywileje dla zaszczepionych?

Różnice w obu grupach widać również w tym, jak Polacy przyjmowali kolejne obostrzenia. Osoby, które nie są zaszczepione i nie planują tego zrobić, z dużo mniejszym zrozumieniem przyjmowały decyzje o zamykaniu kolejnych branż gospodarki, szkół czy przedszkoli. Warto jednak zauważyć, że takie środki

dzim do konkretnych propozycji, które mogłyby podzielić Polaków w przestrzeni publicznej na lepszych (szczepionych) i gorszych (nieszczepionych), wtedy możemy się już spodziewać dużego oporu – komentuje Jędrasik.

Konkretnie rozwiązania wprowadzane przez niektóre kraje i regulujące dostęp np. do usług fryzjerskich, wydarzeń kulturalnych itp., spotkałyby się w Polsce z umiarkowanym entuzjazmem. Zwolennicy są przychylniejsi takim rozwiązaniom, ale poziom poparcia sięga maksymalnie 40%. Można się spodziewać, że wprowadzenie tego typu regulacji i tak nie przekonałoby przeciwników szczepień, a wywołałoby sprzeciw wobec nierówności i ograniczaniu wolności. Pierwsze próby takich działań, jak np. specjalna kolejka dla zaszczepionych do basenów w Termach Poznańskich, pokazują, że zagadnienie należy do kontrowersyjnych i wywołujących żywiołowe reakcje.

Osoby mające wątpliwości wobec szczepionek deklarują więcej obaw odnośnie potencjalnych zagrożeń dla zdrowia. Interesująca jest więc kwestia koherencji ich poglądów oraz zachowań. Czy jeśli mamy obawy dotyczące składników szczepionki i ich potencjalnej szkodliwości dla zdrowia, to czy z równą troską wybieramy produkty żywnościowe?

Pazura bardziej przekonująco...

Polacy w swoich deklaracjach są świadomymi konsumentami. Czytają etykiety, starają się wybierać zdrową żywność. – *Gdyby deklarowane procenty wskazań miały przełożenie na półkę sklepową, to 3/4 sklepów zajmowałaby zdrowa, certyfikowana i nieprzetworzona żywność. Poziomy wskazań pokazują zatem raczej życzeniowe spojrzenie na siebie jako na konsumenta. Czy jednak grupa sceptycznie nastawiona do szczepienia jest również bardziej ostrożna w wyborze tego, co znajdzie się na jej talerzu? Tak mogłaby sugerować, często obecna w narracji sceptyków, naturalność i dbałość o zdrowie. Okazuje się jednak, że jest dokładnie odwrotnie. Większy odsetek zachowań prozdrowotnych i proekologicznych znajdziemy wśród zwolenników szczepień. Racjonalna argumentacja, stojąca za odmową szczepienia nie przekłada się na racjonalny wybór konsumenta – mówi Jędrasik.*

Co mogłoby zatem zmotywować nieprzekonanych Polaków do zgłaszania się do punktów szczepień? Z badania HX Study wynika, że najsilniejszym motywatorem jest troska o samego siebie. Znacznie mniejszy sens miałby apel do odpowiedzialności zbiorowej, czy odwołanie się do obowiązku obywatelskiego. Dla nas samych jesteśmy najważniejsi my sami, więc tylko osobiste benefity mogą nas zachęcić. – *Wcielając się w rolę autorów kampanii społecznej bądźmy jednak ostrożni, gdyż przywileje tylko dla zaszczepionych nie spotkają się z entuzjazmem. Lepiej nie myślimy też o koncercie lub innym wydarzeniu 'na zachętę' tylko dla zaszczepionych, bo prawdopodobnie fala hejtu przystąpi pierwowitnie szlachetny pomysł. Najwyraźniej mamy kulturowo bardzo głęboko zakorzoną niechęć do segregacji. Zobaczymy jaki efekt przyniesie, właśnie startująca, Loteria Narodowego Programu Szczepień. Być może zasada marchewki zamiast kija zwiększy zainteresowanie szczepieniami. O tym dowiemy się już wkrótce. Pewnym tropem byłoby też podkreślenie w kampanii, że ozdrowieńcy nie nabierają trwałej odporności. Z naszych badań wynika, że ta grupa częściej rezygnuje ze szczepień, prawdopodobnie z powodu pozornego poczucia bezpieczeństwa – dodaje Jędrasik.*

Według autorów badania kampania powinna być też adekwatna dla osób młodszych, poniżej 45-go roku życia, bo w tych przedziałach widać najwięcej oponentów. Dobry efekt mogłaby przynieść kontynuacja kampanii oparta na współpracy z odpowiednio dobranymi ambasadorami. Dotychczasowy dobór celebrytów wydaje się być bardzo sensowny, tworzą go przedstawiciele różnych generacji. Niemniej jednak największą osób zauważyło Cezarego Pazurę (29%), a skierowanego do młodszych Polaków Maćka Musiała jedynie 7%. Wyniki pokazują zatem, że teraz z większą uwagą powinni zostać potraktowani młodzi Polacy. – *Gorąco wierzę, że młodych sceptyków pociągnąłby charyzmatyczny celebryta pokroju Roberta Lewandowskiego, opowiadający o tym, co 'Ty, osobiście' zyskasz poddając się szczepieniu. Mamy jeszcze dwa miesiące na podjęcie działań, aby nie sprawdził się najbardziej pesymistyczny scenariusz, w którym tłumy pojawiają się w punktach szczepień dopiero na jesień, kiedy to głównym motywatorem będzie już tylko strach – podsumowuje Jędrasik.* **opr. (t)**

Ratownicy Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego apelują

Mniej brawury, więcej rozsądku!

Rozmowa z Cezarym Obczyńskim, prezesem zarządu

i Piotrem Lisockim, wiceprezesem do spraw marketingu Płockiego Rejonowego Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego

Mamy dokładnie półmetek wakacji. A już od kilku tygodni słyszymy, że czasowicze, turyści nie są zdyscyplinowani nad wodą. Czy mamy kolejny czarny sezon?

Cezary Obczyński: Trudno powiedzieć czy sezon ten z perspektywy czasu określony zostanie jako „czarny”, ale bez wątpienia już można powiedzieć, że doszło do wielu ludzkich dramatów, które nie powinny się wydarzyć, a do których w przytłaczającej większości doszło na skutek niewiedzy, brawury i lekkomyślności.

Jak wyglądają tegoroczne statystyki utonień?

Piotr Lisocki: Tylko w czerwcu i lipcu br. doszło w całej Polsce do łącznie 148 utonień, co najlepiej obrazuje do czego prowadzi brak zdrowego rozsądku nad wodą!

O czym odpoczywający nad morzem czy jeziorem turyści zapominają w urlopowej euforii?

P.L.: Blisko trzydziestoletnie doświadczenie w pełnieniu posługi ratowniczej ewidentnie uzmysławia, że znaczna część osób wypoczywających nad wodą nie widzi korelacji pomiędzy kondycją własnego ciała i umiejętnością pływania a zagrożeniami jakie cychają w zbiornikach wodnych. Woda jako środowisko odmienne od tego w jakim przebywamy na co dzień, bezdyskusyjnie może mieć przyjemny i prozdrowotny charakter dla naszego ciała i zmysłów. Ale bezrefleksyjne poddawanie się jednemu z żywiołów nader często kończy się śmiercią ewentualnie trwałym kalectwem. Można pokusić się o zadanie pytania, kto z wypoczywających nad wodą, co najmniej 2-3 miesiące bezpośrednio poprzedzające rozpoczęcie urlopu poświęcił na przygotowanie się do kąpieli w wodach otwartych (rzeka, morze, jezioro) i odbywał regularne treningi

w basenie z uwzględnieniem sytuacji trudnych np. nagły skurcz mięśnia? Odpowiedź na to pytanie obrazuje skalę zagrożeń z jakimi mamy do czynienia nad wodami!

Jaki jest dekalog bezpiecznego wypoczynku nad wodą?

C.O.: Powody, dla których dochodzi do dramatów w wodzie są powtarzalne i z roku na rok występują w statystykach utonień i innych zdarzeń niebezpiecznych nad wodami, to po pierwsze kąpiel w miejscach niestrzeżonych przez ratowników wodnych! Ponad 99% wszystkich utonień, ewentualnie powodów trwałego kalectwa w wodzie, ma miejsce właśnie w miejscach niestrzeżonych. Pozwolę sobie zwrócić uwagę, że przebywanie na profesjonalnym kąpielisku to nie tylko nadzór ratowników. To także inne profity w stosunku do miejsc niestrzeżonych, takie jak miejsce organizacji kąpieliska – jest ono zawsze przyjazne ludziom – łagodne wejście do wody oraz piaszczysta plaża w bezpośrednim jego sąsiedztwie, brak uskoków, dołów i innych przeszkód w wodzie, określona i oznakowana głębokość wody, brak roślinności utrudniającej kąpiel, piaszczyste dno czy codzienna ocena stanu czystości wody (w tym również przez SANEPID). W strzeżonych miejscach na bieżąco usuwane są pojawiające się zagrożenia i niebezpieczeństwa. Podawane są bieżące komunikaty dotyczące warunków metrologicznych. Kolejnymi przyczynami dramatów rozgrywających się nad wodą są: wchodzenie do wody pod wpływem alkoholu i innych używek zaburzających świadomość, zła ocena własnych umiejętności pływackich i, co równie ważne, przecenianie własnej kondycji i wydolności organizmu. No i niestety skakanie do nieznannej wody – zwracam uwagę, że z defi-

niej woda znana jest tylko wtedy, jeśli KAŻDEGO DNIA przed wejściem sprawdzimy jej dno i ewentualnie usuniemy to co mogło się tam znaleźć od czasu naszej poprzedniej kąpieli, np. śmietniczki, ławki parkowe, znaki drogowe, etc. Kolejnym zagrożeniem są pojawiające się skurcze mięśni, czy wchodzenie do wody przy istniejących schorzeniach mogących przyczynić się do śmierci, np. mięśnia sercowego, bez uprzedniej konsultacji medycznej, a także wstrząs termiczny. Występują oczywiście jeszcze inne powody utonień, ale powyższy katalog obejmuje ok. 90% wszystkich przyczyn.

O czym zatem należy bezwzględnie pamiętać i stosować przed wejściem do wody?

P.L.: Pamiętajmy, że pływamy tylko w miejscach do tego wyznaczonych. Nie wchodzimy do wody po spożyciu alkoholu i zażyciu środków odurzających. Nie skaczemy do wody (zwłaszcza na tzw. „główkę”) w miejscach nieznanach. W trakcie kąpieli nie wzywamy pomocy, jeśli nie jest ona nam potrzebna. Nie wbiegamy do wody będąc rozgrzanym dłuższym opalaniem. Nie pływamy bezpośrednio po posiłku. Nie wypływamy na materacach daleko od brzegu. W przypadku złego samopoczucia, uczucia zimna – natychmiast wychodzimy z wody. Pływając na rowerze wodnym, kajaku czy łódce zawsze zakładamy kamizelkę asekuracyjną (kapok). Nie wrzucamy do wody śmieci, szkła, itp.

Jak należy, a wręcz trzeba zachowywać się nad wodą, by była to frajda, zabawa, udany wypoczynek?

C.O.: Jeśli chcemy mieć niemal całkowitą pewność braku zagrożeń związanych z kąpielą w wodzie, to naderżną powinnością jest wypocząć w miejscach strzeżonych przez ratowników wodnych. Jeśli natomiast planujemy kąpiel w miejscu bez nadzoru ratownika, to sprawdzimy uprzednio głębokość akwenu, jakość wody oraz zadbamy o tzw. samoratownictwo, czyli w trakcie kąpieli bądźmy wyposażeni w tzw. boję asekuracyjną, a także pamiętajmy o zasadzie aby nigdy nie kapać się samemu.

Jak tegoroczny sezon wakacyjny wygląda w rejonie Płocka?

P.L.: Już przed rozpoczęciem obecnego sezonu skontrolowaliśmy miejsca zwyczajowo wykorzystywane do kąpieli, wytyczając przy tym założenia, jakie muszą zostać spełnione, aby wypoczynek nad wodą mógł być bezpieczny – nawet w miejscach bez nadzoru ratownika, a w których pojawiają się turyści. Zaleciliśmy ustawienie tzw. publicznego sprzętu ratunkowego, mogącego być użyty przez tzw. przygodnych świadków zdarzenia.

Czy ratownicy WOPR-u mają dużo pracy w wakacje?

C.O.: Płocki WOPR w ciągu całego roku strzeże bezpieczeństwa w rejonie swojego działania (obszar dawnego województwa płockiego), niemniej oczywistym jest, że okres wakacyjny to tradycyjny czas urlopowy, a więc właśnie wtedy największej ludzi szuka wypoczynku nad wodami. Bez wątpienia jest to okres bardziej wyťažonej pracy ratowników, których nadzórą powinnością nie jest wbrew pozorom ratowa-



Cezary Obczyński

nie ludzi, ale działania prewencyjne, a więc takie, których efektem jest niedopuszczanie do występowania sytuacji niebezpiecznych.

Nawet ci, którzy nigdzie nie wyjechali mają szansę na to, by w rejonie Płocka dobrze odpocząć, które miejsca i plaże cieszą się zainteresowaniem płoczan?

P.L.: W Płocku i jego okolicach znajdują się trzy strzeżone przez ratowników wodnych kąpieliska, które cieszą się największym zainteresowaniem. Pierwszym jest kąpielisko „Sobótka” w Płocku, organizowane i zarządzane przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji Płock. Drugim jest kąpielisko „Patelnia” w Grabinie, które ratowniczo jest zarządzane przez Rejonowe Płockie WOPR. Trzecie kąpielisko jest zorganizowane przez władze Nowego Duninowa w Soczewce, a bezpieczeństwa wypoczywających strzegą także płoccy ratownicy wodni. Ponadto, w ramach realizacji zadań publicznych: „Zapewnienie bezpieczeństwa nad wodami w Płocku w 2021 r.”, „Utrzymanie gotowości ratowniczej na terenie Płocka i powiatu płockiego w roku 2021”, „Ratownictwo i ochrona ludności na terenie województwa mazowieckiego w 2021 roku.” dofinansowanych odpowiednio ze środków Urzędu Miasta Płocka, Samorządu Województwa Mazowieckiego oraz Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie pełnymi codziennymi patrolami nad rzeką Wisłą. Jak wiemy rzeka Wisła jest pięknym, ale jednocześnie niebezpiecznym akwenem wodnym. Każdego dnia, w zależności od pogody, na rzece widzimy statki wycieczkowe, wędkarzy, kajakarzy, motorowodniaków, żeglarzy i turystów uprawiających sporty wodne. Dlatego dyżurujemy codziennie w dniu powszednim w godzinach 10:00-20:00, a w weekendy

w godzinach 10:00-21:00. W razie jakiegos zdarzenia prosimy o kontakt na numer alarmowy: **WOPR PŁOCK: 519 872 373**

Pojawiło się kilka dodatkowych miejsc, gdzie czuwają ratownicy WOPR-u, między innymi w chętnie odwiedzanej Grabinie.

C.O.: Rzeczywiście, jezioro Górskie w podpłockiej Grabinie to miejsce z kilkudziesięcioletnią tradycją wyjątkowo chętnie odwiedzane przez mieszkańców Płocka. Ostatnich kilka lat to okres wyťažonej pracy płockiego WOPR, która w kooperacji z gestorem plaży „Patelnia” dała wyjątkowy efekt w postaci kąpieliska o parametrach wyższych w stosunku do polskiego prawa w tym zakresie a nawet standardów Unii Europejskiej. W tym miejscu podkreślić należy działania firmy Orlen, dzięki której już szósty rok z rzędu organizowane jest przedmiotowe kąpielisko.

Czy z roku na rok widać wśród odpoczywających nad wodą, że zachowywanie odpowiedzialności za siebie i za innych rośnie? Czy dalej wygrywa brawura?

P.L.: Alkohol, brawura, niedostateczne umiejętności oraz skoki do wody są od lat wymieniane jako główne przyczyny wypadków nad wodą. Niestety obserwując plażowiczów na polskich kąpieliskach, szczególnie nadmorskich, przyczyny te dalej się nie zmieniają. My ze swojej strony stawiamy na profilaktykę i każdego roku prowadzimy w szkołach będących na terenie Płocka i powiatów: płockiego, gostyńskiego oraz sierpeckiego pogadanki z zakresu bezpiecznego wypoczynku nad wodą oraz z zakresu pierwszej pomocy.

Dziękuję za rozmowę, Teresa Radwańska – Justyńska



Piotr Lisocki

Trwa przetarg na Centrum Radioterapii na Winiarach

Duże zainteresowanie, kiedy początek prac?

Najprawdopodobniej na przełomie sierpnia i września podpisana będzie umowa na budowę Centrum Radioterapii w Płocku. Otwarcie ofert zaplanowane jest na 10 sierpnia, a czas realizacji samej inwestycji na koniec 2022 roku.

Przypomnijmy, że szacowana na około 80 mln złotych inwestycja w całości będzie finansowana z budżetu samorządu województwa mazowieckiego. Pod koniec ubiegłego roku samorząd podjął uchwałę o wpisaniu budowy centrum do planu inwestycyjnego na lata 2021 – 2022. Jej lokalizacja jest zaplanowana tuż obok głównego kompleksu obecnego szpitala. Wstępnie przetarg miał być zakończony 23 lipca, ale jak informował Stanisław Kwiatkowski, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Płocku, z uwagi na dużą ilość zapytań kierowanych od firm zainteresowanych inwestycją przedłużony został termin składania ofert.

– Wstępnie oferty miały być otwarte 23 lipca. Ale z uwagi na dużą ilość pytań i zainteresowanie firm z całej Polski otwarcie przetargu przesunięto na 10 sierpnia. Jest bardzo dużo pytań o dane i niuanse

techniczne. Ostatnia przygotowana odpowiedź przekazana była na około 360 pytań. Planujemy podpisanie umowy na przełomie sierpnia i września. Mamy nadzieję na utrzymanie tego terminu. Wszystko zależy od tego, czy będą kolejne pytania lub konieczność wydania opinii prawnej – mówił dyrektor Kwiatkowski.

Na tę chwilę nie wpłynęła żadna oferta, ale wiele firm z całego kraju interesuje się tym przetargiem. Założenie jest takie, aby Centrum było gotowe w czasie najbliższych dwóch lat. Lokalizacja kompleksu zaplanowana jest na wydzielonej już działce tuż obok głównego budynku szpitala. Co do kwestii kadrowych, to jak zauważa dyrektor Kwiatkowski, jest nadzieja, że w czasie dwóch lat budowy Centrum, przy pomocy samorządu województwa mazowieckiego i izb lekarskich uda się zorganizować kadrę.

Docelowo ta część szpitala ma funkcjonować jako Centrum Onkologii w Płocku. Rocznie na miejscu mogłoby skorzystać z diagnostyki i leczenia około 1200 – 1500 osób. Koszt inwestycji wraz z wyposażeniem jest szacowany na około 80 mln. zł. Obecnie w szpitalu prowadzony jest pododdział onkologii z chemioterapią dzienną. – Jest to bardzo potrzebna i wyczekiwana

inwestycja tak przez nas, jak i przez pacjentów, którzy teraz muszą wędrować do placówek w Warszawie, Bydgoszczy. Jest bezwzględnie potrzebna w tej części regionu. Po uruchomieniu centrum mieszkańcy będą mogli liczyć na dostęp do kompleksowego, nowoczesnego leczenia onkologicznego. Obecnie w wielu ośrodkach stosuje się leczenie skojarzone polegające na tym, że pacjent onkologiczny poddawany jest chemioterapii, zabiegom chirurgicznym oraz radioterapii. I taki system chcemy zaproponować w Płocku – mówi dyrektor Kwiatkowski.

Świadczenia mają być realizowane w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. Pacjenci w jednym miejscu będą mieli dostęp do wszystkich aktualnie stosowanych metod radioterapii.

Równocześnie w szpitalu trwa postępowanie na roboty budowlane i remont oddziału zakaźnego. Prawdopodobnie na przełomie sierpnia i września będzie podpisana umowa. Trwa postępowanie przetargowe na wyposażenie ośrodka udarowego, gdzie został już zakończony remont i adaptacja pomieszczeń. Zgodnie z zawartą umową z samorządem województwa mazowieckiego ośrodek udarowy zapewniający bezinwazyjne leczenie udarów zostanie uruchomiony do końca bieżącego roku.

rad

2-latka walczy z rzadką chorobą

Piknik dla Jagódki

Już w najbliższą sobotę, 7 sierpnia przy remizie OSP w Ciachcinie odbędzie się piknik charytatywny, podczas którego będą zbierane środki na rzecz Jagody Mędek. 2-letnia dziewczynka cierpi na rzadką chorobę - hiperglicyamię nieketotyczną, która nie pozwala jej na normalne funkcjonowanie. Aby poprawić komfort życia Jagódki niezbędna jest rehabilitacja oraz specjalistyczny sprzęt. Dziewczynce można pomóc biorąc

udział w pikniku. Całość środków, jakie uda się zebrać podczas wydarzenia, zostanie przeznaczona na jej leczenie.

Rodzice Jagody – Milena i Sebastian – każdego dnia walczą o zdrowie córki. – *Kiedy Jagódka przyszła na świat, nasza radość nie miała końca. Córeczka była nie tylko piękna, ale przede wszystkim zdrowa. Niestety, tylko przez kilka dni... Później padła diagnoza, która wyrzuciła wszystko do góry nogami* – mówią Milena i Sebastian. Walka z chorobą córki wymaga od nich

ogromnej wytrwałości, ale także sporych sum pieniędzy. Bo rehabilitacja to ogromne koszty, a efekty może dać jedynie, gdy jest prowadzona systematycznie. Potrzebuje także specjalistycznej opieki oraz sprzętu, który pozwala Jagódce na utrzymanie prawidłowej postawy.

Na czym właściwie polega hiperglicyemia nieketotyczna, na którą choruje Jagódka? Choroba polega na odkładaniu w organizmie jednego z aminokwasów (glicyny), co prowadzi do uszkodzeń mózgu. Jej następstwem jest epilepsja, opóźnienie psychoruchowe, obniżone napięcie mięśniowe, agenezja ciała modzełowego. I właśnie z tymi konsekwencjami choroby każdego dnia walczy Jagódka oraz jej rodzice. – *Jagódka wymaga intensywnej rehabilitacji, a także profesjonalnego sprzętu. Niestety ich koszty są ogromne. Właśnie dlatego prosimy o pomoc* – mówią rodzice.

Najbliższy piknik charytatywny, podczas którego będą zbierane środki dla dziewczynki, odbędzie się w sobotę, 7 sierpnia na placu przy jednostce OSP w Ciachcinie. Organizatorzy zapewniają mnóstwo atrakcji. Będzie loteria fantowa, pchli targ oraz to, co dzieci lubią najbardziej – malowanie buziek, dmuchana zjeżdżalnia, a także zabawy ruchowe. Nie zabraknie również czegoś dla łasuchów – grilla, kierszu ciast, pajdy chleba ze smalcem oraz pysznej lemoniady. Wszystkie środki zebrane podczas pikniku zostaną przeznaczone na leczenie, rehabilitację i specjalistyczny sprzęt dla Jagódki. Piknik rozpocznie się o godz. 14.00.

Wszelkie informacje o zbiórkach, piknikach charytatywnych, czy po prostu o tym, co nowego słychać u Jagódki, możecie znaleźć na poświęconym jej profilu na Facebooku – „Jagodowa historia”.

(ek)

15 sierpnia Andrzej Piaseczny wystąpi w Płocku

Znane i kochane piosenki w Amfiteatrze

Jak już informowaliśmy czytelników Tygodnika Płockiego, w ramach promocji płyty „50/50” 15 sierpnia nasze miasto odwiedzi Andrzej Piaseczny. Wielu fanów artysty czeka już z niecierpliwością na ten wyjątkowy koncert.

na ona, że nawet jeśli ktoś coś zrobi lub powie nie tak, to zawsze trzeba sobie przebaczać i nie warto tracić czasu na kłótnie – pisała pani Katarzyna. – *Ile razy ją słyszę, wracając piękne wspomnienia sprzed lat, które pielęgnuję* – dodaje pani Magda. Niektórym ta piosenka przypomina też ważne chwile w związku i to, że



Scena Konesera

„Piasek” powrócił na rynek muzyczny w maju tego roku, aby zaprezentować publiczności swój nowy album zatytułowany „50/50”, powstały z okazji 50. urodzin wokalisty, które obchodził w styczniu. Tytuł albumu nie odnosi się jednak tylko do wieku. Jak powiedział sam artysta, projekt powstał z udziałem 50 osób ważnych w jego życiu. Każda z piosenek została skomponowana, napisana, nagrana i wyprodukowana oddzielnie - z udziałem m.in. takich muzycznych osobowości jak Kayah, Adam Sztaba, Mrozu, Kuba Badach, Paulina Przybysz, Majka Jeżowska czy Tomasz Organek. Tematem przewodnim albumu jest „disco-funk”.

Jednak oprócz nowego repertuaru wokalista z pewnością zaśpiewa publiczności swoje najbardziej popularne hity. W związku z konkursem, który Tygodnik Płocki prowadził wraz z organizatorem koncertu, zadaliśmy czytelnikom pytanie, którą z piosenek Andrzeja Piasecznego lubią najbardziej i dlaczego. Jak się okazało, odpowiedzi było bardzo dużo, a każda z nich wyjątkowa.

Uczestnicy konkursu pisali, że Andrzej Piaseczny jest bardzo wrażliwym artystą, dlatego też jego piosenki są im bardzo bliskie. Najczęściej przywołują bardzo dobre wspomnienia, szczególnie te związane z miłością. Podnoszą na duchu, ale też wprawiają w dobry nastrój.

Najczęściej wymienianą piosenką było chyba „Chodź, przytul, przebac”. Któż z nas nie słyszał choć raz tego utworu? – *Przypomi-*

można przetrwać nawet najcięższe chwile.

Równie znanym i lubianym utworem jest oczywiście „Śniadanie do łóżka”. – *W każdą niedzielę mąż robi dla nas śniadanie – taka tradycja. Odkąd powstała ta piosenka, podśpiewuję ją niosąc je do łóżka* – opowiada pani Edyta.

A znacie piosenkę „Wszystko, co dobre”? Nasi czytelnicy także ją przywoływali. – *Więź się ona z bardzo ważnym wydarzeniem w moim życiu, jakim był ślub kochanej siostry* – pisze pani Agnieszka. Natomiast pani Annie utwór „Niecierpliwi” przypomina o młodości, końcówce szkoły podstawowej i pierwszej miłości. – *„Gdybym nie zdążył” to najpiękniejsze wyznanie miłości, mniej znane, a bardzo subtelne* – dodaje z kolei pani Sylwia.

Twórcami Andrzeja Piasecznego nasi czytelnicy słuchali zarówno w dobrych, jak i gorszych chwilach, ponieważ zgodnie potwierdzają, że przynosi ona im otuchę, refleksję i buduje piękne wspomnienia. Za to bardzo cenią wokalistę i podkreślają, że wszystkie jego utwory są wyjątkowe.

Przypominamy więc wszystkim fanom Andrzeja Piasecznego, że koncert w Płocku odbędzie się już 15 sierpnia o godz. 19.30 na deskach Amfiteatru (ul. Rybaki 15). Więcej informacji o wydarzeniu i bilety: <https://scenakonesera.pl/koncert-andrzeja-piasecznego-w-plocku/>. Na to niezwykle wydarzenie zaprasza agencja artystyczna Scena Konesera.

(jb)

Budowa skweru przy ul. Braci Jeziorowskich

Wykonawcę poznamy w sierpniu

Aleiki parkowe, ławki, leżaki, biblioteczki, lustrzana rzeźba i siłownia zewnętrzna. Tak jeszcze w tym roku może wyglądać teren po byłym przedszkolu nr 20 pomiędzy ulicami Braci Jeziorowskich i Gintera. Prace budowlane mają potrwać dziesięć tygodni od podpisania umowy z wykonawcą. Na razie trwa przetarg mający wyłonić firmę, która zajmie się robotami. Termin składania ofert mija 11 sierpnia. Już teraz wiadomo, że w miejsce lustrzanej rzeźby zostaną posadzone trzy miłorzęby.

Urząd Miasta Płocka otrzymał w kwietniu zamówiony projekt budowy skweru w miejscu dawnego przedszkola nr 20 wraz z wnioskiem o wydanie pozwolenia na budowę. W tej chwili trwa analiza obu dokumentów, ale wkrótce spodziewane jest ogłoszenie przetargu na prace budowlane, które mogły się rozpocząć w czerwcu.

O tym, że w miejscu dawnego przedszkola nr 20 ma powstać teren zielony zdecydowali w konsultacjach sami mieszkańcy. Do tej pory znaliśmy jedynie urzędową koncepcję, dziś wiemy jak będzie wyglądać. Będzie to otwarty teren



W tym miejscu kiedyś znajdowało się przedszkole nr 20. Jeszcze w tym roku powstanie tu skwer rekreacyjny

zielony poprzecinany alejkami. Zostaną zachowane już rosnące drzewa, ale nie zabraknie nowych nasadzeń. Jednym z charakterystycznych punktów skweru ma być klomb w stylu Izabeli Czartoryskiej – z jednym dominującym drzewem, które jest otoczone mniejszymi drzewami i krzewami. Kolejnym przyciągającym uwagę punktem miała być lustrzana rzeźba, okazała się jednak zbyt droga. W jej miejscu zostaną posadzone miłorzęby. Nie zabraknie elementów małej architektury: ławek, leżaków, śmietniczek, stojaków na rowery, oświe-

lenia. Będą też trzy plenerowe biblioteczki, w których będzie można zostawiać przeczytane książki, tak, żeby mogły z nich skorzystać inne osoby. Będzie też zewnętrzna siłownia. Oczywiście na pełen efekt trzeba będzie poczekać kilka lat, aż w pełni rozwiną się rośliny, które dopiero zostaną posadzone. Warto pamiętać, że skwerów czy parków nie buduje się, ale zakłada. Jako przykład można podać Park Północny, który w chwili powstania wcale nie wyglądał imponująco, a dziś cieszy oko wszystkich odwiedzających to miejsce. (jac)

W formule zintegrowanej, dostępny w wersji online

Raport Roczny Grupy ORLEN za 2020 rok

Raport Roczny Grupy ORLEN za 2020 rok, przygotowany w formule zintegrowanej, jest już dostępny w wersji online. To dokument kompleksowo prezentujący finansową oraz pozafinansową działalność Koncernu. W siódmej edycji przedstawiono także założenia i cele ogłoszonej w minionym roku strategii Grupy ORLEN do 2030 roku.

W Raporcie za 2020 rok zostały przedstawione procesy konsolidacyjne i akwizycyjne, które zapewnią biznesową przyszłość Grupie ORLEN, skutecznie wzmocnią bezpieczeństwo energetyczne Polski, a także zagwarantują klientom dostęp do stabilnej i taniej energii.

Raport prezentuje także proces budowy wartości Grupy ORLEN, obrazuje sposób zarządzania ryzykiem, pokazuje w jaki sposób analizowane są trendy makroeko-

nomiczne i najnowsze regulacje, a także pozwala dostrzec szerokie spektrum działań z zakresu działalności pozafinansowej Koncernu.

Publikacja informuje, że konkretne działania ukierunkowane są na realizację Celów Zrównoważonego Rozwoju 2030. Informacje z zakresu ESG są publikowane w oparciu o międzynarodowy standard ujawniania informacji pozafinansowych GRI Standards i poddawane niezależnej weryfikacji. Zakres informacji zawartych w Raporcie odnosi się do oczekiwań międzynarodowych ratingów ESG.

– *Konsekwentnie utrzymujemy najwyższe standardy komunikacji z interesariuszami. Nasz najnowszy raport obejmuje sprawozdania finansowe, ale jest też cennym źródłem wiedzy o Grupie ORLEN, jej działalności, perspektywach na przyszłość i dużym potencjale. Nieustannie rozwijamy się w kierunku nowoczesnego koncernu multienergetycznego o zdywersyfikowanym portfelu działalności,*

którego silnym filarem będą nisko- i zeroemisyjne źródła wytwarzania. Duży nacisk położyliśmy na kwestie środowiskowe i społeczne, które są ściśle powiązane z naszą działalnością biznesową i wpisują się w światowe trendy w raportowaniu. Rynek to docenia. Grupa ORLEN od lat jest liderem raportowania zintegrowanego. Potwierdzają to nagrody otrzymane w kolejnych edycjach konkursu „The Best Annual Report” – mówi Daniel Obajtek, Prezes Zarządu PKN ORLEN.

Analizę danych zawartych w Raporcie ułatwiają interaktywne narzędzia, m.in. centrum tabel i wykresów, multimediów i dokumentów, interaktywny słownik pojęć finansowych i branżowych czy przewodnik po raporcie. Raport zawiera m.in. interaktywne mapy aktywów produkcyjnych Grupy ORLEN, rynków eksportowych, mapę prezentującą zasięg geograficzny spółek Grupy Kapitałowej ORLEN, a także liczne infografiki przybliżające m.in. proces budowy wartości i model biznesowy Grupy.

Sekcja ze wskaźnikami KPI prezentuje bieżące i historyczne dane finansowe oraz pozafinansowe. Sekcja poświęcona ESG zawiera kluczowe wskaźniki efektywności dla obszarów Klimat, Środowisko, Społeczeństwo, Kapitał Ludzki, Bezpieczeństwo i Zarządzanie. Natomiast sekcja dotycząca przyszłości Grupy ORLEN, czyli Outlook 2021+, przedstawia zidentyfikowane krótko-, średnio- i długoterminowe trendy, w tym wpływ pandemii na otoczenie rynkowe, w którym funkcjonuje Grupa ORLEN. opr. (t)

Przetarg na modernizację przedłużony po raz kolejny

Czeka 36 obiektów

To jeden z najdłuższych trwających przetargów. Po raz kolejny urząd miasta przedłużył postępowanie mające wyłonić wykonawcę modernizacji energetycznej kolejnych budynków użyteczności publicznej w formule partnerstwa publiczno-prywatnego (PPP). Pierwsze postępowanie nie przyniosło rozstrzygnięcia, a na modernizację oczekuje w sumie trzydzieści obiektów. W trwającym cały czas drugim postępowaniu termin składania ofert został przesunięty już po raz czwarty.

W lipcu 2020 roku zakończył się dialog konkurencyjny oraz zaproszono partnerów prywatnych do złożenia ofert do dnia 15 października 2020 roku. Wpłynęła jedna oferta, lecz ze względu na zbyt wysoką cenę Urząd Miasta Płocka unieważnił postępowanie. W grudniu 2020 roku przygotowana została nowa dokumentacja przetargowa i UMP wszczął postępowanie przetargowe w trybie przetargu nieograniczonego. Termin składania ofert ustalono pierwotnie na 26 lutego. Potem został on wydłużony do końca kwietnia, a następnie do końca czerwca. Kolejnym terminem składania ofert był 30 lipca. Teraz został on wydłużony ponownie, tym razem do 30 września.

Informowaliśmy już czytelników Tygodnika Płockiego, że zainteresowanie przetargiem ze strony potencjalnych wykonawców jest bardzo duże i do Urzędu Miasta Płocka napływają prośby o jego przedłużenie tak, żeby zainteresowane firmy mogły przygotować swoje propozycje. Już w czerwcu przedstawiciele ratusza spodziewali się, że postępowanie zostanie wydłużone po raz kolejny i tak się stało.

Jeśli tym razem oferta zostanie zaakceptowana, planowane jest podpisanie umowy PPP z wyłonionym w drodze przetargu nieograniczonego Partnerem Prywatnym i rozpoczęcie realizacji etapu robót, który planuje się zakończyć się 30 września 2023 roku. Zgodnie z założeniami projektu po zakończeniu etapu robót rozpocznie się etap zarządzania trwający 10 lat i 3 miesiące.

Tym razem do modernizacji energetycznej zostały przeznaczone: Złobek Miejski nr 4 przy ul. Lachmana 10; Miejskie Przedszkole nr

1 przy ul. Kościuszki 7; Miejskie Przedszkole nr 10 przy ul. Marii Skłodowskiej - Curie 2a; Miejskie Przedszkole nr 11 przy ul. Bielskiej 26/1; Miejskie Przedszkole nr 12 przy ul. Misjonarskiej 12; Miejskie Przedszkole nr 15 przy ul. Piasta Kołodzieja 4; Miejskie Przedszkole nr 21 przy ul. Reja 4; Miejskie Przedszkole z Oddziałami Integracyjnymi nr 31 przy ul. Szarych Szeregów 32; Szkoła Podstawowa nr 3 przy ul. Królowej Jadwigi 4; Szkoła Podstawowa nr 11 im. Bolesława Chrobrego przy ul. Kochanowskiego 11; Szkoła Podstawowa nr 12 przy ul. Brzozowej 3; Szkoła Podstawowa nr 16 im. Mikołaja Kopernika przy ul. Piasta Kołodzieja 7; Szkoła Podstawowa nr 17 przy ul. Miodowej 18; Szkoła Podstawowa nr 18 przy ul. Jasnej 8; Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 22 „Mała Szkoła” przy ul. Czwartaków 6; Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 22 „Duża Szkoła” przy ul. Czwartaków 6; Liceum Ogólnokształcące im. Marsz. Małachowskiego przy ul. Małachowskiego 1.

