Oszuści znów polują na emerytów

>2

Zbiornik retencyjny w Radziwiu

>4

Brudzeński Park Krajobrazowy ma już 35 lat!

>14

Nr **25** (2584)
nakład **6 000**
**4,50 zł**
stawka VAT 5%
ISSN 02086972 INDEKS 379409
Rok zał. 1972

Wtorek
**20 czerwca 2023**

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

9 770208 697753 25

# tygodnik PŁOCKI

**W tym numerze hit redakcyjny**

## Wakacje w Płocku - spędź je z PLOT

> s. 11

999 śmiałków przekona się o tym już niebawem. I w dzień, i w nocy...

# W płockim ZOO lepiej niż na całym świecie...?

Czytaj - s. 7

ZOO Płock

Noc Kupały w Płocku!

# Inaczej niż zwykle...

Czytaj - s. 2

Dorastali w PRL. Nie radzą sobie w wolnej Polsce...

# Pokolenie X z ogromnymi długami

Czytaj - s. 6

Muzeum Mazowieckie w Płocku

**W tym numerze dodatek redakcyjny**

## Muzeum Mazowieckie w Płocku

STR. 19-22

www.tp.com.pl ■ e-mail: tp@tp.com.pl ■ e-mail: bo@tp.com.pl ■ FB gazetatygodnikplocki ■ twitter.com/tygodnikplocki

eprasa.pl 96de324ef7

## Podpowiadamy, gdzie się wybrać...

### Portret Kobiety

We wtorek, **20** czerwca Nove-Kino Przedwiośnie zaprasza na kolejną odsłonę cyklu Portret Kobiety. Tym razem w jego ramach obejrzymy film „Ona jest miłością" w reżyserii Jamiego Adamsa.

Patricia przyjeżdża do wiejskiego hotelu w Kornwalii. Spotyka swojego byłego męża, który zarządza tym miejscem ze swoją dziewczyną. Sytuacja staje się jeszcze bardziej niezręczna, gdy podczas jednej z nocy wracają wspomnieniami do przeszłości.

### Rozbawią do łez

**22** czerwca na scenie klubu Rock'69 zobaczymy kolejny stand-upowy występ. O dobry humor publiczności zadbają Sylwia Wiszowata i Tomek Skrzypek. Sylwia Wiszowata preferuje mocne, nieocenzurowane żarty bez poprawności politycznej, wzbudzając skrajne emocje. Tomek Skrzypek nazywa zaś siebie komikiem absurdu. Wieczór ze stand-upem poprowadzi Arkadiusz Jaksa Jakszewicz.

### Poznaj azjatyckie smaki

**23** czerwca rusza w Płocku Festiwal Azjatycki. Impreza potrwa do 25 czerwca na Starym Rynku. W tym czasie będzie okazja, by odwiedzić pachnące orientalnymi przyprawami stragany. Świeże japońskie sushi, indyjska pakora, gruzińskie chaczapuri czy libański tabbouleh to zaledwie początek długiej listy azjatyckich przysmaków, których będzie można posmakować w trakcie festiwalu. Nie zabraknie też dań kuchni koreańskiej czy malezyjskiej, a nawet naturalnych azjatyckich kosmetyków.

### Zobacz występy młodych tancerzy

**24** czerwca w sali Państwowej Szkoły Muzycznej w Płocku odbędzie się zakończenie sezonu tanecznego Move Dance Studio. Występy wszystkich grup MDS oraz zaproszonych gości będzie można podziwiać w sobotę w godzinach 11:00 – 13:00. Bilety w cenie 20 zł można nabyć w klubie przy ul. Ostatniej 1.

### Ćwicz jogę w Płocku!

**24** i **25** czerwca odbędą się bezpłatne zajęcia w ramach Międzynarodowego Dnia Jogi. Będzie to wydarzenie organizowane przez Concept – płocką akademię jogi.

W sobotę zajęcia będą miały miejsce na płockim molo o godz. 18.00. Sesję poprowadzi Asia Pankowska. W niedzielę zaś zajęcia odbędą się w Parku Północnym o godz. 11.00. Sesję poprowadzi Karolina Spychalska.

Organizatorzy proszą o zabranie ze sobą własnych mat, koców czy ręczników – czegokolwiek, na czym uczestnikom będzie wygodnie ćwiczyć.

**(kw)**

Noc Kupały w Płocku!

# Inaczej niż zwykle...

**Czekacie na czerwcowy koncert z ludowymi obrzędami, czyli tradycyjne Wianki w Noc Świętojańską? W tym roku zmieni się nieco formuła imprezy. Przede wszystkim koncert odbędzie się nie w amfiteatrze, a na bulwarach wiślanych.**

JW

Organizatorzy przypominają również, że noc świętojańska – przypadająca w nocy z 23 na 24 czerwca – zwana była niegdyś Nocą Kupały. To jedno z najstarszych świąt w Polsce, którego korzenie sięgają czasów pogańskich. W tym czasie przypada pełne magii letnie przesilenie Słońca. W Polsce Noc Kupały jest znana przede wszystkim z rytuałów związanych z wiankami. Według tradycji wianki wykonuje się z kwiatów, ziół i papieru, a następnie wrzuca się je do wody – rzeki, jeziora czy stawu. Wierzono, że wrzucenie wianka do wody przynosi szczęście, chroni przed chorobami oraz złą energią. Często wianki są zapalane ogniem, co ma symbolizować oczyszczenie z grzechów i złych myśli.

W Płocku od lat z okazji Wianków organizowany jest koncert, podczas którego ludowe obrzędy i tańce prezentują zaproszone zespoły. To wyjątkowe przedstawienie mogliśmy co roku oglądać w amfiteatrze.

W tym roku wydarzenie przenosi się na sąsiednie bulwary wiślane. Ta przeprowadzka pozwoli jeszcze głębiej wczuć się w klimat obchodów Nocy Kupały, jak również zintegrować się z naturą.

Wydarzenie rozpocznie się o godzinie 20:30 – koncertem Zespołu Pieśni i Tańca Łany im. Wiesława Kaszubkiewicza Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu. Widowisko potrwa około 30 minut. Po koncercie zespół ma ok. godzinę przerwy na przygotowania do widowiska „Nocy Kupały".

Około 21:00 zobaczymy występ mieszany, w którym wystąpi Harcerski Zespół Pieśni i Tańca Dzieci Płocka im. druha Wacława Milke oraz Zespół Tańca Ludowego MASOVIA Politechniki Warszawskiej filii w Płocku. A o godzinie 22:00 rozpocznie się druga część występu ZPiT ŁANY – niezapomniane widowisko „Nocy Kupały".

Przedstawienie zakończy się około 22:40 – 22:50 puszczaniem wianków na Wiśle, w czym pomogą ratownicy z WOPR Płock. Wstęp na koncert jest bezpłatny. Organizatorzy zachęcają do zabrania własnych wianków i udziału w obrzędzie.