Zmodernizowane mają zostać także: III Liceum Ogólnokształcące im. Marii Dąbrowskiej przy ul. Łukasiewicza 11; Zespół Szkół Budowlanych nr 1 przy ul. Mościckiego 1; Zespół Szkół Ekonomiczno-Kupieckich przy ul. Nowowiejskiego 4; Zespół Szkół Usług i Przedsiębiorczości przy ul. Padlewskiego 2; Zespół Szkół Technicznych przy ul. Kilińskiego 4; Zespół Szkół Zawodowych im. Marii Skłodowskiej Curie przy ul. Narodowych Sił Zbrojnych 7; Budynek Bursy Płockiej przy ul. 3 Maja 35; Internat LO im. Władysława Jagiełły przy ul. 3 Maja 6; Książnica Płocka im. Władysława Broniewskiego przy ul. Kościuszki 6; Książnica Płocka - Biblioteka dla Dzieci im. W. Chotomskiej przy ul. Sienkiewicza 2; Budynek Urzędu Miasta Płocka przy ul. Piłsudskiego; Budynek D Urzędu Miasta Płocka przy ul. Zduńskiej 7; Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej przy ul. Zgliczyńskiego 4.

Warto dodać, że w pierwszym programie modernizacji energetycznej obiektów użyteczności publicznej partnerem prywatnym miasta była firma Siemens.

Prace zakończone w 2017 roku zostały przeprowadzone w: żłobku, przedszkolach, szkołach, na jednej z pływalni oraz w kompleksie budynków UMP przy Starym Rynku. Zamówienie zrealizowane zostało na podstawie umowy o partnerstwie publiczno-prywatnym. (jac)

Panu MARKOWI GIŻYŃSKIEMU

Dyrektorowi Oddziału Krajowej Spółki Cukrowej S.A. „Cukrownia Dobrzęcin”

wyrazy szczerzego współczucia z powodu śmierci

TATY

składają
Zarząd i Pracownicy
Krajowej Spółki Cukrowej S.A.

Z zasobów Archiwum Państwowego w Płocku

Petrobudowa w piosence, Cotex na fotografii

Płock w okresie PRL-u był ogromnym placem budowy. To wtedy powstały „Mazowieckie”, a odlewnia żeliwa i metali z wytwórnią wozów i kół przemieniła się w Fabrykę Maszyn Żniwnych. W 1973 roku ruszył „Cotex”, który w latach świetności zatrudniał ponad 2,5 tys. pracowników, szyjąc damskie kolekcje eksportowane nawet na rynki zagraniczne. Dla przybyłych za pracą i ich rodzin wybudowano nowe osiedla (Kolegialna), szkoły podstawowe, przedszkola, stadion. Struktura demograficzna i tożsamość miasta uległy przekształceniom. Wielkie zakłady pracy utrwalone m.in. na fotografiach Tomasza Jacka Gałązki i Przedsiębiorstwa Budownictwa Przemysłowego „Petrobudowa” pokazuje najnowsza wystawa z zasobów Archiwum Państwowego w Płocku. Możemy ją zwiedzać wirtualnie.

Od „Przodownicy” do „Bizona”

Płockie Zakłady Przemysłowe zostały uruchomione w 1945 roku i mogły się pochwalić załogą liczącą 70 osób. Początkowo zajmowały się naprawami sprzętu wojskowego. Potem dodano produkcję wozów gospodarskich, wialni i młocarni. Pracownicy korzystali ze stołówki przy ul. Tumskiej (późniejszy Klub Marabut) oraz sklepu fabrycznego przy ul. Grodzkiej, w którym mogli kupować odzież. 15 września 1948 roku, decyzją Ministra Przemysłu i Handlu, zakład otrzymał nazwę: Fabryka Maszyn Żniwnych – Przedsiębiorstwo Wyodrębnione im. Marcelego Nowotki w Płocku.

Wraz ze zmianą nazwy rozpoczęła się rozbudowa. Zatrudniono więcej pracowników i co istotne dla późniejszego profilu zakładu – rozpoczęto produkcję żniwiarek „Przodownica”. W latach 50. produkowano już ok. 360 żniwiarek i 180 kosiarek konnych miesięcznie, a samą fabrykę przeniesiono do nowych budynków na peryferiach miasta. W 1954 roku FMŻ wyprodukował pierwszy kombajn zbożowy ZMS-4 na licencji radzieckiej. Na początku lat sześćdziesiątych zespół konstruktorów na czele z inż. Tadeuszem Kucharskim na bazie kombajnu ZMS-4 oraz prototypu KZB-3 skonstruował polski kombajn zbożowy „Vistula”. W związku z rosnącym zapotrzebowaniem na kombajny, fabryka zrzędywała prawie zupełnie z innych maszyn.

W 1969 r. powstał Zakład Doświadczalny przy FMŻ, który we współpracy z Przemysłowym Instytutem Maszyn Rolniczych w Poznaniu stworzył nowy kombajn. 1 września 1971 r. z taśmy montażowej zeszła ostatnia „Vistula”. Zastąpiła ją „Bizon”. Łącznie w latach 1976-1980 FMŻ wyprodukowała 20 993 kombajny, a w latach 1981-1984



Widok na MZRiP od strony osiedla Tysiąclecia w Płocku, lata osiemdziesiąte

kolejne 17810. Maszyny na hali produkcyjnej i transport gotowych kombajnów przez Płock uwiecznił na zdjęciach Tomasz Jacek Gałązka. Na fotografii pochodzącej z parkingu przy fabryce – duma motoryzacji – maluchy i syrenki.

Barki, frachtowce, lodołamacze i kotwice

Powstała w okresie międzywojennym Płocką Stocznia Rzeczna, zdekompletowaną przez okupantów, udało się uruchomić w 1945 roku. Stocznia nr 1 zlokalizowana tuż przy wejściu do portu handlowego podlegała Państwowej Żegludce na Wiśle. Zakład remontował statki pasażerskie, holowniki i barki dla potrzeb żeglugi śródlądowej. Stocznia nr 2 obok starego portu, pod egidą Państwowego Zarządu Dróg Wodnych, wykonywała przeważnie remonty taboru pływającego. Prace w stocznich znalazło 88 osób. Port został przystosowany do przeładunku zboża i cukru. Płockiej stoczni w początkowym okresie istnienia udało się wyremontować i przekazać do żeglugi 180 rzecznych jednostek pływających, w tym także statki jak: Reduta, Warneńczyk, Bałtyk, Francja, Traugutt i Lubecki. W latach 50. nastąpiła modernizacja zakładu, wprowadzono technologię spawania wielostanowiskowego. Dzięki temu w Płocku powstały konstrukcje stalowe, słupy do linii wysokiego napięcia dla Nowej Huty, rurociągi dla „Żerania”, zbiorniki gazowe dla Kędzierzyna i Mościc, konstrukcje wiaduktu kolejowego dla Białogostku. W roku 1961 nazwa zakładu brzmiała Płocka Stocznia Rzeczna. Zatrudniał ponad 600 osób. Dla dzieci pracowników powstało przedszkole. Działały świetlica, kino zakładowe „Stoczniowiec” na 150 miejsc, orkiestra.

W latach sześćdziesiątych przebudowywano zakład i zaczęto eksport barek dla Indonezji i Wietnamu. Produkowano wtedy serie barek mo-

torowych BP-500, pchanych BP-100, pchaczy typu Bizon III. Potem - zbiornikowce-chemikaliowce BMZII, frachtowce 1715, promy kolejowo drogowe dla potrzeb portu gdańskiego i różne odmiany barek. W 1975 r. pochylnię zakła-

kiej Stoczni, możliwa była budowa jednostek powyżej 100 m długości. Co ciekawe – w stoczniowej kuźni powstawały kotwice dla potrzeb wszystkich stoczni śródlądowych. Warto podkreślić, że w latach 80. Płocka Stocznia Rzeczna była naj-



Linia produkcyjna FMŻ

du opuściła największa w dziejach polskich stoczni rzecznych barka o wyporności 3450 ton, przystosowana do żeglugi śródlądowej i przybrzeżnej morskiej. Odpłynęła do Francji.

Powódź w styczniu 1982 roku przyniosła zakładowi ogromne straty. Latem podjęto budowę lodołamaczy, hoteli pływających i holowników. Dzięki metodzie połówkowego łączenia jednostek pływających na wodzie, którą opracowano w płoc-

większą stocznia śródlądową w Polsce i jedną z większych w Europie. Jednostki pływające z Płocka trafiały m.in. do Belgii, Birmy, Bułgarii, Czechosłowacji, Danii, Holandii, Francji, Indonezji, Jugosławii, RFN, Szwajcarii i Wietnamu.

Cotex, Petrobudowa, Orlen...

Budowa Zakładów Przemysłu Dziewiarskiego „Cotex” rozpoczęła się w 1973 roku. Rok póź-

niej uruchomiono produkcję. W 1976 r. załoga liczyła już 2771 osób. W latach 1976-1983 zakład wyprodukował 36 995 wyrobów dziewiarskich, głównie ubrania damskie: sukienki, garsonki, spódnice, swetry. W 1977 roku do produkcji weszły zaprojektowane przez znakomitą projektantkę Grażynę Hasse ubrania młodzieżowe.

Największym budowlanym przedsiębiorstwem PRL-u były Mazowieckie Zakłady Rafinacyjne i Petrochemiczne (dziś ORLEN), które powstały w Białej Nowej, chociaż na początku ich siedzibą miało być Radziwie. Powierzchnia – bagatela 705 hektarów ziemi, którą trzeba było wykupić od właścicieli. Dlaczego nie Radziwie i jak wyglądała budowa „Mazowieckich”, przeczytamy w komentarzach do zdjęć: Komitetu Wojewódzkiego PZPR w Płocku, Przedsiębiorstwa Budownictwa Przemysłowego „Petrobudowa”, Urszuli Jaskóły, Tomasza Gałązki.

„Petrobudowa”, która jako pierwsza (2 lutego 1960 roku) weszła na teren budowy MZRiP, stała się jednym z największych pracodawców w Płocku. W roku 1960 zatrudniała 874 pracowników, w 1961 – 2500, a w 1978 – 3200. Dzięki niej powstały obiekty kulturalno-oświatowe, handlowe – usługowe czy szkoły. W latach 60. wybudowano m.in. 5 tys. izb mieszkalnych dla MZRiP, 150 dla CPN, 1600 dla nowo przybyłej kadry specjalistów budowlanych, 5 szkół średnich (Zespół Szkół Budowlanych „Petrobudowa” z internatem, Technikum Ekonomiczne, Technikum Mechanizacji Rolnictwa i Technikum Elektryczne). Przy głównej alei miasta stanął Hotel Petropol, a na Winiarach – nowy duży szpital wojewódzki. W roku 1964 oddano Zespół Szkół Chemicznych z internatem na 270 miejsc i stołówką dla 350 osób.

Inwestycje, które prowadziła Petrobudowa wciąż imponują. Zespół Kult uwiecznił w piosence inżynierów z Petrobudowy, którzy zimą i latem wykonywali plan, a otuchy dodawało im hasło: „Więc niechaj zabrzmi slogan bojowy: Inżynierowie z Petrobudowy!”.

Wystawę „Śladami płockich zakładów pracy w PRL-u w fotografii z zasobu Archiwum Państwowego w Płocku” można obejrzeć na stronie plock.ap.gov.pl. (lesz)

Historia gołuchowskiej rezydencji

Gołuchów to wioska leżąca w powiecie pleszewskim, szesnaście kilometrów na północny – zachód od Kalisza, przy trasie w kierunku na Poznań. Znajduje się tam jedna z najpiękniejszych wielkopolskich rezydencji magnackich przypominających czasy świetności Rzeczypospolitej Obojga Narodów. Zespół pałacowo - parkowy nazywany jest perłą Wielkopolski, ze względu na swoje walory architektoniczne, jak i przyrodnicze. Można tam dojechać również zjeżdżając z autostrady A1 koło Konina i kierując sześćdziesiąt kilometrów na południe.

Warto zatrzymać się w Gołuchowie na dłużej korzystając z oferty tutejszych hoteli i zakładów gastronomicznych. Oprócz zwiedzania można też zrelaksować się na zalewie na rzece Ciemnej, zwanej również Trzemną.

Zamek

Najciekawszym obiektem w Zespole Parkowo Pałacowym w Gołuchowie obiektem jest zamek, będący oddziałem Muzeum Narodowego w Poznaniu. Można go zwiedzać w kilkunastoosobowych grupach z przewodnikiem, które wypuszczane są na teren obiektu co pół godziny.

Nie udało się ustalić dokładnej daty powstania zamku. Po raz pierwszy w źródłach pisanych pojawił się w dokumencie z 1444 roku i nazwany był „fortalicją”, z czego należałoby sądzić, że powstał jako budowla obronna. Otaczał go wówczas mury parkan oraz fosa, więc zapew-



Budynek dawnej gorzelni, zwany oficyną, przystosowany do celów mieszkalnych

ne funkcje obronne były brane pod uwagę.

Najprawdopodobniej budowany był w kilku etapach. Według niektórych historyków północne skrzydło wzniesiono pod koniec pierwszej połowy czternastego wieku, zaś południowe pochodzi dopiero z początku szesnastego wieku. Inni badacze podają terminy powstania zamku nawet o sto lat późniejsze. Przez trzysta lat Gołuchów znajdował się w rękach wielkopolskiej rodziny Leszczyńskich.

Starosta radziejowski, wojewoda brzesko – kujawski, Rafał Leszczyński wznosił zamek na planie prostokąta, umieszczając w narożach cztery ośmioboczne wieże. Obiekt



Zamek Czarotoryskich w Gołuchowie

posiadał piwnice, parter, piętro oraz poddasze. Zwieńczony był spadzistym dachem pokrytym ołowianą blachą. Natomiast Wacław Leszczyński, kasztelan i wojewoda kaliski, kanclerz wielki koronny, rozbudował go w magnacką rezydencję i nadał światowego blasku.

Upadek znaczenia rodu Leszczyńskich spowodował, że zamek często zmieniał właścicieli. Przechodził z rąk do rąk, aż w końcu w 1853 roku zakupił go dla swego syna Jana właściciel Kórnik – Tytus Działyński. Cztery lata później Jan Działyński poślubił w Paryżu Iza-

funkcjonowania i stabilności finansowej ogólnie dostępnego muzeum, Izabela Działyńska ustanowiła w Gołuchowie ordynację. Pierwszym ordynatem został już po jej śmierci Witold Czarotoryski.

Niestety wspaniałe gołuchowskie zbiory padły w czasie drugiej wojny światowej ofiarą rabunku ze strony Niemców i Rosjan. Udało się odzyskać po wojnie kolekcję waz, niestety niekompletną. Obecnie w Gołuchowie prezentowana jest zaledwie jej część, ocalała reszta znajduje się w Muzeach Narodowych w Poznaniu i Warszawie. W pałacu można dziś podziwiać także renesansowe obrazy, zabytkowe meble, gobeliny i artystycznie wykonane kominki. Wszystkie eksponaty robią na zwiedzających ogromne wrażenie.

Park

Atrakcją gołuchowskiego kompleksu jest też park otaczający dawne obiekty mieszkalne i gospodarcze. Zawiera osiemdziesiąt tysięcy drzew i krzewów w sześciuset gatunkach. Założył go w stylu angielskim hrabia Jan Działyński, który prace rozpoczął w drugiej połowie dziewiętnastego wieku. Po jego śmierci projekt ten kontynuowała Izabela Działyńska. Trwało to czterdzieści lat, a nad całością czuwał doświadczony ogrodnik Adam Kubaszewski.

Obecna powierzchnia parku to 160 hektarów. Podzielony jest na dwie części. Pierwsza zagroda „ozdobna” została starannie zagospodarowana stając się jednym z największych arboretów w Polsce. Druga znajduje się w stanie dzikim, królują w niej różnorodne siedliska leśne.

Środkiem płynie rzeka Ciemna, na której utworzono dwa stawy rybne z wyspami, co dodaje całości dużego uroku. Dawniej pływano po tych stawach łodziami.

Park zawiera wiele obiektów architektonicznych, mostki, altany, różnorodne okazy drzew i krzewów, ogród ziołowy – kwiatowy, winnicę i ananasarnię. Liczy ponad trzy tysiące starych drzew, kilkadziesiąt wymiarów pomnikowe. Starodrzew jest przyjaznym domem dla kilkuset gatunków ptaków, gadów, płazów i ssaków, a także ponad tysiąca gatunków owadów. Od 1974 roku

zycje związane z lasem. Obecnie można tu zwiedzić wystawy tematyczne pt. „Kulturotwórcza rola lasu” oraz „Dzieje leśnictwa w Polsce”.

Wystawy tego typu zorganizowane są też w innych obiektach na terenie parku. W słynnym Dybulu, dawnej siedzibie młynarza, przekształconej później w stajnię i oboję, znajduje się obecnie edukacyjna ekspozycja związana z ochroną lasu.

W drewnianym obiekcie zwanym Leśniczówką, można obejrzeć mieszkanie leśnika z końca pierwszej połowy dwudziestego wieku, z częścią mieszkalną i biurową. Natomiast w dawnej dworskiej „Powozowni”, powstałej w 1854 roku i w „Owczarni”, które obecnie połączone są szklaną przełączką zorganizowane są wystawy „Spotkanie z lasem” i „Technika leśna”.

Kaplica

W pobliżu oficyny znajduje się ciekawy obiekt, zwany według tradycji zamkową kaplicą, chociaż nigdy takiej funkcji w rzeczywistości nie pełnił. Przez pewien czas wykorzystywany był na magazyn, a nawet przejściowo służył jako kurnik. Obecnie jest to grobowiec – mauzoleum, w którym spoczywają doczesne szczątki zmarłej w 1899 roku we francuskim Mentonie Izabeli Działyńskiej z Czarotoryskich. U stóp posadowionego na stromym wzniesieniu mauzoleum znajduje się skalna grotta, do której wejście zamknięte jest kratą.

Budynek pochodzi z 1899 roku i został wzniesiony z przeznaczeniem na cele grzebalne. Jego fundamenty przesunięte zostały o metr w kierunku wschodnim, w stosunku do stojącego w tym samym miejscu obiektu powstałego w 1697 roku. Obiekt wiernie odtwarza założenia architektoniczne starego budynku.

We wnętrzu znajduje się tablica epitafijna dedykowana hrabinie Działyńskiej oraz jej marmurowe popiersie. Okulus fasady grobowca zdobi piękny witraż „Chrystusa zmarłychwstałego” z 1906 roku.

Kilka kilometrów od pałacu Czarotoryskich, w lesie, znajduje się Głaz św. Jadwigi, jeden z największych polodowcowych kamieni narzutowych zidentyfikowanych w Polsce. Można do niego dotrzeć pieszo lub rowerem.

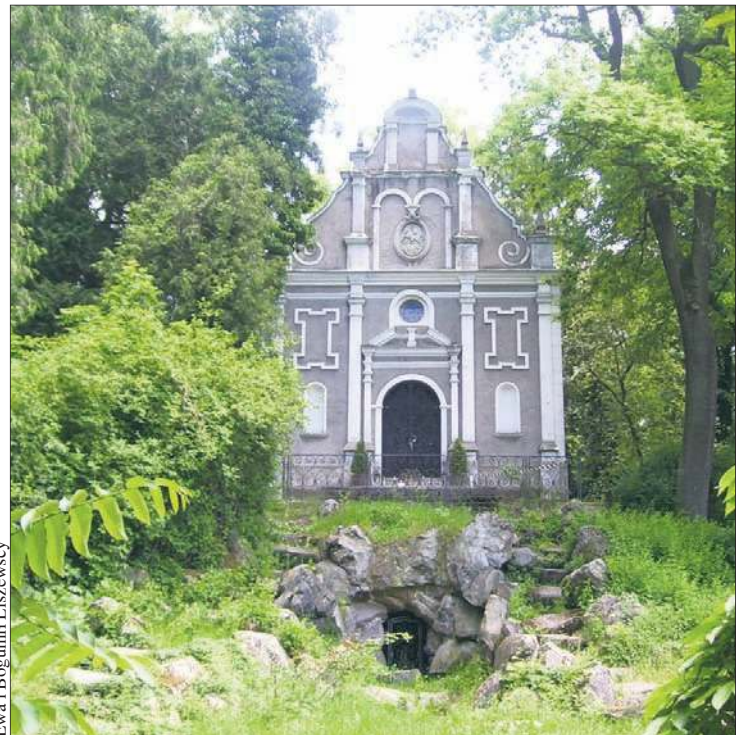
Ewa i Bogumił Liszewscy

opiekę nad całością sprawują Lasy Państwowe, prowadząc prace nad rekonstrukcją i utrzymaniem dobrej kondycji drzewostanu.

Nieco na uboczu znajduje się Pokazowa Zagroda Żubrów, stanowiąca rodzaj miniaturowego ogrodu zoologicznego. Oprócz żubrów można obejrzeć dziki, danieli, a także koniki polskie. Najlepiej na zwiedzanie i wędrowki po rozległym terenie parku zarezerwować kilka do kilkunastu godzin.

Oficina

Zbudowana na początku drugiej połowy dziewiętnastego wieku pełniła pierwotnie rolę gorzelni. Izabela i Jan Działyńscy przebudowali i adaptowali ją na cele rezydencjonalne. Została nazwana drugim pałacem, bowiem wyglądem niczym mu nie ustępowała. Po zamku jest to drugi najbardziej interesujący obiekt położony na terenie parku, niewątpliwie wart zwiedzenia. Znajduje się pod opieką Lasów Państwowych, które w odnowionych pomieszczeniach prezentują stale i czasowe ekspozycje.



Grobowiec Izabeli Działyńskiej z Czarotoryskich w gołuchowskim parku. U stóp grobowca skalna grotta

Podglądamy pracę opiekuna zwierząt w płockim ZOO

Dlaczego drapieżniki poszczą w poniedziałki...?

Powołanie do pracy ze zwierzętami Kasia Ablewska odkryła nadzwyczaj wcześnie – w przedszkolu. Już jako mała dziewczynka uwielbiała chodzić do ZOO i przebywać w otoczeniu tych wspaniałych stworzeń: - Przemierzałam alejki plockiego ZOO, które znalazłam niemal na pamięć. Miałam to przekonanie, że ja tu będę kiedyś pracować...

Prawdziwa przygoda z tym miejscem rozpoczęła się jednak w momencie, gdy Kasia została wolontariuszem i zaczęła pomagać w Mini ZOO. Z sentymentem wspomina tamte chwile: - Często przesiadywałam w ZOO całymi dniami, do domu wracałam zmęczona, brudna i niezbyt ładnie pachnąca, ale szczęśliwa. Każdego dnia z nowymi doświadczeniami, bo tam zawsze działo się coś ciekawego."

Kilka lat później Kasia ukończyła studia na kierunku Zootechnika, a od 2016 roku pracuje w plockim Ogrodzie Zoologicznym na stanowisku opiekuna zwierząt. - Od zawsze najbardziej fascynowały mnie wielkie koty, dlatego też niezmiennie ucieszyło mnie, że zostałam przydzielona do działu zwierząt drapieżnych. Obecnie Kasia ma pod opieką 24 osobniki: lwa afrykańskiego, parę lampartów perskich wraz z ich córką, parę irbisów (panter śnieżnych) wraz z dwojgiem synów, parę tygrysów syberyjskich wraz z córką i synem, dwie foki szare (jedna z nich – samica Selma skończyła w tym roku 42 lata i jest jednym z najstarszych zwierząt w plockim ZOO) oraz grupę 10 nieświszczuków czarnoogonowych (potocznie zwanych pieskami priewowymi).

Kasia podkreśla, że jak dużą odpowiedzialnością wiąże się praca na tym dziale. Opiekunowie muszą być niezwykle uważni wypuszczając i wpuszczając koty na wybieg. Ucieczka jednego z nich mogłaby skończyć się tragicznie. Mimo że zwierzęta dobrze znają swoich opiekunów, a podczas zabaw do złudzenia przypominają domowe koty,



Kasia Ablewska z małą panterą śnieżną

należy pamiętać o ich prawdziwej naturze. Pracownicy doskonale zdają sobie sprawę z ryzyka zawodowego i ściśle przestrzegają określonych zasad: - Nigdy nie wchodzimy bezpośrednio do pomieszczenia czy na wybieg, gdzie one przebywają, nie dotykamy ich – mimo że nas znają i reagują pozytywnie, gdy nas widzą. To dzięki zwierzętom, które w każdej chwili mogą nas zaatakować, zranić, a nawet zabić.

Jakie zadania wypełnia opiekun dużych kotów?

Kasia każdego dnia ma cały szereg obowiązków. Poczynając od przygotowywania oraz podawania zwierzętom posiłków, a kończąc na zapobieganiu nudzie, czyli wymyślaniu nowych, coraz ciekawszych

zabawek. By zadowolić większość kotów, wystarczy kartonowe pudełko z kawałkiem mięsa w środku lub jutowy worek wypełniony słomą. W zakres zadań opiekuna wchodzi również dbanie o czystość pomieszczeń i wybiegów, wykonywanie zabiegów pielęgnacyjnych, prowadzenie treningów medycznych oraz zapewnienie zwierzętom odpowiednich warunków do rozrodu i wychowywania młodych.

Niezwykle ważną kwestią jest obserwacja zachowania zwierząt na ewentualność wystąpienia problemów zdrowotnych i konieczności podjęcia natychmiastowego leczenia. - Ważne jest tak naprawdę wszystko: to czy zwierzę zjada swoją porcję mięsa, czy nie, czy wymiotuje, czy pije i oddaje mocz, czy oddaje kał i czy nie ma w nim śladów pasożytów, czy porusza się swobod-

nie, czy kuleje, czy stan jego sierści i oczu jest zadowalający, i tak dalej. Zasadą jest: lepiej zapobiegać niż leczyć. Każda choroba zwierzęcia lub co gorsza jego śmierć to także ciężki cios dla jego opiekuna. W momencie zauważenia niepokojących symptomów zwierzę trafia pod opiekę lekarza weterynarii, jednak praca opiekuna tutaj się nie kończy. Aktywnie uczestniczy on w procesie rekonwalescencji.

Dobrego opiekuna z pewnością powinna cechować cierpliwość, empatia oraz chęć do nauki. Chęć poznawania świata zwierząt, zauważenia jak zupełnie różne może być każde z nich. Rozmawiając z Kasią da się odczuć, że jest właśnie taką osobą: Każde z naszych zwierząt ma inny charakter. Jedne są bardziej towarzyskie i szukające kontaktu z człowiekiem, inne są skryte, ceniące sobie samotność. Miłość do zwierząt to przede wszystkim szanowanie ich potrzeb i nienarzucanie im rzeczy dla nich nienaturalnych. Poza tym opiekun nie może przypisywać zwierzętom ludzkich negatywnych cech. Jeśli zwierzę nas ugryzło, kopnęło, opluło lub obsikało nie możemy się na nie obrazić. To prawdopodobnie my popełniliśmy błąd, naruszając jego strefę bezpieczeństwa i komfortu.

Jak mija dzień?

Oprócz Kasi na dziale zwierząt drapieżnych pracuje jeszcze trzech innych opiekunów. Każdego dnia wczesnym rankiem zaglądają do zwierząt, by sprawdzić, jak minęła noc. - Czasami zastajemy je pogrążone we śnie, a czasami budzą się na nasz widok. Amor wita nas głośnym ryczeniem na dzień dobry. Muszę przyznać, że jest to bardzo przyjemne uczucie. Mało kto może pochwalić się tak miłym powitaniem, aż serce drży - i to dosłownie. Pod wpływem ryczenia naszego lwa drżą nawet luksfery w ścianach budynku.

Po porannym obchodzie przygotowujemy posiłki. Wszystkie koty jedzą mięso: wołowinę, cielęcinę lub królika. Wyjątkiem są poniedziałki – wtedy jedzą tylko małuchy.

Dorośle koty przestrzegają tego dnia postu. W naturze nie polują one codziennie, dlatego stosowanie takiej zasady jest wskazane dla ich zdrowia. Ilość mięsa dostosowywana jest do indywidualnych potrzeb zwierzęcia tj. gatunku, masy ciała oraz preferencji smakowych. Co ciekawe, duże koty również bywają wybredne. Samiec lamparta Orlando nie przepada za cielęciną. Jeśli otrzyma taki kawałek, trzeba liczyć się z tym, że odejdzie obrażony. W menu fok dominują śledzie. Pieski priewowe spożywają przede wszystkim siano, nasiona oraz przeróżne warzywa i owoce. Wszystkie zwierzęta przyjmują mieszaninę witamin oraz minerałów dostosowanych do ich potrzeb. Kasia zdradza nam również ciekawostkę z wieczornego życia lampartów: Gdy ogród jest zamykany dla zwiedzających, niektóre zwierzęta układają się do snu, inne – jak na przykład lamparty – zaczynają baraszkować, a zabawa trwa aż do nocy.

Każdego dnia o godzinie 13 w plockim ZOO prowadzone są treningi medyczne połączone z pokazem karmienia fok szarych. Celem takiego treningu jest przyzwyczajenie foki do dotyku i obecności opiekuna oraz zbudowanie pomiędzy nimi więzi. Dzięki stosowaniu takich metod i wypracowanemu zaufaniu unika się usypiania fok do wszelakich zabiegów koniecznych dla zachowania dobrego zdrowia.

- Praca ze zwierzętami wymaga akceptacji różnych niedogodności związanych z nieprzyjemnymi zapachami czy brudnym ubraniem. To także gotowość na pracę o różnych porach dnia i nocy, jeśli sytuacja tego wymaga. Jednak przede wszystkim to możliwość obcowania ze wspaniałymi stworzeniami. To radość, gdy na świat przychodzą kolejne pokolenia zwierząt zagrożonych wyginięciem. Nasze zwierzęta są z nami do swoich ostatnich dni i my również jesteśmy z nimi do końca. Praca opiekuna zwierząt jest połączeniem życia zawodowego z moją największą pasją. To praca marzeń, a nawet więcej, to całe życie... Gdy wstaję rano, po prostu chce mi się iść do tego ZOO, do tych zwierząt. I chociaż czasem wracam do domu wykończona, to jest to pozytywne uczucie i chce go więcej. Myślę, że w każdej pracy ze zwierzętami byłabym w stanie się odnaleźć, natomiast do plockiego ZOO mam swego rodzaju sentyment, bo czuję się tam po prostu jak u siebie - tak naszą rozmowę podsumowuje Kasia, dając nam wszystkim znać, że jest odpowiednią osobą na odpowiednim miejscu.

Marta Krzyżanowska

Dokąd trafiają produkty spółki ORLEN Asphalt?

Na Ukrainę, do Austrii i... na Mauritiusa

ORLEN Asphalt (należący do GRUPY ORLEN) zwiększył sprzedaż o blisko 25 proc. Głównym kierunkiem eksportowym jest Ukraina, gdzie spółka sprzedaje rekordowe ilości asfaltów. Po drogach zbudowanych z wykorzystaniem produktów Grupy ORLEN jeżdżą także kierowcy m.in. na Mauritiusie, w Tanzanii i Kamerunie.

ORLEN Asphalt wspólnie z ORLEN Asphalt Česká republika i z ORLEN Lietuva sprzedały w ubiegłym roku łącznie 1 462 tys. ton asfaltów. Blisko 60 proc. produkcji trafiło na rynki macie-

rzyste, czyli do Polski, Czech, Litwy, Łotwy i Estonii, które są głównymi obszarami aktywności handlowej segmentu asfaltowego w Grupie ORLEN. Wzrosła także

ilość asfaltów sprzedanych przez spółkę ORLEN Asphalt na rynkach zagranicznych. W minionym roku zostały one zastosowane w ponad 50 krajach na świecie.



PKN ORLEN

- Siła PKN ORLEN i stabilność naszych wyników finansowych opiera się na dywersyfikacji obszarów działalności, ale też kierunków sprzedaży. Ponad połowa osiągniętych przez nas przychodów pochodzi z rynków zagranicznych, na których konsekwentnie zwiększamy swoją obecność. Wysoka jakość asfaltów, które oferujemy, doceniana jest nie tylko w Europie, ale na całym świecie. Wpływają one na poprawę jakości sieci dróg, zapewniając kierowcom bezpieczeństwo i komfort jazdy. Jednocześnie cały czas szukamy innowacyjnych rozwiązań, które ulepszą właściwości asfaltów, a tym samym umożliwią dalszy dynamiczny rozwój tego obszaru naszej działalności – mówi Daniel Obajtek, Prezes Zarządu PKN ORLEN.

W 2020 roku sprzedaż zagraniczna ORLEN Asphalt, w stosunku do poprzedniego roku, wzrosła o blisko 25 proc. Największy popyt na asfalty odnotowano na Ukrainie, gdzie spółka sprzedała prawie trzykrotnie więcej produktów. Po sześciu miesiącach tego roku sprzedaż asfaltów w tym kraju wzrosła o 33 proc. w porównaniu do analogicznego okresu poprzedniego roku. Atrakcyjnymi kierunkami były także Rumunia, Austria i Niemcy. Te rynki, razem z Ukrainą, w 2020 roku odpowiadały za blisko 25 proc. sprzedaży asfaltów z Grupy ORLEN.

Na liście krajów, do których trafiały asfalty z rafinerii należących do Grupy ORLEN, znajduje się również wiele egzotycznych kierunków. Z dróg zbudowanych z polskiego asfaltu skorzystają mieszkańcy np. Mauritiusa, Tanzanii, Kamerunu, czy Trynidadu i Tobago. Najdalej polski asfalt w 2020 roku dopłynął do Nowej Kaledonii, którą od Polski w linii prostej dzieli aż 15,6 tys. kilometrów. **opr. (t)**

12 sposobów na zdrowe życie, czyli...

Jak możemy ubiec nowotwór?

O znaczeniu badań, które pozwalają na bardzo wczesne wykrycie zmian nawet tych przednowotworowych, a także m.in. o 12 sposobach na zdrowe życie, rozmawiamy z dr Pawłem Koczkodajem, Zastępcą Kierownika Zakładu Epidemiologii i Prewencji Pierwotnej Nowotworów w Narodowym Instytucie Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowym Instytucie Badawczym w Warszawie.

Często słyszymy taki termin - profilaktyka pierwotna i profilaktyka wtórna. Co to znaczy?

To prawda, często mówiąc o profilaktyce rozróżniamy jej dwa rodzaje. Profilaktyka pierwotna opiera się o działania mające na celu całkowite bądź maksymalne ograniczenie czynników, które zwiększają ryzyko chorób. O profilaktyce wtórnej mówimy, kiedy podejmujemy działania mające na celu możliwie najwcześniejsze wykrycie choroby i podjęcie leczenia.

To znaczy, że ja sama mogę uchronić się przed rakiem?

W dużej mierze tak. W przypadku chorób nowotworowych – i nie tylko – profilaktyka ma ogromne znaczenie. Badania naukowe pokazują, że nawet ponad 90% wszystkich nowotworów jest zależna od czynników zewnętrznych, na które my sami mamy wpływ. Genetyka to jedynie 5-10%. Doskonałym przykładem profilaktyki pierwotnej w kontekście nowotworów jest ochrona przed dymem tytoniowym, który jest jednym z najsilniejszych kancerogenów – czynników bardzo mocno zwiększających ryzyko zachorowania – nie tylko na raka płuca (dym tytoniowy przyczynia się m.in. do zachorowania na 15 różnych rodzajów nowotworów). Przykładem profilaktyki wtórnej są np. badania przesiewowe – mammografia, cytologia czy kolonoskopia, które pozwalają na bardzo wczesne wykrycie zmian – nawet tych przednowotworowych. Badając się regularnie, możemy nawet ubiec nowotwór.

Celem działań określanych jako profilaktyka pierwotna jest zmniejszenie zachorowalności na raka. Czy możemy podać kilka przykładów najczęściej wykrywanych w Polsce nowotworów i powiedzieć jak wygląda – na czym polega – profilaktyka pierwotna w ich przypadku?

W Polsce jednym z najczęściej występujących nowotworów jest rak płuca – w populacji mężczyzn jest najczęstszym nowotworem, natomiast wśród kobiet – drugim, zaraz po raku piersi. Jeśli natomiast spojrzymy na najczęstszą nowotworową przyczynę zgonów, będzie to rak płuca w przypadku obydwu płci. Główny czynnik ryzyka zachorowania na ten nowotwór to oczywiście palenie papierosów. Szacuje się, że nawet około 90% wszystkich zachorowań spowodowanych jest właśnie przez tytoń. W tym przypadku profilaktyka pierwotna jest bardzo kompleksowa – począwszy od prawa ograniczającego możliwość promocji, reklamy, a także używania wyrobów tytoniowych w wielu miej-

scach publicznych, poprzez edukację zdrowotną, a skończywszy na zdrowotnych ostrzeżeniach obrazkowych na paczkach papierosów czy kampaniach medialnych. Pomimo tych wysiłków, nadal około 1/4 dorosłych Polaków pali papierosy.

Czy rak jelita grubego jest również często wykrywany?

Tak – rak jelita grubego to również jeden z najczęstszych w Polsce nowotworów, zarówno wśród kobiet, jak i mężczyzn (pierwsza trójka). Profilaktyka pierwotna w tym wypadku dotyczy przede wszystkim zachowania odpowiedniego poziomu aktywności fizycznej i zdrowej diety. Profilaktyka wtórna to wykonanie kolonoskopii – badania wykonywane u kobiet i mężczyzn zwykle w przedziale wiekowym 55-64 lata raz na około 10 lat.

Czy były prowadzone badania naukowe, które rzeczywiście sprawdziły wpływ np. diety czy ruchu fizycznego na zachorowalność na nowotwory?

Oczywiście. Istnieje bardzo wiele badań naukowych potwierdzających ochronny wpływ aktywności fizycznej czy zdrowej diety w kontekście nowotworów, ale także innych chorób cywilizacyjnych, takich jak np. cukrzyca, choroby serca, otyłość. Jak możemy przeczytać w tegorocznym raporcie Komitetu Zdrowia Publicznego Polskiej Akademii Nauk, pt. „Niedostateczny poziom aktywności fizycznej w Polsce jako zagrożenie i wyzwanie dla zdrowia publicznego” – brak regularnej aktywności fizycznej jest przyczyną co najmniej 17 chorób przewlekłych, w tym chorób nowotworowych. Autorzy przywołują również wyniki badań pokazujące, że regularny ruch może wiązać się ze spadkiem częstości zgonów z powodu chorób nowotworowych o około 25-30%, a w przypadku mężczyzn o najwyższej wydolności fizycznej nawet o 25-59%.

A co z dietą?

W przypadku diety dysponujemy również bardzo szeroką wiedzą. Wiemy, że zdrowa dieta to ważny czynnik chroniący nas przed wieloma nowotworami. Może wydawać się to truizmem, ale dieta bogata m.in. w produkty pełnoziarniste, warzywa i owoce (z przewagą tych pierwszych), produkty nieprzetworzone, a jednocześnie uboga w przetworzone mięso, mięso czerwone, sól, słodzone napoje – to jeden z ważniejszych elementów zdrowego stylu życia. Nieprawidłowa dieta w połączeniu z brakiem aktywności fizycznej przyczynia się do otyłości, która sama w sobie jest chorobą, a dodatkowo



bardzo mocno zwiększa ryzyko występowania m.in. wielu nowotworów, np. raka piersi. Nie sposób w tym miejscu nie wspomnieć także o alkoholu, który często również stanowi element naszej diety. Nie ma bezpiecznej dla naszego zdrowia dawki alkoholu – każda, nawet najmniejsza ilość alkoholu ma potencjał rakotwórczy, niezależnie od rodzaju napoju alkoholowego, który spożywamy.

To znaczy, że piwo szkodzi tak samo jak wódka?

Obecny w obydwu napojach alkohol – etanol – szkodzi tak samo. Oczywiście, mocniejsze alkohole – takie jak wódka – mają dużo większe stężenie etanolu, jednak pijąc piwo nie możemy sądzić, że pozostaje to bez znaczenia dla naszego zdrowia – pomimo, że często można spotkać się z opinią, że na przykład piwo to nie alkohol.

Wiele czynników społeczno-kulturowych, jak i postaw wobec zdrowia, niekorzystnie wpływa na poziom skuteczności profilaktyki – ograniczając tym sposobem jej

zasięg. W społeczeństwie funkcjonuje wiele stereotypów i nieprawdziwych przekonań wokół problematyki zachorowania na raka. Kto najskuteczniej mógłby edukować Polki i Polaków w tym zakresie: lekarze pierwszego kontaktu, przychodnie, ministerstwo?

To bardzo trudne pytanie, na które wciąż poszukiwana jest odpowiedź, a raczej odpowiedzi, ponieważ wydaje się, że nie ma jednego, dobrego rozwiązania.

Dlaczego?

Skuteczna edukacja zdrowotna powinna być skrojona „na miarę”. Nie można kierować takiego samego komunikatu do kobiet i mężczyzn, do dzieci i dorosłych, do zdrowych i chorych – można by wymieniać tak długo. Na pewno istotną kwestią jest rozpoczęcie edukacji zdrowotnej od najmłodszych lat. Taka edukacja powinna być obecna przez cały okres kształcenia i zmieniać się wraz z odbiorcą. Jest też kwestia samej formy przekazu i kanału komunikacji. Obecnie publikowane są badania mówiące nam, że w przypadku

młodzieży, drukowane materiały edukacyjne są właściwie zupełnie nieskuteczne. Fakt ten zupełnie nie dziwi, biorąc pod uwagę, że dzisiejsza młodzież żyje już zdecydowanie bardziej w świecie cyfrowym niż analogowym. Bardziej mogą działać sytuacje ciągłego podejmowania prób edukowania młodzieży np. przy pomocy papierowych ulotek.

Czy promowanie zdrowego stylu życia przez znanych sportowców, aktorów, celebrytów, blogerów to dobry pomysł? Czyli przez pięknych, młodych i bogatych... Z drugiej strony, co może sobie myśleć ten statystyczny Polak: „nie jestem ani młody, ani bogaty... To nie dla mnie!”.

To obecnie bardzo popularny trend, aby w edukację angażować osoby znane i popularne – niekoniecznie związane ze światem medycyny czy zdrowia. Taki model edukowania ma na pewno sens, jednak chciałbym zwrócić uwagę na jego akcyjność – zwykle chodzi o czasową aktywność w mediach. Jedną z największych bolączek edukacji zdrowotnej w Polsce jest właśnie jej akcyjność i rozproszenie. Kampanie z udziałem znanych osób powinny być uzupełnieniem dla stabilnej, ugruntowanej edukacji zdrowotnej od najmłodszych lat, opartej o dowody naukowe – o czym wspominałem wcześniej.

„Twoje zdrowie w Twoich rękach” – to często używane przez lekarzy sformułowanie kierowane do pacjentów. Czy warto je powtarzać?

Uważam, że tak i warto jest uświadamiać, że nasze zdrowie w największej mierze zależy od nas samych – od tego jaki styl życia prowadzimy. System opieki zdrowotnej, lekarze, leki itd. znajdują się na dalszym planie. Pierwsi jesteśmy my sami, jeśli sami nie będziemy chcieli zadbać o swoją aktywność fizyczną, dietę, czy prawidłową masę ciała, nikt inny za nas tego nie zrobi.

Ilu z 12 sposobów na zdrowe życie Pan prywatnie przestrzega i czy z którymś ma Pan szczególny problem?

Staram przestrzegać się wszystkich, które mnie dotyczą – wykonywanie badań przesiewowych jest jeszcze przede mną, natomiast m.in. szczepienie przeciwko WZW B już za mną. Jedno z moich ulubionych zaleceń dotyczy aktywności fizycznej – lubię być w ruchu, realizacja tej rekomendacji leży więc w mojej naturze. Największy problem sprawia mi utrzymanie regularności posiłków, a także ograniczanie cukru, jednak drobnymi krokami – drogą ewolucji, a nie rewolucji – również i tutaj zaczynam odnosić sukcesy. W przypadku zdrowego stylu życia istotnym jest budowanie nawyków, które stają się naszą zdrową codziennością.

Bardzo zachęcam do zajrzenia na stronę 12 sposobów na zdrowie – www.12sposobnazdrowie.pl gdzie można zapoznać się ze wszystkimi dwunastoma rekomendacjami Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem.

Bardzo dziękuję za rozmowę!

W ramach programu #ZdrowieDlaPłocka do dyspozycji naszych czytelników są dwie infolinie telefoniczne:

- onkologiczna (22) 546 33 77,
- pulmonologiczna (22) 431 23 50.

Więcej o programie PKN ORLEN i jednostek medycznych #ZdrowieDlaPłocka można dowiedzieć się na stronie www.zdrowiedlaplocka.pib-nio.pl.

Oprac. (jb)

W 77. rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego

Harcerski apel, kwiaty i wspólne śpiewanie

1 sierpnia o godz. 17.00 w Płocku zawyły syreny. To znak pamięci o uczestnikach Powstania Warszawskiego, żołnierzach i cywilach. Przed 77 laty w stolicy o tej właśnie godzinie rozpoczęły się trwające 63 dni walki o wolność.

Obchody 77. rocznicy wybuchu Powstania Warszawskiego w Płocku zaczęły się na wodzie. Wisłą przepłynęły motorówki i żaglówki z biało-czerwonymi flagami. Na moło i Wzgórzu Tumskim obserwowali je liczni przechodnie. Powstańcze kotwice – znak Polski Walczącej – pojawiały się także w kolumnie motocyklowej.

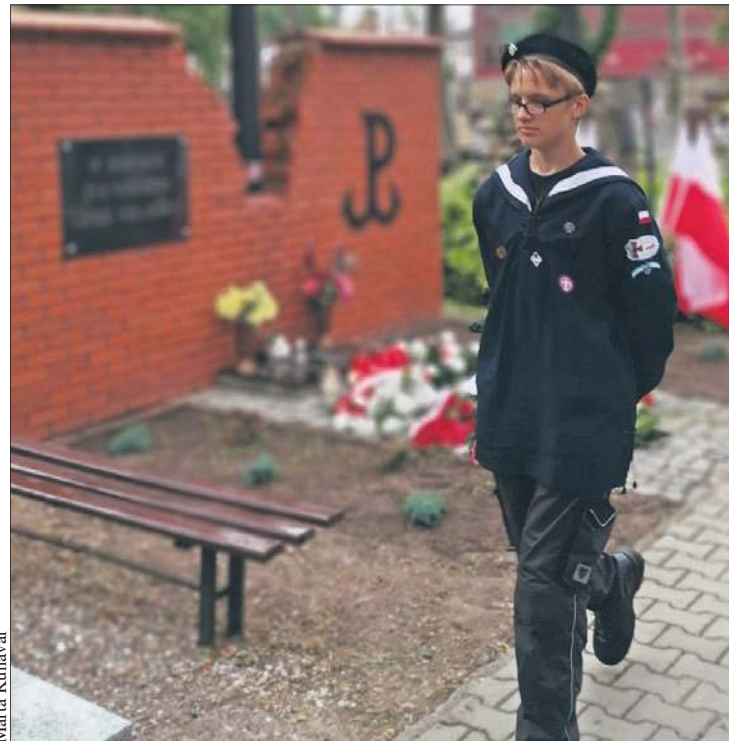
O 17.00 na zabytkowym cmentarzu przed pomnikiem Armii Krajowej

hold tym, którzy zginęli za ojczyznę. Spotykamy się tutaj, by patrząc na powstańców warszawskich, mieć świadomość, że są rzeczy cenniejsze od wygodnego, dostatniego życia. To wolność ojczyzny – powiedział prezydent Płocka Andrzej Nowakowski.

Zgromadzeni na apelu harcerze przypomnieli fragmenty wierszy powstańców. W rozkazie specjalnym Komendanta Hufca ZHP Płock podkreślono, że obchody to wyraz szacunku i hołdu dla powstańców, którzy dokonali wielkiego czynu swojego życia. *- Jesteśmy zobowiązani do kultywowania pamięci o tych, którzy służyli ojczyźnie, o której honor i niepodległość, tradycje i kulturę walczyli, a którą my otrzymaliśmy w spadku jako bezcenną wartość kolejnego pokolenia. My też jesteśmy kamieniami rzuconymi na szaniec.*

która w 1940 roku stała się częścią Narodowej Organizacji Wojskowej. Był współorganizatorem Samodzielnego Batalionu Płockiego NOW. Latem 1941 roku wraz ze swoim batalionem wszedł w skład Związku Walki Zbrojnej. W grudniu 1943 roku został ostatnim Komendantem obwodu płockiego AK. W 1948 roku aresztowany, skazany na karę śmierci, później na dożywotnie więzienie. Po amnestii założył gospodarstwo ogrodnicze w Boryszewie. Jego żona Irena była łączniczką. Prowadziła nasłuch radiowy, kolportowała przesyłane z Warszawy gazety.

Tablica nagrobna Ryszarda Sosnowskiego, ps. „Lassota”, informuje że był więźniem obozu koncentracyjnego Flossenbürg. W konspiracji działał od marca 1940 roku. Walczył na Pradze.



Harcerze Hufca ZHP Płock im. Obrońców Płocka 1920 pamiętali o swoich kolegach z Szarych Szeregów, którzy walczyli w Powstaniu Warszawskim

Po powstaniu dostał się do niewoli. Był jeńcem Stalagu 344 Lamsdorf, później Mühlberg.

O przywrócenie pamięci żołnierzom Armii Krajowej zabiegał w Płocku przewodniczący Porozumienia Organizacji Kombatanckich Marek Gajewski, żołnierz Zgrupowania Kampinos. Urodził się 22 lutego 1926 roku w Modlinie. Brał udział w natarciu na Sieraków, w bitwie pod Jaktorowem i Zosinami Budami. W Płocku zamieszkał w 1985 roku. Był pomysłodawcą Ogólnopolskiego Konkursu Historycznego „Losy żołnierza i dzieje oręża polskiego”. W rozmowie z „Tygodnikiem Płockim” wspominał: *- Przez pewien czas byłem w kompanii rzutowej. To jeden z najbardziej romantycznych okresów mojej służby. Z wieczora chciało się słyszeć u radiowców, co nadaje Londyn. Audycje kończyły się hasłem informującym o mających nastąpić rzutach. Hasło bardzo nas mobilizowało. Jeśli melodia kończyła się np. frazą „Wojenko, wojenka” to znaczyło, że w rejonie będą dokonywać z rzutów.*

Każdego roku płocczanie pamiętają o ostatniej mieszkającej w Płocku uczestniczce Powstania Warszawskiego, major Katarzynie Nowakowskiej, ps. „Kasia”. Sanitariuszka 3. Batalionu Pancernego AK „Golski” I Obwodu „Śródmieście”, straciła nogę w czasie walk o Politechnikę. Po kapitulacji została wywieziona do obozu jenieckiego

w Zeithain. Odznaczona Krzyżem Walecznych, w 2020 roku otrzymała Krzyż Komandorski Orderu Odrodzenia Polski za wybitne zasługi dla niepodległości RP i pielęgnowanie pamięci o najnowszej historii Polski.

Upamiętniająca płocczan – uczestników Powstania Warszawskiego tablica znajduje się w kościele św. Dominika na Górkach. Ufundował ją Związek Żołnierzy Armii Krajowej „Mazowsze”. Umieszczono tam napis: „Tym, którzy odeszli – pozostali przy życiu. Gloria Victis”, oryginalny emblemat powstańczego orzełka, współczesny medalion z figurą Chrystusa z kościoła św. Krzyża na Krakowskim Przedmieściu oraz Małego Powstańca – kopię z warszawskiego Pomnika Małego Powstańca. Armia Krajowa patronuje Szkole Podstawowej nr 23 na płockich Podolszczykach.

Obchody 77. rocznicy Powstania Warszawskiego zakończyły się na Starym Rynku. We wspólnym śpiewaniu pieśni patriotycznych wzięli udział Chór Pueri et Puellae Cantores Plocenses pod dyrekcją Anny Bramskiej oraz harcerze z HZPiT „Dzieci Płocka”. Usłyszeliśmy m.in. „Pałac Michla”, „Serce w plecaku”, „Deszcz, jesienny deszcz”, „Chłopcy silni jak stal”. Połączone siły obu zespołów i zgromadzona w pobliżu laweczki druha Wacława Milke publiczność wykonali także popularne „Polskie Kwiaty” z repertuaru „Dzieci Płocka”.

Marta Kunavar



Godzina „W” przed pomnikiem Żołnierzy Armii Krajowej na cmentarzu zabytkowym przy Al. Kobylińskiego

wej odbył się harcerski apel. Kwiaty złożyli posłanka Elżbieta Gapińska, senator Marek Martynowski, poseł Arkadiusz Iwaniak, przedstawiciel Związku Kombatanckich Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych w Płocku Edward Janowski, harcerze z Hufca ZHP Płock im. Obrońców Płocka 1920, przedstawiciele Stowarzyszenia Historycznego im. 11 Grupy Operacyjnej NSZ.

- Spotykamy się tutaj, jak co roku, w godzinę „W”, choć powstanie było warszawskie. Spotykamy się, choć już tylko nieliczni powstańcy żyją. W Płocku tylko jedna osoba: Katarzyna Nowakowska, sanitariuszka „Kasia”. Spotykamy się, żeby powiedzieć, że pamiętamy, żeby oddać

Zabrzmiął hymn Szarych Szeregów autorstwa harcerza Tomasza Jaźwińskiego, który zginął zamordowany przez Niemców.

Płoccy powstańcy

Obok pomnika Armii Krajowej spoczywają uczestnicy Powstania Warszawskiego i żołnierze AK. Tu znajdują się groby Ireny Kordy-Nowakowej i Jana Nowaka, autorów nieprzecenionego opracowania „Z dziejów Armii Krajowej w inspektoracie płocko-sierpeckim”. Jan Nowak w wojnie 1939 roku walczył w 18 Pułku Ułanów. Należał do grona organizatorów organizacji konspiracyjnej „Walka”,

Hanna Zielińska, sanitariuszka w rejonie „Żyrafy” i szpitalu polowym II Obwodu AK, walczyła na Żoliborzu. Po przyjeździe do Płocka pracowała w „Petrochemii”.

Na innych płockich cmentarzach są pochowani: Anna Kozielska-Bąkowska (sanitariuszka w IV Zgrupowaniu „Gurt”), Leon Bąkowski – zastępca dowódcy plutonu Zgrupowania Gurt (później znany płocki adwokat), Sabina Gąsiorowska – sanitariuszka i łączniczka na Woli (w Płocku prowadziła po wojnie pracownię kapeluszy). Tadeusz Paczkowski, ps. „Czeremosz” był w służbie obserwacyjno-alarmowej oraz łączności 2. Harcerskiej Baterii Artylerii Przeciwlotniczej „Żbik”.



Na Starym Rynku zabrzmiały piosenki śpiewane w Warszawie w 1944 roku



Hold powstańcom oddają przedstawiciele Stowarzyszenia Historycznego im. 11 Grupy Operacyjnej NSZ

W Gostyninie i powiecie gostyńskim

Szczepienia przeciw COVID-19

W roku 2020 i 2021 sytuację w Gostyninie i powiecie gostyńskim zdominowała pandemia zachorowań, spowodowana zakażeniem koronawirusem SARS-CoV-2. Wielu mieszkańców miasta, chcąc uchronić siebie i swoich najbliższych przed zakażeniem dobrowolnie podjęło decyzję o bezpłatnym zaszczepieniu się. Władze miasta i powiatu mają nadzieję, że jesienią, po powrocie z urlopów, mieszkańcy regionu skorzystają z możliwości szczepień, które są kontynuowane.

zarejestrowano w powiecie gostyńskim 1 225 przypadków zakażeń koronawirusem, 393 osoby hospitalizowano, kwarantanną objęto 3 655 osób, a nadzorem epidemiologicznym 1 161 osób. Od stycznia do początku czerwca zarejestrowano w powiecie gostyńskim 890 przypadków zakażeń koronawirusem, a 186 osób hospitalizowano.

W Gostyninie i okolicach akcja szczepień przeciw zakażeniu się COVID-19 ruszyła w styczniu. Mieszkańcom miasta pomoc w dotarciu do stacjonarnych punktów szczepień w mieście przy ul. Wojska Polskiego (Medicus) oraz w okolicy (Józefów, Lucień, Sokołów, Gorzewo) zaoferował Urząd Miasta Gostynina. Decyzją burmistrza Pawła Ka-

sto skorzystało ponad 320 osób. Dózw na szczepienia organizowany był także w powiecie gostyńskim, koordynowały go gminy, którym zależało na bezpieczeństwie zdrowotnym swoich mieszkańców.

Grupą, która przyjęła wcześniej szczepienia, były służby mundurowe. W dniach 27-28 marca w wydzielonym punkcie szczepień w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Płocku zaszczepiono funkcjonariuszy Komendy Powiatowej Policji, Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Gostyninie oraz drużyn Ochotniczych Straży Pożarnych z terenu powiatu gostyńskiego.

W hali sportowej przy ul. Kutnowskiej 7 dnia 12 czerwca, wspólnie z Neuca Med Sp. z o.o. Świat Zdrowia, utworzono powszechny punkt szczepień. Punkt czynny jest w soboty. Mieszkańcy, po wcześniejszym zarejestrowaniu i umówieniu wizyty, szczepią się w punkcie preparatem BioNTech firmy Pfizer. Akcja szczepień przebiega sprawnie, rośnie liczba zaszczepionych. Placówka okazała się bardzo potrzebna, tym bardziej, że ruszyła rejestracja i wydawanie skierowań na szczepienia dla młodzieży po ukończonym 16. roku życia.

Zanim na dobre w naszym kraju, Gostyninie i powiecie gostyńskim zadomowi się wariant Delta, warto przypomnieć, że rejestracja na szczepienia trwa nadal i odbywa się na trzy sposoby: całodobowa i bezpłatna infolinia 989 – do rejestracji wystarczy numer PESEL oraz numer telefonu komórkowego; internet – za pośrednictwem Internetowego Konta Pacjenta, na stronie www.pacjent.gov.pl – aby skorzystać z e-Rejestracji, trzeba mieć Profil Zaufany; wybrany punkt szczepień. Ponadto działa specjalna bezpłatna i całodobowa infolinia: 989. Infolinia ta przeznaczona jest dla obywateli, którzy chcą dowiedzieć się więcej na temat szczepień przeciwko COVID-19.

Na Mazowszu do końca czerwca wykonywanych było średnio około 60 tys. szczepień dziennie w punktach szczepień populacyjnych, których jest ponad 970, a także w punktach powszechnych.

(eg)

Zmiana dyrektora w Sanepidzie

Ejchel po Wróblewskiej

Małgorzata Ejchel została nowym dyrektorem Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gostyninie. Nominację wręczył starosta Arkadiusz Boruszewski. – Stacja ma dawać mieszkańcom poczucie bezpieczeństwa – stwierdził gospodarz powiatu.

w Gostyninie będzie się nadal efektywnie rozwijać dla obopólnej korzyści – podkreślił starosta. Ponadto życzył Małgorzacie Ejchel satysfakcji z wykonywanej pracy oraz wytrwałości.

Dyrektor Małgorzata Ejchel podziękowała staroście za zaufanie i zadeklarowała kontynuowanie prac na rzecz zapewnienia bezpieczeństwa sanitarnego w regionie.

Obszar działania Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicz-



Dyrektor Małgorzata Ejchel i starosta Arkadiusz Boruszewski

Małgorzata Ejchel zastąpiła na stanowisku Marię Wróblewską, która z dniem 27 lipca przeszła na emeryturę. – Składam wyrazy wdzięczności za wieloletnią troskę o zdrowie publiczne oraz za pełną poświęcenia i oddania służbę na rzecz bezpieczeństwa sanitarno-epidemicznego mieszkańców powiatu gostyńskiego, szczególnie w tym ostatnim, niezwykle ciężkim roku pandemii. Pragnę wyrazić swoje uznanie i podziękować za staranność i sumienność w realizacji powierzonych obowiązków służbowych. Składam najserdeczniejsze życzenia, aby nowy okres w pani życiu, był czasem odpoczynku i rozwijania własnych zainteresowań – podziękował wieloletniej dyrektorki starosta gostyński Arkadiusz Boruszewski.

Jednocześnie pogratulował objęcia stanowiska dyrektorki Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Gostyninie - Małgorzacie Ejchel, dotychczasowej wieloletniej pracownicy tej instytucji. Gratulując awansu, zarazem przekazał wyrazy uznania dla wiedzy i kompetencji nowej dyrektorki. – Jestem przekonany, że pod pani kierownictwem Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gostyninie będzie funkcjonowała na najwyższym poziomie, dając mieszkańcom poczucie bezpieczeństwa. Wierzę również, że wieloletnia owocna współpraca pomiędzy powiatem gostyńskim, a PSSE

nej w Gostyninie obejmuje powiat gostyński: gminę miasto Gostynin, gminę Gostynin, gminę Szczawin Kościelny, gminę Pacyna i gminę Sanniki.

Przypomnijmy, że Państwowa Inspekcja Sanitarna (PIS, zwyczajowa nazwa, to Sanepid) jest wyspecjalizowaną instytucją, wykonującą zadania z zakresu zdrowia publicznego; sprawuje kontrolę i nadzór nad warunkami higieny w różnych dziedzinach życia. Inspekcja gromadzi również m.in. dane epidemiologiczne dotyczące niektórych chorób oraz wydaje decyzje m.in. w zakresie chorób zawodowych.

Państwowa Inspekcja Sanitarna, zgodnie z ustawą z dnia 14 marca 1985 r. sprawuje nadzór nad warunkami: higieny środowiska, higieny pracy w zakładach pracy, higieny radiacyjnej, higieny procesów nauczania i wychowania, higieny wypoczynku i rekreacji, zdrowotnymi żywności, żywienia i przedmiotów użytku, higieniczno-sanitarnymi, jakie powinien spełniać personel medyczny, sprzęt oraz pomieszczenia, w których są udzielane świadczenia zdrowotne - w celu ochrony zdrowia ludzkiego przed niekorzystnym wpływem szkodliwości i uciążliwości środowiskowych, zapobiegania powstawaniu chorób, w tym chorób zakaźnych i zawodowych. Sanepid to instytucja, której wciąż przybywa zadań.

(eg)



Gostyńscy strażacy zaszczepili się już w marcu br.

Pierwsze zachorowanie na COVID-19 mieszkańca powiatu gostyńskiego zanotowano 30 marca 2020 r. (w Polsce 4 marca 2020 r., w województwie mazowieckim 8 marca). W roku 2020

linowskiego samochodu osobowe urzędu systematycznie, od połowy stycznia br., dowoziły mieszkańców na szczepienia do placówek medycznych. Do końca czerwca br. z transportu oferowanego przez mia-

Przy Kutnowskiej i Broniewskiego

MTBS buduje kolejne bloki

Trzy nowe bloki mieszkalne wielorodzinne wraz z infrastrukturą buduje Miejskie Towarzystwo Budownictwa Społecznego Sp. z o.o. w Gostyninie. Ma w nich powstać 90 lokali mieszkalnych.

Miejskie Towarzystwo Budownictwa Społecznego w Gostyninie Sp. z o.o. buduje trzy nowe budynki mieszkalne wielorodzinne wraz z niezbędną infrastrukturą: utwardzeniem terenu, miejscami postojowymi, placem zabaw, instalacjami kanalizacji deszczowej, sanitarnej, elektrycznej oraz przyłączami: wodociągowymi, kanalizacji deszczowej i sanitarnej.

Inwestycja powstanie przy ul. Kutnowskiej i Broniewskiego. MTBS jest deweloperem w systemie na własność z udziałem w gruncie. W skład inwestycji wejdą trzy budynki mieszkalne wielorodzinne, 90 lokali mieszkalnych na własność z udziałem w gruncie, lokale mieszkalne o powierzchni od 33 m2 do 76 m2. Do każdego lokalu należy duży balkon i komórka lokatorska,

ponadto powstanie 16 miejsc postojowych w budynku na kondygnacji podziemnej. Budynek wyposażony będzie w windy osobowe. Wykonanie prac podzielone zostało na trzy etapy.

W ramach zadania wybudowanych zostanie 135 miejsc postojowych – 48 stanowisk na kondygnacji podziemnej budynków oraz 87 miejsc postojowych naziemnych (w tym 4 miejsca dla osób niepełnosprawnych) oraz cała niezbędna infrastruktura, w tym plac zabaw oraz obiekty małej architektury.

MTBS podjęło odpowiednio procedury: opracowano koncepcję programowo-przestrzenną, uzyskano warunki zabudowy dla trzech budynków, pozyskano warunki przyłączy od dostawców mediów, podpisano stosowne umowy na budowę przyłączy, opracowano projekt budowlany inwestycji oraz złożono wniosek do Starostwa Powiatowego o wydanie decyzji o zatwierdzeniu projektu i uzyskaniu pozwolenia na budowę.

Osoby zainteresowane nabyciem lokali mieszkalnych na własność mogą kontaktować się z działem in-

westycji w siedzibie spółki przy ul. Bierzewickiej 14 w godz. 7.00-15.00 lub telefonicznie pod numerem (24) 235-35-72. Szczegółowe informacje o ofercie mieszkaniowej dostępne są na stronie internetowej spółki pod adresem: www.mtbsgostynin.pl.

Miejskie Towarzystwo Budownictwa Społecznego Sp. z o.o. w Gostyninie powstało 19 sierpnia 1998 r. Jej założycielem była gmina miasta Gostynina, która wniosła do spółki kapitał w wysokości 5.000 zł i objęła udziały: 100 udziałów po 50 zł każdy. Celem powołania spółki było utworzenie podmiotu, który wraz z gminą miasta Gostynina prowadzi działalność w zakresie gospodarki mieszkaniowej na terenie miasta.

W planach spółki przyjęto, że zajęcie się ona budowaniem mieszkań z przeznaczeniem do oddania w najem mieszkańcom miasta, a także zarządzaniem i obsługą nieruchomości mieszkalnych stanowiących własność miasta oddanych w najem lokatorom oraz nieruchomości komunalnych o innym przeznaczeniu niż cele mieszkaniowe.

(eg)

Dobre wieści z sierpeckiego skansenu

Zabytkowy Ratusz będzie remontowany

Już w przyszłym roku mieszkańcy Sierpca i turyści odwiedzający miasto będą mieli okazję zajrzeć do zupełnie odmienionego, zabytkowego Ratusza. Na prace renowacyjne XIX-wiecznego budynku Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu otrzymało ze środków unijnych i samorządu województwa mazowieckiego 817 tysięcy dofinansowania. Koszt całej inwestycji, to kwota prawie 4 mln zł.

O potrzebie zmiany i modernizacji wizytówki miasta mówiono już od wielu lat. Dzięki dofinansowaniu samorządu województwa mazowieckiego udało się zrealizować plan. Zgodnie z ustaleniami, w podpisanej 28 lipca umowie, prace mają być zakończone w 2022 roku. Umowę w tej sprawie podpisali wicemarszałek Wiesław Raboszuk oraz Jan Rzeszotarski dyrektor muzeum.

Warto dodać, że w bieżącym roku Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu obchodzi jubileusz 50-lecia istnienia. I to właśnie znajdujący się w centrum miasta klasycystyczny Ratusz był pierwszą siedzibą instytucji. – Przez lata tętniło tu życie kulturalne. Prezentowano wystawy czasowe poświęcone kulturze, sztuce i obyczajowości regionu oraz narodów całego świata. Organizowano spotkania autorskie z twórcami związanymi z Sierpcem, prelekcje, warsztaty i zajęcia edukacyjne dla dzieci, młodzieży i dorosłych. By sprostać różnicowanym potrzebom odbiorców i zapewnić jak najlepsze warunki

ekspozycyjne obiekt wymaga jednak gruntownych prac renowacyjnych i adaptacyjnych. Dzięki wsparciu funduszy europejskich i Samorządu Województwa Mazowieckiego projekt może wreszcie ruszyć – mówi Jarosław Asztemborski z Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu.

zycji, stąd też tematyka wystaw musiała zostać okrojona. – Dofinansowanie uzyskane ze środków unijnych oraz budżetu Samorządu Województwa Mazowieckiego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego na lata 2014–2020 pozwoli na rozpo-



W środę, 28 lipca w MWM w Sierpcu podpisano umowę na dofinansowanie remontu zabytkowego Ratusza. Kwota dofinansowania wynosi 817 tys. zł

Dzięki wprowadzonym rozwiązaniom i renowacji budynku poszerzona zostanie oferta i zakres tematyczny przedsięwzięć realizowanych w ratuszu. Już teraz planowane są cykle spotkań związanych z historią miasta i regionu, tradycją, ekologią, jak również kolejne, jeszcze bardziej angażujące wystawy i zajęcia edukacyjne skierowane do odbiorców w każdym wieku. Zakończenie projektu planowane jest na rok 2022.

Jak podkreślano podczas podpisywania umowy, dotychczas realizowane w ratuszu przedsięwzięcia dostosowane były do ograniczonych możliwości lokalowych budynku. Nie zawsze też możliwe było zapewnienie odpowiednich warunków dla ekspozycji

realizacji projektu pod nazwą „Wzrost regionalnego potencjału turystycznego poprzez modernizację i adaptację na cele kulturalno-edukacyjne zabytkowego budynku ratusza w Sierpcu” – przedstawia zakres prac Jarosław Asztemborski.

Co się zmieni? Między innymi przywrócony będzie pierwotny układ wnętrza oraz odtworzone zostaną charakterystyczne pomieszczenia ratusza. Prace pozwolą na stworzenie przestrzeni edukacyjnych odpowiadających na zróżnicowane potrzeby odbiorców i udostępnienie przestrzeni zabytkowych dla osób z niepełnosprawnościami. Zmodernizowana zostanie przestrzeń wystawiennicza w taki sposób, by

zapewnić muzealnym optymalne warunki ekspozycji. Powstaną także nowe sale wystawiennicze. Całość prac zapewni prezentowanie jeszcze ciekawszych ofert kulturalno-edukacyjnych mieszkańcom i turystom.

Przedstawiciele obu stron mówią o zakresie prac podkreślali, że dzięki ich realizacji zarówno starsi, jak i młodszy mieszkańcy zyskają łatwiejszy dostęp do wiedzy o historii, warunkach społecznych, gospodarczych i zwyczajach poprzednich pokoleń.

Kompleksową modernizacją i adaptacją obiektu na cele kulturalno-edukacyjne zajmie się Muzeum Wsi Mazowieckiej. Zaplanowane prace zakładają przywrócenie pierwotnego układu wnętrza XIX-wiecznej siedziby władz miejskich, a także odtworzenie

pomieszczeń. Miejsce to stanie się przestrzenią do organizacji wystaw, wykładów, spotkań, czy zajęć związanych z historią Mazowsza. W budynku powstanie sala edukacyjna wyposażona w ekran multimedialny, monitory dotykowe, a także profesjonalne nagłośnienie. Obiekt zostanie także dostosowany do wymagań konserwatorskich stawianych w przypadku wypożyczania wystaw. Nowoczesna instalacja klimatyzacyjna pozwoli na zapewnienie stałej temperatury i wilgotności pomieszczeń, aby chronić cenne eksponaty. Odpowiednie oświetlenie ułatwi z kolei oglądanie prezentowanych dzieł. **rad**

Spacerkiem po gminach

Bielsk

Gmina otrzymała dofinansowanie w ramach unijnego projektu realizowanego przez samorząd województwa mazowieckiego. Dzięki wsparciu Szkoła Podstawowa w Zespole Szkół nr 2 w Ciachcinie Nowym zostanie wyposażona w sprzęt oraz oprogramowanie niezbędne do pracy zdalnej.

Bodzanów

Szkoła Podstawowa im. kpr. Feliksa Ignacego Grabowskiego w Bodzanowie zostanie wyposażona w sprzęt oraz oprogramowanie niezbędne do pracy zdalnej. Wszystko dzięki dofinansowaniu, jakie gmina otrzymała w ramach unijnego projektu realizowanego przez samorząd województwa mazowieckiego.

Brdzeń Duży

Strażacy z OSP Siecień mogą już korzystać z nowo wybudowanej strażnicy. Niedawno obiekt został oficjalnie otwarty, a symboliczną wstęgę przeciął m.in. Marszałek województwa Adam Struzik. Nowa strażnica ma służyć nie tylko strażakom, ale także wszystkim mieszkańcom.

Bulkowo

Wójt ogłosił drugi przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż czterech nieruchomości gruntowych stanowiących własność gminy Bulkowo. Warunkiem wzięcia udziału w przetargu jest wpłacenie wadium najpóźniej do 27 sierpnia na rachunek bankowy Urzędu Gminy.

Drobin

19 sierpnia w godz. 9.00-13.00 w Urzędzie Miasta i Gminy pracownik ZUS będzie przyjmował w ramach Mobilnego Punktu Wsparcia. W punkcie będzie można m.in. założyć profil PUE oraz wypełnić elektronicznie wnioski 300+. We wszystkim tym pomoże obecny na miejscu doradca.

Gąbin

W Miejsko-Gminnej Bibliotece Publicznej w Gąbinie odbył się wernisaż poświęcony pracom ceramicznym. Swoje prace prezentowali lokalni artyści oraz członkowie stowarzyszenia Gąbin na Żądanie. Prace ceramiczne powstały dzięki zaangażowaniu lokalnych artystów, działających w projekcie „W Gąbinie Garnki Lepią”. Projekt został dofinansowany przez Lokalną Grupę Aktywni Razem.