**BS**

Oszuści znów polują na emerytów

# Uwaga na fałszywe SMS-y!

**Zakład Ubezpieczeń Społecznych ostrzega przed fałszywymi wiadomościami SMS rozsyłanymi przez oszustów, którzy w treści podejrzanych SMS-ów informują o tzw. nieodebranym świadczeniu i proszą o jak najszybszy kontakt. W ten sposób wyłudzają dane osobowe.**

To kolejna metoda na oszukiwanie seniorów. – *Ostrzegamy przed fałszywymi wiadomościami rozsyłanymi przez oszustów w celu wyłudzenia danych. Nie należy klikać w podejrzane linki – zarówno mailowe, jak i podane w SMS-ach, a także pobierać załączników niewiadomego pochodzenia* – apeluje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

ZUS zaleca zachowanie szczególnej ostrożności w przypadku otrzymania wiadomości o podejrzanej treści, zwłaszcza informacji zawierających linki. W przypadku wątpliwości należy skontaktować się z zakładem ubezpieczeń. – *Nie wysyłamy do nikogo wiadomości z linkami, w które należy wejść, nie prosimy też o podawanie danych wrażliwych niezabezpieczonymi kanałami komunikacji. Zalecamy zachowanie szczególnej ostrożności w przypadku otrzymania wiadomości o podejrzanej treści, zwłaszcza informacji zawierających linki* – dodaje Wojciech Ściwiarski.

**rad**

# Będzie linia sezonowa do Grabiny

**Komunikacja Miejska Płock uruchamia linię sezonową do Grabiny. Kursy linii 43 w okresie od 24 czerwca do 3 września 2023 r. będą realizowane codziennie.**

Jak poinformowała Komunikacja Miejska Płock, 24 czerwca zostanie uruchomiona linia sezonowa nr 43, która zapewni płocczanom dojazd do Grabiny, popularnego miejsca wypoczynku. Autobusy linii 43 będą kursować codziennie, do 3 września br.

Trasa linii 43: Dworzec kolejowy 01 > Dworcowa > Jachowicza (Stanisławówka 02, Piękna, Jachowicza (teatr)) > Bielska (Ostatnia) > Kwiatka > Kolegialna (pl. Obr. Warszawy, Gradowskiego) > Kilińskiego (Zoo) > most Legionów J. Piłsudskiego > Kolejowa > Kutnowska > Grabina (przystanki w Grabinie w strefie taryfowej B).

Grabina > Kutnowska > Kolejowa > most Legionów J. Piłsudskiego > Kilińskiego (Ogródek jordanowski 04) > Sienkiewicza > Bielska > Jachowicza > Dworcowa > Dworzec kolejowy 01.

Dokładne godziny odjazdów dostępne są na stronie internetowej kmplock.eu.

**(kw)**

## Magazyn Kryminalny

### Niech żyje wolność...

Złodziejaszek z pokaźnym dorobkiem w złodziejskim fachu, a do tego z listem gończym na koncie, nie miał najmniejszego zamiaru trafić za kraty. Policjanci deptali mu po piętach, a on wciąż zmieniał miejsce zamieszkania. Przez pół roku skutecznie ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości, aż przyszedł w końcu ten dzień – poniedziałek, 12 czerwca. Mężczyzna próbował walczyć do samego końca, ale... – *Dobre rozeznanie policjantów operacyjnych pozwoliło ustalić i zatrzymać mężczyznę. Podczas zatrzymania 32-latek próbował uciekać i ukryć się na poddaszu budynku. Został jednak szybko obezwładniony i zatrzymany* – mówi asp. Katarzyna Krukowska z Komendy Powiatowej Policji w Sierpcu.

Dodajmy, że w ubiegłym roku mężczyzna usłyszał wyrok za wielokrotne kradzieże. Został skazany na rok i 10 miesięcy pozbawienia wolności. Po pół roku ucieczki trafił w końcu do zakładu karnego, gdzie odbędzie zasądzoną wcześniej karę.

### Spokój na parkingach?

Znów wróciła do Płocka plaga kradzieży katalizatorów. Na szczęście szybko udało się ją ukrócić. Policja zatrzymała w tej sprawie dwóch obywateli Gruzji. Jak informuje sierż. szt. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku w ostatnim czasie na terenie miasta doszło do kilku kradzieży katalizatorów. - *Policjanci płockiej komendy ustalili, że związek z tymi przestępstwami mają przebywający na terenie Polski obywatele Gruzji* – tłumaczy policjantka.

Złodzieje zostali zatrzymani w poniedziałek, 12 czerwca. Okazało się, że katalizatory z samochodów zaparkowanych na terenie Płocka wycinało dwóch mężczyzn w wieku 26 i 31 lat. Obydwaj mężczyźni to obywatele Gruzji. Łączna wartość skradzionych katalizatorów to blisko 10 000 złotych. Mężczyźni już usłyszeli zarzuty. Grozi im do 5 lat pozbawienia wolności.

### Za bardzo zwolnił...

Na widok radiowozu zwolnił do prędkości toczenia się pojazdu. Policjantom zachowanie kierowcy od razu wydało się podejrzane. Mężczyzna został zatrzymany do rutynowej kontroli drogowej. Do zdarzenia doszło w poniedziałek, 12 czerwca w godzinach porannych w miejscowości Gójsk. Policjanci z sierpeckiej drogówki prowadzili działania kontrolujące prędkość. - *Już w trakcie rozmowy mundurowi poczuli od 59-letniego mieszkańca powiatu sierpeckiego alkohol. Badanie alkomatem wskazało ponad promil alkoholu w organizmie. Policjanci zatrzymali kierującemu prawo jazdy* – informuje asp. Katarzyna Krukowska z Komendy Powiatowej Policji w Sierpcu.

Teraz zachowanie mieszkańca powiatu sierpeckiego oceni sąd. Za prowadzenie pojazdu w stanie nietrzeźwości kodeks karny przewiduje karę do 2 lat pozbawienia wolności.

**BS**

tygodnik PŁOCKI
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: rednaczelny@tp.com.pl.
P.o. Sekretarza Redakcji: Teresa **Radwańska-Justyńska,** e-mail: t.radwanska@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** e-mail: blanka@tp.com.pl, Karolina **Wiśniewska** e-mail: karolina@tp.com.pl
STALE WSPÓŁPRACUJĄ: Lena **Szatkowska,** Elżbieta **Grzybowska**, Jerzy **Ogonowski**, Jan **Waćkowski** (zdjęcia), Wiesław **Kopeć**, Marta **Kunavar**, Izabela **Chudzyńska**, Ewa i Bogumił **Liszewscy**.
FOTO i SKŁAD KOMPUTEROWY: Dariusz **Ossowski**, e-mail: foto@tp.com.pl.
Redaktor techniczny: Mateusz **Wawrzyński** e-mail: dtp@tp.com.pl.