Gostynin

Michał Pawłowski oraz Wiktor Sobiecki - 13-letni sportowcy z Uczniowskiego Klubu Sportowego Zwolęń-Team zostali powołani do reprezentacji Polski oraz na międzynarodowe zawody Cadet Challenge w Ostendzie (BELGIA) w jeździe szybkiej na rolkach. Chłopcy znaleźli się na liście powołanych przez Polski Związek Sportów Wrotkarskich wraz z 6 innymi zawodnikami i zawodniczkami czołowych klubów naszego kraju.

Gozdowo

Gmina rozpoczęła przygotowania do budowy sieci kanalizacji sanitarnej w Gozdowie (ul. Sosnowa, Polna, K. Gozdawy). Trwa postępowanie administracyjne do wydania decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji.

Nowy zastępca komendanta i awanse

Zmiany w sierpeckiej Policji

Sierpczaninowi nadkomisarzowi Marcinowi Ostrowskiemu powierzono funkcję I zastępcy komendanta Komendy Powiatowej Policji w Sierpcu. Na stanowisku tym zastąpił młodszego inspektora Zbigniewa Czachorowskiego. Uroczyste powierzenie obowiązków odbywało się podczas obchodów Święta Policji, w trakcie których wyróżniający się policjanci otrzymali awanse i wyróżnienia.

Podczas uroczystego zdania obowiązków Komendant Powiatowej Policji w Sierpcu młodszy insp. Jarosław Ciarka, przekazał Zbigniewowi Czachorowskiemu podziękowania za dotychczasową współpracę na rzecz sierpeckiej komendy.

Dotychczasowy I zastępca komendanta Policji na tym stanowisku pracował od stycznia 2019 roku. Za swoją pracę otrzymał odznaczenia państwowe i resortowe. W 2012 roku, postanowieniem Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej otrzymał srebrny medal „Za długoletnią służbę”, a w 2019 roku srebrną odznakę „Zasłużony Policjant”. Obecnie, decyzją Kierow-

nictwa Garnizonu Mazowieckiego, mł. insp. Zbigniew Czachorowski, rozpoczął pracę na stanowisku Komendanta Powiatowej Policji w Żurominie. Ze służbami mundurowymi związany jest od prawie 30 lat. Od początku pracy zawodowej związany był z sierpecką

komendą Policji, gdzie pracował między innymi jako dzielnicowy, asystent dochodzeniowo-śledczy, naczelnik Wydziału Ruchu Drogowego. Pracował także na stanowisku komendanta Komisariatu Policji w Mochowie.



Starostwo Powiatowe Sierpc

Awanse i wyróżnienia

Podczas tegorocznych obchodów Święta Policji w sierpeckiej komendzie Policji awanse i wyróżnienia otrzymało 23 policjantów. Rozkazem Komendanta Wojewódzkiego Policji z siedzibą w Radomiu przyznano je dla 13 policjantów w korpusie aspirantów i 10 policjantów w korpusie podoficerów Policji. Awans na wyższy stopień służbowy otrzymał jeden policjant w korpusie szeregowych Policji.

Słowa podziękowania oraz listy gratulacyjne i nagrody dla wyróżniających się policjantów przekazali również przedstawiciele władz samorządowych powiatu sierpeckiego: starosta sierpecki Andrzej Cześnik i wicestarosta powiatu sierpeckiego Sławomir Olejnik. – *Przekazując wyrazy szacunku w imieniu własnym, jak i całego zarządu i Rady Powiatu, pragnę życzyć państwu wytrwałości, satysfakcji i zadowolenia z pełnionej służby. Niech osiągnięte sukcesy zawodowe staną się bodźcem do dalszej pracy oraz w dalszym ciągu umacnianie etos policjanta* – mówił podczas uroczystego spotkania Starosta Sierpecki Andrzej Cześnik.

Podczas uroczystego apelu powitano nowego kapelana sierpeckich policjantów księdza proboszcza Dariusza Multona, który decyzją Księdza Biskupa Piotra Libery, z dniem 1 czerwca 2021 roku został mianowany kapelanem Komendy Powiatowej Policji w Sierpcu.

Źródło: mazowiecka.policja.gov.pl **rad**

Spacerkiem po gminach

Kutno

Prezydent miasta poinformował o ponownym wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru położonego w Kutnie przy ulicy Oporowskiej, Zacisze i drodze krajowej nr 60 wraz z prognozą oddziaływania na środowisko. Od 9 sierpnia do 8 września z dokumentami będzie można zapoznać się w siedzibie UM (p. nr 404 – II piętro w godzinach od 8.00 do 14.00).

Łąck

W nadleśnictwie Łąck został wprowadzony okresowy zakaz wstępu do lasu z powodu uszkodzenia drzewostanów przez silny wiatr. Leśnicy apelują o zachowanie ostrożności i nie wchodzenie do uszkodzonego przez wiatr lasu. Wiele drzew jest niebezpiecznie pochylonych, a w koronach innych tkwią połamane gałęzie i konary, które w każdej chwili mogą spaść na ziemię.

Mała Wieś

Na boisku sportowym im. Rafała Kozickiego w Małej Wsi odbyły się rozgrywki V Turnieju Piłki Plażowej o puchar Wójta Gminy Mała Wieś. Organizatorem zawodów było GCK MultiOsada. W turnieju udział wzięło 5 drużyn. Pierwsze miejsce w rywalizacji wywalczył UKS Grot Mała Wieś.

Mochowo

Do 30 września zaplanowana jest realizacja prac przy przebudowie drogi gminnej w miejscowości Gozdy. Jest to II etap prac. Inwestycja zaplanowana jest na odcinku o długości 0,603 km.

Nowy Duninów

300 ton budulca trafiło na drogi gminne w Nowym Duninowie, Soczewce, Lipiankach i Dzierżynie. Po ostatniej ulewie zostanie naprawiona m.in. droga dojazdowa do powstającego ryneczku (zakup przepustu i naprawa nawierzchni).

Pacyna

Gmina otrzymała dofinansowanie w ramach unijnego projektu realizowanego przez samorząd województwa mazowieckiego. Dzięki wsparciu Szkoła Podstawowa im. J. Kusocińskiego w Pacynie zostanie wyposażona w sprzęt oraz oprogramowanie niezbędne do pracy zdalnej.

Radzanowo

We wtorek, 10 sierpnia w Rogozinie przy NZOZ „Lancet” będzie można wykonać mammografię. Rejestracja na badanie prowadzona jest pod nr. tel. 42 254 64 10/517 544 004.

Rościszewo

Zabytkowy, osiemnastowieczny dwór w Rościszewie czekają prace renowacyjne. Odnawiane będą tynki i okładziny architektoniczne z uwzględnieniem kolorystyki. Prace będą realizowane do początku września.

Sanniki

5 sierpnia w godz. 9.00-13.00 w Miejsko-Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej pracownik ZUS będzie przyjmował w ramach Mobilnego Punktu Wsparcia. W punkcie będzie można m.in. założyć profil PUE oraz wypełnić elektronicznie wnioski 300+. We wszystkim tym pomoże obecny na miejscu doradca.

Sierpc

Zaplanowana jest przebudowa kilku dróg gminnych. Inwestycje obejmują: przebudowę drogi gminnej w Rachocinie, drogi wewnętrznej w Studzieniu, drogi gminnej w Borkowie Kościelnym (ul. Ogrodowa) i przebudowę dróg gminnych i wewnętrznych w miejscowości Sulocin-Towarzystwo.

Powiat płocki inwestuje w drogi

W Radzanowie i Bodzanowie

W ostatnim czasie na terenie powiatu płockiego dzieje się wiele w kwestii inwestycji drogowych. Kilka dni temu do użytku oddano dwie zakończone inwestycje, które zostały zrealizowane na terenie gminy Radzanowo. Jednocześnie na terenie gminy Bodzanów rozpoczęto długo oczekiwaną modernizację drogi nr 2952W Wilczkowo – Bodzanów – Słupno.

Dwa wyremontowane odcinki o łącznej długości blisko 2 km zostały odebrane przez władze powiatu płockiego pod koniec lipca. O przebudowę tych dróg szczególnie mocno zabiegali radni powiatu reprezentujący gminę Radzanowo.

Dłuższy odcinek – prawie 1,4 km – to fragment drogi powiatowej nr 2937W Stróżewko–Rogozino. Wykonawcą przebudowy było Przedsiębiorstwo Wielobranżowe „RYDMAR” Ryszard Chłystek z Juliopola (gm. Młodzieszyn). W zakres zadania wchodziły m.in.: wyrównanie nawierzchni jezdni, przebrukowanie zjazdu z kostki betonowej, ścieście

poboczy i wykonanie ich nawierzchni. Całość inwestycji kosztowała ponad 335 tys. zł.

Drugi odcinek – o długości prawie 0,5 km – to fragment drogi powiatowej nr 2935W Rogozino–Blichowo–Bulkowo. Wykonawcą remontu było Przedsiębiorstwo Robót Drogowo-Budowlanych S.A. z Gostynina. W zakres tego zadania również wchodziły wyrównanie nawierzchni jezdni oraz ścieście i uzupełnienie poboczy i zjazdów. Całość zadania kosztowała prawie 122,5 tys. zł. Obie inwestycje nadzorował Zarząd Dróg Powiatowych w Płocku.



Starostwo Powiatowe w Płocku.

Pod koniec lipca na terenie gminy Radzanowo oddano do użytku dwie wyremontowane drogi

W uroczystym odbiorze uczestniczyli m.in.: starosta płocki Mariusz Bieniek, dyrektor Zarządu Dróg Powiatowych w Płocku Marcin Błaszczak, wójt gminy Radzanowo Sylwester Ziemiakiewicz oraz radni powiatu płockiego – Paweł Jakubowski (członek zarządu powiatu) oraz Paweł Tokarski (sekretarz Rady Powiatu).

Również pod koniec lipca rozpoczęto bardzo ważną inwestycję, realizowaną na terenie gminy Bodzanów. W środę, 28 lipca podpisano umowę na przebudowę i modernizację drogi powiatowej nr 2952W

Wilczkowo – Bodzanów – Słupno. Chodzi o blisko 3-kilometrowy odcinek w miejscowościach Bodzanów i Chodkowo.

Starosta płocki Mariusz Bieniek oraz dyrektor Zarządu Dróg Powiatowych w Płocku Marcin Błaszczak podpisali umowę z wykonawcą inwestycji, czyli Przedsiębiorstwem Robót Drogowo-Budowlanych S.A. z Gostynina. Spółkę reprezentował wiceprezes zarządu – zastępca dyrektora Dariusz Michalak. W wydarzeniu, które miało miejsce w Bodzanowie, wzięli również udział wójt Jerzy Stanisławski oraz członek zarządu powiatu i radny reprezentujący Paweł Bogiel.

Nikt nie ukrywał, że to ważna, oczekiwana przez mieszkańców inwestycja. Wyznaczony do remontu odcinek jest główną osią Bodzanowa, korzysta z niego bardzo wiele osób. W zakres zadania wejdą m.in. wyrównanie nawierzchni jezdni, uzupełnienie poboczy i zjazdów, wykonanie chodnika, wykonanie oznakowania poziomego i pionowego. Prace niebawem się rozpoczną, zgodnie z harmonogramem mają zakończyć się jesienią. Szacowany koszt inwestycji to prawie 2,4 mln zł.

Opr. (ek)

Dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg

Inwestycje, które poprawią bezpieczeństwo pieszych

Premier Mateusz Morawiecki zatwierdził listy zadań, w ramach których samorządy utworzą nowe przejścia dla pieszych lub podniosą poziom bezpieczeństwa na przejściach istniejących. Dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg w kwocie 44 621 472,00 zł przyznano na realizację 242 zadań. Wśród nich znalazły się inwestycje na drogach powiatowych i gminnych znajdujących się na terenie powiatu płockiego m.in. w gminach Gąbin i Stara Biała.

Zgodnie z zatwierdzonymi listami dofinansowania przyznano na realizację 242 zadań, z czego 138 to zadania powiatowe, a 104 gmin-

ne. Łączny koszt realizacji zadań objętych dofinansowaniem wynosi 58 367 771,34 zł, z czego aż 44 621 472,00 zł stanowi dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg. Z puli dofinansowania w wysokości 44 621 472,00 zł, przyznanej w ramach list dla samorządów z województwa mazowieckiego do regionu płockiego trafi łącznie 4 478 079,04 zł (z czego do gmin: 1 189 926,64 zł, a do powiatów: 3 288 152,40 zł).

W pierwszej kolejności dofinansowanie otrzymają zadania z list podstawowych. Wnioski znajdujące się na listach rezerwowych będą mogły uzyskać dofinansowanie pod warunkiem wystąpienia oszczędności w wysokości pozwalającej na ich sfinansowanie.

Wśród rekomendowanych do dofinansowania inwestycji drogowych poprawiających bezpieczeństwo pieszych na listach podstawowych zna-

lazło się 11 inwestycji drogowych, które zostaną zrealizowane na drogach należących do powiatu płockiego. Inwestycje zostaną zrealizowane na przejściach dla pieszych na ul. Mazowieckiej w Rogozinie (dofinansowanie 107 059,20zł), w Soczewce (dofinansowanie 129 445,20 zł), na ul. Jana Pawła II w Gąbinie (dofinansowanie 103 516,80 zł), w Nowych Krubicach (dofinansowanie 97 120 zł), w Sendeniu Dużym (111 241, 20 zł), Ciuckowie (158 079,60 zł), w Grabowcu (131 659,20 zł), na ul. A. Kordeckiego w Białej (141 991,20 zł) oraz na ul. Sierpeckiej w Bielsku (117 489,60 zł). Po dwa przejścia dla pieszych zostaną zmodernizowane w Miśszewku Strzałkowskim (150 945,60 zł) oraz Karwosiekach Cholewiczach (153 700, 80 zł).

Jeżeli chodzi o dofinansowanie inwestycji gminnych, to otrzymały je trzy gminy powiatu płockiego

oraz miasto Płock. Pierwsza z nich to Miasto i Gmina Gąbin, która otrzymała dofinansowanie w wysokości 177 829,67 zł na poprawę bezpieczeństwa ruchu drogowego na dwóch przejściach dla pieszych na ul. Warszawskiej i Alei Jana Pawła II. Samorząd Gąbina pozyskał również 466 480,50 zł na poprawę bezpieczeństwa na czterech przejściach na ul. Kutnowskiej, Sławoja Składkowskiego i Ciasnej.

Gmina i miasto Wyszogród pozyskała 240 000 zł na poprawę bezpieczeństwa na dwóch przejściach na ul. Niepodległości, natomiast gmina Stara Biała 43 687,25 zł na dwa przejścia w Nowej Białej. Fundusze w wysokości 200 000 zł otrzymał również Płock na poprawę bezpieczeństwa na przejściu na ul. Armii Krajowej.

Środki z rządowego funduszu pozyskały również powiaty sierpecki i gostyniński. Powiat sierpecki otrzymał środki na siedem inwestycji, w tym m.in. na poprawę bezpieczeństwa na przejściach dla pieszych w Szczutowie i Rościszewie, Cieślinie i Lelicach. Powiat gostyniński pozyskał fundusze na pięć inwestycji m.in. na przejścia w Lusznynie i Szczawinie Kościelnym.

(ek)



Lukasz Zaleski

Dzięki dofinansowaniu z RFRD będzie bezpieczniej na ul. Warszawskiej w Gąbinie



Lukasz Zaleski

Bezpieczniejsze przejścia dla pieszych pojawiają się również na ul. Kutnowskiej i Sławoja Składkowskiego



Przepisy kulinarne kół gospodyń wiejskich



Pysznie i zdrowo, czyli smaki prosto z Nowego Kamienia



KGW w Nowym Kamieniu

Koło Gospodyń Wiejskich w Nowym Kamieniu to organizacja, która powstała w 2006 r. Koło zrzesza mieszkanki trzech miejscowości – Nowego Kamienia, Starego Kamienia oraz miejscowości Kamień Słubice. Obecnie w kole działa 31 pań, które z wielkim sercem poświęcają swój czas i energię, aby uatrakcyjnić życie swoich miejscowości.

Panie z koła w Nowym Kamieniu to aktywne organizatorki życia społecznego. Już od 15 lat działają na rzecz swojej społeczności lokalnej na wielu różnych polach. Zaczęło się niewinnie – w 2006 roku ówczesna sołtys Teresa Rojek wpadła na pomysł reaktywacji koła, które działało na tym terenie w latach 70. XX w. Powód był prosty – brakowało wspólnego pola do integracji, a remiza, która służyła wcześniej całej społeczności, świeciła pustkami. – *Chciałyśmy, żeby mieszkańcy się zjednoczyli i integrowali. Mieliśmy do tego doskonałe miejsce, czyli remizę strażacką, w której kiedyś organizowano zabawy i która była centrum życia wsi. Niestety, w czasach przemian wszystko się zmieniło, a życie społeczne stopniowo zanikało. Uznaliśmy, że reaktywacja koła może być dobrym sposobem, żeby temu przeciwdziałać. Wspólnymi siłami udało nam się zrealizować ten pomysł, dzięki czemu wieś znowu zaczęła żyć – opowiada przewodnicząca koła Teresa Rojek.*

Co robi koło z Kamienia? Przez wiele lat różnorodnych aktywności

zebrało się naprawdę dużo. Panie organizują imprezy okolicznościowe – Dzień Kobiet, Dzień Seniora, Dzień Dziecka, sylwester czy andrzejki, a także pikniki. Są szkolenia, warsztaty i wspólna praca np. przy tworzeniu wieńców dożynkowych. Panie biorą udział w lokalnych i regionalnych wydarzeniach. Można je spotkać np. na dożynkach parafialnych i gminnych czy Dniach Gąbina. Organizują także wspólne wycieczki po Polsce, a także wyjazdy do kina czy teatru. W czasie pandemii koronawirusa włączyły się w akcję szycia maseczek dla mieszkańców i osób potrzebujących.

Członkinie koła w Nowym Kamieniu aktywnie pozyskują środki zewnętrzne, dzięki którym udało im się m.in. zakupić krzesła do remizy czy solidnie wyposażać tamtejszą kuchnię w niezbędny sprzęt. Ostatnio pozyskały środki z programu grantowego realizowanego przez Lokalną Grupę Działania „Aktywni Razem” oraz ze środków ARIMR. – *W naszej działalności bardzo pomaga nam burmistrz Gąbina. To m.in. dzięki jego wsparciu udało nam się pozyskać ostatni grant. Bardzo dobrze współpracujemy nie tylko z samorządem, ale także z miejscową szkołą i strażakami – mówią członkinie koła.*

Panie chętnie włączają się i inicjują akcje charytatywne. – *W ostatnim czasie udało nam się wspólnie z druhami z OSP w Nowym Kamieniu zorganizować wspólny piknik charytatywny dla małej mieszkanki Starego Kamienia Poli Kamińskiej, która urodziła się z przepukliną oponowo-rdzeniową wraz z współistniejącym wodogłowiem. W konsekwencji choroby dziewczynka ma m.in. niedowład wiotki kończyn dolnych. Ze względu na swoją chorobę Pola*

Ciasto marchewkowe

Składniki

- 4 całe jajka
- 1 i 1/2 szkl. cukru
- 1 szkl. oleju
- 1 i 1/2 szkl. mąki tortowej
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej

Wykonanie

- Jajka ubić z cukrem. Stopniowo dodawać wszystkie składniki. Dokładnie wymieszać. Upiec.

- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- szczypta soli
- aromat (zapach) cytrynowy
- 1 łyżka stołowa cynamonu
- 35 dkg marchwi startej na grubych oczkach
- orzechy
- rodzynki i inne bakalie

Krem z pieczonych buraków

Składniki

- 6 średnich buraków (ok. 800 g)
- 1 cebula
- 3 ząbki czosnku
- 1 kwaśne jabłko
- 1 i 1/2 l wywaru jarzynowego
- 1 łyżka oliwy
- sok z cytryny
- sól
- pieprz
- kilka ziemniaków

Wykonanie

Buraki owinąć folią aluminiową (każdego oddzielnie) i wstawić do piekarnika rozgrzanego do 180 stopni C. Piec przez godzinę. Po upieczeniu wystudzić, obrać i pokroić.

Na mocno rozgrzanej oliwie przesmażyć posiekaną cebulę lekko ją przypalając. Pod koniec smażenia dorzucić pokrojony czosnek. Zalać wywarem,

wrzucić buraki, obrane i pokrojone jabłko oraz ziemniaki. Weisnąć sok z cytryny i gotować przez 10 minut.

Po tym czasie miksować na gładki krem oraz przyprawić solą i pieprzem, ewentualnie dokwasić sokiem z cytryny (zupa powinna być słodko-kwaśna). Krem nalać na talerz. Udekorować pokruszoną bryndzą, prażonymi pestkami dyni i natką pietruszki.

Rogaliki

Składniki

na ciasto

- 1 kg mąki
- 1 kostka masła
- 1 szkl. cukru
- 1 szkl. oleju
- 1 kostka drożdży
- 5 jajek
- 1,5 szkl. letniego mleka
- cukier waniliowy

dotatkowo

- dżem (dowolny smak)
- rozbite jajko do posmarowania rogalików
- cukier puder lub cukier do posypania albo polewa czekoladowa

Wykonanie

Wszystkie składniki mieszamy, wyrabiamy ciasto i zostawiamy do wyrośnięcia na pół godziny.

Dzielimy ciasto na części i rozwałkowujemy. Wykrawamy trójkąty. Na każdy trójkąt nakładamy dżem (mogą być także świeże owoce np. jagody lub maliny). Zwijamy rogaliki, po wierzchu smarujemy je roztrzepanym jajkiem i wkładamy do rozgrzanego piekarnika. Kiedy się upieką posypujemy je cukrem pudrem (lub polewamy polewą).

musi być cały czas rehabilitowana, potrzebuje także sprzętu ortopedycznego oraz wyjazdów na turnusy rehabilitacyjne. To są ogromne koszty. W ten sposób chciałyśmy pomóc dziewczynce. Podczas pikniku zorganizowałyśmy licytację m.in. wina „Mamrot” znanego z serialu „Ranczo”, tortu czy miodów. Były też nasze wypieki i dania, które dzień wcześniej udało nam się przygotować wspólnie z młodzieżą podczas warsztatów kulinarnych. Udało nam się zebrać 7 289 zł. Darczyńcy byli naprawdę hojni – mówią członkinie

koła. Wcześniej panie brały udział także w działaniach charytatywnych na rzecz mieszkanki gminy Szczawin Kościelny Wiktorii Szymczak.

Panie z koła w Kamieniu od początku swojej działalności prowadzą własną kronikę, w której dokumentują wszystkie swoje aktywności. Całkiem pokaźnych rozmiarów księga jest ich przysłowiowym „oczkiem w głowie”. Od niedawna mają również swój profil na Facebooku, który prowadzi przyjaciel koła Henryk Grzelak.

(ek)

Gmina Starożreby z kolejnym dofinansowaniem

Ponad 1 390 000 zł na budowę drogi w Rogowie

Siedem umów na łączną kwotę 8 872 782,09 zł odebrali przedstawiciele samorządów na realizację zadań w ramach Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg. Wśród beneficjentów programu znalazła się także gmina Starożreby, która pozyskała środki na budowę drogi gminnej w Rogowie.

Uroczystość podpisania umów z udziałem Wojewody Mazowieckiego Konstantego Radziwiłła odbyła się w siedzibie Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Warszawie. Łącznie samorządy z subregionów okołowarszawskiego, płockiego i siedleckiego pozyskały ponad 8,8 mln zł. Łączna długość odcinków dróg objętych dofinansowaniem wynosi ponad 11 km.

Gmina Starożreby pozyskała środki w wysokości 1 392 650,80 zł na budowę drogi gminnej w miejscowości Rogowo.

– *Wspólnie z Panią Skarbnik Moniką Grabowską podpisałyśmy umowę na dofinansowanie budowy drogi w miejscowości Rogowo z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg. Kwota dofinansowania wynosi 1 392 650,80. To, co najważniejsze, droga powstanie jeszcze w tym roku, a środki własne na ten cel pochodzą bezpośrednio z naszego budżetu bez udziału kredytów i pożyczek – poinformował wójt gminy Kamil Groszewski.*

Oprócz Starożreb dofinansowanie otrzymały również: powiat sochaczew-

ski, miasto Sulejówkę, gmina Maciejowice, gmina Zabrodzie, gmina Stoczek oraz gmina Mińsk Mazowiecki.

Rządowy Fundusz Rozwoju Dróg (daw. Fundusz Dróg Samorządowych) to wsparcie realizacji zadań na drogach zarządzanych przez jednostki samorządu terytorialnego. Jego celem jest przyspieszenie powstawania nowoczesnej i bezpiecznej infrastruktury drogowej na szczeblu lokalnym.

(ek)

Spacerkiem po gminach

Słubice

Wójt wraz z marszałkiem Adamem Struzikiem podpisali umowę o udzielenie dotacji ze środków budżetu województwa mazowieckiego w zakresie budowy i modernizacji dróg dojazdowych do gruntów rolnych. Dotacja w wysokości 80 000 zostanie wykorzystana na realizację przebudowy drogi gminnej Łaziska – Budy o długość 950 m.

Słupno

Wójt podpisał porozumienie z Centrum Medycznym Borowiczki Sp. z o.o. na sprawowanie opieki stomatologicznej nad uczniami szkół podstawowych z terenu gminy Słupno. Podczas trwających wakacji, następnie przez cały rok szkolny 2021/2022, uczniowie mogą bezpłatnie korzystać z gabinetu dentystycznego położonego przy ul. Borowickiej 3b.

Stara Biała

Właśnie rozpoczął się czwarty turnus półkolonii w gminie Stara Biała. Półkolonie zakończy się w połowie sierpnia. W sumie weźmie w nich udział ponad 200 dzieci z terenu gminy. Każdy turnus półkolonii, organizowanych przez Gminny Ośrodek Kultury i Sportu, trwa tydzień.

Starożreby

W sobotę, 7 sierpnia od godziny 16.00 na stadionie przy ulicy Wiatracznej 14 w Starożrebach odbędzie się „Piknik rodzinny”. W programie wydarzenia znalazły się m.in. występy artystyczne oraz liczne atrakcje dla dzieci.

Szczawin Kościelny

W związku ze wzrastającymi kosztami utrzymania dróg gminnych nieutwardzonych kruszywem - Urząd Gminy w Szczawinie Kościelnym informuje, że przyjmie nieodpłatnie kamień polny z przeznaczeniem na utwardzenie nawierzchni dróg. Zainteresowane osoby proszone są o kontakt pod nr tel.: 500-821-733.

Szczutowo

Trzy oferty wpłynęły na ogłoszony przez gminę przetarg dotyczący przebudowy drogi gminnej relacji Dąbkowa Parowa – Blizno. Na inwestycję gmina zamierza przeznaczyć kwotę 400 tys. zł.

Wyszogród

Pod koniec lipca rozpoczęły się prace budowlane dotyczące realizacji zadania dofinansowanego w ramach Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg – Przebudowa drogi gminnej nr 291546W o łącznej długości 1667 mb. Przedmiotowe roboty realizowane są na terenie sołectwa Słomin (droga w kierunku wsi Dzierżanowo – zakres miejscowy robót: od końca istniejącego asfaltu do granicy z gminą Mała Wieś).

Zawidz

Szkoła Podstawowa w Zawidzu Kościelnym otrzymała dofinansowanie na zakup sprzętu komputerowego do nauki zdalnej. Środki pochodzą z unijnego projektu realizowanego przez samorząd województwa mazowieckiego.

Żychlin

Zakład Gospodarki Mieszkaniowej realizuje obecnie dwie inwestycje. Pierwsza z nich dotyczy wykonania termoizolacji elewacji frontowej budynków komunalnych położonych przy ul. 1 Maja. Druga inwestycja dotyczy doprowadzenia wody do budynku położonego w Żychlinie przy ul. 3 Maja 5 wraz z odprowadzeniem ścieków do szamba.

(ek), rad

Podsumowanie 2 kwartału 2021

Jakie wyniki w Grupie ORLEN

Grupa ORLEN zakończyła drugi kwartał 2021 roku z historycznie rekordowym wynikiem operacyjnym EBITDA LIFO na poziomie 3,2 mld zł, co oznacza wzrost aż o 1,2 mld zł. Mocną pozycję Koncernu na rynku potwierdza też zysk netto, który wyniósł 2,2 mld zł oraz wzrost przychodów ze sprzedaży o 73% do 29,4 mld zł.

Największy wpływ na wyniki Grupy ORLEN miały segmenty energetyki i petrochemii. Ponad połowa przychodów ze sprzedaży Grupy ORLEN pochodzi z rynków zagranicznych.

– *Rekordowy wynik Grupy ORLEN udowadnia, że nasza wizja silnego multienergetycznego koncernu, opartego na kilku obszarach działalności, jest spójna, skutecznie realizowana i w pełni odpowiada na współczesne wyzwania branży Oil&Gas. W trudnym otoczeniu wypracowaliśmy lepsze wyniki niż w rekordowych latach 2015-2018, kiedy na rynku rafineryjnym panowało makroekonomiczne eldorado. Dzięki temu mamy solidne podstawy finansowe do realizacji biznesowych celów. PKN ORLEN, jako lider transformacji energetycznej, prowadzi obecnie największy w historii Koncernu program inwestycyjny, wzmacniając wszystkie obszary działalności. To procentuje – już każdy segment przynosi zyski i aktywnie wspiera realizowaną przez nas strategiczną wizję. W połączeniu z bezpiecznym, zielonym finansowaniem naszej działalności i dbałością o dalszy zrównoważony rozwój mamy pełen obraz nowoczesnego ORLEN2030, który konsekwentnie budujemy. Bez inwestycji wzmacniających krajowe firmy i gospodarkę, łączenia kluczowych kompetencji polskich firm oraz przyspieszenia w badaniach i rozwoju nie przeprowadzimy transformacji energetycznej w Polsce – mówi Daniel Obajtek, Prezes Zarządu PKN ORLEN.*

Grupa ORLEN w drugim kwartale 2021 roku wygenerowała rekordowe przepływy z działalności operacyjnej na poziomie 5,1 mld zł, w efekcie czego dług netto Koncernu obniżył się o 2 mld zł, pomimo bardzo wysokich nakładów inwestycyjnych na poziomie 2,4 mld zł.

Segment energetyki

Segment energetyki w drugim kwartale 2021 roku osiągnął ponownie bardzo dobry wynik EBITDA na poziomie ponad 1,2 mld zł, w dużej mierze w efekcie wzrostu wyniku Grupy Energa, którą PKN ORLEN przejął w zeszłym roku. Grupa Energa w drugim kwartale br. wypracowała wynik EBITDA w wysokości 797 mln zł, co oznacza wzrost o 537 mln zł. Na wynik korzystnie wpłynęła również wycena i rozliczenie kontraktów terminowych CO2 w ramach wydzielonego portfela transakcyjnego.



PKN ORLEN

W tym czasie łączna produkcja Grupy ORLEN wyniosła 2,6 TWh, z czego ok. 70% pochodziło z OZE oraz jednostek zasilanych gazem. Obecna moc zainstalowana Grupy ORLEN wynosi 3,4 GWe, z czego ponad 1,4 GWe w Grupie Energa.

Segment petrochemiczny

W minionym kwartale segment petrochemiczny wypracował solidny wynik EBITDA LIFO na poziomie ponad 1 mld zł, co oznacza 4-krotny wzrost. Jest to efekt rekordowych marż petrochemicznych, wyceny i rozliczenia kontraktów terminowych CO2 w ramach wydzielonego portfela transakcyjnego oraz osłabienia złotówki względem euro. PKN ORLEN odnotował w tym czasie wzrost marży na wszystkich produktach petrochemicznych.

Ze względu na realizację planowanego postępu remontowego instalacji Olefin w Płocku, odnotowano spadek wolumenów sprzedaży

w Polsce o 27%, przy wyższej sprzedaży w Czechach o 58% i na Litwie o 367%. Łącznie sprzedaż w drugim kwartale 2021 roku wyniosła 1 mt i była niższa o 4%, w tym: niższa sprzedaż olefin o 69% oraz PCW o 22%, przy wyższej sprzedaży poliolefin o 23%, nawozów o 12% oraz PTA o 3%.

Segment detaliczny

Segment detaliczny wypracował w drugim kwartale br. wynik EBITDA LIFO na poziomie 828 mln zł, co oznacza wzrost o 14%. W tym czasie odnotowano spadek marż paliwowych na rynku polskim, cze-

skim i niemieckim, przy porównywalnym poziomie marż na rynku litewskim oraz wzrost marży pozapaliwowej na wszystkich rynkach. Wolumeny sprzedaży detalicznej wzrosły o 13%, w tym: benzyny o 19%, oleju napędowego o 11% i LPG o 13%.

Na koniec drugiego kwartału 2021 roku w sieci detalicznej Grupy ORLEN funkcjonowały 2854 stacje paliw, co oznacza wzrost o 22 obiekty. Już 2239 stacji paliw, czyli około 80%, wyposażonych jest w koncept pozapaliwowy StopCafe/star Connect, w tym: 1730 w Polsce, 315 w Czechach, 151 w Niemczech, 29 na Litwie i 14 na Słowacji.

PKN ORLEN rozwijał również sieć tankowania paliw alternatywnych, zwiększając dostępność o 104 punkty. W efekcie, obecnie do dyspozycji klientów pozostaje 278 punktów alternatywnego tankowania, w tym: 232 punkty ładowania samochodów elektrycznych, 2 stacje wodorowe oraz 44 stacje CNG.

Segment rafineryjny

Segment rafineryjny w drugim kwartale 2021 roku osiągnął EBITDA LIFO na poziomie 298 mln zł. W tym czasie odnotowano wzrost sprzedaży benzyny o 15%, oleju napędowego o 12% oraz JET o 119%, przy niższej sprzedaży LPG o 6% i ciężkiego oleju opałowego o 5%.

Wynik tego obszaru nadal pozostawał pod wpływem niekorzystnych warunków makroekonomicznych, na które składały się: spadek marż na oleju napędowym i ciężkich frakcjach rafineryjnych, umocnienie złotówki względem dolara, wpływ transakcji zabezpieczających przepływy pieniężne oraz wyższe koszty zużycia własnych w wyniku wzrostu cen ropy.

Ujemne efekty zostały częściowo zniwelowane dodatnim wpływem wyższego dyferencjału Brent/Ural, wzrostu marż na benzynie i paliwie JET oraz wyceny i rozliczenia kontraktów terminowych CO2 w ramach wydzielonego portfela transakcyjnego. W drugim kwartale 2021 roku przerób ropy wzrósł o 10%, do poziomu 6,8 mt.

Segment wydobywania

W drugim kwartale 2021 roku segment wydobywania osiągnął wynik EBITDA LIFO na poziomie 60 mln zł, głównie w efekcie dodatniego wpływu otoczenia makroekonomicznego - wzrostu notowań węglowodorów (ropy, gazu i kondensatu gazowego), przy ujemnym wpływie transakcji zabezpieczających.

W tym czasie średnie wydobycie wyniosło 17,9 tys. boe/d, w tym: 1,1 tys. boe/d w Polsce i 16,8 tys. boe/d w Kanadzie. Łączny spadek średniego wydobycia o 0,9 tys. boe/d spowodował zmniejszenie sprzedaży w tym obszarze o 9%.

W Polsce w ramach zagospodarowania aktywów prowadzono prace na projektach Miocen, Edge oraz projektach realizowanych z PGNiG. Prace wiertnicze objęły budowę placu dla otworu Pruchnik-OU1 (projekt Miocen) oraz prace projektowe i przygotowawcze dla wiercenia przyszłych otworów (projekt Plotki). W ramach prac sejsmicznych zakończono przetwarzanie danych sejsmicznych Koczala-Miastko 3D i przystąpiono do prac interpretacyjnych (projekt Edge) oraz zrealizowano interpretację profili sejsmicznych 2D (projekt Karpaty).

W Kanadzie kontynuowano prace inwestycyjne związane z zagospodarowaniem posiadanych aktywów na obszarze Ferrier i Kakwa. Wykonano szczelinowanie i podłączono do wydobycia 2 otwory (Kakwa) oraz rozpoczęto wiercenie 1 otworu (Ferrier). Obecnie trwają prace związane z przygotowaniem lokalizacji pod kolejne odwierty. Zakończono również proces pozyskania nowych praw koncesyjnych na najbardziej perspektywicznej pod kątem wydobycia części Lochend, która bezpośrednio sąsiaduje z obecnie posiadanym obszarem koncesyjnym.

Inwestycje

W trakcie pierwszych 6 miesięcy 2021 roku Grupa ORLEN przeznaczyła aż 4,2 mld zł na inwestycje. W drugim kwartale 2021 roku inwestycje i procesy akwizycyjne realizowane przez PKN ORLEN weszły w kluczowy etap. Zakończono budowę Centrum Badawczo-Rozwojowego, które ułatwi efektywniejsze opracowywanie nowych technologii i produktów, budowanie własnego know-how, a także uzyskanie patentów dla nowatorskich rozwiązań.

W tym czasie PKN ORLEN rozpoczął inwestycję w ramach Programu Rozwoju Petrochemii – Kompleksu Olefin III – której finalizacja umożliwi wzrost zysku operacyjnego EBITDA spółki o ok. 1 mld zł rocznie. Wykonawcą największej inwestycji petrochemicznej w Europie w ciągu ostatnich 20 lat będzie konsorcjum firm Hyundai Engineering oraz Técnicas Reunidas.

PKN ORLEN w drugim kwartale podjął również kluczowe działania, które stanowią istotny krok w stronę zeroemisyjnej energetyki i poprawia bezpieczeństwo energetyczne Polski. Podpisane z Synthos porozumienie zakłada współpracę dotyczącą rozwoju i wdrożenia zeroemisyjnych technologii jądrowych MMR i SMR.

W ramach wsparcia dla transformacji energetycznej Polski, PKN ORLEN kontynuował projekt budowy elektrowni gazowej w Ostrołęce.

Dynamiczny rozwój Koncernu umożliwił ponad dwukrotny wzrost wartości marki ORLEN, do poziomu 10 mld zł, w porównaniu do poprzedniej edycji rankingu „Rzeczpospolitej” na najcenniejszą polską markę.

opr. (t)

Nie masz czasu ?

Ogłoszenie drobne
w Tygodniku Płockim
wyślij przez internet:

www.bo.tp.com.pl/przez_internet



15.000.000

ODSŁON tp.com.pl

Bramkarz SPR Wisła Płock Adam Morawski zachęca:

Dbajmy o zdrowie!

Już w niedzielę, 8 sierpnia w Płocku odbędzie się kolejna edycja „Miasteczka Zdrowia” organizowanego przez PKN ORLEN. W godzinach 10.00-18.00 w ORLEN Arenie na uczestników będą czekali lekarze specjaliści. Do udziału w wydarzeniu zachęca zawodnik SPR Wisły Płock – ambasador programu „Zdrowie dla Płocka” Adam Morawski, który podczas spotkania z dziennikarzami podkreślał znaczenie regularnych badań swojego zdrowia, aktywności fizycznej oraz zdrowego odżywiania.

Podczas kolejnej już edycji „Miasteczka zdrowia” mieszkańcy Płocka i okolic będą mogli wykonać bezpłatne badania krwi oraz słuchu, sprawdzić znamiona skórne, zrobić badanie mammograficzne czy EKG. Na miejscu lekarze specjaliści udzielą porad na temat chorób nowotworowych, chorób płuc czy serca.

Do udziału w prozdrowotnym wydarzeniu zachęca ambasador programu bramkarz SPR Wisły Płock Adam Morawski. Dlaczego zawodnik zdecydował się promować program, którego elementem



Marta Krzyżanowska

Adam Morawski - ambasador programu „Zdrowie dla Płocka” (z prawej strony)

jest także „Miasteczko Zdrowia”? – Uważam, że każdy z mieszkańców Płocka i okolic ma prawo i obowiązek dbania o swoje zdrowie, ponieważ mamy je tylko jedno. Gdy jest taka okazja, że każdy z nas może się przebadac pod kątem pulmonologicznym czy nowotworowym, to warto z tego skorzystać. Wszyscy wiemy, że wykrycie we wczesnym stadium zmian nowotworowych daje ogromną szansę

na wyleczenie. Taka inicjatywa jest nam bardzo potrzebna – mówił Adam Morawski. – Jako aktywny sportowiec przechodzę badania kilka razy rocznie. W Wiśle Płock mamy je co pół roku, ale do tego należy doliczyć także badania, jakie przechodzę w reprezentacji. Tam również jesteśmy często badani. Są to zarówno podstawowe badania krwi czy serca, ale także badania laryngologiczne, okuli-

styczne czy ortopedyczne. Zresztą każdy z nas powinien raz na jakiś czas udać się do tych specjalistów – tłumaczył.

Adam Morawski zaznaczał również jak ważna w dbaniu o zdrowie jest aktywność fizyczna. Warto przypomnieć, że program „Zdrowie dla Płocka” aktywnie promuje stacje rowerowe i jazdę na rowerze. Czy sam zawodnik lubi tego typu aktywność? – Bardzo lubię jeździć na rowerze, choć teraz nie mam na to zbyt dużo czasu. Natomiast w okresie wakacyjnym staram się łapać za rower i podróżować nie tylko po Płocku, ale też w innych regionach. Myślę, że nie tylko jazda rowerem, ale także każda inna aktywność jest zbawienna dla naszego organizmu – mówił Adam Morawski. – Jeśli chcemy zacząć swoją przygodę z ruchem, warto zacząć np. od spacerów. Mamy w Płocku mnóstwo ładnych miejsc. Osobiście bardzo lubię spacerować po bulwarach wiślanych czy w okolicach Sobótki. Warto też np. wsiąść na rower albo zacząć przygodę z bieganiem. Nie musimy robić tego codziennie, na początek wystarczy rozpocząć od jednej czy dwóch takich aktywności w tygodniu. Potem stopniowo możemy zwiększać czas treningów. Z pewnością zobaczymy różnicę w naszym samopoczuciu – dodawał.

Adam Morawski zachęcał do skorzystania z badań, jakie oferuje „Miasteczko Zdrowia”. – Serdecznie zapraszam wszystkich do ORLEN Areny w niedzielę, 8 sierpnia. W ramach akcji każdy mieszkaniec Płocka i okolic będzie miał możliwość wykonania bezpłatnych badań. Każdy uczestnik będzie mógł również skonsultować się z lekarzem interesującej go specjalizacji

bez wcześniejszego zapisywania się na wizytę. Oczywiście, znajdzie się również coś dla dzieci i młodzieży, tak, żeby mogli miło i aktywnie spędzić tu czas wolny – mówił zawodnik płockiego klubu.

Osoby zainteresowane będą mogły skorzystać w ORLEN Arenie z porad dietetycznych, odwiedzić punkt pomocy palącym, a także zasięgnąć porad związanych z rehabilitacją po przebytych zachorowaniach na COVID. Ponadto przedstawiciele NFZ pomogą złożyć wnioski o kartę EKUZ - przydatną podczas podróży po Europie.

Interesującym punktem „Miasteczka Zdrowia” będą również atrakcje przygotowane przez Zakładową Straż Pożarną PKN ORLEN oraz płocki WOPR. Organizatorzy zadbał również o liczne atrakcje dla dzieci w każdym wieku. Zabawy edukacyjne w „Akademii Młodego Lekarza” poprowadzą studenci Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, ponadto dzieci będą mogły zagrać w grę pod nazwą „Operacja” i wziąć udział w wielu innych atrakcjach. Dla uczestników przygotowano strefę relaksu, w której będzie można wypić orzeźwiająca lemoniadę.

Dotychczasowe edycje „Miasteczka Zdrowia” cieszyły się w Płocku bardzo dużym zainteresowaniem. Wiele płoczan przebadło się, korzystając z bezpłatnego dostępu do świadczeń zdrowotnych. Udział w „Miasteczku Zdrowia” to doskonała okazja do pomyślenia o sobie, do uświadomienia jak istotne są regularne badania profilaktyczne oraz monitorowanie stanu zdrowia. Może warto rozpocząć dbanie od własnego zdrowia od niedzielnej wizyty 8 sierpnia w ORLEN Arenie. (ek)

WIEŚCI Z WINIAR



Skończyłeś 40 lat – zbadaj się!

Na Winiarach rusza program profilaktycznych badań



Stanisław Kwiatkowski, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego w Płocku.

- Każdego rodzaju profilaktyka jest bardzo istotna dla naszego zdrowia. I jeśli tylko jest taka możliwość, powinniśmy z niej korzystać. Po pierwsze, aby dowiedzieć się, że wszystko jest w porządku z naszym zdrowiem. Po drugie, aby, jeśli coś się dzieje, możliwie jak najwcześniej wychwycić jakieś niepokojące symptomy, co, jak wiemy, daje ogromne szanse na wyleczenie. Unikanie badań, odkładanie ich na później, bo dobrze się czuję, bo nic mi nie będzie jest kardynalnym błędem. Po ukończeniu 40. roku życia warto, a nawet trzeba zobaczyć jak nasz organizm działa przynajmniej w tym podstawowym zakresie. Wielu ludzi boi się wykonywania badań, strach zniechęca ich, bo - jak to mówią - „coś mi znajduje”. Jeśli chodzi o zdrowie, trzeba być odważnym, aby właśnie cieszyć się zdrowiem, uniknąć wielkiego rozczarowania i dać przede wszystkim szansę samemu sobie. Przy obecnej wiedzy, metodach leczenia właśnie profilaktyka jest tą częścią, gdzie nawet w sytuacji choroby, przy jej wczesnym wykryciu, lekarze mogą skutecznie działać.



Wojewódzki Szpital Zespołowy w Płocku podpisał umowę na świadczenia w zakresie rządowego programu Profilaktyka 40 PLUS. Świadczenia będą realizowane w Poradni Podstawowej Opieki Zdrowotnej przy ul. Medycznej 22.

Jak mówi Stanisław Kwiatkowski, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego w Płocku, nie bez powodu badania w takim pakiecie przewidziane są dla tej właśnie grupy wiekowej. – Przychylam się do opinii lekarzy, naukowców, że właśnie granica 40 lat jest takim okresem, kiedy osoby, które w pędzie

życia zapominają o swoim zdrowiu, o wykonaniu podstawowych badań, powinny takowe wykonać. Myślę, że ten program jest doskonałą okazją, by zrobić coś ważnego i dobrego dla siebie – mówi Stanisław Kwiatkowski, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego w Płocku.

Z badań uwzględnionych w pakiecie programu mogą skorzystać mieszkańcy Płocka, powiatu płockiego, którzy spełniają dwa kryteria: mają skończone 40 lat i chcą zadbać o własne zdrowie.

Realizację programu w Szpitalu na Winiarach koordynuje pielęgniarka Marzena Górzyńska. Osoby zainteresowane ich wykonaniem najpierw wypełniają elektroniczną ankietę dotyczącą stanu zdrowia. Ankieta dostępna jest na indywidualnym Internetowym Koncie Pacjenta.

Osoby, które nie posiadają IKP, wszelkie informacje uzyskują dzwoniąc na infolinię pod numer telefonu: 22/ 735 39 53. Infolinia czynna jest w godzinach od 8.00 do 18.00.

- Na podstawie wprowadzonych przez nas danych, system wybierze niezbędny zakres badań i wystawi na nie skierowanie. Dobrze by było, byśmy przed wypełnieniem ankiety zebrali wyniki ostatnich wykonanych badań i na wszystkie pytania odpowiedzieli zgodnie z prawdą. Pozwoli to systemowi na dokładniejszą ocenę czynników ryzyka i dopasowanie badań laboratoryjnych do naszego stanu zdrowia – wyjaśnia zasady funkcjonowania programu Marzena Górzyńska.

Skierowanie wystawiane jest w ciągu dwóch dni, z terminem ważności do końca 2021 roku. Pacjent samodzielnie wybiera placówkę, w której je zrealizuje, kontaktując się z nią i umawiając na wizytę. Ważne, by zabrał na nią ze sobą kod skierowania i dowód osobisty.

Badania w ramach programu podzielone są na trzy grupy: badania dla kobiet, badania dla mężczyzn i pakiet wspólny. Lista zamieszczona jest na stronie Ministerstwa Zdrowia: <https://www.gov.pl/web/zdrowie/pakiety-badan> i jest ona następująca...

Pakiet badań diagnostycznych dla kobiet:

1. morfologia krwi obwodowej z wzorem odsetkowym i płytkami krwi;

2. stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy;

3. stężenie glukozy we krwi;

4. AlAT, AspAT, GGTP;

5. poziom kreatyniny we krwi;

6. badanie ogólne moczu;

7. poziom kwasu moczowego we krwi;

8. krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT).

Pakiet badań diagnostycznych dla mężczyzn:

1. morfologia krwi obwodowej odsetkowym i płytkami krwi;

2. stężenie cholesterolu całkowitego albo kontrolny profil lipidowy;

3. stężenie glukozy we krwi;

4. AlAT, AspAT, GGTP;

5. poziom kreatyniny we krwi;

6. badanie ogólne moczu;

7. poziom kwasu moczowego we krwi;

8. krew utajona w kale – metodą immunochemiczną (iFOBT);

9. PSA – antygen swoisty dla stercza całkowity.

Pakiet badań diagnostycznych wspólny:

1. pomiar ciśnienia tętniczego;

2. pomiar masy ciała, wzrostu, obwodu w pasie oraz obliczenie wskaźnika masy ciała (BMI);

3. ocena miarowości rytmu serca

Zapisy na badania w poradni Podstawowej Opieki Medycznej odbywać się będą od poniedziałku do piątku pod numerem telefonu: 24 364 63 00, w godzinach od 8.00 do 10.00.

Rynek pracy

PRACA

PRACA DODATKOWA

UMYJĘ okna, posprzątam mieszkanie. 790-220-036.

792960

POSPRZĄTAM. 516-864-501.

831124

POSZUKUJĘ dyspozycyjnej emerytki jako pomocy domowej, sporadycznie do opieki nad starszą kobietą. 6 godzin dziennie, 3 razy w tygodniu w miejscowości Gulczewo. 516-910-400.

833933

Zamawiaj na własne potrzeby z 20 % zniżką! Sprzedawaj kosmetyki, rozdając katalogi znajomym - zysk co najmniej 20 % od kwoty zamówień! Buduj własny zespół i otrzymuj premię 4-24 % od sprzedaży całej grupy! biuro@ori-konsultant.pl

717522

PRACA FIZYCZNA

Dwóch mężczyzn poszukuje pracy: jeden pan posiada uprawnienia na wózki widłowe, wykonywane prace montera, wentylacje montaż, operator piły do cięcia i łupania drzewa kominowego. Wszelkie info proszę kierować na meila: alek14@onet.pl

833257

Firma ALFA Paweł Porębski poszukuje osoby na stanowisko MAGAZYNIER – SPRZEDAWCA. Miejsce pracy: Płock (woj. mazowieckie). Oferujemy: zatrudnienie na podsta-

tora maszyn SMT. Osoba będzie odpowiedzialna za przygotowanie programów na maszynę Pick and Place, sitodrukarkę, przygotowanie maszyn do zlecenia, obsługę maszyn linii SMD oraz Fali. Więcej informacji na www.amatech.eu

823506

Firma AMATECH poszukuje pracownika produkcji do obsługi maszyn obróbki metalu oraz prac ślusarskich. Aplikacje prosimy przysyłać na rekrutacja@amatech.eu Więcej szczegółów na www.amatech.eu zakładka kariera

832489

Firma przyjmie do pracy w charakterze pomocnika do naprawy i serwisu pomp wodnych i ściekowych. Szczegółowych informacji udzieli telefonicznie. 698-163-233.

830614

Firma AMATECH poszukuje opera-

PRACA

RAFPOL

**ZATRUDNIMY
MONTERÓW RUROCIĄGÓW
I SPAWACZY DO PRACY
W PŁOCKU**

Wymagania:

Monterzy:

- dobrej znajomości rysunku izometrycznego;
- doświadczenia w zawodzie.

Spawacze:

- aktualnych certyfikatów spawalniczych;
- doświadczenia w zawodzie.

Oferujemy:

- Umowa o pracę ;
- Długoletnią współpracę;
- Atrakcyjne wynagrodzenie;
- Płatne urlopy wypoczynkowe;
- Terminowe wynagrodzenia;
- Praca na pełny etat możliwe nadgodziny;
- Odzież roboczą;
- Grupowe ubezpieczenie pracowników.

**Zapraszamy
do współpracy**

Kontakt
e-mail: rafpol.firma@gmail.com
Tel. 512 737 559, 502 231 197

SA-174

Przyjmę do pracy fizycznej pracownika gospodarczego lub małżeństwo z zakwaterowaniem w miejscowości Lwówek w gminie Sanniki. Mile widziane osoby pochodzenia ukraińskiego. Zainteresowane osoby proszę o kontakt pod numerem telefonu 502-397-335.

830239

Szkolenie z wynagrodzeniem dla uczestnika ok. 700 zł + Staż ok. 1000 zł Pracownik biurowy. Poszukuję osób chętnych do odbycia kursu i stażu finansowanego z środków UE. 886-235-551. szkoleniazunii@wp.pl

832724

Szukam pracy na terenie woj. mazowieckiego. Zakres: CCTV/RTV/SAT/Światłowodowy/SSWiN/Elektryka/LAN, WLAN, SSWIN, SDI. Posiadam duże doświadczenie. Kontakt 502-235-378 Łukasz.

723325

Zatrudnimy pracownika: montażysta /pomiarowiec rolet, moskitier, plis. Siedziba firmy: Gostynin, www.maxiokna.pl, tel. 505-141-145.

831191

PRACA HANDLOWIEC

Doradca Klienta Radzanowo i okolicy! Masz wykształcenie min. średnie i chcesz pracować w sprzedaży, obsłudze klienta? Oferujemy elastyczny czas pracy, szkolenia i wsparcie

SPRZĄTANIE

mieszkań, biur,
obiektów przemysłowych

692 147 762

g-186

na etapie wdrożenia oraz konkurencyjne wynagrodzenie! Zadzwoń 600-400-390.

832622

PRACA KIEROWCA

Spółka z okolic Płocka zatrudni kierowców, prawo jazdy C+E, ADR. Kontakt telefoniczny 728-910-357.

832315

PRACA NA BUDOWIE -

REMONTY

Firma Petroserwis zatrudni pracowników na stanowiska: monter izometryczny, spawacz MiG, MAG 135/136. Praca w Płocku. Więcej informacji udzieli telefonicznie: 500 397 908.

823795

ZATRUDNIĘ zbrojarzy oraz osoby do przyuczenia, praca w delegacji. Tel. 500-250-302.

809201

PRACA POZOSTAŁE

Spółka z okolic Płocka zatrudni mechanika samochodowego. Kontakt 607-590-948.

832327

UMYJĘ okna, posprzątam mieszkanie. 790-220-036.

706613

PRACA W NIEMCZECH

Firma IZORAFIK Sp. z o.o. poszukuje warsztatowców i monterów izolacji do pracy w Niemczech na działalność. Wynagrodzenie od 15000 zł do 20000 zł. Tylko osoby z doświadczeniem. Więcej informacji udzielam telefonicznie 694-216-012.

820162



Powiatowy Urząd Pracy w Płocku

- **Nauczyciel fizyki** – z wykształceniem wyższym i przygotowaniem pedagogicznym;

- **Specjalista ds. realizacji zamówień – magazynier** - z wykształceniem średnim;
- **Operator koparko-ładowarki** – z wykształceniem zawodowym, prawem jazdy kat.C, uprawnieniami na obsługę koparko – ładowarki oraz mile widzianym doświadczeniem w zawodzie;
- **Malarz – piaskarz** – z 3- letnim doświadczeniem w zawodzie;
- **Kierowca** – z prawem jazdy kat. B,T,E i doświadczeniem w zawodzie;
- **Ogrodnik terenów zieleni** –

- z wykształceniem zawodowym i prawem jazdy kat.B;
- **Kierowca operator podnośnika kosowego** – z wykształceniem zawodowym, prawem jazdy kat. C, uprawnieniami do obsługi dźwigów samochodowych do 100 ton oraz podnośników i mile widzianym doświadczeniem w zawodzie;
- **Mechanik samochodowy** – z wykształceniem zawodowym i doświadczeniem w zawodzie mechanika lub pomocnika mechanika;
- **Opiekun** – z wykształceniem

- średnim i mile widzianym doświadczeniem w zawodzie;
- **Magazynier** – z wykształceniem zawodowym;
- **Pomoc kuchenna** – z rocznym doświadczeniem w zawodzie;
- **Pomocnik mechanika** – z wykształceniem średnim i prawem jazdy kat. B.

Oferty pracy dla osób niepełnosprawnych:

- **Specjalista ds. księgowości** – z orzeczeniem o niepełnosprawności;

* Oferty ważne na
29 lipca 2021, godz. 12.00

Więcej ofert pracy
na stronie internetowej
Powiatowego Urzędu Pracy
w Płocku:
www.pupplock.pl



Miejski Urząd Pracy w Płocku

- **Elektryk** – uprawnienia od 1 kV wzwyż, mile widziana znajomość zawodu;
- **Sprzedawca** – wykształcenie średnie, mile widziane doświadczenie w sklepie zoologicznym, umiejętność planowania i organizacji pracy, komunikatywność, mile widziana znajomość akwarystyki, osoba energiczna, silnie zmotywowana do pracy, łatwość nawiązywania kontaktów;
- **Pomocnik montera** – mile widziane doświadczenie, chęci do pracy;
- **Monter** - mile widziane doświadczenie, chęci do pracy;
- **Asystent kierownika budowy** – wykształcenie średnie zawodowe budowlane, doświadczenie na podobnym stanowisku, umiejętność czytania dokumentacji projektowej branży budowlanej;
- **Kierownik robót budowlanych/ majster budowy** – wy-

kształcenie wyższe budowlane, doświadczenie w budownictwie jedno- i wielorodzinnym min. 5 lat, umiejętność efektywnego zarządzania zespołem oraz planowania i organizacji poszczególnych etapów prac budowlanych, zaangażowanie, odpowiedzialność, samodzielność;- **Szwaczka** – umiejętność obsługi stębnówki płaskiej;
- **Szwaczka** – umiejętność obsługi overlocka;
- **Stażysta ze średnim/ wyższym wykształceniem** – pracownik ekipy terenowej - wykształcenie minimum średnie geograficzno-przyrodnicze, inżynieryjno-techniczne, (hydrologia, geodezja, geografia, inżynieria środowiska, ochrona środowiska, gospodarka przestrzenna i pokrewne), prawo jazdy kat. B, umiejętności pływackie, bardzo dobra znajomość programów pakietu MS Office, zaangażowanie, skrupulatność, odpowiedzialność, konstruktywne podejście do realizowanych zadań, umiejętność obsługi elektronarzędzi, umiejętność obsługi urządzeń technicznych (piła łańcuchowa, agregat prądotwórczy, kosiarka spalinowa itp.), dyspozycyjność (gotowość do częstych wyjazdów służbowych poza miejsce stałego zatrudnienia), brak

przeciwwskazań zdrowotnych do pracy w terenie (praca na wodzie, praca na wysokościach pow. 3 m), umiejętność pracy w zespole, mile widziane: wykształcenie wyższe inżynieryjno-techniczne, geograficzno-przyrodniczych preferowane z kierunków hydrologia, geodezja, geografia, gospodarka przestrzenna, elektromechanika, inżynieria środowiska, ochrona środowiska i pokrewnych, doświadczenie zawodowe z zakresu hydrologii, meteorologii i geodezji lub na stanowisku wymagającym realizowania zadań zbliżonych do powyższego zakresu obowiązków, doświadczenie w pracy terenowej (pomiar, inwentaryzacja, serwis aparatury pomiarowej itp.), praktyczna umiejętność wykonywania prac remontowych, uprawnienia SEP w zakresie E lub D, prawo jazdy kat.: BE lub CE, uprawnienia operatora koparki, patent steromotorzysty żegluga śródlądowej bądź patent sternika motorowodnego lub praktyczne umiejętności i doświadczenie w prowadzeniu łodzi motorowych, umiejętność obsługi sprzętu geodezyjnego oraz znajomość oprogramowania (MikroMap, WinKalk, QGIS), umiejętność samodzielnego rozwiązywania problemów w terenie;

- **Koordynator w Dziennym Domu Senior+** - wykształcenie wyższe, 3 lata doświadczenia w pomocy społecznej, specjalizacja z zakresu organizacji pomocy społecznej, współpraca z zakresu organizacji pomocy społecznej, umiejętność współpracy z uczestnikami domu, łatwość w nawiązywaniu kontaktów, pracowitość, samodzielność, odpowiedzialność, dobra organizacja pracy;
- **Elektryk** – 2 lata doświadczenia, uprawnienia do 1 kV lub do 15 kV lub bez ograniczeń;
- **Asystent ratownika wodnego** – osoby aktywne fizycznie i uprawiające sport, mile widziana umiejętność pływania;
- **Sprzątaczką** – mile widziana umiejętność obsługi maszyn czyszczących;
- **Pracownik fizyczny** – doświadczenie lub umiejętności budowlane;
- **Sprzedawca – kasjer** – chęci do pracy, nauki i nowych wyzwań zawodowych;
- **Murarz** – wymagane doświadczenie, chęci do pracy, brak nałogów;
- **Fryzjer męski** – mile widziane doświadczenie, miła aparycja, kultura osobista;
- **Sprzedawca** – mile widziane doświadczenie, chęci do pracy,

* Oferty ważne na
30 lipca 2021, godz. 12.00

Więcej ofert pracy
na stronie internetowej
Miejskiego Urzędu Pracy
w Płocku: www.mup.plock.eu

dyspozycyjność;

- **Pracownik do prac ziemnych** – chęci do pracy;
- **Fryzjer** – wykształcenie zawodowe kierunek fryzjer lub kursy kierunkowe, doświadczenie, kursy kierunkowe lub wykształcenie kierunkowe;
- **Pomoc kuchenna** – chęci do pracy;
- **Kierowca** – dowóz pizzy – prawo jazdy kat. B;

Oferty pracy dla osób niepełnosprawnych:

- **Pracownik ochrony** – orzeczenie o stopniu niepełnosprawności;
- **Osoba do sprząkania** - orzeczenie o stopniu niepełnosprawności;
- **Pracownik ochrony** – orzeczenie o stopniu niepełnosprawności;
- **Sprzątaczkę/ sprzątaczką** – orzeczenie o stopniu niepełnosprawności;
- **Sortowacz** – orzeczenie o stopniu niepełnosprawności;

40. Piesza Pielgrzymka Diecezji Płockiej na Jasną Górę znów nie w tradycyjnej formie

Sztafeta na Jasną Górę

W oparciu o Wytoczne Głównego Inspektora Sanitarnego z dnia 13 maja 2021 r., a także po rozmowach z Biskupem Płockim Piotrem Libera, księżmi zaangażowanymi w dzieło Pielgrzymi i przedstawicielami służby medycznej, organizatorzy 40. Pieszej Pielgrzymki Diecezji Płockiej na Jasną Górę zdecydowali, iż tegoroczna edycja odbędzie się w formie sztafety. Każdego dnia, pod kierunkiem wyznaczonego ks. przewodnika będzie pielgrzymowała inna grupa.

W związku z trwającą wciąż pandemią koronawirusa tegoroczna pielgrzymka przebiegać będzie na zmienionych zasadach. Nie przewiduje się noclegów czy korzystania ze wspólnych basenów do mycia. Przewodnik danej grupy organizuje przyjazd na trasę, a także jej wieczorny odjazd. Apel Wieczorny będzie odbywał się od razu po dojściu grupy do wyznaczonego celu.

Wyjątek będą stanowiły dwa dni. 6 sierpnia, czyli pierwszy dzień Pielgrzymki, będzie Dniem Wdzięczności za czterdzieści Pielgrzymek Diecezji Płockiej na Jasną Górę. Tego dnia organizatorzy zapraszają wszystkich, którzy chcą



Gość Płocki

Ubiegłoroczna pielgrzymka także odbywała się w formie sztafety

podziękować za dzieło pielgrzymkowe. Dzień zakończy uroczysty, dziękczynny Apel Jasnogórski w Sokołowie. Wszystkich chętnych organizatorzy pielgrzymki zapraszają również ostatniego dnia – 14 sierpnia. Pielgrzymi pokonają tego dnia trasę z Wierzchowiska na Jasną Górę.

Porządek wędrowania poszczególnych grup

6 sierpnia (piątek) – Dzień Wdzięczności – wszyscy chętni

7 sierpnia (sobota) – grupa Białoczerwona (Płock Wschód, Płock Zachód, Bielsk, Bodzanów) – ks. Piotr Szulc

8 sierpnia (niedziela) – grupa Biała (Ciechanów Wschód, Ciechanów Zachód, Strzegowo) – ks. Tomasz Dec i grupa Żółta (Przasnysz, Maków, Dzierzgowo) – ks. Łukasz Rogowski

9 sierpnia (poniedziałek) – grupa Zielona (Sierpc, Dobrzyń n/Wisłą, Tuchowo) i grupa Żółta (Gostynin, Gąbin) – ks. Adam Kowalski i ks. Arkadiusz Ronowicz

10 sierpnia (wtorek) – grupa Gra-

natowa (Płońsk Południe, Płońsk Północ, Raciąż, Wyszogród) i grupa Miedziana (Mława Wschód i Mława Zachód) – ks. Wojciech Nikodym-czuk i ks. Patryk Zawadzki

11 sierpnia (środa) – grupa Błękitna (Nasielsk, Zakroczym) – ks. Sławomir Ambroziak

12 sierpnia (czwartek) – grupa Srebrna (Pułtusk, Serock) – ks. Krzysztof Stawicki

13 sierpnia (piątek) – grupa Brązowa (Rypin, Dobrzyń n/Drwęca, Żuromin) i grupa Pomarańczowa (salezjańska) – ks. Jakub Kępczyński i ks. Jarosław Stasiński SDB

14 sierpnia (sobota) – wszyscy chętni

„Idziemy z Józefem”

Hasło tegorocznej Pielgrzymki jest nawiązaniem do trwającego w Kościele Roku św. Józefa, ogłoszonego przez Papieża Franciszka. 40. Piesza Pielgrzymka Diecezji Płockiej na Jasną Górę wyruszy 6 sierpnia z Płockiej Katedry po Mszy Świętej koncelebrowanej pod przewodnictwem Biskupa Mirosława Milewskiego o godz. 6.00. Z kolei wejście na Jasną Górę odbędzie się 14 sierpnia w godzinach porannych (7.30 – 8.15), tym razem z udziałem Biskupa Piotra Libery. Organizatorzy zapraszają wszystkich sympatyków Pielgrzymki na Wały Jasnogórskie, gdzie nastąpi przywitanie i wspólne wejście, a następnie (o godz. 9.00) odbędzie się Msza Święta kończąca tegoroczną Pielgrzymkę.

Zapisów można dokonywać bezpośrednio u Przewodników Grup lub u osób przez nich wskazanych. Opłata pielgrzymkowa to symboliczne 10 zł od każdego pielgrzyma. Każdy uczestnik otrzyma pamiątkę. Pieniądze z opłaty zostaną również przeznaczone na zakup leków oraz działalność Kuchni Pielgrzymkowej.

Organizatorzy proszą o szczególną ostrożność, rozważę i zastosowanie się do panujących wytycznych. Zapraszają także do duchowego pielgrzymowania wszystkich tych, którzy z różnych względów nie mogą w niej uczestniczyć, jak również zachęcają do udziału w wieczornych Apelach Jasnogórskich w poszczególnych parafiach Diecezji Płockiej.

Opr. (kw)

NAJBEZPIECZNIEJSZE FOTELIKI NAJLEPSZYCH MAREK

Oferujemy bezpłatnie:

- specjalistyczny dobór fotelika
- szkolenie z montażu
- montaż fotelika w samochodzie

U nas kupisz bezpieczny fotelik
oraz skompletujesz całą
wyprawkę dla swojego dziecka!



BAMBI



PARTNER

OSIEMGWIAZDEK.PL

Płock, al. Józefa Piłsudskiego 35



SA-96

HOROSKOP



BARAN (21.03-20.04)

Będiesz optymistyczny, ale także bardzo roztrzepany. Zapowiada się mnóstwo towarzyskich atrakcji i w efekcie może ci zabraknąć czasu na porządki lub zakupy. Wpływ planet sprzyja w tym tygodniu niezwykłym spotkaniom, a nawet ujawnianiu różnych sekretów. Tylko nie omawiaj niczego z osobami, które uwielbiają plotkować za twoimi plecami.



BYK (21.04-21.05)

Czeka cię sympatyczny tydzień, bez większych problemów czy strasznych klótni. Uda ci się więcej niż zwykle czasu poświęcić na hobby i wakacyjne przyjemności. Dlatego nie odrzucaj zaproszeń na ciekawe imprezy, premiery czy wystawy. Nowe znajomości będą udane. Nadarzy się okazja do zawarcia przyjaźni, która wniesie w twoje życie więcej optymizmu i radości.



BLIŹNIĘTA (22.05-21.06)

Są wakacje i musisz odpocząć. W tym tygodniu będzie ci trudno skupić się na tym, co ważne i potrzebne. Dlatego nie stawiaj przed sobą zbyt ambitnych zadań. W poniedziałek unikaj nerwowych dyskusji, a reszta tygodnia będzie udana. Najlepiej zakończ konflikt z osobą, która czuje się urażona. Wyciągnij rękę na zgodę, a wszyscy na tym zyskają.



RAK (22.06-22.07)

Odważnie bierz się za trudne sprawy. Merkury ześle nerwowe sytuacje, ale też pomoże pokonać konkurencję. Początek tygodnia będzie niespokojny, dyskretnie wszystkiego pilnuj. Ktoś podejmie błędną decyzję, a potem będzie ci błagać o pomoc i ratunek. Im bliżej weekendu, tym większy przyptyw dobrego humoru. Postaraj się zrobić coś wbrew rutynie, bo możesz odkryć swój nowy talent.



LEW (23.07-22.08)

Zachowaj więcej dystansu do otoczenia, bo możesz być uparty i jednocześnie zbyt pewny siebie. Jeśli zbyt wiele weźmiesz na swoje barki, to możesz okupić to przemęczeniem i złością na otoczenie. A przecież są wakacje! Dlatego najpierw zadbaj o siebie i nie przejmuj się tym, co wyprawiają lub opowiadają inne osoby. Nie wszystkie plotki się sprawdzą, nie wszystkie ich plany dojdą do skutku.



PANNA (23.08-22.09)

Cały tydzień spędzisz w biegu, zaferowany mnóstwem nowych spraw i ciekawych znajomości. Będziesz w doskonałej formie, a szczęście będzie ci sprzyjać. Słońce pomaga ci zdobyć to, czego pragniesz. Pamiętaj tylko o własnych korzyściach i przestań się wstydić, kiedy szef zapyta cię o pieniądze. Im więcej powiesz, tym więcej dostaniesz. W miłości też sukcesy.



WAGA (23.09-23.10)

Wenus doda ci blasku i odsłoni przed tobą różne ukryte sprawy. Tydzień będzie pełen ważnych wydarzeń, dlatego bądź czujny. W pracy osobiście pilnuj ważnych dla ciebie spraw i nie ufaj obietnicom kogoś, kto znany jest z zamiłowania do fantazji. Pod koniec tygodnia będziesz miał szansę wytropić tajemnicę lub dowiesz się ile zarabia konkurencja. Uświadomisz sobie, ile sam jesteś warty.



SKORPION (24.10-22.11)

Bez skrupułów wykorzystaj swoje atuty. W pracy wywalczysz podwyżkę lub premię, być może ktoś odda ci dług. Przyptyw gotówki wprawi cię w doskonały humor. Pod koniec tygodnia pilnuj spraw urzędowych. Ktoś może pomóc ci załatwić ważną dla ciebie sprawę. Weekend będzie gorący. Warto wybrać się gdzieś tylko we dwoje i choć na chwilę zapomnieć o obowiązkach i całej reszcie świata.



STRZELEC (23.11-21.12)

Będziesz miał więcej czasu, aby zająć się prywatnymi sprawami. Chętnie spotkasz się z krewnymi i przekonasz ich do kilku swoich pomysłów. To wprawi cię w doskonały humor. Ale jednocześnie bądź ostrożny, bo możesz przypadkowo spotkać kogoś, za kim wcale nie przepadasz. Może jednak bardziej opłaci ci się pogodzić, niż kłócić z tą osobą?



KOZIOROŻEC (22.12-20.01)

Wakacje sprawiają, że złagodniejesz. Będzie ci zależało, aby wszędzie panowała zgoda i serdeczna atmosfera. Dlatego chętnie weźmiesz na siebie rolę pośrednika w sporach i negocjacjach, co wszystkim wyjdzie na dobre. Przez cały tydzień szczęście ci sprzyja, ale w pracy ktoś może cię zaskoczyć swoimi pretensjami. Nie pozwól, aby wątpliwości lub dąsy popsęły ci humor.



WODNIK (21.01-20.02)

Zapowiada się spokojniejszy tydzień, jeśli tylko w pracy nie wplądziesz się w konflikt z kimś, kto jest mściwy i nieprzyjemny. Możliwe są nagłe zmiany planów, które w efekcie okażą się dla ciebie o wiele bardziej korzystne, niż przypuszczasz. Jednak zamiast brać udział w niepotrzebnej rywalizacji, zajmij się swoimi sprawami. Jeśli nie możesz wyjechać, zorganizuj sobie prywatne lato w mieście.