Niezamówionych materiałów Redakcja nie zwraca, a w przypadku zakwalifikowania ich do druku zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów i zmiany tytułów.
OGŁOSZENIA: Renata **Cińska,** e-mail: bo@tp.com.pl, Biuro Ogłoszeń: Płock, Stary Rynek 27, tel/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.
W niektórych tekstach może występować usługa "lokowanie produktu".
WYDAWCA: „Tygodnik Płocki" Sp. z o.o., 09-400 Płock, Stary Rynek 27;
prezes Zarządu: Tomasz **Szatkowski,** tel. 262-70-60. DRUK: AGORA SA, Warszawa, ul. Daniszewska 27.
KOLPORTAŻ: **„Ruch"** S.A., Warszawa, ul. Annopol 17a; **„Kolporter"** Kielce, ul. Zagnańska 61;
**Garmond Press,** Warszawa, ul. Nakielska 3; "**Lagardere Travel Retail",** Warszawa, al. Jerozolimskie 174;
Zamówienia na prenumeratę przyjmuje: „Ruch" S.A.



eprasa.pl 96de324ef7

To nie tylko fałszywe obietnice, ale też fałszywe strony internetowe

# Policja ostrzega: nie wierzcie!

**Zaczęło się od kliknięcia w banner reklamowy znaleziony na jednej ze stron internetowych. Skończyło na stracie 46 tysięcy zł oszczędności. Taka przykra sytuacja spotkała mieszkankę Sierpca, która wpadła w sidła oszustów obiecujących zyski z inwestowania w kryptowaluty. Policja ostrzega, by nie wierzyć w podobne oferty.**

www.freepik.com

Przeglądając jedną ze stron internetowych, kobieta trafiła na reklamę pewnej firmy. Z reklamy wynikało, że inwestując w akcje tej konkretnej spółki, można zarabiać kilkanaście tysięcy złotych miesięcznie.

Skuszona ofertą kobieta kliknęła w ikonę, a następnie wpisała w formularzu kontaktowym swój numer telefonu. Jeszcze tego samego dnia zadzwonił do niej mężczyzna i przedstawił się jako analityk giełdowy, specjalizujący się w inwestowaniu w kryptowaluty. Zachęcał, by na początek sierpczanka zainwestowała drobną sumę pieniędzy. Wtedy kobieta wpłaciła 1200 złotych. Przy okazji miała również założyć konto handlowe, na które miały wpływać zyski.

Mężczyzna zaczął namawiać sierpczankę do inwestowania w bitcoiny, które mają obecnie dużą wartość. Wiązało się z tym jednak inwestowanie większych kwot.

Ponadto doradca polecił kobiecie, żeby zainstalowała na swoim komputerze program umożliwiający zdalną obsługę pulpitu, a następnie zalogowała się do swojego banku.

Sierpczanka wykonała wszystkie instrukcje. Dzięki temu „analityk" sprawdził, ile kobieta ma środków i zachęcił do ich zainwestowania w bitcoin.

*- Za jego namowami sierpczanka przelała kolejne pieniądze. Następnego dnia zadzwonił do niej inny mężczyzna, który przedstawił się jako pracownik działu finansowego. Kobieta miała dokonać jakiejś transakcji w ramach weryfikacji. Później z 69-letnią kobietą skontaktował się jej „analityk", który przekazał, że podczas tej transakcji coś poszło nie tak, i że poniosła stratę w wysokości kilkunastu tysięcy dolarów. Żeby się „odkuć", musiała bardzo szybko zdobyć i przelać środki na swój rachunek bankowy* – relacjonuje przebieg oszustwa asp. Agnieszka Krukowska z Komendy Miejskiej Policji w Sierpcu.

Oczywiście kobieta szła jak po sznurku, zgodnie ze wszystkimi podpowiedziami. Na koniec okazało się, że faktycznie inwestycja w kryptowaluty przyniosła jej sporą sumę zysku. Ale tu pojawił się kolejny haczyk, bo aby pobrać pieniądze, trzeba było zapłacić wysoki podatek i inne opłaty.

*- Wtedy kobieta zorientowała się, że padła ofiarą oszustów. Straciła łącznie blisko 46 tysięcy złotych* – dowiadujemy się w Komendzie Powiatowej Policji w Sierpcu, gdzie finalnie kobieta zgłosiła oszustwo.

Policjanci zajęli się sprawą. Informują również, że coraz więcej osób w podobnej sytuacji zgłasza się o pomoc do mundurowych. Wciąż kuszą szybkie zyski w Internecie. To nie tylko fałszywe obietnice, ale też fałszywe strony internetowe.

*- Działajcie rozsądnie i nie ulegajcie złudnym wizjom dużego i szybkiego zysku oferowanego przez przestępców* – apelują policjanci.

**BS**

Wisła jest nieobliczalna. Strażacy ostrzegają, że to może przydarzyć się każdemu

# Krasula w tarapatach

**Do Wisły wpadła krowa. Do tego zdarzenia doszło w piątek, 9 czerwca w miejscowości Świniary (gm. Słubice). Z pomocą ruszyli strażacy. Do tak nietypowej akcji potrzebne były łodzie. A na koniec okazało się, że nie ma to jak męska krzepa w dłoniach i liny. Po drodze pojawiło się sporo wyzwań… Na szczęście zwierzak został uratowany.**

*- W związku z brakiem pewnych miejsc do wodowania łodzi zastęp GBA udał się w miejsce wskazane w zgłoszeniu, a zastęp SLOp skierował się do miejscowości Suchodół, gdzie znajduje się miejsce do wodowania łodzi. Do działań skierowana została również jednostka OSP w Słupnie* – relacjonują strażacy z OSP Słubice.

Po zwodowaniu łodzie OSP w Słubicach i OSP w Słupnie kierowały się do miejscowości Świniary. Niestety, nieregulowana, pełna przeszkód rzeka utrudniała i wydłużała czas dotarcia do wskazanego miejsca. Udało się w końcu zlokalizować krowę. Okazało się, że zwierzę zsunęło się razem z oberwaną skarpą wprost do wody i utknęło w pułapce. Na szczęście woda w tym miejscu nie była głęboka.

Co dalej? Nie było innego wyjścia, jak wciągnąć krowę na brzeg... Ręcznie! Uczestnicy akcji zakasali rękawy, odpowiednio zabezpieczyli krowę pasami i linami, po czym siłą własnych mięśni wciągnęli zwierzę na wysoki brzeg.