RYBY (21.02-20.03)

Przez cały tydzień ktoś cię będzie rozpraszał i zawracał ci głowę swoimi sprawami. Współpracownicy nie będą potrafili czegoś zrobić, a krewni wpadną z dłuższą wizytą, żeby omówić różne trudne tematy. Nie daj się sprowokować do klótni, ale też nie pozwól się całkowicie zdominować, bo przyniosą cię obowiązki. Mars pomoże wyznaczyć granice tego, co innym wolno, a czego nie.

Zwolnienie lekarskie na wakacjach

Gdy na urlopie zdarzy się wypadek lub choroba, to nie podawaj lekarzowi adresu domowego. Należy posłużyć się aktualnym adresem pobytu.

Może zdarzyć się tak, że w trakcie wymarzonego urlopu nad morzem lub w górach ulegniemy wypadkowi lub zachorujemy. Gdy zatrzyma nas to na dłużej w danym miejscu, to w trakcie wystawiania zwolnienia trzeba podać lekarzowi aktualny adres, pod którym będziemy przebywać w czasie „chorobowego”, a nie adres domowy. W przeciwnym wypadku możemy sobie narobić niepotrzebnych kłopotów. Jeśli później zmieni się miejsce pobytu, to nic nie szkodzi. Trzeba tylko w ciągu maksymalnie 3 dni poinformować o tym pracodawcę i ZUS.

By uniknąć kłopotów
Wskazanie prawidłowego adresu pobytu w czasie zwolnienia lekarskiego umożliwi przepro-

wadzenie kontroli prawidłowości wykorzystywania zwolnień lekarskich. Jest to bardzo istotne, bo nieusprawiedliwiona nieobecność chorego w domu w trakcie kontroli może być przyczyną odmowy prawa do wypłaty zasiłku chorobowego. Łatwo wyobrazić sobie sytuację, w której chory, będąc na wakacjach, może postępować wręcz idealnie, tzn. przebywać w miejscu zakwaterowania, wykonywać zalecenia lekarskie, unikać zachowań, które mogłyby wydłużyć rekonwalescencję, ale i tak kontrola zwolnienia zakończyłaby się negatywnie. Dlaczego? Bo przyszłoby pod adres zamieszkania. Nie zastawiaj nikogo kontrolujący podważy prawidłowe wykorzystanie zwolnienia i może się to skończyć brakiem wypłaty zasiłku.

Gdy potrzebujesz opieki bliskich
Zdarzają się też takie sytuacje, w których pacjent choruje w domu, ale po czasie uświadamia sobie, że potrzebuje jednak pomocy kogoś bliskiego i przenosi się np. do ro-



Piotr Olewiński

Regionalny
Rzecznik
Prasowy

dziny, która w tym czasie będzie się nim opiekować. Nic nie stoi na przeszkodzie, by to zrobić, ale trzeba pamiętać o pewnych obowiązkach względem ZUS i pracodawcy. Wtedy również trzeba poinformować swojego pracodawcę oraz Zakład Ubezpieczeń Społecznych o nowym adresie.

ZUS przypomina, że kontrolę wykorzystywania zwolnień lekarskich ma prawo przeprowadzić nie tylko Zakład Ubezpieczeń Społecznych, ale uprawnieni płatnicy składek, którzy wypłacają zasiłki (pracodawcy, którzy zatrudniają powyżej 20 osób). Kontrola polega na sprawdzeniu, czy zwolnienie wykorzystywane jest prawidłowo, tzn. czy chory wykorzystuje zwolnienie lekarskie zgodnie z jego przeznaczeniem i stosuje się do zaleceń lekarza, a nie np. pracuje, remontuje mieszkanie czy wykonuje inne prace, które mogłyby wydłużyć powrót do zdrowia.

„Wyprawa do dżungli” i „Zielony Rycerz”

NK Przedwiośnie zaprasza

Do repertuaru NK Przedwiośnie weszło kilka nowych tytułów. To film przygodowy z Dwaynem Johnsonem i Emily Blunt w rolach głównych, nowy thriller twórcy „Szóstego zmysłu” i „Split” M. Night Shyamalana oraz opowieść Davida Lowery’ego o zielonym rycerzu, rozgrywająca się na zamku Camelot. W cyklu „Portret kobiety” widzowie zobaczą komedię „Jak wywołałem byłą żonę”.

Nowa produkcja Disneya „Wyprawa do dżungli” to inspirowana słynną atrakcją parku rozrywki Disneyland opowieść o wyprawie do amazońskiej dżungli, w którą wyruszają kapitan Frank Wolff i dzielna podróżniczka dr Lily Houghton. Lily chce odnaleźć legendarne drzewo o niezwykłych właściwościach leczniczych i wywołać rewolucję w medycynie. Frank dysponuje nieco starszą łodzią, dzięki której dotrą do celu. Pozornie całkowicie niedobrana para bohaterów w czasie wspólnej wyprawy będzie musiała zmierzyć się z nadprzyrodzonymi siłami kryjącymi się w fantastycznym lesie deszczowym. Reżyserem filmu jest Jaume Collet-Serra.

Twórca filmu „Old” to reżyser, który z powodzeniem łączy konwencję kina grozy z paranormalnymi wątkami. Tym razem zabiera nas na wspaniałe wakacje wśród rajskich plaż. Na jednej z nich wypoczynek turystom mać makabryczne odkrycie – ciało kobiety ulegające dziwnie szybkiemu rozkładowi. Bohaterowie zaczynają zdawać sobie sprawę, że wybrane przez nich miejsce kryje w sobie

przeklętą moc: wszyscy, którzy zostają tam dłużej, zaczynają starzeć się w zatrważającym tempie.

Niespodziewane przybycie tytułowego Zielonego Rycerza na zamek Camelot zakłóca świętowanie Bożego Narodzenia na dworze króla Artura. Gigantycznej postury, szmaragdowskóry nieznajomy rzuca wyzwanie jego rycerzom. Odpowiada na nie Sir Gawain (Dev Patel), młody i porywczy siostrzeniec Artura. Pojedynek z tajemniczym olbrzymem, któremu niestraszne jest nawet pozbawienie go głowy, okaże się dla śmiałka ostatecznym sprawdzianem charakteru, odwagi i prawości.

6 sierpnia w repertuarze NK Przedwiośnie pojawi się „Legion samobójców”. W więzieniu z największym odsetkiem zgonów w USA trzymani są najgorsi superzłoczyńcy, którzy posuną się do wszystkiego, żeby odzyskać wolność. Mogą nawet zostać członkami supertajnej jednostki. Oddział przestępców: Bloodsport, Peacemaker, Kapitan Boomerang, Ratcatcher Druga, Savanta, King Shark, Blackguard, Javelin i Harley Quinn wyrusza na misję poszukiwawczą w towarzystwie pułkownika Ricka Flaga.

„Piękna i rzeźnik” to połączenie horroru i czarnej komedii. Jego bohaterką jest 17-letnia Millie (Kathryn Newton), która próbuje przetrwać ostatni rok w liceum. Kiedy zostaje celem seryjnego mordercy, Rzeźnika (Vince Vaughn), szkoła staje się najmniejszym

z jej zmartwień. W trakcie ataku w tajemniczy sposób Millie i Rzeźnik zamieniają się ciałami. Dziewczyna ma 24 godziny na odzyskanie swojego ciała, zanim zmiana stanie się trwała i zostanie uwięziona na zawsze.

10 sierpnia o godz. 18.00 NK Przedwiośnie zaprasza na pokaz w cyklu „Portret Kobiety”. Widzowie obejrzą „Jak wywołałem byłą żonę”. W rolach głównych Dan Stevens, Leslie Mann, Isla Fisher i znakomita Judi Dench. Film to zabawna komedia o tym, jak w małżeństwie może namieszać duch poprzedniej żony.

Bilety kosztują 15 zł. Cykl wspiera Miasto Płock. (I.)



ŻYCZENIA

W tym tygodniu imieniny obchodzą:

3 sierpnia – Lidia, August,
4 sierpnia – Dominik, Jan,
5 sierpnia – Maria, Stanisław,
6 sierpnia – Jakub, Stefan,
7 sierpnia – Dorota, Konrad,
8 sierpnia – Emilian, Dominik,
9 sierpnia – Roman, Irena.

Dzisiaj jest twój ważny dzień, więc niech ziści ci się sen, w którym, spełniasz swe marzenia, a los piasiek w złoto zmienia.

Basi Cendrowskiej życzenia przesyłają znajomi.

By się spełniły twoje życzenia, by się ziściły twoje marzenia, by uśmiech często gościł na twojej twarzy, byś zdobyła w życiu szczyty swoich marzeń. Wszystko co chciałybyś, by się zdarzyło, wszystko czego pragniesz, by twoim było. Życzenia urodzinowe dla **Pauliny Boruckiej** od przyjaciółek.

Jest w roku taki dzień,
W którym smutki idą w cień,
Więc z okazji tego dnia
Posłuchaj co ci życzę ja:
Dużo zdrowia i radości,
Szczęścia w życiu i miłości,
Moc najpiękniejszych wrażeń
I spełnienia
wszystkich marzeń.

Dla **Klaudii Kinałskiej-Sztuczki** życzenia przygotowała siostra.

Życzenia dla ciebie:
Nie zerkaj za siebie,
Idź śmiało przez życie,
Podkochuj się skrycie,
Kontroluj swe żądze,
Zarabiaj pieniądze,
Lekceważ pętałów, Unikaj cwaniaków,
Przepisów przestrzegaj,
Na sobie polegaj.

Sylwii Bartzakowskiej życzenia przesyłają koleżanki.

Najlepsze życzonka, dużo zdrowia i słonka, humoru dobrego, życia

kolorowego i wielkich wrażeń przy spełnianiu marzeń! Dla **Darii Palkowskiej** życzenia przesyłają znajomi.

Przez długie lata
wspólnego życia w małżeństwie
bądźcie ze sobą złączeni
jak gałązka z pnem, z którego
wyrasta,
a mimo trudności życiowych
niech Was mech zniechęcenia
nigdy nie obrasta.

Kochajcie się i wspierajcie,
Bądźcie dla siebie wsparciem.
Oli i Rafałowi z okazji zawarcia związku małżeńskiego najserdeczniejsze życzenia przesyła chrzestna Beata z rodziną

mk

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

Filmowe podróże w Kinie za Rogiem

Kino za Rogiem zaprasza na wakacyjny cykl „Kartki z podróży”. Wraz z reżyserami i aktorami podróżować będziemy do Turcji, Australii, Kalifornii i Buenos Aires. Wybierzemy się też w niebezpieczny rejs po Pacyfiku. Dla miłośników polskiego kina: „Żyć Mateusza” Witolda Leszczyńskiego i „Dom zły” Wojtki Smarzowskiego. Wstęp na pokaz drugiego filmu jest bezpłatny.

4 sierpnia (środa) o godz. 18.00 – KARTKI Z PODRÓŻY – dramat „41 dni nadziei”. Dwoje zakochanych młodych żeglarzy wyrusza w rejs przez Pacyfik do odległej o tysiące kilometrów Kalifornii. Nie wiedząc, że zmierzają w kierunku jednego z największych huraganów w historii. Bilety: 10 zł (zwykły), 8 zł (ulgowy).

7 sierpnia (sobota) o godz. 16.00 dzieci obejrzą animację „Wyprawa Magellana” o wyprawie nieustraszonego podróżnika dookoła świata. O 18.00 – „Mustang”, debiutancki film Deniz Gamze Ergüven, określany jako jeden z najlepszych festiwalnych filmów ostatnich lat. Nominowany do Oscara, Złotych Globów i Bafta.

11 sierpnia (środa) godz. 18.00 – KLASZYKA POLSKIEGO KINA – „Żyć Mateusza” z Franciszkiem Pieczką i Anną Milewską. Film opowiada o rodzeństwie, Oldzie i Mateuszu, których harmonijną egzystencję zakłóca pojawienie się obcych.

14 sierpnia (sobota) godz. 16.00 – „Wiking i magiczny miecz”. O 18.00 – „Dom zły”. Dwie prowadzone równolegle opowieści dziejące się w jednym miejscu – w domu położonym w odludnej części Bieszczad: historia tragicznych wypadków z jesiennej nocy z 1978 roku i milicyjnego śledztwa w tej sprawie prowadzonego w zimowy dzień cztery lata później.

17 sierpnia (wtorek) godz. 18.00 – Klub Filmowy: „Ostatnie prośby hrabiego Ancillotto”. Do rozwikłania zagadki związanej z morderstwem kierownika cementowni oraz teatralnego samobójstwa hrabiego Desiderio Ancillotto oddelegowany zostaje inspektor Stucky. Zanim zdąży rozwiązać sprawę, w sennym miasteczku dochodzi do kolejnego tajemniczego zabójstwa.

18 sierpnia (środa) godz. 18.00 – KARTKI Z PODRÓŻY: „Oddech” – film o surfingu, odwadze, strachu i dojrzewaniu.

21 sierpnia (sobota) o godz. 16.00 – „Opowiadania z piaskownicy” – seria krótkich historii z życia 5-letniego Tomka, oparta

na motywach opowiadań Renaty Piątkowskiej. Dorośli widowie o 18.00 obejrzą polski film z 2021 roku „Lokal zamknięty” w reż. Krzysztofa Jankowskiego. Bohaterowie: znany finansista i jego przyjaciel-bankrut, policjant oraz dwie panie lżejszych obyczajów zostają przez urzędnika sanepidu zamknięci w pensjonacie na godziny na całe 10 dni – na przymusowej kwarantannie. Grają: Mateusz Damięcki, Janusz Chabior, Paweł Kośliński, Wojciech Solarz. Bilety: 10 zł (zwykły), 8 zł (ulgowy).

25 sierpnia (środa) godz. 18.00 – KARTKI Z PODRÓŻY: „Nasze miejsce na ziemi”. Wraz z bohaterami: operatorem filmowym i blogerką kulinarną oraz ich owczarkiem collie odbędziemy podróż z miasta na prowincję. Od idealistycznej wizji własnej farmy do wypracowania – po latach wielkich porażek i małych zwycięstw – świetnie funkcjonującego rolnego przedsiębiorstwa ekologicznego.

28 sierpnia (sobota) godz. 16.00 – animacja „Śnieżna paczka”. O godz. 18.00 – „Anioł” Luisa Ortega. Film luźno oparty na życiu seryjnego mordercy Carlosa Robledo Pucha zwanego „Aniołem śmierci”, skazanego za 11 zabójstw na karę dożywotnią więzienia.

Bilety dostępne są na stronie Płockiego Ośrodka Kultury i Sztuki. (I.)



NIE TYLKO KULINARNE WĘDRÓWKI PO POLSCE

Kaczka dziwaczka

Od kilku lat na polskich stołach można zaobserwować powracającą modę na kacze mięso. Dlatego w wielu restauracjach wprowadzono dania z kaczki, aby zadowolić oczekiwania gości. Również na wieś powróciły kaczuszki, ponieważ wzrosło zainteresowanie tuszkami kaczek hodowanych w gospodarstwie, nie zaś na fermie. Jednak nie zawsze mięso kaczki uchodziło za wykwintne. W XVII-wiecznej Polsce uważano, że mięso to szkodzi bardziej szlachetnym, a zarazem delikatnym układom trawiennym. Jedynie chłopcy i flisacy mieli na tyle wytrzymałe organizmy, że w opinii ówczesnych żywieniowych autorytetów mogli jeść nawet kaczki. Dzisiaj pieczona kaczka z pomarańczą to synonim luksusu.

W chwili obecnej na krzaczkach dojrzewają czarne porzeczki. Ich kwaśny smak doskonale komponuje się z kaczym mięsem. Może więc warto wypróbować poniższy przepis, bo w mojej opinii czarne porzeczki smakują z pieczoną kawką lepiej niż cytrusy.



Piotr Chudziński

Kaczka z czarnymi porzeczkami

Skład:

- 1 tuszka kaczki (ok. 1,5 - 2 kg);
- 250 g czarnych porzeczek;
- 80 g cukru;
- 5 czerwonych cebul;
- 1 łyżka francuskiej musztardy;
- pęczek świeżego majeranku;
- łyżeczka suszonego majeranku;
- sól, pieprz.

Wykonanie:

Tuszkę kaczki starannie płuczemy, osuszamy papierowym ręcznikiem, nacieramy z zewnątrz i wewnątrz solą, pieprzem oraz suszonym majerankiem. Tak przygotowaną tuszkę odkładamy na ok. 3 godziny w chłodne miejsce. Po tym czasie układamy kawkę piersią do dołu w brytfannie. Do wnętrza kaczki wkładamy pęczek świeżego majeranku. Wlewamy wrzącą wodę do brytfanny, tak aby sięgała do połowy tuszki. Umieszczamy brytfannę z kawką na pół godziny w piekarniku rozgrzanym do 200 st. C. Po tym czasie zmniejszamy temperaturę do 170 st. C i pieczemy kawkę ok. 2, 5 godziny. Podczas pieczenia pamiętamy o częstym polewaniu kaczki wytopionym tłuszczem. Po 1,5 godziny odwracamy kawkę piersią do góry. Płuczemy czarne porzeczki, zasypujemy cukrem i dusimy około pół godziny. Po tym czasie przecieramy porzeczki przez sito, aby pozbyć się skórek. Obieramy czerwone cebule i kroimy w piórka. Do rondelka przezlewamy ok. 5 łyżek tłuszczu, który wytopił się z kaczki podczas pieczenia. Na tłuszczu przesmażamy pokrojoną cebulę, do momentu aż zmięknie. Następnie dodajemy przetarte porzeczki, musztardę i doprawiamy sos solą oraz pieprzem. Przed porcjowaniem kaczki sprawdzamy, czy skórka jest chrupiąca, jeśli nie, to zwiększamy temperaturę piekarnika do 200 st. C i włączamy grill, po chwili powinniśmy uzyskać rumianą i chrupką skórkę. Kawkę serwujemy pokrojoną w porcje z sosem podanym w osobnej miseczce z młodymi ziemniaczkami polanymi kaczym tłuszczem i posypanymi majerankiem.

Jan Brzechwa, autor licznych wierszy dla dzieci, w tym tego o dziwnej kaczce (Kaczka Dziwaczka), nie przepadał za dziećmi. Niemniej to utwory dla dzieci przyniosły mu nieśmiertelność. Natomiast uwielbiał kobiety, trzy razy był żonaty, co wcale nie oznaczało, że nie było więcej kobiet w jego życiu - miał liczne romanse. Jednak trzeciej żonie kolejne miłosne uniesienia męża nie przeszkadzały. Cóż, można to skomentować za pomocą ostatniego wersu wiersza o kaczce - „Taka to była dziwaczka!”.

dr Izabela Chudzińska
etnolog, antropolog jedzenia

PŁOCK

BIBLIOTEKAD LAD ZIECI„C hotomek”, ul. Sienkiewicza 2, tel. 262-27-69.

BIBLIOTEKA im. Zielińskich, pl. Narutowicza2, tel. 366-99-70.

DOMBR ONIEWSKIEGO, ul. Kościuszki 24.

DOMD ARMSTADT, ul. Stary Rynek 8, tel. 367-19-22, fax 367-19-33.

DOMTEC HNIKA PKN Orlen S.A., ul. Kazimierza Wielkiego 41, tel. 262-82-54 do g. 15, tel. 262-77-36.

GALERIAa .r.t.,ul.K azimierzaWiel kiego24/24A , tel. 268 76 34.

GALERIA„, Otoj a”,pl.N arutowicza 2, tel. 609 746 402 (w g. 14.00– 17.30).

GALERIAS ZTUKID zieciiM łodzieży, CH Atrium Mosty, ul. Tysiąclecia 2a, tel. 369 16 08.

HOTEL„,Her man”,ul.S ienkiewicza 30.

KINOHE LIOS,G aleriaWi śla,ul.Wy szogrodzka 144, tel. 363-34-45.

KLUBOS IEDLAKO CHANOWSKIEGO, tel. 262-79-96.

KLUBOS IEDLAD WORCOWA, tel. 262-72-08.

KLUBOS IEDLAŁ UKASIEWICZA, tel. 263-94-12.

KSIĄŻNICAPŁOC KA, ul. Kościuszki 6, tel. 262-31-17.

MŁODZIEŻOWYD OMKU LTURY, ul. Tumska 9a, tel. 262-28-30.

MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY, Filia w ogro-dzie jordanowskim, ul. Wyszogrodzka 1, tel. 364-31-84.

MŁODZIEŻOWYD OMKU LTURY, Filia – eM-DeKuś w Szkole Podstawowej nr 23, ul. Walecznych 20, tel. 510 590 790.

MUZEUMD IECEZJALNE, ul. Tumska 3a, tel. 262-26-23.

MUZEUMMA ZOWIECKIE, ul. Tumska 8, tel. 262-44-91.M uzeumczyn ne:w torek–nie dzieła,g. 10– 17, w czwartki wstęp wolny.

MUZEUM ŻYDÓW MAZOWIECKICH, ul. Kwiatka 7.

NOVEKINOPR ZEDWIOŚNIE, ul. Tumska, tel. 367-65-00.

OGRÓDZO OLOGICZNY, ul. Norbertańska2, kasabi letowatel.366– 05-14.

PŁOCKAG ALERIAS ZTUKI, ul. Sienkiewicza 36, tel. 364-60-41.

PŁOCKALO KALNAOR GANIZACJATU RY-STYCZNA, tel./fax 364-99-90.

PŁOCKAO RKIESTRAS YMFONICZNA, ul. Bielska 9, tel. 364-10-80

PŁOCKIOŚ RODEKKU LTURYI S ZTUKI, ul. Tumska 9A, tel. 366-43-33.

PLYWALNIE (czynne w g. 7– 22):

Jagiellonka, ul. 3 Maja 4, tel. 262-58-69;

Podolanka, ul. Czwartaków 6, tel. 267-81-20.

SALA KONCERTOWA„Dzied Plocka”, ul. Jachowicza 34.

SPICHLERZ.D ziałEt nograficznyM uzeumM azo-wieckiego,ul.K azimierzaWiel kiego 11b, 262-25-95.

SPÓŁDZIELCZYD OMKU LTURY, ul.K rzywoustego3,tel./f ax263- 35-60.

TEATRD RAMATYCZNYim .J.S zaniawskiego, Nowy Rynek 1, tel. 266-38-00.

TOWARZYSTWON AUKOWEPŁOC KIE, pl. Narutowicza 8, tel. 366-99-50.

MECHANIK SAMOCHODOWY

All-Car, ul. Spokojna 28, tel. 366-50-64

Alternatory, rozruszniki - naprawa, ul. Wiatraki 4, 603-846-516

Armax, ul. Sienkiewicza 64, tel. 262-44-24

Auto-Alfa, ul. Wyszogrodzka 100, tel. 262-73-34

Auto-Box, ul. Zbożowa 29, tel. 264-32-90

Auto-Cross, ul. Kościuszki 8, tel. 266-48-46

Auto Elektro Mechanika, ul. Graniczna 46, tel. 367-37-88

Auto-Mechanika, ul. Czeresniowa 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, ul. Kochanowskiego 10E, tel. 601-850-560

Auto-Naprawa, ul. Rzeczna 25, tel. 268-57-83

Auto-Serwis, ul. Bielska 70, tel. 267-94-80

Auto Serwis Zapłon, ul. Bliska 17, tel. 262-83-20

Blacharstwo i Mechanika, ul. Gradowskiego 30, tel. 262-94-91

Carselect, ul. Kutnowska 18, tel. 266-38-93

Diagnostyka i Mechanika Samochodowa, ul. Seme-stralna 1, tel. 264-13-85

Elektromechanika, ul. Maneżowa 22, tel. 264-58-49

Firma Auto Holo Naprawa, ul. Grabówka 15A, 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, ul. Agrestowa 1, tel. 514-040-641

Mechanika Pojazdowa, ul. Drzewna 5, tel. 262-30-85

Mechanika Pojazdowa, ul. Klonowa 3A, tel. 601-271-198

Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 18, tel. 606-290-094

Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 25, tel. 367-10-55

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. Dobrzyńska 58, 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

Bazylia, ul. Podchorążych 1, tel. 510 216 000

Biesiadowo, ul. Królewiecka 20, tel. 530 493 940

Bistro Bella Italia, ul. Wyszogrodzka 144, tel. 363-33-46.

Corner, ul. Kwiatka 27, tel. 262-74-90

Corner, ul. Kolegialna 39, tel. 262-69-74

Corrida, ul. Rembielińskiego 3, tel. 262-81-16

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

Dowozorro, ul. F. Chopina 28, tel. 24 366 22 82

Festa Italiana, ul. Słoneczna 4A, tel. 737 814 299

Gruby Benek, ul. Tumska 14, tel. 386-22-22

Killer, ul. Grodzka 3, tel. 268-81-25

Laguna, ul. Staromiejska 2, tel. 366-69-79

Oliva, al. Jana Pawła II 21C, tel. 504 504 291

Piccantino, ul. Synagogałna 2/8a, tel. 881 531 423

Pino, ul. Spółdzielcza 14, tel. 264-18-17

Pizza Hut Express, Galeria Wisła, tel. 22 536 36 36

Pizza Pai, ul. Wyszogrodzka 140, tel. 262-02-65

Presto, ul. Stary Rynek 6, tel. 367-69-67

Primo, ul. Północna 8, tel. 503-800-813

Rimini Express, ul. Spółdzielcza 14, tel. 262-74-95

Roma, ul. Grodzka 13, tel. 268-38-60

Tele Pizza, ul. Nowy Rynek 5, tel. 268-71-69

Tessa, ul. Grodzka 4, tel. 262-33-31

PUBY I KLUBY

Angels Prestige Club, Al. S Jachowicza 29, tel. 601 441 113

Faceclub, Al. S. Jachowicza 49, tel. 601 441 113

Figaro Club, ul. Dworcowa 6A, tel. 264-39-51

Klimat, ul. Miodowa 8, tel. 262-18-75

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

Rock 69, plac Gabriela Narutowicza 2, tel. 366-39-38

Stacja Warka, ul. Tumska 9, tel. 24 264 15 25

Queen, ul. Grodzka 4, 790-800-378

Zachęta, ul. Grodzka 9, tel. 502 666 112

RESTAURACJE

Antrykot Steakhouse, Stary Rynek 25, tel. 24 364 30 03

Art Deco, ul. Stary Rynek 17, tel. 268-57-51

Browar Tumski, ul. Stary Rynek 13, tel. 268-69-39

Browar & Restauracja Tumska13, tel. 24 366 66 77

Burgeroom, ul. Kochanowskiego 48, tel. 883 681 117

Burrata, al. Jana Pawła II 12C, tel. 537 937 033

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 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

Krepsiaki, Stary Rynek 9, tel. 797 488 848

Książęca, ul. H. Sienkiewicza 30, tel. 24 367 00 67

Oberża Pod Strzechą, ul. Dobrzyńska 62C, tel. 367-20-46

Pod Strzechą, ul. Grodzka 5, tel. 262-24-00

Restauracja Trzy Klimaty, ul. Armii Krajowej 17, tel. 366-15-35

Restauracja Piast, Al. Kobylińskiego 14, tel. 263-86-30

Salonik Babci Krysi, Stary Rynek 27, tel. 791 187 236

Retro, ul. Stary Rynek 5, tel. 607 790 969

Tango, ul. Bielska 61, tel. 262-79-93

W Kapuście, pl. G. Narutowicza 1, tel. 500 515 657

Wieża Ciśnień, ul. Warszawska 26, tel. 24 367 10 00

Wiselka, ul. Harcerska 102, tel. 264-83-17

Zajazd Rybaki, ul. Mostowa 5, tel. 264-56-58

SZEWCY

ul. Gronowa 15, tel. 600-433-029

ul. Jachowicza 40, tel. 603-892-486

ul. Jerozolimska 3, tel. 262-77-41

ul. Obróńców Westerplatte, tel. 502-316-307

ul. Wyszogrodzka 140, tel. 366-36-07

TAXI

Centrum, tel. 264-44-44

Elf, tel. 720 588 588

Euro-taxi, tel. 196-26

Mercury, tel. 24 262 23 19

MPT Radio Taxi, tel. 24 266 89 53

Szóstki, tel. 266-66-66, 96-62

Taxi-Eska, tel. 24 266 89 53

Taxi Mazowsze, tel.262-00-00

Taxi Merc-Des, tel. 24 262 99 99

Taxi Metro, tel. 196-69, 196-65

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

Marion, ul. Piłsudskiego 31, 264-39-48

Medi Wet, ul. Rembielińskiego 11, tel. 24 263 13 22

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

Przychodnia weterynaryjna POLIVET, ul. Krzywoustego 2B, tel. 366-75-95

Wibrys, ul. Hubalczyków 6, tel. 266-94-10

GOSTYNIN
MIEJSKIE CENTRUM KULTURY, ul. 18 Stycznia 2, tel. 235-22-95, 235-34-47
MECHANIK SAMOCHODOWY
Auto-Naprawa, ul. 11 Stycznia 22A, tel. 510-191-601
Auto-Naprawa, ul. Mickiewicza 31, tel. 235-51-12
Auto-Regulacja, ul. Szydłowieckiego 13, tel. 235-47-69
Mechanika Pojazdowa, ul. Czapskiego 49, tel. 235-53-37
PIZZERIE
K-2, ul. Kościuszki 1A, tel. 235-93-93
Bordoo, ul. Wyszryńskiego 40, tel. 694 000 584
Retro, ul. Floriańska 8, tel. 235-22-88
PLYWALNIE
ul. Kutnowska 7A, tel. 235-34-56

RESTAURACJE
Bajka, ul. Kościuszki 7, tel. 235-23-67
Domino, ul. Floriańska 21, tel. 882 509 201
Dziupla Wróbla Foodtruck, Bierzewicka 32, tel. 791 087 189
Restauracja Kolumnowa, ul. Zamkowa 31, tel. 235-45-00
Sahara, pl. Wolności 6, tel. 235-91-00
TAXI
Postój, tel. 235-24-04
WETERYNARZ
Gabinet weterynaryjny, ul. Zamkowa 19, tel. 235-42-33
Medvet, ul. Kutnowska, tel. 235-84-84
KUTNO
KUTNOWSKID OMKU LTURY.
ul. Żółkiewskiego 4, tel. 254-21-37
MUZEUMBI TWYN ADBZU RA, Park Wiosny Ludów, tel. 253-31-41
MUZEUMR EGIONALNE, pl. marsz. J. Piłsudskiego 20, tel. 254-79-64

PLYWALNIE
Aquapark Kutno, ul. Kościuszki 54, tel. 357-56-00
RESTAURACJE
Ale Smacznie, ul. Warszawskie Przed-mieście 31, tel. 254-33-11
Dworek, ul. Kościuszki 9, tel. 335-22-91
Jana, ul. Zduńska 11, tel. 355-73-53
MECHANIK SAMOCHODOWY
Auto-Awis, ul. Przemysłowa 2, tel. 254-67-47
Autoryzowany Serwis Samochodowy, ul. Józefów 26, tel. 355-77-73
Car-Chem, ul. Oporowska 19, tel. 254-23-84
Elektromechanika Pojazdowa, ul. Piwna 10/6, tel. 604-718-794
Zakład Elektromechaniki Pojazdowej, ul. Warszawskie Przedmieście 22, tel. 253-79-08
Zakład Samochodowy, ul Broniewskiego 7, 253-79-28
SZEWCI
Szewskie usługi, ul. Tarnowskiego 11
TAXI
Tanie Taxi, tel. 515 106 006
24 h, tel. 515 106 006
SIERPC

CENTRUMK ULTURY i SZTUKI , ul. Piastowska 39, tel. 275-24-93
KAWIARNIA „Nad Basenem” , ul. Su-charskiego 2, tel. 275-74-72 wew. 47
MUZEUM WSI MAZOWIECKIEJ–SKANSEN , ul. GabrielaN arutowicza64, tel. 275-28-83; Skansenczyn nyw torek–niedziela w g. 9–15
RATUSZ , pl. Kardynała Wyszyńskiego 1, tel. 275-28-26, wtorek–piątek 8–16, sobota, niedziela 10–17, (w poniedziałki nieczynny)
PIZZERIE
Bella, ul. Traugutta 3A, tel. 275-61-57
Bona, ul. Jana Pawła II 1A, tel. 275-71-00

PLYWALNIE
ul. Sucharskiego 2, tel. 275-74-72 (czyn-ny w g. 8–21)
RESTAURACJE
Bistro u Mariusza, ul. Wiosny ludów 22, tel. 534 343 455
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
Zajazd Aga, Mieszczek 24, tel. 275-23-62
Zakątek, ul. Piastowska 27C, tel. 789-024-944
MECHANIK SAMOCHODOWY
Duxpol. Mechanika Samochodowa, ul. Piastowska 78, tel. 665-731-988
Mechanika Pojazdów Samochodowych, ul. Piastowska 76, tel. 509-521-890
Mechanika Pojazdowa, ul. Bema 16, tel. 275-11-18
Mechanika Pojazdowa, ul. Kolejowa 9A, tel. 692-043-657
Mechanika Pojazdowa, ul. Białobłocka 22, tel. 275-50-87
Zakład Mechaniczny, ul. Traugutta 50C, tel. 275-26-52
SZEWCI
Naprawa obuwia, ul. Płocka 47
WETERYNARZ

Allvet, ul. Zawiszy Czarnego 6, tel. 275-61-05

Gabinet weterynaryjny, ul. Polna 1, tel. 502-623-656

Przychodnia weterynaryjna, ul. Piastow-ska 45A, tel. 231-15-33

Lecznica dla zwierząt, ul. Konstytucji 3 Maja 40, tel. 275-27-09

CEKANOWO
Zajazd„P odŚ zczęśliwą Gwiazdą”, ul. Polna 1, tel. 261-93-93

CIERSZEWO
OsrodekR ekreacyjno-Szkoleniowy, tel. 260-94-65, 260-94-66
DĄB POLSKI
Pensjonat„D ąbP olski”, tel. 260-41-13
GĄBIN
MuzeumZ iemiG ąbińskiej, ul. Stary Ry-nek 6, tel. 277-12-09, 277-12-22
KROŚNIEWICE
Muzeum im. J. Dunin-Borkowskiego, pl. Wolności 1, tel. 252-32-19
ŁĄCK
Restauracja-HotelR usalka, ul. Płocka 14, tel. 384-18-00
OPORÓW
Zamek, tel. 285-91-22, 285-91-80
RACIĄŻ
MiejskieC entrumK ultury,S portu i Re-kreacji im. Ryszarda Kaczorowskiego wR aciążu, ul. Parkowa 14, tel. (23) 679-10-78
SANNIKI
Pałac, tel. 277-61-70
ŚLUPNO
Zajazd„M azowsze”, ul. Miszewska 8, tel. 386-27-60
STAROŻREBY

Restauracja, Kawiarnia i Sala Bankie-towa„A nastazja”, ul. Płocka 69A, tel. 261-25-41

WYSZOGRÓD
CentrumK ultury „Wisła”, ul. Rynek 1, tel. 508-049-100
ŻYCHLIN
Żychliński Dom Kultury, ul. Fabryczna3, tel./fax 285-10-34

DYŻURY APTEK
Płock: do 5.08. – ul. Tysiąclecia 2a, 369 12 50; od 5.08. – ul. Tadeusza Gierzyńskiego 17, 364 22 24. W niedzielę w g. 10–20 apteka Elixir w hipermarkecie Auchan, tel. 262-11-02; apteka, ul. Gałczyńskiego 11 (Kaufland) – czynne codziennie w g. 8–22. Gostynin: ul. Czapskiego 4: poniedziałek – piątek – w g. 8-20; sobota – w g. 8-14; ul. Ry-nek 25 – czynne przez całą dobę w dni powsze-dnie, dni wolne od pracy, niedziele i święta. Sierpc: 3.08. – ul. Traugutta 1, 4.08. – ul. Konstytucji 3 Maja 7D, 5.08. – ul. Piastowska 42, 6.08. – ul. Słowackiego 13, 7.08. – ul. Bra-ci Tułdzieckich 1A, 8.08. – ul. Jana Pawła II 38, 9.08. – ul. Matejki 1C.