Historia miała swój szczęśliwy finał, ale strażacy ostrzegają, że nie tylko dla zwierząt wody Wisły są bardzo zgubne i niebezpieczne. Nurt rzeki bardzo często podmywa przybrzeżne skarpy. Tworzą się w ten sposób niebezpieczne nawisy, o których na brzegu nikt nawet nie pomyśli. Wystarczy niefortunnie na nie wejść, by spotkała nas dokładnie taka sama przygoda, jak krasulę w Świniarach…

Nasz czytelnik napisał w tej sprawie komentarz. Dowodzi, że nie był to jednorazowy przypadek. Informuje, że pływając statkiem po Wiśle, już trzy razy zgłaszał na numer alarmowy krowy, które wpadły do wody z wysokiego brzegu. Powodem takich zdarzeń jest prawdopodobnie brak odpowiedniego zabezpieczenia wypasanych zwierząt przez właściciela.

Czytelnik wskazuje jednak kolejny problem. Okazuje się, że w przypadku akcji na rzece strażacy nie mają gdzie zwodować swoich łodzi. Brakuje slipów. Choć strażacy z OSP często są wyposażeni w łodzie ratownicze, muszą z nimi jeździć wiele kilometrów w dogodne miejsce, np. do Wyszogrodu albo do Stanicy Flis w Liszynie. Odległość między tymi miejscowościami to blisko 30 km. Jak pokazuje sytuacja z krową, podobny problem jest również po drugiej stronie Wisły.

Czy można coś w tej sytuacji zmienić? Dlaczego na dzikiej i niebezpiecznej Wiśle brakuje miejsc do wodowania łódek dla służb ratowniczych? Przyjrzymy się temu tematowi w kolejnych numerach Tygodnika Płockiego.

**BS**

OSP Słubice

Zmiany na kilku trasach autobusów miejskich

# Rozkłady jazdy 31, 33 oraz B

**Od soboty, 17 czerwca obowiązują zmiany na trasie trzech linii autobusowych Komunikacji Miejskiej Płock. Dotyczą one kursów wykonywanych przez linie: 31, 33 i B.**

Co się zmieniło? Pierwsza zmiana dotyczy linii B. Tu w miejsce dotychczasowych kursów linii B przed i po godz. 18.00 w dni powszednie wykonywane są kursy linii 33. Z Podolszyc kurs linii 33 wykonywany jest o godz. 16:52 (przyjazd na bramę II o godz. 17:22 / przyjazd na bramę I o godz. 17:30). Z bramy I kurs linii 33 wykonywany jest o godz. 18:10, z bramy II o godz. 18:19. Na linii B nie będzie wykonywany kurs z Podolszyc o godz. 16:57 i z bramy I o godz. 18:09 – pozostałe kursy linii B pozostały bez zmian i obowiązują według dotychczasowego rozkładu jazdy.

### Zmiana trasy linii 33

Zmiana na trasie z pominięciem ulic Bielskiej i Tysiąclecia wynika z trwającego remontu ulicy Łukasiewicza.

Z Podolszyc trasa jest bez zmian w kierunku do ul. Sienkiewicza. Dalej przebiega ona następująco: Nowowiejskiego (przez przystanek zastępczy przy Ekonomiku) > Topolowa > Kobylińskiego (Skłodowskiej) > Dobrzyńska (Skarpa) > Gałczyńskiego (Słowackiego, Jaśminowa) > Łukasiewicza i od przystanku ORLEN Arena jak dotychczas w kierunku bram II i I.

Trasa tej linii z ORLEN-u pozostaje bez zmian do przystanku ORLEN Arena. Następnie autobus będzie jechał trasą: Gałczyńskiego (Jaśminowa, Słowackiego) > Dobrzyńska (Skarpa) > Kobylińskiego (Skłodowskiej) > Topolowa > Nowowiejskiego (przystanek zastępczy przy Ekonomiku) > Kwiatka i dalej swoją trasą w kierunku Podolszyc.

Jeśli chodzi o bezpośrednie połączenie do ORLEN-u na godz. 18.00, to takie jest zapewnione m.in. z osiedli Wyszogrodzka i Kolegialna, ze Starego Miasta oraz z osiedli Miodowa i Skarpa, co w przypadku dojeżdżających z os. Miodowa (z przystanku Skłodowskiej) i Skarpy (z ul. Dobrzyńskiej i Gałczyńskiego) zapewnia krótszy czas dojazdu do ORLEN-u.

### Poranne kursy 33 przyspieszone

Kolejna zmiana to przyspieszone o 2 minuty poranne kursy linii 33 z Podolszyc. Przyspieszony został także kurs z bramy I ORLEN-u z godziny 14:47. Po zmianie godzina odjazdu jest o 14:32 (odjazd z bramy II o godz. 14:42). Na pozostałych kursach z ORLEN-u godziny odjazdów są bez zmian.

### Zmiana trasy linii 31

Ze względu na skierowanie przez osiedle Skarpa linii 33 zmienia się także trasa linii 31.

Z ORLEN-u autobusy linii 31 pojadą dotychczasową trasą do ulicy Narodowych Sił Zbrojnych, a następnie przejadą ulicą Chopina do dworca kolejowego. Początek trasy w kierunku ORLEN-u jest na przystanku Dworzec kolejowy 01 (przystanek linii 14 / 20 / 26 na ul. Chopina przy dworcu), a dalej autobus jedzie trasą: Chopina (przez przystanek Wschodnia) > Narodowych Sił Zbrojnych i od przystanku Przemysłowa dotychczasową trasą w kierunku bram II i XI.

Autobusy linii 31 nie będą dojeżdżały do przystanków na ul. Bielskiej, w Al. Kobylińskiego i na ul. Dobrzyńskiej. A dojazd do ORLEN-u, w miejsce linii 31, zapewniać będą: z ul. Dobrzyńskiej i Al. Kobylińskiego – linia 33 na nowej trasie przez Skarpę; z okolic skrzyżowania Al. Jachowicza i ul. Bielskiej – linia 35; z okolic Mostów – linie 32 (z ul. Mickiewicza i Tysiąclecia) i 35 (z ul. Tysiąclecia); z okolic przystanku Kochanowskiego na ul. Bielskiej – linia 31 z przystanku Wschodnia na ul. Chopina.