WAŻNE TELEFONY
AIDS Zielona linia, tel. (22) 621-33-67. HOSPICJUM PŁOCKIE, ul. Bielska 19: dyżury w każdą środę w g. 16-18, tel. 263-14-06, 262-46-64, 262-36-79. INFOLINIA Społeczna Mazowsze, tel. 800-565-153. INFORMACJA PKS, tel. 703-403-314. POGOTOWIE CIEPŁOWNICZE: Płock tel. 993 – bezpłatny; Gostynin tel. 235-27-69, Kutno tel. 253-32-22, Sierp. tel. 275-21-61. POGOTOWIE DROGOWE: Płock tel. 957 i 268-02-22. POGOTOWIE ENERGETYCZNE: tel. 991 – bezpłatny numer dla Płocka, Gostynina, Kutna, Łęczycy, Sierpca i Wyszogrodu. Tel. 365-10-10 – płatny numer dostępny w sieci telefonii komórkowej dla Płocka, Kutna, Gostynina, Sierpca, Łęczycy i Wyszogrodu. POGOTOWIE GAZOWE Płock tel. 262-24-38. POGOTOWIE OPIEKUŃCZE Płock, tel. 262-36-85. POGOTOWIE RATUNKOWE Płock, ul. Strzelecka (noc-na pomoc lekarska), tel. 366-78-03 i 366-78-04. POGOTOWIE WODOCIĄGOWE: Płock tel. 994 i 364-42-44; Gostynin tel. 235-33-66; Kutno tel. 254-74-61 do g. 15 i 351-89 po g. 15.; Sierpc tel. 274-28-01. STRAŻ MIEJSKA Płock, tel. 986 i 366-03-10. PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO, ul. Miodowa 2, tel. 364-53-21. TELEFON (niebieska linia dla ofiar przemocy): 801-120-002. TELEFON ZAUFANIA Policji w sprawie narkotyków 268-58-58. „W” – 262-40-76 w g. 18–19 (informacje o choro-bach przenoszonych drogą płciową i AIDS); Stowarzysze-nie „Kai Kairos” – 367-39-88 w g. 15–22, soboty w g. 11–19.



z tradycyjnego plecaka
opalanego drewnem

Knajpka 10, 5
pl. Narutowicza 2
tel. 24 264 72 92



**Nie masz
czasu ?**

Ogłoszenie drobne
w Tygodniku Płockim
wyślij przez internet:

www.bo.tp.com.pl/ogloszenia

**TANIE
ZNICZE**
u Iwonki

PROMOCJA!

NAJTAŃSZE W MIEŚCIE!

- * ZNICZE
- * WKŁADY
- * KWIATY

09-400 Płock,
ul. Rembielińskiego 6A



Sklep Firmowy Płock,
ul. Rembielińskiego 1
oraz ul. Miodowa 8,
tel. 518-493-130

Zapraszamy
do skosztowania naszych specjalów
i przyłączenia się do grona wiernych
i zadowolonych klientów.

CATERING:

- wyroby garmazeryjne
- menu okolicznościowe
(wg indywidualnego zamówienia)

Złóż zamówienie!
518-493-130

Życzymy Państwu smacznego!



STU Płock
Sp. z o.o.
www.stuplock.pl

09-400 Płock, ul. Przemysłowa 21, tel. 24 262 40 82; 607-655-732

Baza Radzanowo - ul. Spółdzielcza 7, tel. 24 261 34 23; 606-628-643

Baza Blichowo 61E, tel. 24 265 13 85; 606-628-766

Baza Mała Wieś - ul. Płońska 9B, tel. 24 231 40 24; 606-627-938

WAPNIAK KORNICKI



WAPNO NAWOZOWE LUZ 50%



**WAPNIAK
POLSKI**



NAJLEPSZE NAWOZY WAPNIOWE

Dołącz do nas online
www.tp.com.pl

oraz



fb/gazetatygodnikplocki

newser24.pl
krótco, ciekawie **na żywo**

Najwięcej informacji z naszego regionu

Złap newsa !

www.newser24.pl

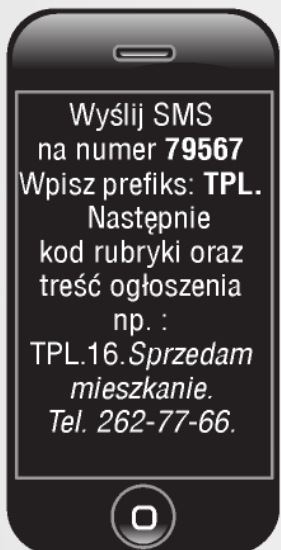
14.000.000 ODSŁON
tp.com.pl

Zapraszamy do reklamy

bo@tp.com.pl | 24 262 77 66



Proponujemy Państwu szybki i wygodny sposób zamieszczenia ogłoszeń drobnych
w Tygodniku Płockim poprzez wysłanie SMS pod numer **79567**



KODY rubryk

AGD-RTV - 1
AUTO - MOTO - 2
KUPIĘ - 2A
SPRZEDAM - 2B
USŁUGI - 2C
TRANSPORT - 2D
BIZNES - 3
BUDOWLANE - 4
KUPIĘ - 4A
SPRZEDAM - 4B
USŁUGI - 4C
OGRODZENIA - 4D
REMONTY - 4E
STOLARSTWO - 4F

ELEKTRONIKA - 5
FINANSE - 6
FOTO-VIDEO - 7
HANDEL - 8
KOMIS-LOMBARD - 9
KREDYTY - 10
MASZyny I URZĄDZENIA - 11
MATRYMONIALNE - 12
MEBLE - 13
KUPIĘ - 13A
SPRZEDAM - 13B
MEDYCYNA - 14
ZDROWIE I URODA - 14A
NAUKA - 15

NIERUCHOMOŚCI - 16
USŁUGI - 16A
SPRZEDAM - 16B
KUPIĘ - 16C
WYNAJME - 16D
ZAMIENIĘ - 16E
NOCLEGI - 17
OPAL - 18
PRACA - 19
DAM - 19A
SZUKAM - 19B
ROLNICZE - 20
SPRZEDAM - 20A
KUPI - 20B
USŁUGI - 20C
OGRODNICZE - 20D

RÓŻNE - 21
KUPIĘ - 21A
SPRZEDAM - 21B
USŁUGI INNE - 21C
TURYSTYKA
I WYPOCZYNEK - 22
UROCZYSTOŚCI - 23
ZGUBY - 24
ZWIERZĘTA - 25
ZA DARMO - 26
ODDAM - 26A
POTRZEBUJĘ - 26B

Ogłoszenie drobne przez SMS



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 przysyłać kilku SMS-ów o takiej samej treści do jednego wydania gazety.

Ogłoszeń Towarzyskich nadanych SMS-em nie przyjmujemy.

**DOM I OGRÓD****OGRÓD**

fontannapolska@interia.eu

690805

MASZ do posprzątania posesję, działkę, do wywieżenia niepotrzebnych rzeczy, ścięcie trawy, drzew? Renowacja trawników. Zadzwoń: 512-048-186.

766986

OPał / OGRZEWANIE

SPRZEDAM po okazjnej cenie kocioł grzewczy Vissman Colorand na olej opałowy 23 KW oraz 2 atestowane zbiorniki na olej po 1500 l. Cena 1500 zł. 664-937-079.

831067

WĘGIEL POLSKI**Paczkowany i luzem****Dowóz GRATIS !!!**

Drewno opałowe • Drewno kominkowe

507 248 248

Płock, ul. Portowa 8

SA-63

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-16

**OLEJ NAPĘDOWY
OPALOWY****Transport Gratis.****Faktury VAT.**

Rabaty, konkurencyjne ceny

604 909 581

tel/fax (24) 263-79-65

SA-18

WYPOSAŻENIE WNĘTRZ /**DEKORACJE**

Folie okienne FOLKOS Łomża i okolice: oklejanie szyb folią; sprzedaż folii okiennych; usługa demontażu starej zniszczonej folii. 792-457-282.

819389

EDUKACJA**KOREPETYCJE I POMOC W NAUCE**

JĘZYK polski, matura, korekta prac dyplomowych. 606-471-202.

623931

Student politechniki z trzyletnim doświadczeniem w nauczaniu udzieli korepetycji z matematyki dla dzieci oraz uczniów szkoły średniej. Zajęcia prowadzę online. Osoby zainteresowane proszę o kontakt na numer 575 961 294.

832922

KURSY / WARSZTATY / SZKOLENIA

Warsztaty Językowe „Bajkowy Tydzień 26-30.07.” oraz „Jurassic World 02-06.08.” 10:00-15:00. Oferujemy zajęcia z języka angielskiego, warsztaty SLIME, obiad od „Gary Babci Krysi”, owoce, woda i mnóstwo ZABAwy! 515-270-592.

832081

ELEKTRONIKA / AGD**AGD****NAPRAWA sprzętu
AGD. 793-006-495.**

833987

KONSOLE

Sprzedam drona pro2, 2 baterie, etui, wszystko działa ok. 783-791-306.

820169

TELEWIZORY

DOMOWE naprawy telewizorów, tel. (24)263-66-17, 501-061-587.

812365

MOTORYZACJA**CZĘŚCI I AKCESORIA****AKUMULATORY, Płock,
Graniczna 20D (dojazd od
Otołińskiej). 603-685-664.**

812242

POZOSTAŁE

PRZEWÓZ osób busami. Tel. 607-055-616.

706640

Garaze Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport i montaż
GRATIS cały KRAJ
Dogodne **RATY**

www.konstal-garaze.pl

23-683-10-85 24-368-32-17
46-880-50-31 54-233-81-41
509-574-644 505-526-036

SAMOCZODY OSOBOWE

AUTO-KASACJA, skup samochodów do wyrejestrowania, wydajemy zaświadczenia do wydziału komunikacji. (24)275-61-60, 691-770-972.

815888

**AUTO-SKUP: całe,
rozbite. 602-123-360.
Złomowanie, odbiór.**

693485

Kupię auta osobowe: Toyota, Nissan, Daewoo, Volkswagen i inne. Kupię też dostawcze i ciężarowe sprawne lub uszkodzone, wyrejestrowane lub na części Całe lub uszkodzone. Proszę o kontakt: 669 770 444.

809098

Miałeś szkodę na pojeździe; osobie; mieniu? Ubezpieczyciel miga się z zapłatą? ZADZWON, tel. 600 590 511. Nie robimy cesji praw do szkody, więc decyzje i środki trafiają bezpośrednio na konto klienta.

758667

SKUP aut za gotówkę. 793-225-912.

622455

Sprzedam Seata Ibiza, długie opłaty, stan dobry. 783-791-306.

820168

NIERUCHOMOŚCI**DOMY**

Sprzedam dom, ul. Kalinowa 33 + gospodarczy 200 mkw., 1 ha inwestycyjna Boryszewo, 4,5 ha Słupno. 730-570-884.

819865

**SPRZEDAM domek letniskowy
21,16 mkw. w Wykowie
wraz z wyposażeniem.
Tel. 604-057-354.**

835270

Sprzedam NIERUCHOMOŚĆ, Stary Rynek, Płock. 692-138-152.

823093

DZIAŁKI

SPRZEDAM działki z lasem i wido-kiem na wodę. 609-932-425.

815894

michal.olszak@buziaczek.pl

831983

Poszukujemy gruntów do dzierżawy pod elektrownię fotowoltaiczną: minimum 300 ha, grunt klasy IV-V-VI, linia SN max 500 m od granicy. Kontakt – tel. 690 900 368, biuro@megapv.pl

833535

SPRZEDAM 2,57 ha (2 ha łąki, 0,57 ha olszyny), Rudowo, gm. Bielsk, przy szosie. 669-720-353.

834829

SPRZEDAM działkę 3000 mkw. w lesie blisko jeziora Skrzyneckiego. 508-814-744.

811448

Sprzedam działkę rolną 1,5 ha, siedliskową położoną za Słupnem przy trasie na Płońsk. Częściowo ogrodzona, szeroka. Klasa 2,3. Ładna. 501-483-459.

809272

SPRZEDAM nieruchomość 3100 mkw. z budynkiem mieszkalnym + gospodarcze, 15 km od Płocka, gmina Łąck. 606-426-910.

813641

**Sprzedam trzy działki
budowlane 1200 m2 i 2x1000
m2 pod Płockiem - Kaleń (gm.
Szczawin Kościelny), blisko
drogi głównej. 0,5 km od
szkoły, poczty, banku, sklepów,
kościół. Media w drodze,
wytoczona droga dojazdowa
do działek. 517-246-423.**

764835

MIESZKANIA

NOCLEGI, pokoje, mieszkania. 530-193-825.

834612

DO wynajęcia mieszkanie. 660-850-049.

816122

Do wynajęcia przytulne mieszkanie 48 m2 na Podolszyczach Południe. Umeblowane 2-pokojowe. Wysoki standard. Budynek kameralny, cichy i przytulny, ogrodzony. Możliwy garaż na samochód. Cena 1350 zł + liczniki (ok. 100 zł). 602-235-719.

832871

POKOJE, kwatery pracownicze z parkingiem od 25 zł, mieszkania, kawalerki. 536-519-599.

834607

SPRZEDAM kawalerkę lub zamienną na większe mieszkanie. 603-864-871.

833289

Sprzedam mieszkanie w centrum 38 m2, ul. Gradowskiego. Mieszkanie znajduje się na 4 piętrze w bloku 4-piętrowym. Jest bardzo ustawne, z oddzielną kuchnią. Nie wymaga remontu - stan do odświeżenia, do wymiany jedynie okna. Zapraszam. 518-768-847.

829616

WYNAJME stancję dla ucznia/pracownika. 501-168-027.

712234

Wynajmę studentom, uczniom 2-osobowy pokój z kuchnią i oddzielnym wejściem w pobliżu Centrum, ZUS, Szkoły Mundurowych, PWSZ. Świetne warunki do zamieszkania i nauki. Więcej inf. chętnie udzielię tel. 600-390-371. Zapraszam. Anna.

707528

ROLNICZE**MASZYNY ROLNICZE****AKUMULATORY do
pojazdów rolniczych.
Najniższe ceny, Płock,
Graniczna 20D (dojazd od
Otołińskiej). 603-685-664.**

735269

**KUPIĘ każdy traktor.
502-939-200.**

698322

Sprzedam agregat uprawowy 4,20 m, przyczepa HL 6 ton wywrotka z nadstawkami na szerokich kołach, beczkowiec 9000 l, wały łukowe, wycinak Strautmann, tłoki siłowniki do przyczepy, krokodyl do tura ładowarki, zaczep tylny do przyczepy Ursusa, tel. 606-416-482.

834315

Sprzedam czyszczalnię Petkus gigant z tryjerami, rozsiewacz Piast 5 ton łańcuch, przetrząsacz Samasz 4 gwiazdy 2010 rok, części Bizon, sil-

nik Ursus C-360, skrzynia obudowa do C-360, tylny most z kołami zwolnicami do C-360, części pokosówki, tel. 606-416-482.

834314

Sprzedam mieszadło do gnojowicy. Tel. 691-881-726.

810488

**Sprzedam pług 4-skibowy,
ażurowy. Tel. 691-881-726.**

810483

Sprzedam wagę 1 tona pod mieszalnik. Tel. 691-881-726.

810487

Sprzedam wóz konny, rozsiewacz KOS, traktorek ogrodowy SAM diesel. Tel. 799-049-262.

834899

**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-21



Sprzedam wyciąg do obornika Krotoszyn. Tel. 691-881-726.

810485

SPRZEDAM zbiornik metalowy, wymiary: 8mx0,5mx0,5m. 609-932-425.

815896

Sprzedam zgrabiarkę Kuhn ga 6000, przyczepę do kontenerów, koła 9,5-36, 9,5-32, 14,9-28, koła opony do przyczepy 1100-20, 900-20, 825-20, felgi do przyczepy, obciążniki do Ursusa, MTZ przednie, rozsiewacz Sulky dpx z nadstawkami 2 talerzowy, tel. 606-416-482.

834317

PRODUKTY ROLNE

Sprzedam ogórki gruntowe z domowego ogródka. Idealne na korniszony i kwaszone. Niepryskane! Świeże, odmiana długa, prosta, niegorzka. Koper gratis. Odbiór Mała Wieś lub dowóz Płock, Bodzanów, Wyszogród, Bulkowo. Telefon 604-839-057, cena 3 zł/kg.

833133

USŁUGI

DOTACJE PROW 2014 - 2020 Modernizacja Gospodarstw Rolnych - trwa nabór wniosków na zakup maszyn (dofinansowanie 50%). Kwota wsparcia do 200 tys. zł. Wypełnianie wniosków, dojazd do rolników. Tel. 795-931-529.

809167

**14.000.000
ODSŁON**strony internetowej
tp.com.pl**Zapraszamy
do reklamy**

bo@tp.com.pl | 24 262 77 66



Zakład Pogrzebowy



**Stanisław
Frydrysiak**

Rok założenia 4 lutego 1989

**Płock, ul. Ostatnia 7,
tel. 24 262-94-63**

Świadczy usługi w zakresie

- kompleksowe usługi pogrzebowe
- duży wybór trumien
- własna kaplica, sala pożegnań
- przechowalnia zwłok
- odzież pogrzebowa
- wyrób wieńców i wiązanek
- nekrologi
- własna sala gastronomiczna
- organizowanie konsolacji po pogrzebie
- ekshumacje zwłok
- międzynarodowy transport zwłok

Czynny całą dobę oraz w niedziele i święta

Własne krematorium

SA-17

**WYRÓŻNIJ
OGŁOSZENIE
DROBNE
W INTERNECIE
I W GAZECIE**

**tp.com.pl
/ogloszenia**

**TWOJE OGŁOSZENIE
GAZETOWE W RAMCE,
ORAZ NA GŁÓWNEJ
STRONIE WWW.TP.COM.PL**

Wójt Gminy Stara Biała

działając na podstawie art. 35 ust. 1 i 1b ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. 2020 r., poz. 1990 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Stara Biała ul. Jana Kazimierza 1, Biała oraz na stronie internetowej www.bip.starabiala.pl został umieszczony na okres 21 dni tj. w terminie od 2 do 22 sierpnia 2021 roku wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Stara Biała przeznaczonych do użyczenia na rzecz Ochotniczej Straży Pożarnej w Proboszczewicach.

Wójt Gminy Stara Biała/- / Sławomir Wawrzyński

SA-453

e-PRENUMERATA
www.eprasa.pl



E-wydanie Tygodnika Płockiego
prenumerata: miesięczna, półroczna i roczna
Płatność - przelew internetowy
Cena w kiosku 3 zł
w prenumeracie już od 2.45 zł



Prezydent Miasta Płocka

informuje, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Płocka, ul. Zduniska 3 podano do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonej do zbycia w formie bezprzetargowej na rzecz użytkownika wieczystego nieruchomości sąsiedniej:

- działka nr 66/1 o pow. 1475 m2 położona w Płocku przy ul. Kostrogaj.

SA-19-22

Zarząd Płockiej Spółdzielni Mieszkaniowej Lokatorsko-Własnościowej w Płocku,

działając na podstawie art. 18 ustawy o spółdzielniach mieszkaniowych oraz Regulaminu przetargu na ustanowienie i przeniesienie odrębnej własności lokalu w PSML-W,

ogłasza w dniu **18.08.2021 r.** przetarg ofertowy nieograniczony na ustanowienie odrębnej własności lokalu mieszkalnego: Mickiewicza 23 m 164 w Płocku o powierzchni użytkowej 32,20 m² wraz z pomieszczeniem przynależnym (piwnicą) o pow. 2,10 m², zlokalizowanego na X piętrze (budynek 12-kondygnacyjny z windą), składającego się z: 2 pokoi, kuchni, łazienki z wc i przedpokoju.

Wartość rynkowa lokalu została oszacowana na kwotę **128.635,00 zł (słownie: sto dwadzieścia osiem tysięcy sześćset trzydzieści pięć zł)** i stanowi cenę wywoławczą.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium na konto bankowe

nr 80 1020 3974 0000 5002 0005 6382. Wadium na lokal mieszkalny Mickiewicza 23 m 164 wynosi 12.863,00 zł (słownie: dwanaście tysięcy osiemset sześćdziesiąt trzy zł). Wpłaty wadium powinny być dokonane najpóźniej dnia 18.08.2021 r. przed otwarciem ofert.

W celu obejrzenia i zapoznania się ze stanem technicznym lokalu mieszkalnego przy ulicy Mickiewicza 23 m. 164 należy zgłaszać się do **Administracji Osiedla „Dworcowa” przy ulicy Chopina 64A**, codziennie oprócz sobót w godz. od 10⁰⁰ do 14⁰⁰ - tel. (24) 262-94-53.

Oferty przetargowe muszą zawierać w szczególności:

- a) w przypadku osób fizycznych: (imię i nazwisko, nr PESEL, adres zamieszkania)
- b) w przypadku osób fizycznych prowadzących działalność gospodarczą – oprócz danych wskazanych w punkcie a), także: nazwę pod jaką prowadzą działalność, adres siedziby prowadzenia działalności, nr REGON, NIP
- c) w przypadku osób prawnych lub jednostek organizacyjnych nie będących osobami prawnymi, którym ustawa przyznaje zdolność prawną – odpis z właściwego rejestru
- d) proponowaną cenę, nie niższą niż cena wywoławcza (cena oszacowania)
- e) numer telefonu, adres poczty elektronicznej e-mail oferenta
- f) potwierdzenie dowodu wpłaty wadium
- g) w przypadku przedstawicieli ustawowych działających w imieniu osób nie mających pełnej zdolności do czynności prawnych – odpisy dokumentów wymaganych przepisami prawa dla zawarcia umowy na rzecz takiej osoby, w tym prawomocnego orzeczenia sądu opiekuńczego wyrażającego zgodę na dokonanie tej czynności
- h) numer rachunku bankowego, na który zwrócone zostanie wadium w przypadku nie wygrania przetargu
- i) oświadczenie o zapoznaniu się z regulaminem przetargu i stanem technicznym lokalu.

Druki do składania ofert znajdują się w biurze Spółdzielni przy ul. Obr. Westerplatte 6A, pok. nr 14.

Regulamin przetargu dostępny jest na stronie internetowej Spółdzielni www.psmlw.pl

Oferty winny być składane w zamkniętych kopertach z opisem „**Przetarg na mieszkanie przy ulicy „Mickiewicza 23 m 164”**”, które należy składać w sekretariacie Spółdzielni przy ulicy Obrońców Westerplatte 6A pokój nr 12 w dniu **18.08.2021 r. do godz. 10³⁰**.

Otwarcie ofert i ich odczytanie jest jawne dla osób uczestniczących w przetargu i nastąpi w dniu **18.08.2021 r. o godz. 11⁰⁰** w siedzibie Spółdzielni w Klubie Osiedla Kochanowskiego przy **ulicy Obrońców Westerplatte 6A, – parter. Do ustanowienia odrębnej własności lokalu zostanie wybrana osoba, która zaoferowała najwyższą kwotę.**

Osoba wygrywająca przetarg zobowiązana jest do:

1. Wniesienia zaoferowanej kwoty w terminie 30 dni od dnia zawiadomienia o wyborze,
2. Zawarcia ze Spółdzielnią w terminie 7 dni od dnia pisemnego zawiadomienia o dokonany wyborze jej oferty – umowy o sfinansowaniu lokalu,
3. Zawarcia ze Spółdzielnią w formie aktu notarialnego umowy ustanowienia odrębnej własności lokalu, która może nastąpić w terminie nie późniejszym niż 1 miesiąc od dnia wpłaty całości należnej ceny.

Wadium przepada w przypadku:

- 1) wycofania oferty po rozpoczęciu procedury otwarcia ofert,
- 2) niedokonania przez osobę, której oferta została wybrana, wpłaty całości należnej ceny w terminie określonym zgodnie z postanowieniami regulaminu przetargu,
- 3) uchylania się osoby, której oferta została wybrana, od zawarcia umowy ustanowienia i przeniesienia własności lokalu w terminie określonym zgodnie z postanowieniami regulaminu przetargu,
- 4) niestawienia się osoby, której oferta została wybrana, do zawarcia umowy w wyznaczonym terminie,
- 5) gdy zawarcie umowy stało się niemożliwe z przyczyn leżących po stronie osoby, której oferta została wybrana.

Koszty ustanowienia odrębnej własności lokalu i jej przeniesienia na wygrywającego przetarg, w tym wynagrodzenie notariusza oraz koszty sądowe, pokrywa wygrywający przetarg.

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo:

- 1) zmiany terminu i warunków przetargu oraz treści ogłoszenia o przetargu,
- 2) odwołania przetargu bez podania przyczyn do czasu otwarcia ofert,
- 3) zamknięcia przetargu w części lub w całości bez wyboru którejkolwiek z ofert,
- 4) unieważnienia przetargu w części lub w całości bez podania przyczyn bez prawa dochodzenia jakichkolwiek roszczeń przez uczestników postępowania.

SA-175

Rozgrywki Superligi piłkarzy ręcznych w niezmienionej formie

Wszystko rozstrzygnie się 15 maja w Płocku

Kibice doskonale pamiętają pierwszą kolejkę spotkań sezonu 2020/21 rozgrywanego w nowej formie i na dzień dobry porażkę Orlen Wisły w Szczecinie, w pojedynku z Sandra SPA Pogoń. Po meczu podniosły się głosy, że Nafciarze nie mają szans na tytuł mistrza Polski i jak się okazało, te przypuszczenia były słuszne.

Taka sytuacja nie może się powtórzyć w tym sezonie, by już na starcie Orlen Wisła straciła szansę na tytuł mistrza Polski. Pierwszym przeciwnikiem podopiecznych Xavi Sabate będzie MMTS Kwidzyn, mecz zostanie rozegrany w Orlen Arenie. Już oficjalnie wiadomo, że pierwszy mecz Orlen Wisła rozegra w Płocku i to z MMTS Kwidzyn. Superliga ogłosiła terminarz meczów najwyższej, polskiej klasy rozgrywkowej na nadchodzący sezon. Rozgrywki będą odbywały się, podobnie jak w sezonie 2020/2021, w systemie każdy z każdym: mecz i rewanż. Ten system ma swoich zwolenników, ale ma i przeciwników. Faktem jest, że od pierwszego

spotkania, które zostało zaplanowane na 4 września, do ostatniego, czyli do 15 maja, kibiców czekać będą ogromne emocje.

W rozgrywkach PGNiG Superligi wystartuje 14 klubów, które w trakcie sezonu rozegrają 26 serii, podzielonych na dwie rundy. Pierwsza z nich rozpocznie się już 4 września. Ostatnia kolejka I rundy zostanie rozegrana w sobotę, 11 grudnia.

Następnie kluby czeka przerwa w rozgrywkach. Jest ona związana ze startem biało-czerwonych w turnieju Mistrzostw Europy, który odbędzie się w styczniu na Węgrzech i Słowacji.

Inauguracja II rundy planowana jest na 5 lutego, a ostatnia seria meczów PGNiG Superligi odbędzie się 15 maja 2022 roku. Po niej poznamy ostateczny kształt tabeli, w tym drużynę, która zostanie Mistrzem Polski oraz zespół, który zajmie ostatnie miejsce w rozgrywkach i spadnie do Ligi Centralnej. Z kolei przedostatnia drużyna PGNiG Superligi rozegra dwumecz barażowy z drugim uprawnionym do awansu zespołem z Ligi Centralnej. Stawką dwumeczu będzie gra w PGNiG Superlidze w kolejnym sezonie.

Przypomnijmy najważniejsze terminy sezonu 2021/22 PGNiG Superligi:

Terminarz płockiej drużyny w pierwszej rundzie rozgrywek

4 września
11 września
18 września
25 września
9 października
16 października
23 października
30 października
13 listopada
20 listopada
27 listopada
4 grudnia
11 grudnia

Orlen Wisła Płock – MMTS Kwidzyn
Torus Wybrzeże Gdańsk – Orlen Wisła Płock
Orlen Wisła Płock – SPR Stal Mielec
Grupa Azoty Unia Tarnów – Orlen Wisła Płock
Orlen Wisła Płock – Zagłębie Lubin
Piotrkowianin Piotrków Tryb. – Orlen Wisła Płock
Orlen Wisła Płock – Azoty Puławy
Orlen Wisła Płock – Sandra SPA Pogoń Szczecin
Gwardia Opole – Orlen Wisła Płock
Orlen Wisła Płock – Górnik Zabrze
Energa MKS Kalisz – Orlen Wisła Płock
Orlen Wisła Płock – Chrobry Głogów
Łomża Vive Kielce – Orlen Wisła Płock

– 4 września: rozpoczęcie rozgrywek,
– 11 grudnia: ostatnia seria rozgrywek I rundy,
– 5 lutego: początek II rundy,
– 15 maja: ostatnia seria rozgrywek II rundy,
– 28/29 maja: I mecz barażowy,
– 1 czerwca: II mecz barażowy.
Topowe starcia PGNiG Superligi będą transmitowane na kanale TVP Sport, w aplikacji mobilnej TVP Sport i stronie www.tvpsport.pl. Skróty meczów, relacje live oraz wyniki śledzić można w aplikacji mobilnej PGNiG Superligi, która

jest dostępna w Google Play oraz App Store oraz na www.pgnig-superliga.pl.

Na stronach www.pgnig-superliga.pl kibice znajdą również mnóstwo informacji o składach i ciekawostki, nie tylko na temat swoich ulubionych drużyn.

Szczegółowe terminy meczów Superliga będzie poznawać z kilkutygodniowym wyprzedzeniem. Bo warto pamiętać, że we wtorki i czwartki rozgrywane będą pojedynki pucharów europejskich. W Lidze Mistrzów startować będzie Łomża Vive Kielce, a w Lidze Euro-

pejskiej o miejsce w fazie grupowej powalczą: Orlen Wisła Płock, Azoty Puławy, Górnik Zabrze i Grupy Azoty Tarnów.

Runda rewanżowa: 5 lutego, 12 lutego, 19 lutego, 26 lutego, 5 marca, 12 marca, 26 marca, 2 kwietnia, 9 kwietnia, 23 kwietnia, 30 kwietnia, 7 maja, 15 maja – ostatni mecz sezonu 2021/22, między innymi pojedynkiem Orlen Wisła – Łomża Vive Kielce.

Po meczu prawdopodobnie zostaną rozdane medale mistrzostw Polski oraz Gladiatory. Trzeba zrobić wszystko, by po dziesięciu latach piłkarze Orlen Wisły wreszcie znowu podnieśli do góry puchar mistrzowski, a na ich szyjach zawisły złote medale.

Patrząc na skład, który Łomża Vive Kielce planuje na kolejny sezon, 2022/23, trzeba mieć świadomość, że to ostatnia szansa. Jeśli nie w tym sezonie, to nie wiadomo w którym, a warto przypomnieć, że ostatni raz taka nieprawdopodobna radość kibiców miała miejsce w 2011 roku. Wiele aktualnych kibiców nie chodziło wtedy nawet na mecze Orlen Wisły.

Dokładnie za miesiąc rozpoczyna się rozgrywki sezonu 2021/22. Orlen Wisła walczyć będzie o tytuł Mistrza Polski i o Puchar Polski. W rozgrywkach pucharowych w poprzednim sezonie nawet nie znalazła się w gronie finalistów.

Oprócz tego, piłkarzy czekają także europejskie puchary. Co prawda najpierw trzeba będzie wywalczyć miejsce w fazie grupowej, ale zdobyte w poprzednim sezonie doświadczenie powinno w tym procentować.

Jol.

II Memoriał Piłkarski Płock - Miasto Bohater 1920 rocznika 2006

Wygrała drużyna SSM Wisła

Drużyna reprezentująca Stowarzyszenie Sportu Młodzieżowego Wisła Płock zwyciężyła II Memoriał Piłkarski Płock - Miasto Bohater 1920 rocznika 2006. Zawodnicy pokonali w emocjonującym finale Jaguara Gdańsk 1:0, brązowy medal zdobyła Akademia Piłkarska MKS Polonia Warszawa.

Ostatecznie turniej, który odbywał się pod patronatem Tygodnika Płockiego, po rozegraniu wszystkich meczów, wygrali zawodnicy z Płocka, reprezentujący SSM Wisła. Na drugim stopniu podium stanęli piłkarze Jaguara Gdańsk, a najniższy stopień zajęli zawodnicy Akademii Piłkarskiej MKS Polonia Warszawa.

Kolejne miejsca w turnieju zajęły ekipy: AKS SMS Łódź I, K.S. Wda Świecie, Akademia Piłkarska „TALENT” Białystok, MUKS CWZS

Bydgoszcz rocznik 2006, Ursus Warszawa, Stowarzyszenie Sportu Młodzieżowego Wisła Płock II oraz AKS SMS Łódź II.

Brawa należą się dla wszystkich uczestników, którzy wzięli udział w II Memoriale Piłkarskim Płock - Miasto Bohater 1920 rocznika 2006, zorganizowanym przez Stowarzyszenie FutbolGang.

Królem strzelców, po zdobyciu ośmiu trafień został Jakub Ryczkowski K.S. Wda Świecie, najlepszym bramkarzem wybrano Mateusza Orzółka ze Stowarzyszenia Sportu Młodzieżowego Wisła Płock, który został doceniony przede wszystkim za świetną obronę rzutów karnych w meczu półfinałowym.

Do Drużyny Gwiazd II Memoriału Płock - Miasto Bohater 1920 wybrani zostali: Szymon Leśniewski i Adrian Ziemkiewicz (Stowarzyszenie Sportu Młodzieżowego Wisła Płock), Eduardo Vlasenko i Wojtek Piotrowski (AKS SMS Łódź), Fi-

lip Kuberski (Akademia Piłkarska MKS Polonia Warszawa), Ksawery Krefta (Jaguar Gdańsk 2006), Kacper Laskowski (Akademia Piłkarska „TALENT” Białystok), Jakub Stykuć (MUKS CWZS Bydgoszcz rocznik 2006), Jakub Ryczkowski (K.S. Wda Świecie) oraz Oskar Wociał (Ursus Warszawa).

Zgodnie z założeniem turnieju zawodnicy oddali hołd bohaterskim mieszkańcom Płocka, którzy oddali życie za przyszłe losy miasta i Ojczyzny. Rywalizacja sportowa piłkarzy z rocznika 2006 stała się upamiętnieniem bohaterskiej postawy płoczan i obrońcy miasta przed atakiem bolszewików w 1920 roku. Była to doskonała okazja, by przybliżyć tę historię młodym adeptom piłki nożnej nie tylko z Płocka, ale też z całej Polski.

Turniej rozgrywany był pod honorowym patronatem prezydenta miasta Płocka Andrzeja Nowakowskiego i prezesa Płockiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej / MZPN Delegatura Płock Dariusza Kluge. Organizatorami wydarzenia byli: FutbolGang, Płocki Okręgowy Związek Piłki Nożnej / MZPN Delegatura Płock, Stocznowiec Płock.

Sponsor główny: El-Kons-Bud - Grzegorz Błaszkievicz, a swój udział w sponsorowaniu mieli także: Budmat, Gazmot Płock, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji Płock Sp z o.o., Dźwig Mar Płock Marcin Zielonka, 6 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej im. rotmistrza Witolda Pileckiego, Wisła Płock, Selenka Wieniec Zdrój, Firma Autko, EURO DOM oraz firma Semina Agro. Partnerem technicznym był Team-Sport Płock.

Turniej współfinansowany był ze środków Gminy-Miasto Płock. **Jol.**

Zapraszamy na trybuny

Piłka nożna

Ekstraklasa, 3. kolejka, 9 sierpnia, godz. 18.00:

Wisła Płock – Radomiak Radom, 6 sierpnia, godz. 18.00: Górnik Łęczna – Warta Poznań, godz. 20.30: Lech Poznań – Cracovia,

7 sierpnia, godz. 15.00: Jagielonia Białystok – Bruk-Bet Termalica Nieciecza, godz. 17.30: Górnik Zabrze – Stal Mielec, 20.00: Legia Warszawa – Zagłębie Lubin,

8 sierpnia, godz. 15.00: Pogoń Szczecin – Piast Gliwice, godz. 17.30: Wisła Kraków – Raków Częstochowa, godz. 20.00: Śląsk Wrocław – Lechia Gdańsk.

W poniedziałek Wisła Płock rozegra pierwszy w tym sezonie mecz na swoim stadionie, przed własną publicznością. Maksymalnie na trybunach może zasiąść 1500 kibiców.

Przypominamy, że Wisła nie będzie w tym sezonie rozprowadzać wśród swoich sympatyków kartotków, wstęp tylko za biletami.

IV liga mazowiecka, 1. kolejka, 7 lub 8 sierpnia:

Wisła II Płock – Sokół Serock, Świt Starożybry – Makowianka Maków Mazowiecki, Huragan Wołomin – Stocznowiec Płock, AP Marcovia Marki – Żabkowia Żabki, Żbik Nasielski – MKS Przasnysz, KS CK Troczyn – Drukarz Warszawa, Narew 1962 Ostrołęka – Hutnik Warszawa, Escola Varsovia Warszawa – Unia Warszawa, Mławianka Mława – Wkra Żuromin.

Piłka ręczna

Mecze kontrolne Orlen Wisły w okresie przygotowawczym do sezonu 2020/22:

7 sierpnia: Gwardia Opole – Orlen Wisła
8 sierpnia: Orlen Wisła – Energa Kalisz

13 sierpnia: Orlen Wisła – Piotrkowianin Piotrków Trybunalski.

Kolejne spotkania: 14 sierpnia z HCB Karvina, 21 sierpnia z Azotami Puławy oraz 26 i 27 sierpnia z SC DHfK Lipsk będą prowadzone z udziałem kibiców na trybunach.