**Opr. rad**



eprasa.pl 96de324ef7

# Pustułki – nowi lokatorzy w ORLENIE

**Para pustułek – niewielkich drapieżników z rodziny sokołowatych – zamieszkała w budce na nowym kominie Instalacji Clausa na terenie Zakładu Produkcyjnego PKN ORLEN w Płocku. W nowym gnieździe pustułki doczekały się w tym roku czterech młodych piskląt, które możemy obserwować on-line na stronie orlen.pl lub peregrinus.pl. Pustułka jest gatunkiem chronionym, wymienionym w „Dyrektywie ptasiej" i razem z sokołem wędrownym są jedynymi gatunkami ptaków drapieżnych, które przystosowały się do życia w warunkach miejskich.**

PKN ORLEN na terenie swojego Zakładu Produkcyjnego w Płocku przygotował dwa „mieszkania dla sokołów" (dwie budki lęgowe) już w chwili przystępowania Koncernu do Programu Restytucji Sokoła Wędrownego w Polsce czyli w 1999 roku. Budki z gniazdami zamontowano wtedy na dwóch wysokich kominach: ówczesnej Zakładowej Elektrociepłowni oraz Instalacji Clausa. Sokoły najczęściej korzystały z nich na zmianę. Gdy na przełomie 2015/2016 roku zainstalowano nowe gniazdo już z kamerami on-line na nowej Instalacji Odsiarczania Spalin (IOS) stare budki (bez podglądu) zostały zlikwidowane oraz zamknięte. W roku 2020 mieliśmy wyjątkową sytuację: samica raroga zasiedliła gniazdo sokołów na IOS. Wtedy to zdecydowano się na odsłonięcie drugiego gniazda (komin Clausa), gdzie sokoły złożyły jaja, a później z powodzeniem wyprowadziły tam swoje młode. Dlatego budując nowy komin na Instalacji Clausa już na etapie projektowania, przewidziano instalację budki lęgowej dla ptaków drapieżnych łącznie z kamerami.

Dwie budki zapewniają ptakom drapieżnym nie tylko komfort, ale także możliwość corocznego, nieprzerwanego lęgu. Warto dodać, że Zakład Produkcyjny PKN ORLEN w Płocku i włocławski ANWIL to jedyne miejsca w Polsce, gdzie ptaki drapieżne mają do dyspozycji po dwa gniazda, z których najczęściej korzystają na zmianę. W tym roku drugie gniazdo służy za dom: właśnie czterem pisklętom pustułki i ich rodzicom.

Pustułki wraz z sokołem wędrownym jako jedyne ptaki drapieżne przystosowały się do życia w warunkach miejskich. Wysokie budynki i wieże kościołów są dla nich odpowiednikiem skalnych ścian, na których pierwotnie gniazdowały. Pustułkę łatwo zobaczyć, ponieważ występuje nawet w centrum dużych miast, gdzie chętnie gniazduje na różnego typu budowlach. Wykorzystuje gniazda innych ptaków, na przykład wron, otwory w ścianach budynków czy półki skalne.

Samiec pustułki ma rdzawe ubarwienie wierzchu ciała i beżowy nakrapiany spód. Jego głowa jest popielata podobnie jak ogon, który zakończony jest czarnym pasem. Samica natomiast jest brązowa, gęsto plamkowana, z pręgowanym ogonem. Pustułki zwykle składają 4-6 białych lub różowawych, gęsto brązowo plamkowanych jaj. Wysiadywanie trwa 28-32 dni, a młode opuszczają gniazdo po około miesiącu. Pożywienie pustułek to drobne ssaki, rzadziej ptaki, duże owady.

Kolejny lęg sokołów wędrownych, a także pierwszy w tym roku lęg pustułek są potwierdzeniem, że uczestnictwo Koncernu w programie restytucji ptaków drapieżnych przekłada się na konkretne efekty przyrodnicze. Orlenowskie sokoły i pustułki można obserwować na stronie www.orlen.pl oraz www.peregrinus.pl.

**Opr. (kw)**

PKN ORLEN

Pomoże zagospodarować wody opadowe i poprawi bezpieczeństwo mieszkańców

# Zbiornik retencyjny w Radziwiu

Urząd Miasta Płocka

**Zbiornik retencyjny w Radziwiu to cenna inwestycja po tej stronie miasta**

**Podczas konferencji prasowej zorganizowanej tuż obok nowo wybudowanego zbiornika retencyjnego w Radziwiu prezydent miasta Płocka Andrzej Nowakowski podsumował inwestycję, której celem jest rozwój systemu zagospodarowania wód opadowych. Zbiornik ma służyć poprawie bezpieczeństwa mieszkańców i odporności tej części Płocka na podtopienia i zalania w sytuacji nawalnych deszczy lub długotrwałych opadów, a także stwarza możliwość retencjonowania wody i wykorzystania jej w okresach suchych.**

Prezydent Andrzej Nowakowski podkreślił, iż inwestycja w Radziwiu jest niezwykle istotna chociażby w okresach suszy, kiedy Płock cierpi z powodu niedostatecznej ilości opadów deszczu. Dlatego też nikogo nie przestraszyła mżawka, która zrosiła uczestników konferencji. - Deszczu bardzo mocno potrzeba w ostatnim czasie, więc dzisiaj niech pada, a my dzięki temu będziemy retencjonować wodę w tym właśnie zbiorniku, który znajduje się za nami, i ta woda będzie służyła nam do podlewania terenów zielonych – powiedział prezydent Nowakowski.

Na konferencji obecni byli także: Iwona Krajewska – radna płocka, wiceprzewodnicząca Rady Miasta, Tomasz Kominek – radny płocki, dyrektor płockiej delegatury Urzędu Marszałkowskiego, Artur Zieliński – zastępca prezydenta Płocka ds. rozwoju i inwestycji oraz Izabela Kamińska – dyrektor Wydziału Funduszy Europejskich.

*- Mogliśmy dzięki temu zbiornikowi rozpocząć budowę i przebudowę ulic, które często były narażone na zalewanie. Z drugiej strony dzięki niemu będziemy mogli zadbać o przyrodę, która znajduje się zarówno w tym parku, w którym właśnie stoimy, jak również na placu Mościckiego. Przebudowa ulic to początek odwadniania tego osiedla. Mamy jeszcze jeden projekt i myślę, że w ciągu dwóch lat powinien być zrealizowany. On już w pełni zabezpieczy to osiedle* – powiedział wiceprezydent Artur Zieliński.

Projekt jest jednym z wielu zadań realizowanych przez samorząd w ramach Planu adaptacji do zmian klimatu dla Miasta Płocka do 2030 roku. Jego realizacja podzielona była na 2 części. Pierwszą była budowa zbiornika retencyjnego przy ul. Popłacińskiej (o pojemności ponad 600 metrów sześciennych) i związanej z nim infrastruktury. Powstała też sieć kanalizacji deszczowej z przyłączami o długości 1,8 km. Koszt budowy zbiornika to 4,6 mln zł.

Drugą częścią projektu było wybudowanie ulic wraz z brakującą infrastrukturą drogową w zlewni zbiornika, czyli Teligi, Żeglarskiej, Szkutniczej, Kapitańskiej oraz ich sięgaczy. W ramach tej części ułożono nową nawierzchnię z asfaltu lub kostki betonowej, wyznaczono miejsca parkingowe, zainstalowano energooszczędne oświetlenie, urządzono zieleń. Koszt budowy wyniósł 6,1 mln zł.

Całkowita wartość projektu to ok. 11 mln zł. Środki zewnętrzne na jego realizację pochodzą z dwóch źródeł: ponad 3,3 mln zł z Funduszu Spójności oraz 4 mln zł z Samorządu Województwa Mazowieckiego. Środki własne miasta wyniosły 3,6 mln zł.

**(kw)**

**Iwonie Krajewskiej**

Wiceprzewodniczącej Rady Miasta Płocka,
Prezes Płockiej Lokalnej Organizacji Turystycznej

**najszczersze wyrazy współczucia i słowa otuchy**

z powodu śmierci

***MAMY***

*składa Prezydent Miasta Płocka*
*Andrzej Nowakowski*
*wraz ze Współpracownikami*

SA-21n-3

Pani

***Iwonie Krajewskiej***

Wiceprzewodniczącej Rady Miasta Płocka

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

***Mamy***

*składa*
*w imieniu Rady Miasta Płocka*
*Przewodniczący Rady Miasta Płocka*
*Artur Jaroszewski*

SA-21n4

REKLAMA



eprasa.pl 96de324ef7

Ponad milion złotych dofinansowania dla Płocka

# Na remonty, profilaktykę, rozwój zieleni

**Aż dziesięć projektów będzie realizował samorząd Płocka dzięki dofinansowaniu przekazanemu z budżetu samorządu województwa mazowieckiego. Na liście znalazły się m.in. remont Pomnika 13 Straconych, dwa projekty akcji profilaktycznych dla płocczanek, budowa boisk przy płockim Ekonomiku czy realizacja kolejnych nasadzeń w Płocku.**

Umowy o dofinansowanie podpisano w piątek, 16 czerwca w auli Małachowianki. Środki na dofinansowanie projektów inwestycyjnych i społecznych w Płocku przekazane są w ramach wsparcia instrumentów Samorządu Województwa Mazowieckiego. – *Dziękuję samorządowi Mazowsza za solidarność i wsparcie finansowe inwestycji, które będą służyć płocczanom podnosząc poziom ich życia w Płocku. Dzięki współpracy z Marszałkiem Województwa Mazowieckiego zadbamy o profilaktykę zdrowia płocczanek, aktywizację seniorów, rozwój zieleni, czystość płockich ulic, przebudowę boisk sportowych w Ekonomiku, remont pomnika 13 Straconych, zamontujemy profesjonalne oświetlenie sceniczne w POKiS i zmodernizujemy strażnicę OSP Trzepowo* – przedstawiał zakres zaplanowanych do realizacji inwestycji prezydent Płocka Andrzej Nowakowski.

Pierwszą z inwestycji realizowanych dzięki przekazanemu dofinansowaniu będzie remont Miejsca Pamięci Narodowej – Pomnika 13 Straconych w Płocku. Tu szacunkowy koszt całkowity wynosi 158 670,00 zł, a kwota dofinansowania – 90 160,00 zł. Prace mają być zrealizowane do listopada 2023 roku.

Kolejny projekt („Mazowsze dla Zdrowia Kobiety 2023") to profilaktyczne badanie piersi dla mieszkanek Płocka w wieku 35-49 lat. Z badań skorzysta 215 płocczanek. Szacunkowy koszt całkowity: 34 400 zł, uzyskane dofinansowanie – 30 000 zł. W ramach akcji będzie także przeprowadzona kampania informacyjno-edukacyjna. Także 215 pań skorzysta z badań w ramach kolejnego projektu profilaktycznego – nowotworów skóry. Tu koszt akcji wynosi 34 400 zł. a kwota dofinansowania 30 000 zł.

W ramach programu „Mazowsze dla czystego powietrza 2023" miasto pozyskało także środki na czyszczenie ulic na mokro na terenie Miasta Płocka. Koszt całości prac to kwota 351 655,83 zł, a dofinansowania – 200 000 zł. Czyszczeniem na mokro objęte będzie łącznie ponad 160.829 m.b. ulic miesięcznie, przez 7 miesięcy w roku (w okresie od kwietnia do października 2023 r.) Zatem liczba kilometrów planowana do realizacji w ramach zadania wynosi: 1 125 803 km.

Miasto pozyskało również dofinansowanie na organizacje kolejnej edycji Przeglądu Twórczości Artystycznej Seniorów „Senioriada 2023". Koszt wydarzenia 13 130 zł, a dofinansowania 10 430 zł. „Płoccy seniorzy aktywni w działaniu", to kolejny z dofinansowanych dla seniorów projektów. Na ten cel miasto otrzymało 13 700 zł dofinansowania (koszt całkowity – 17 200 zł). W ramach zadania zorganizowane będą warsztaty rękodzieła artystycznego i piknik integracyjny „Pożegnanie Lata".

Na liście są także ekologiczne działania, takie jak projekt: „Zielone płuca dla Płocka – nasadzenia w 2023 r. na rzecz bioróżnorodności i klimatu". Tu koszt oszacowano na kwotę 395 347,54 zł, a kwota dofinansowania wynosi 200 000 zł. Łącznie planowane jest nasadzenie 191 sztuk drzew.

### Nowe boiska dla Ekonomika, oświetlenie dla POKiS-u

Wsparcie finansowe z budżetu samorządu województwa mazowieckiego pozwoli na budowę boisk przy Zespole Szkół Ekonomiczno-Kupieckich w Płocku. Na wartą 1 998 000 zł inwestycję miasto otrzymało 297 850 zł dofinansowania. Zakres prac to budowa boiska wielofunkcyjnego o powierzchni całkowitej 1056 m2 (44 m x 24 m) i nawierzchni poliuretanowej wraz z piłkochwytami. Zakres prac obejmuje budowę sieci kanalizacji deszczowej odwadniającej boisko, bieżni lekkoatletycznej prostej, skoczni do skoku w dal, rzutni do pchnięcia kulą, sieci oświetlenia terenu, dostawę i montaż zestawu do ćwiczeń typu street workout wraz z nawierzchnią bezpieczną, ławek oraz koszy na śmieci, wyposażenia pól do gier zespołowych.

W puli dofinansowania są środki na modernizację strażnicy Płock – Trzepowo (koszt całkowity: 40 000 zł, uzyskane dofinansowanie: 40 000 zł). Na modernizację oświetlenia scenicznego w sali widowiskowej Płockiego Ośrodka Kultury i Sztuki im. Franciszki i Stefana Themersonów w Płocku (koszt całkowity: 190 000 zł – uzyskane dofinansowanie 150 000 zł).