Początek rozgrywek nowego sezonu Superligi zaplanowano na pierwszy weekend września, Orlen Wisła podejmie w swojej hali w pierwszym terminie MMTS Kwidzyn. Kibice już zapewne wiedzą, że druga planowana w tym sezonie święta wojna, czyli ostatni mecz ligowy, zostanie rozegrany w Orlen Arenie, wstępnie zaplanowany na 14 maja.

Szranki piłkarskie o Miecz Krzywoustego

Stowarzyszenie Sportowe FutbolGang zaprasza Kluby i Akademie Piłkarskie do wzięcia udziału w Turnieju piłki nożnej „Szranki piłkarskie o Miecz Krzywoustego”. Zawody odbędą się w sobotę 14 sierpnia, w godz. 9.00 – 16.30.

Turniej zostanie rozegrany w Drobinie, na Stadionie MOKSiR przy ul. Spółdzielczej 3 oraz na Stadionie w Świerczynku 10A, na boiskach trawiastych. Organizator planuje udział w zawodach 8 do 10 drużyn w roczniku 2009.

Czas trwania meczu przewidziano na 1x 30 min bez zmian stron, system gry 8+1. Ze zgłoszonych drużyn utworzone zostaną 2 grupy. Najpierw planowana jest I faza gier, czyli mecze grupowe, potem II faza gier – mecze o ostateczne miejsca. Drużyna może liczyć maksymalnie 18 zawodników.

Wszystkie zainteresowane drużyny organizator Stowarzyszenia FutbolGang prosi o kontakt. Wszelkich szczegółowych informacji udzielają: Andrzej tel. 604-104-262 i Zbyszek 791-332-324, można je także uzyskać pisząc list elektroniczny pod adres: a.stasko@futbolgang.plo.pl.

Jol.



D. Ossowski

Pamiętacie Łukasza Sekulskiego?
Wrócił do Płocka

Chce strzelać dla Wisły

Nowym piłkarzem Wisły Płock został Łukasz Sekulski, który ostatnio występował w ŁKS Łódź. Płoczanin podpisał z klubem kontrakt, który będzie obowiązywał do 30 czerwca 2023 roku.

strzelił 2 bramki w 12 spotkaniach. 24 kwietnia 2010 roku zdobył po powrocie do Płocka swoją oficjalną debiutancką bramkę w niebiesko – biało - niebieskich barwach.

W płockim klubie spędził od tamtego czasu jeszcze następne cztery sezony. Ostatecznie rozegrał dla

Szybko został jednak wypożyczony do Korony Kielce, gdzie rozgrywał, niestety tylko do pewnego momentu, solidną wiosnę sezonu 2016/2017. Wtedy to po zdobyciu 5 goli w 10 spotkaniach wyładował w Piaście Gliwice.

Przygoda na Górnym Śląsku nie była zbyt udana i latem 2017 roku Łukasz wrócił do Jagiellonii. Trzeba przyznać, że wówczas zaliczył kolejne nieźle pół roku, gdyż zanotował 4 bramki i kilka asyst w 15 meczach na najwyższym poziomie.

Dzięki temu udało mu się wyjechać za granicę, do rosyjskiego SKA Chabarowsk. Napastnik nie potrafił jednak wywalczyć sobie tam miejsca w składzie, a jego klub spadł do niższej ligi.

Na zapleczu rosyjskiej ekstraklasy spisywał się już lepiej, ale i tak zdecydował się na powrót do Polski, co miało miejsce w połowie sezonu 2018/2019. Jego wybór padł na ŁKS Łódź, gdzie w sumie występował przez ostatnie dwa i pół roku.

W tym czasie wystąpił w lidze 65 razy, strzelając 20 bramek. Co ciekawe, w tym okresie awansował do PKO BP Ekstraklasy, jak i z niej spadł. Dwa tygodnie temu, po odejściu z łódzkiego klubu, stał się wolnym zawodnikiem. Teraz rodowity płoczanin podpisał dwuletni kontrakt z Wisłą Płock.

– Łukasz Sekulski to piłkarz, który wychował się w Wiśle, lecz swoje najlepsze lata spędził poza Płockiem. Dzięki doświadczeniu zdobytemu na polskich i zagranicznych boiskach mamy nadzieję na jego dobre występy w barwach Nafciarzy, zwiększenie rywalizacji w drużynie na pozycji napastnika oraz pomoc w codziennym życiu szatni. Po zakończeniu kariery przez Bartka Siewskiego brakuje nam takich zawodników – powiedział na temat nowego transferu dyrektor sportowy klubu Paweł Magdoń.

Mamy nadzieję, że w barwach płockiego klubu, w którym Łukasz był może zakończy karierę, zdobędzie jeszcze wiele bramek. **Jol.**

Bardzo dobre piąte miejsce w pchnięciu kulą 4-kg zajęła Zuzanna Maślana na Mistrzostwach Europy Juniorek w lekkiej atletyce, które odbyły się w Tallinie, stolicy Estonii.

Zuzia jest zawodniczką Miejsko-Ludowego Klubu Lekkoatletycznego Płock, a jej trenerem Mirosław Nisztor. Trzeba w tym miejscu dodać, że był to pierwszy start Zuzi w reprezentacji Polski. Płocczanka potwierdziła, że jest wielkim talentem sportowym.

W zawodach startowało 30 zawodniczek, które zostały podzielone na dwie grupy eliminacyjne po 15 osób. Do finału zakwalifikowało się 12 najlepszych kulomiotek, które rywalizowały o medale.

W eliminacjach Zuzia uzyskała 14,95 m zajmując piąte miejsce. W finale płocczanka nawet odrobinię poprawiła swój wynik i nieprzeciętne zdolności, uzyskując 14,97 m. Ten rezultat dał jej piąte miejsce w Mistrzostwach Europy.

W tym miejscu trzeba koniecznie dodać, że Zuzia w Mistrzostwach Europy walczyła z dwoma starszymi zawodniczkami. Tym większy jest jej sukces. Płocczanka jest jeszcze juniorką młodszą i pcha kulą o wadze 3 kg.

Zuzia nie startowała w swojej kategorii wiekowej, bo „jej” Mistrzostwa Europy, czyli zawody juniorek młodszych, zostały odwołane ze względu na panującą pandemię koronawirusa.

Płocczanka w kategorii juniorek będzie startowała jeszcze przez kolejne dwa sezony.

Jol.

Finał płockich wioślarzy w Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży

Piąte miejsce dwójki podwójnej



Archiwum PTW

Dwójka podwójna

Na jeziorze Gopło w Kruszwicy odbyła się Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży – Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych w wioślarstwie, w której uczestniczyli płoccy zawodnicy.

W Mistrzostwach Polski, dzięki wsparciu Gminy Płock i PKN ORLEN, wystartowali zawodnicy z Płockiego Towarzystwa Wioślarskiego, czyli dwójka podwójna w składzie: Oskar Żmuda i Kuba Kalinowski.

Młodzi zawodnicy zajęli ostatecznie piątą pozycję w niedzielnych finałach. Podopieczni trenera Piotra Sałkowskiego, od początku rywalizacji spisywali się bardzo dobrze. Zakwalifikowali się do półfinałów od razu z przedbiegu i to z drugim czasem. Podobnie było w półfinale, drugi czas jeszcze bardziej zaostriżył apetyty na medal.

Jednak wyścig finałowy zupełnie nie układał się po myśli płockich zawodników. Rywale zbyt szybko

odjechali w pierwszej połowie dystansu i nie udało się wywalczyć medalu.

– Piąte miejsce to dobry wynik, zwłaszcza że konkurencja dwójek podwójnych była najbardziej obsadzona ze wszystkich konkurencji, a dla jednego z naszych zawodników były to pierwsze w życiu Mistrzostwa Polski, czyli zawody tak wysokiej rangi – pochwalili podopiecznych prezes PTW Jacek Karolak.

Oskar jest uczniem drugiej klasy w Zespole Szkół Technicznych, a Kuba Zespołu Szkół Centrum Edukacji. Zawodnicy są pełni zapału do dalszych treningów i zapowiadają walkę o medale w kolejnych kategoriach wiekowych.

Przed płockimi wioślarzami są jeszcze pozostałe zawody mistrzowskie, na przełomie lipca i sierpnia odbędą się Młodzieżowe Mistrzostwa Polski - U 23 w Poznaniu oraz tydzień później, Mistrzostwa Polski Seniorów, również na torze w Poznaniu.

W obydwu mistrzowskich imprezach wystąpi już zdecydowanie liczniejsza reprezentacja PTW. **Jol.**

Młodzi lekkoatleci w Suwałkach

Lewandowska na podium

Zawodniczka Miejsko - Ludowego Klubu Lekkoatletycznego Płock Martyna Lewandowska wywalczyła młodzieżowe wicemistrzostwo Polski, zdobywając srebrny medal w skoku wzwyż.

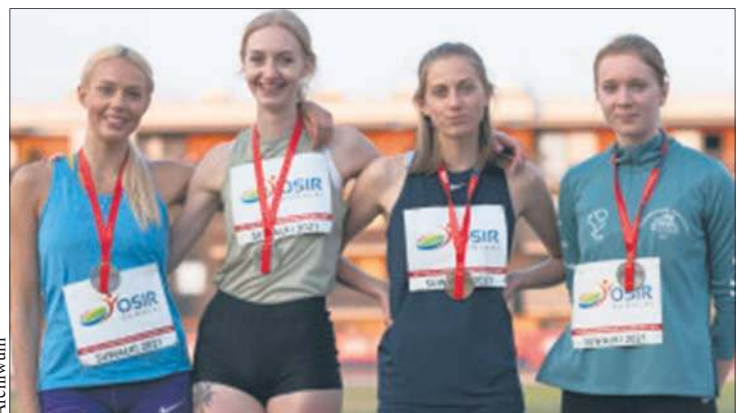
W Suwałkach rozgrywane były Młodzieżowe Mistrzostwa Polski w lekkiej atletyce. Zawodniczka Miejsko - Ludowego Klubu Lekkoatletycznego Płock Martyna Le-

wandowska, wystartowała w skoku wzwyż.

Nie byłoby to nic dziwnego, gdyby nie fakt, że zawodniczka wraca po kontuzji i to od razu na wysoki poziom. Martyna zaczęła konkurs od wysokości 163 cm, a skończyła na pokonaniu poprzeczki na wysokości 171 cm. Wszystkie próby zaliczyła za pierwszym razem.

Był to 13 medal Mistrzostw Polski w dotychczasowej karierze Martyny Lewandowskiej.

Jol.



Archiwum

Dobry występ Zuzi Maślanej na mistrzostwach Europy juniorek

Potwierdziła swój talent



Archiwum

Piłkarze ręczni Orlen Wisły trenują na swoich obiektach

Zarząd rozmawiał z kibicami

Obiecywaliśmy kibicom, zwłaszcza tym, którzy nie dotarli na spotkanie prezesa SPR Wisła Płock z sympatykami drużyny, relację z wydarzenia. Niewiele ponad godzinę trwała rozmowa z szefami klubu, ale nie na wszystkie pytania padły odpowiedzi. Powód – tajemnica handlowa lub sprawy, które oceniać może tylko właściciel klubu.

Kibiców interesowało kilka spraw, o niektórych z nich krótko napiszemy. Najistotniejszą kwestią jest, czy kiedyś wreszcie nastąpi ten moment, że po ostatnim meczu sezonu to płocki zespół stanie na najwyższym stopniu podium mistrzostw Polski seniorów, i dlaczego nie stanie się to przedk.

Skład zespołu na ten sezon jest dość ciekawy. Co prawda wielu kibiców dziwi fakt, że Michał Daszek, który do niedawna był jednym z najlepszych polskich skrzydłowych, nagle musi grać na pozycji rozgrywającego, ale wychodzi na to, że to dobry wybór. Kapitan płockiej drużyny wielokrotnie udowodnił, że świetnie radzi sobie na każdej pozycji. Może z wyjątkiem obrońcy i jeszcze bramkarza, ale te pozycje są odpowiednio w Orlen Wiśle obsadzone.

Poza tym zmiana pozycji była konsultowana z samym zawodnikiem i trenerem. Na początku czerwca okazało się, że zawodnikiem Nafciarzy nie będzie Zoran Ilic. Wbrew pogłoskom, nie było to spowodowane zaniechaniem szefów płockiego klubu, ale decyzją Telekom Veszprem. Stąd konieczność „przebranżowienia” Daszki, bo zabrakło czasu, by szukać na trudnym rynku innego zawodnika na tę pozycję.

Nikt w Płocku, a właściwie to w całym kraju nie ma wątpliwości, że najlepszą drużyną w Polsce jest Łomża Vive Kielce, a tuż za nią znajduje się Orlen Wisła Płock. Nafciarze dysponują budżetem w wyso-



D. Ossowski

kości około 15 mln zł, zaś budżet rywali to suma między 21 a 26 mln zł. Jednak bez względu na wysokość budżetu klubu, różnicę widzą wszyscy.

Dzięki pieniądзом Vive może sobie pozwolić na penetrowanie rynku zachodniej Europy i kontraktowanie zawodników z najwyższej półki, podpisując długoterminowe kontrakty. Może też mieć przynajmniej dwóch równorzędnych piłkarzy na każdą pozycję. Nas, zdaniem dyrektora sportowego Adama Wiśniewskiego, jeszcze na to nie stać. A mimo tej różnicy, nie jesteśmy daleko od Kielc, potrafimy wygrać i zremisować. Ten sezon może być ciekawy, między innymi dzięki temu, że podpisana kilka tygodni temu umowa z PKN ORLEN daje stabilizację na najbliższe trzy lata.

Klub poszukuje sponsorów, nie tylko lokalnych, ale także wśród firm globalnych. Ostatnie czasy nie sprzyjały zawieraniu umów, sponsorzy nie mieli szans na prezentowanie swoich znaków towarowych. Wiele wskazuje na to, że prowadzone rozmowy zostaną zakończone sukcesami.

Na pytanie o „projekt Sabate” kibice usłyszeli, że kontrakt z trenerem obowiązuje jeszcze przez ten sezon,

a co będzie potem – zobaczymy. Zarząd będzie przyglądał się efektom pracy szkoleniowca.

Do gry w pełni formy powinniśmy od pierwszej kolejki wrócić Alvaro Ruiz, który miał być liderem drużyny, ale w rezultacie, z powodu kontuzji, leczył się niemal cały sezon. Jest duża szansa, że od września będzie kierował zespołem.

Klubowy dział marketingu obiecuje, że dzień meczowy będzie wyglądał zupełnie inaczej, niż do tej pory. Dorośli, dzieci i młodzież będą mogli przychodzić na halę (gdzie czekać będą na nich atrakcje) dużo wcześniej. Mamy nadzieję, że zapowiadana czwarta fala pandemii nie przeszkodzi w graniu przy pełnych trybunach.

Klub zaprasza na swoją stronę internetową i do mediów społecznościowych. Będą tam publikowane informacje o klubie, zawodnikach i wydarzeniach w dniach meczowych.

My tradycyjnie zapraszamy na łamy Tygodnika Płockiego, gdzie staramy się przekazać wszystkie najważniejsze informacje i oczywiście relacje z meczów. A tych wkrótce będzie bardzo dużo.

Jola Marciniak

Wyniki z weekendu

Ekstraklasa piłki nożnej

Tabela po 2. kolejce

1. Wisła Kraków	2	4	5-2
2. Jagiellonia Białystok	2	4	4-1
3. Lech Poznań	2	4	3-1
4. Radomiak Radom	2	4	3-1
5. Pogoń Szczecin	2	4	3-1
6. Śląsk Wrocław	2	4	4-3
7. Piast Gliwice	2	3	4-3
8. Zagłębie Lubin	2	3	3-4
9. Legia Warszawa	2	3	2-3
10. Raków Częstochowa	2	3	3-5
11. Warta Poznań	2	2	3-3
12. Bruk-Bet Nieciecza	2	2	3-3
13. Lechia Gdańsk	1	1	1-1
14. Cracovia	2	1	2-3
15. Górnik Łęczna	2	1	2-4
16. Stal Mielec	2	1	1-3
17. Wisła Płock	1	0	0-1
18. Górnik Zabrze	2	0	1-5

Wyniki 2. kolejki: Zagłębie Lubin – Górnik Łęczna 3:1, Górnik Zabrze – Lech Poznań 1:3, Stal Mielec – Piast Gliwice 0:2, Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Wisła Kraków 2:2, Radomiak Radom – Legia Warszawa 3:1, Warta Poznań – Pogoń Szczecin 1:1, Cracovia – Śląsk Wrocław 1:2, Jagiellonia Białystok – Raków Częstochowa 3:0. Mecz Lechia Gdańsk – Wisła Płock został rozegrany w poniedziałek, zatem nie jest uwzględniony w tabeli.

Jol.



Niewielka szansa, że Dominika Baćmaga wystartuje w Tokio

Mam być w gotowości...

Sukces mieszanej sztafety 4x400 m i zdobycie złotego medalu przez: Karola Zalewskiego, Natalię Kaczmarek, Justynę Święty-Ersetic, Kajetana Duszyńskiego oraz Dariusza Kowaluka, Iłę Baumgart-Witan i Małgorzatę Hołub-Kowalik, którzy wywalczyli wejście do finału, płocczanka Dominika Baćmaga oglądała z trybun stadionu lekkoatletycznego w Tokio.

- To było przeżycie nie do opisać. Wszyscy byliśmy mocno zestresowani, oczywiście wiedzieliśmy, że jest ogromna szansa na medal, wierzyliśmy, że na złoty. Bieg oglądaliśmy na stojąco – krzycząc, dopingując naszą sztafetę. Całkowicie zadarłam sobie gardło. Była ogromna radość, tży i każdy z nas na trybunie na pewno marzył o tym, by znaleźć się w takiej samej sytuacji, wywalczyć złoty medal olimpijski. To spełnienie marzeń każdego sportowca. Po to się trenuje, wylewa pot, przeżywa porażki, walczy ze zniechęceniem. Ale w takiej chwili to wszystko jest nieważne. Każdy chciałby przeżyć taką chwilę i choć wydaje się, że zdobycie medalu, zwłaszcza złotego, to szczyt możliwości, można przecie-

wyglądała nasza seria, czy dziewczyny nie będą zmęczone startami. Myślę, że udowodniłam, że nie jestem tu przez przypadek, zrobiłam na sprawdzianie super wynik i wiem, że to nie jest moje ostatnie słowo. Poprawiłam swój rekord życiowy i jestem w świetnej formie, lepszej niż podczas mistrzostw Polski – zapewnia płocczanka.

W sobotę biegaczki przeżywały radość, na niedzielę zaplanowano dzień relaksu. - Pewnie zrobię sobie jogę, masaż, czeka mnie pełna regeneracja. W poniedziałek będzie siłownia, we wtorek trening biegowy, a w środę tylko rozruch. Na czwartek zaplanowano eliminację – wylicza.

Mamy tu wszystkie kuchnie świata

Od tygodnia Dominika wraz z pozostałymi siedmioma koleżankami mieszka w wiosce olimpijskiej w Tokio. - Nasza ósemka ma mały domek z czterema sypialniami, salonikiem i dwiema łazienkami. Od soboty mieszkam z czterema mistrzyniami olimpijskimi. To coś nieprawdopodobnego – cieszy się płocczanka.

Opowiada o tym, jak po powrocie do wioski musiała zrobić sobie mleko z miodem na gardło, tak głośno dopingowała koleżanki i kole-



Archiwum

zrobić jeszcze więcej – mówiła podniekcytowana płocczanka, Dominika Baćmaga, kilkadziesiąt minut po sukcesie sztafety mieszanej.

Świat Dominiki Baćmagi w ostatnich tygodniach zawirował i popędził do przodu. Jeszcze przed mistrzostwami Polski w Łodzi rozważała zakończenie kariery, a dziś ma teoretyczną szansę na to, by wystartować w sztafecie 4x400 m kobiet. Niewielką, bo cztery Polki, mistrzynię olimpijskie: Natalia Kaczmarek i Justyna Święty-Ersetic oraz Iga Baumgart-Witan i Małgorzata Hołub-Kowalik są pierwszymi kandydatkami do sztafety 4x100 m.

Ale w sporcie wszystko może się zdarzyć. Dlatego 31 sierpnia dziewczyny miały sprawdzian. Trzy zawodniczki to pewniaczki, czwarta zrobiła kosmiczny wynik, a Dominika w sprawdzianie miała drugi czas.

- Zapytałam trenera, co teraz będzie ze mną i powiedział, że mam być w gotowości na czwartek, czyli dzień eliminacji sztafety – mam być „w gazie”. Czy wystąpię? Nie wiem, choć bardzo bym chciała. Jestem gotowa do startu, nie tylko sportowo, także psychicznie. Nie mogę się rozluźnić. Szanse są niewielkie, ale są. Wiele zależy od tego, jak będzie

gów. Zapytana o jedzenie w wiosce olimpijskiej twierdzi, że nie musiała jeszcze nic naruszyć z zapasów przywiezionych z kraju.

- Tu jest wszystko, co tylko człowiek może sobie wymarzyć. Wszystkie kuchnie świata. Jest też bardzo gorąco i mamy dużą wilgotność powietrza. To bardzo męczące, ale można się przyzwyczaić. Szkoda tylko, że nie możemy wychodzić z wioski, jesteśmy stale na miejscu, no chyba, że jedziemy na stadion na trening – zdradza.

- Dziewczyny już spełniły swoje marzenia. To jest niesamowita inspiracja – mówi Dominika. - Jeśli jakimś cudem pobiegnę w eliminacjach, to już będę spełniona, ale na pewno będę chciała powalczyć o medal. Widzę, że można tak wiele osiągnąć. Po takim sukcesie kolegów każdy z nas ma większe ambicje, pobic w finale sztafet, może w biegu indywidualnym. To jest doskonały czas na to, by przelamywać swoje granice. Zwłaszcza że czuje się tu świetnie. Po sprawdzianie czułam się tak dobrze, jak nigdy wcześniej. Wiem, że stać mnie na więcej – mówi pełna radości.

Będziemy trzymać kciuki, by spełniło się marzenie Dominiki.

Jola Marciniak

Najlepsi na świecie

Jak się Szanowni Czytelnicy domyślają, będą igrzyska! Mija tydzień od ceremonii otwarcia i... Jak powiada znane ludowe porzekadło, szalu nie ma! To wersja elegancka, nie do końca oddająca nastroje tych, co pięć lat czekali na sukcesy naszych orłów. A sukcesów brak! I jeden medal niewiele zmienia – piszę felieton 30 lipca. Jeśli bowiem porównamy dzisiejsze wyniki do tych z Rio, wtedy wioślarze zdobyli złoto i brąz, a kolarze srebro i brąz, nie trudno spostrzec, że w tych dyscyplinach jesteśmy „w plecy” o trzy krążki. O kolorach nie wspominając. Oczywiście „nic dwa razy się nie zdarza” i nie da się wykluczyć, że straty odrobą ci, co pięć lat temu obeszlisi smakiem. Tyle że na razie chętnych do takich niespodzianek jakoś nie widać. Rozpoczęły starty lekkoatleci i od razu „mocne uderzenie” dyskoboli. Dwukrotny wicemistrz olim-



pijski i jego kolega nie zakwalifikowali się do finału! Powtórzyła ten „wyczyn” kulomiotka, mistrzyni Europy. A przecież to w rzutach jesteśmy światową potęgą...

Słowem, nie idzie nam! Nie to najbardziej martwi, ale tłumaczenie wymyślone na tę okoliczność. „To są igrzyska, tu przyjeżdżają najlepsi na świecie”! Tak, trudno zaprzeczyć! Ale, drodzy reprezentanci, wy też jesteście najlepsi na świecie! Skoro tutaj przyjechaliście...

Dlaczego jedni „najlepsi na świecie” zgarniają worki medali, a inni „najlepsi na świecie” muszą się zadowolić wygłaszaniem takich „mądrości”? Jeśli spojrzymy na klasyfikację medalową, to nasza dzielna ekipa na dziś zajmuje miejsce 49 (czterdzieste dziewiąte). Przed nami takie mocarstwa sportowe, ekonomiczne, militarne, ludnościowe (itd.) jak Kosovo, Uzbekistan, Bermudy, Ekwa-

dor, Fidżi, Jordania, Macedonia Północna, Turkmenistan, o Łotwie, Estonii czy Mongolii nie wspominając. Oczywiście nie tracimy nadziei, że na końcu te „potęgi” jednak wyprzedzimy, czego naszym olimpijczykom i sobie życzę, ale czemu musimy czekać do końca? Czemu nasi medaliści mistrzostw świata i Europy, wysoko notowani w światowych rankingach, jak tenisiści czy szpadzistki, na igrzyskach popadają w dziwną niemoc? Potrzebne wsparcie psychologiczne? Chyba nas stać na fachowców w tej dziedzinie?

I jeszcze o sporcie, tym razem futbolu. Ruszyły europejskie puchary. Obejrzałem dwa mecze. Zaczęło się od „popisów” częstochowskiego wicemistrza kraju. Klasyka! Wzorcowy pokaz „osiągnięć” rodzimej myśli szkoleniowej. Potem brązowi medaliści ze Szczecina. I całe szczęście, że w tej kolejności, bo piłkarze Pogoni zagrali tak, jakby uczyli się futbolu u sąsiadów zza Odry. Jak na ironię oni odpadli, a częstochowianie awansowali...

Jerzy Ogonowski

FELIETONY

Ogonowski | Kopec

Kwestia zaufania

Koronawirus szaleje znowu w krajach zachodnich mimo że poziom szczepień w nich był już wystarczający dla uzyskania odporności zbiorowej. I gdzie ta odporność? W związku z jej brakiem zastrza się tam coraz bardziej kurs wobec niezaszczepionych. Planowana albo już stosowana segregacja sanitarna dzieli coraz bardziej te społeczeństwa, mimo że zaszczepieni powinni czuć się bezpiecznie, jeśli prawdą jest, że te szczepionki są tak dobre. Pojawiają się jednak kryminalne pomysły, aby niezaszczepionych nie wpuszczać do kawiarni, restauracji, kin, teatrów, na zawody sportowe, na koncerty i w inne miejsca. W Grecji straszy się tym, aby nie wypłacać im pensji, u nas ktoś zagroził, żeby pozbawić ich „500+”. Co jeszcze wymyślą covidowi propagandyści, aby zrekklamować te znakomite preparaty, które gdyby były tak dobre, jak się o nich mówi, nie trzeba by do nich ani zmuszać, ani nawet specjalnie zachęcać. Nie trzeba by też tego wszystkiego robić, gdyby zaufanie do władz, także u nas, było na wystarczającym poziomie. A ponieważ ludzie coraz mniej ufają rządzącym, stąd ci mają duże problemy z „wyszczepieniem” całej



populacji, co obiecali swoimi „nadzwyczajnymi” lożowym pryncypałem.

Ponieważ spada też zaufanie do Kościoła, stąd głosy hierarchów u nas i na świecie zachęcające do szczepień jeszcze bardziej rozdrażniają ludzi i stawiają ich przeciw udziałowi w eksperymencie medycznym z udziałem linii komórkowych pochodzących z wyabortowanych dzieci. Kaja Godek niedawno ujawniła, w jaki sposób te komórki są pobierane. Na żywca, bez znieczulenia z cierpiącego płodu, m.in. z siatkówki oka. Według nowej „etyki praktycznej”, którą propaguje papież i nasz episkopat, jest wszystko w porządku. Nie do wszystkich przemawia jednak ta „praktyczność”, tak jak nie przemawia metoda ewangelizacyjna stosowana przez wątpliwego świadka Ewangelii w osobie abpa Głódzia, któremu wyliczono majątek na 15 milionów złotych, mimo że Pismo św., którego nauczał, mówi, żeby skarby gromadzić przede wszystkim w niebie, a nie na ziemi. Przeciwno Pismu św. wystąpił też inny świadek Ewangelii, pewien ksiądz katolicki w Niemczech, zapewne zwolennik drogi synodalnej, który oskarżył przed sądem innego księdza, a przy tym profesora, o „podżeganie do mowy nienawiści”

w artykule naukowym na temat kościelnych afer homoseksualnych. Sąd skazał „winowajcę” za napiętnowanie gorszycieli homoseksualnych na 120 dni aresztu z zamianą na grzywnę 4800 euro.

A to się porobiło na tym świecie. Nie wiadomo, komu ufać w tej trudnej sytuacji. U nas wzrasta zaufanie chyba jedynie do prezesa Najwyższej Izby Kontroli, który tak gorliwie pojął powinność swego urzędu, że dzielnie „sprawdza” rządzącą koalicję, wobec czego skrupulatna prokuratura, specjalizująca się na co dzień w umarzaniu spraw, postawiła mu jednocześnie aż 14 zarzutów i zażądała uchylenia immunitetu, akurat w momencie, kiedy dzielny prezes wziął się za sprawdzanie dwóch ostatnich budżetów i służących naszemu dobru nadzwyczajnych „kontraktów covidowych” (maseczki, respiratory itp.). Im bardziej władza usiłuje podkopać zaufanie do tego ostatniego sprawiedliwego pośród nieudolnych pozerów prawa i sprawiedliwości, tym bardziej to zaufanie rośnie. Czym to się skończy, jeśli rządzący nie zaprzestaną nekantowania szefa niezależnej instytucji, a także samego społeczeństwa groźbami segregacji sanitarnej, sam Pan Bóg raczy wiedzieć, niemniej gwiazda pana prezesa budzi pewną nadzieję.

Wiesław Kopec

Prawnik radzi



Posiedzenie przygotowawcze a rozprawa – czym się różnią?

Jestem pozwanym w sprawie o zapłatę. Po złożeniu odpowiedzi na pozw oczekiwałem wezwania na pierwszy termin rozprawy. Otrzymałem jednak wezwanie na posiedzenie przygotowawcze. Czym takie posiedzenie różni się od rozprawy?

Ostatnia nowelizacja Kodeksu postępowania cywilnego z dnia 07 listopada 2019 r. wprowadziła do wszystkich rodzajów postępowań uregulowanych w ww. kodeksie, w tym do postępowania gospodarczego, posiedzenie przygotowawcze oraz plan rozprawy. Posiedzenie przygotowawcze zostało uregulowane w art. 205⁴ k.p.c. i nast.

Posiedzenie przygotowawcze ma na celu rozwiązanie sporu bez potrzeby prowadzenia dalszych posiedzeń, zwłaszcza rozprawy. Posiedzenie przygotowawcze może przyczynić się do porozumienia stron i zakończyć spór przed skierowaniem sprawy do rozpoznania jej na rozprawie. Jeżeli jednak nie uda się rozwiązać sporu, wówczas na posiedzeniu przygotowawczym sporządza się plan rozprawy z udziałem stron. Posiedzenie przygotowawcze odbywa się według przepisów o posiedzeniu niejawnym. W toku posiedzenia przygotowawczego zachowanie szczegółowych przepisów postępowania nie jest konieczne, jeżeli przyczyni się to do osiągnięcia celów tego posiedzenia. Do udziału w posiedzeniu przygotowawczym obowiązane są strony oraz ich pełnomocnicy. Przewodniczący może zwolnić stronę od obowiązku stawiania się na posiedzenie przygotowawcze, jeżeli z okoliczności sprawy wynika, że udział pełnomocnika będzie wystarczający. Przed rozpoczęciem posiedzenia przygotowawczego powód może wnieść o jego przeprowadzenie bez swego udziału. Wniosek nie podlega cofnięciu, a zastrzeżenie warunku lub terminu uważa się za nieistniejące. W takim przypadku niestawiennictwo powoda lub jego pełnomocnika na posiedzeniu przygotowawczym nie prowadzi do umorzenia postępowania, plan rozprawy sporządza się bez udziału powoda, a ustalenia zawarte w planie rozprawy wiążą powoda w dalszym toku postępowania.

Jeżeli powód bez usprawiedliwienia nie stawi się na posiedzenie przygotowawcze, sąd umarza postępowanie, rozstrzygając o kosztach jak przy cofnięciu pozwu, chyba że sprzeciwi się temu obecny na tym posiedzeniu pozwany. Jeżeli powód w terminie tygodnia od dnia doręczenia mu postanowienia o umorzeniu postępowania usprawiedliwi swe niestawiennictwo, sąd uchyli to postanowienie i nada sprawie właściwy bieg. Przepisu tego nie stosuje się w przypadku kolejnego nieusprawiedliwionego niestawiennictwa. W razie niestawienia się pozwanego na posiedzeniu przygotowawczym, plan rozprawy sporządza się bez jego udziału. Ustalenia zawarte w planie rozprawy wiążą pozwanego w dalszym toku postępowania. W przypadku nieusprawiedliwionego niestawiennictwa sąd może, niezależnie od wyniku sprawy, włożyć na stronę obowiązek zwrotu kosztów w części wyższej, niż nakazywałby to wynik sprawy, a nawet zwrotu kosztów w całości. W sytuacji, gdy strona stawiała się na posiedzenie przygotowawcze, jednak nie bierze w nim udziału, plan rozprawy sporządza się bez jej udziału. Należy mieć na uwadze, iż ustalenia zawarte w planie rozprawy wiążą tę stronę w dalszym toku postępowania. (art. 205⁵ k.p.c.)

Przewodniczący wyznacza posiedzenie przygotowawcze i wzywa na nie strony po złożeniu przez pozwanego odpowiedzi na pozw, a także gdy odpowiedź na pozw nie została złożona, ale nie został także wydany wyrok zaoczny.

Podczas posiedzenia przygotowawczego przewodniczący ustala ze stronami przedmiot sporu i wyjaśnia stanowiska stron, także w zakresie prawnych aspektów sporu. Zgodnie z art. 205⁶ § 2 k.p.c. przewodniczący powinien skłaniać strony do pojednania oraz dążyć do ugodowego rozwiązania sporu, w szczególności w drodze mediacji. W tym celu przewodniczący może poszukiwać ze stronami ugodowych sposobów rozwiązania sporu, wspierać je w formułowaniu propozycji ugodowych oraz wskazywać sposoby i skutki rozwiązania sporu, w tym skutki finansowe.

Jeżeli na posiedzeniu przygotowawczym sąd skierował strony do mediacji, posiedzenie to odracza się do czasu zakończenia mediacji. W razie potrzeby, zwłaszcza gdy istnieją widoki ugodowego rozwiązania sporu lub gdy zajdzie potrzeba wyjaśnienia okoliczności istotnych dla rozstrzygnięcia sprawy albo w przypadku usprawiedliwionego niestawiennictwa strony, a także na zgodny wniosek stron – posiedzenie przygotowawcze można odroczyć na czas oznaczony, nie dłuższy jednak niż trzy miesiące. Na zgodny wniosek stron posiedzenie przygotowawcze można odroczyć po raz drugi – na czas oznaczony, nie dłuższy niż trzy miesiące. Poza wskazanymi powyżej przypadkami odraczanie posiedzenia przygotowawczego jest niedopuszczalne. (art. 205⁷ k.p.c.)

Z przebiegu posiedzenia przygotowawczego sporządza się pisemny protokół, w treści którego zamieszcza się oświadczenia stron złożone w ramach prób ugodowego rozwiązania sporu. Pamiętać należy, że w sytuacji, gdy strony nie dojdą do porozumienia w trakcie posiedzenia przygotowawczego, nie mogą w dalszym toku postępowania przed sądem bądź sądem polubownym powoływać się na propozycje ugodowe, propozycje wzajemnych ustępstw lub inne oświadczenia składane podczas tego posiedzenia. Powoływanie się zatem na powyższe okoliczności na dalszym etapie sądowym będzie dla wyniku sprawy bezskuteczne. Przewodniczący może odstąpić od zamieszczenia innych wzmianek w treści protokołu, jeżeli może to ułatwić rozwiązanie sporu bez rozprawy. W przypadku zawarcia ugody, jej osnowę wciąga się do protokołu albo zamieszcza w odrębnym dokumencie, podpisanym przez strony, stanowiącym załącznik do protokołu. Posiedzenie przygotowawcze nie może być wyznaczone tylko i wyłącznie dla sporządzenia planu rozprawy. Do tego etapu przewodniczący może bowiem przejść dopiero wówczas, gdy na posiedzeniu przygotowawczym nie uda się rozwiązać sporu ugodowo. Powyższe oznacza, że posiedzenie przygotowawcze nie może być w ogóle wyznaczone w sprawach, w których przepisy prawa materialnego lub procesowego wyłączają możliwość zawarcia przez strony ugody.

Głównym celem posiedzenia przygotowawczego jest zatem doprowadzenie do tego, aby strony rozwiązały spór przez zawarcie ugody. Dopiero jeżeli nie uda się rozwiązać sporu ugodowo, przewodniczący przystępuje na posiedzeniu przygotowawczym do sporządzania z udziałem stron planu rozprawy mającego na celu usystematyzowanie dowodów i sprawne przeprowadzenie postępowania dowodowego.

radca prawny
Anna Marunowska

* Informujemy, że redakcja nie musi się utożsamiać z poglądami zawartymi w felietonach. W tym gatunku dziennikarskim ich autorzy wyrażają własne zdanie.