**rad**

D.Ossowski

**Dziesięć projektów będzie realizował samorząd Płocka dzięki dofinansowaniu z budżetu samorządu województwa mazowieckiego. Kwota dofinansowania to ponad 1 mln zł.**

Z żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci byłego kierownika literackiego naszego teatru

*dr. Bohdana Urbankowskiego*

poety, filozofa, dramaturga, twórcy ruchu Nowego Romantyzmu, autora ponad pięćdziesięciu książek i sztuk teatralnych, zasłużonego animatora kultury na Mazowszu, organizatora Międzynarodowych Dni Poezji, Sejmików Kultury Narodowej, Płockich Dni Romantyzmu i ponad stu sesji naukowych.

*Bohdanie, pozostaniesz w naszych sercach.*

**Wyrazy głębokiego współczucia Rodzinie i Bliskim**

*składają*
*Marek Mokrowiecki i Zespół Teatru Dramatycznego im. Jerzego Szaniawskiego w Płocku*

SA-27n2

Z głębokim smutkiem i żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

*dr. Bohdana Urbankowskiego*

naszego wieloletniego Kolegi, kierownika literackiego, poety, dramaturga, prozaika i filozofa, członka Związku Zawodowego NSZZ „Solidarność". Bohdan Urbankowski w rządzie premiera Jana Olszewskiego był doradcą ds. kultury, oświaty i wychowania przy Ministerstwie Obrony Narodowej. Oznaczony Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski i medalem Zasłużony Kulturze Gloria Artis.

**Wyrazy głębokiego współczucia Rodzinie i Bliskim**

*składają*
*Koledzy i Koleżanki*
*z ZSZZ „Solidarność"*
*przy Teatrze Dramatycznym w Płocku*

SA-150

W dniu 28 czerwca 2023 r. odbędzie się pogrzeb ofiary zbrodni komunistycznej

ŚP

*TADEUSZ BEJT*

**Nabożeństwo żałobne o godz. 10.00 w kościele św. Karola Boromeusza, ul. Powązkowska 14, po którym nastąpi wyprowadzenie w asyście wojskowej na cmentarz do grodu rodzinnego. O czym powiadamia rodzina.**

Ś.P Tadeusz Bejt - kurier Komendy Głównej Armii Krajowej, Powstaniec Warszawski, Odznaczony Krzyżem Walecznych, Organizator Przerzutów na Zachód osób ściganych przez Służby Bezpieczeństwa oraz Rodzin Oficerów 2 Korpusu Gen. Andersa. Aresztowany w Berlinie 25.09.1947 r., skazany na karę śmierci przez Wojskowy Sąd Rejonowy w Warszawie. Stracony 11.02.1949 r., szczątki odnalezione przez IPN w 2013 r.

*Zapraszamy do Muzeum Wisły Środkowej i Ziemi Wyszogrodzkiej na spotkanie poświęcone losom ziemian Ziemi Wyszogrodzkiej o godz. 10.30, dnia 4 lipca br., Wyszogród, ul. Rynek 1*

SA-148



eprasa.pl 96de324ef7

Dorastali w PRL. Nie radzą sobie w wolnej Polsce...

# Pokolenie X z ogromnymi długami

**Pokolenie X to dorastająca jeszcze w czasach PRL-u generacja (będąca obecnie w przedziale wiekowym 45 – 54 lat) uchodząca dziś za zagubioną w chaosie współczesności. Zaległości tych osób z tytułu nieterminowego opłacania bieżących rachunków, rat kredytów i pożyczek przekraczają 24,3 mld zł.**

www.freepik.com

Oczywiście nie mówimy o wszystkich. Wielu radzi sobie zupełnie dobrze, odnaleźli swoje powołanie, cel w życiu, założyli biznesy, zarabiają pieniądze i z nich korzystają, jeżdżąc po świecie i kupując dobra, na które wielu nie może sobie pozwolić. Ale tzw. pokolenie X to także osoby uchodzące za zagubione w chaosie współczesności, w tym również w sferze finansowej.

W tle kłopotów są między innymi: drożyzna, konsumpcjonizm czy pomoc wchodzącym w dorosłość dzieciom oraz schorowanym rodzicom, którymi trzeba się opiekować, jak również inne czynniki, np. rozwody.

Generacja X winna jest niemal co trzecią złotówkę z całej puli zaległości przypadającej na Polaków – wynika z danych zgromadzonych w Rejestrze Dłużników BIG InfoMonitor i bazie informacji kredytowych BIK.

Przedłużające się problemy gospodarcze, będące konsekwencją najpierw pandemii, a później wysokiej inflacji i wyższych stóp procentowych, właśnie tej grupie wiekowej dają się najbardziej we znaki.

Na tle całego społeczeństwa, przez 12 miesięcy do końca I kwartału tego roku suma ich nieopłaconych zobowiązań wzrosła w największym stopniu, bo aż o ponad 9 proc. (2,1 mld zł). Średnia kwota zaległości jest jednak o niemal 5 tys. zł niższa niż przed rokiem i wynosi 42,2 tys. zł.

Finansowe kłopoty są też w pokoleniu X najbardziej rozpowszechnione, ma je co dziewiąta osoba w tym wieku (11,4 proc.). Zmaga się z nimi obecnie 576,7 tys. osób, o 13,7 tys. więcej niż przed rokiem.

Choć osoby w wieku 45 – 54 lat nie stanowią najbardziej licznej grupy w społeczeństwie (bo znacznie więcej jest reprezentantów generacji 65+ czy osób w przedziałach wiekowych 35 – 44 oraz 25 – 34 lat), to właśnie na nich przypada największa część wszystkich przeterminowanych zobowiązań, których na koniec marca 2023 roku było już niemal 79,8 mld zł.

*- Przyczyn takiego stanu rzeczy jest wiele, między innymi sama mentalność 45-54-latków. Cechą charakterystyczną generacji X, nazywanej też pokoleniem PRL, dorastającej w okresie przemian gospodarczych i wielkich niewiadomych, jest silna chęć posiadania. Osoby te często określają swój status poprzez pryzmat zgromadzonych dóbr, a to sprawia, że są bardziej skłonne do brania na siebie różnego rodzaju zobowiązań* – wylicza Sławomir Grzelczak, prezes BIG InfoMonitor.

### Zmuszeni pomagać i dzieciom, i rodzicom

Sławomir Grzelczak dodaje, że nie tylko konsumpcjonizm przesądza o wysokiej skali problemów finansowych. – *Spore znaczenie ma tu również okres życia, który sytuuje 45-54-latków pomiędzy wchodzącymi w dorosłość dziećmi, nieotrzymującymi już 500 plus, ale często wciąż niepotrafiącymi się utrzymać, a coraz starszymi i gorzej radzącymi sobie rodzicami. Zarówno jedni, jak i drudzy wymagają ich pomocy, za którą idą konkretne wydatki. Sytuacja jest tym trudniejsza, że właśnie pokolenie 45-54-latków ma przeciętnie więcej potomstwa niż urodzeni później*.

Nie da się ukryć, że w obecnych warunkach – przy wysokich cenach najmu mieszkań czy wysokim oprocentowaniu kredytów – bez rodzicielskiego wsparcia trudno się obyć. Trudno się też w ogóle wyprowadzić.

Jak tłumaczy Sławomir Grzelczak, Polska jest jednym z krajów UE o najwyższym udziale gospodarstw domowych z co najmniej trzema dorosłymi osobami mieszkającymi pod jednym dachem. Odsetek ten wynosił w 2021 roku aż 45 proc. i był ponad dwukrotnie wyższy niż średnia w Unii Europejskiej.

Przyczyną narastających kłopotów pokolenia X może być również gorszy stan zdrowia rodziców – m.in. po zaniedbaniach w czasie pandemii – wymagający obecnie większych nakładów na leczenie, leki czy rehabilitację, z czym sami seniorzy nie zawsze są w stanie sobie finansowo poradzić.

Nie bez wpływu na finanse pozostają też rozwody. Jak wynika ze statystyk, najwięcej, bo niemal 3 na 10 z ponad 60 tys. rozpadających się rocznie małżeństw ma ponad 20-letni staż, czyli w zdecydowanej większości dotyczy osób między 45 a 54 rokiem życia.

Zdarza się, że wówczas zasądzane są alimenty, a jak pokazuje praktyka, w Polsce z ich płatnością nie jest, niestety, najlepiej. Wśród 45-54-latków zaległości tego typu ma wpisane do BIG InfoMonitor ponad 102 tys. osób, czyli 35 proc. dłużników alimentacyjnych.

*- W ogóle zobowiązania, którym można było bez problemu sprostać we dwójkę, w pojedynkę czasami są już nie do udźwignięcia, stają się nawet podstawą do ogłoszenia upadłości konsumenckiej* – komentuje Sławomir Grzelczak, prezes BIG InfoMonitor.

**Jol.**

W dokumencie zdefiniowano działania koncernu w drodze do neutralności emisyjnej

# ORLEN publikuje politykę klimatyczną

**Skład miksu energetycznego Grupy ORLEN do 2030 roku, wkład magazynowania CO2 w redukcję emisji czy konkretne sposoby zapobiegania i minimalizacji ryzyk klimatycznych, to tylko niektóre elementy opublikowanej przez koncern polityki klimatycznej. Dokument w kompleksowy sposób pokazuje podejście Grupy ORLEN do zarządzania kwestiami klimatycznymi oraz systematyzuje dotychczasowe działania w tym obszarze.**

PKN ORLEN

– *„Polityka klimatyczna Grupy ORLEN" uszczegóławia nasze działania na rzecz osiągnięcia neutralności klimatycznej w 2050 r. Ten cel zadeklarowaliśmy już trzy lata temu, jako pierwszy koncern paliwowo-energetyczny w Europie Środkowej. Przyjęcie polityki klimatycznej jest dla naszych inwestorów potwierdzeniem, że jesteśmy wiarygodnym partnerem, który konsekwentnie realizuje zamierzone cele, nie tylko zapewniając bezpieczeństwo energetyczne Europy Środkowej, ale równocześnie dbając o środowisko i alternatywne źródła energii* – mówi Daniel Obajtek, Prezes Zarządu PKN ORLEN.

W 2021 roku Zarząd PKN ORLEN przyjął „Strategię zrównoważonego rozwoju Grupy ORLEN na lata 2021-2023", w której zobowiązał się do opracowania polityki klimatycznej. Pod koniec 2022 roku koncern wprowadził do raportowania środowiskowego tzw. Zakres 3 (Scope 3), pozwalający na obliczenie emisji gazów cieplarnianych dla całego łańcucha wartości. Umożliwia to prezentację całkowitego śladu węglowego koncernu. W lutym 2023 roku ORLEN zaktualizował strategię biznesową zwiększając jednocześnie cele redukcyjne. Do 2030 roku Grupa ORLEN planuje o 25% zmniejszyć emisje CO2e w segmencie wydobycia, rafinerii i petrochemii; aż o 40% (CO2e/MWh) ograniczyć intensywność emisji w segmencie energetyki i o 15% zredukować emisje pochodzące ze sprzedanych produktów energetycznych (NCI, z ang. net carbon intensity).

W „Polityce klimatycznej Grupy ORLEN" zdefiniowano konkretne działania koncernu w drodze do neutralności emisyjnej. Uszczegóławia ona realizację celów dekarbonizacyjnych oraz opisuje, jak w koncernie zorganizowano nadzór nad kwestiami klimatycznymi. Opisuje m.in. obowiązki Pełnomocnika oraz Rady ds. Klimatu i Zrównoważonego Rozwoju. Funkcję Pełnomocnika (jak również Przewodniczącego Rady) pełni Członek Zarządu ds. Strategii i Zrównoważonego Rozwoju. Ważnym elementem tego dokumentu jest analiza ryzyk i szans klimatycznych. Omówiono w nim ryzyka fizyczne (np. rosnącą temperaturę i ekstremalne warunki pogodowe), które materializują się w związku ze zmianami klimatu, a także ryzyka transformacyjne, czyli zmiany organizacyjne i biznesowe, które należy uwzględnić, aby koncern mógł rozwijać się i utrzymać konkurencyjność po 2030 roku. W publikacji przeanalizowano również szanse związane z nisko- i zeroemisyjną energetyką oraz zrównoważoną mobilnością.

„Polityka klimatyczna Grupy ORLEN" powstała zgodnie z wytycznymi TCFD (ang. Task Force on Climate-Related Financial Disclosures – grupy powołanej w 2015 r. przez Financial Stability Board, międzynarodowy organ monitorujący globalny system finansowy i zgłaszający zalecenia na jego temat). To najszerzej akceptowane i popierane przez instytucje finansowe rekomendacje, które mają na celu uspójnienie wśród spółek raportowania zagadnień związanych ze zmianą klimatu. W kolejnych latach przewidziano aktualizację zapisów polityki klimatycznej, jak również okresowe raportowanie stopnia realizacji celów dekarbonizacyjnych.

Materiał można znaleźć na stronie www.orlen.pl/pl/zrownowazony-rozwoj/odpowiedzialnosc-za-klimat/Polityka-klimatyczna-Grupy-ORLEN.

**Opr. (kw)**



eprasa.pl 96de324ef7

999 śmiałków przekona się o tym i w dzień, i w nocy

# W płockim ZOO lepiej niż na całym świecie

**Kolejny młody oryks szablorogi urodził się w płockim ZOO. To niesamowite wydarzenie. Dlaczego? W naturze te zwierzęta wyginęły. Gatunek przetrwał jedynie dzięki hodowlom prywatnym i ogrodom zoologicznym.**

Od blisko 20 lat toczy się walka o przywrócenie go naturze. - *W Afryce prowadzone są próby reintrodukcji – pochodzące z hodowli osobniki wypuszcza się na ogrodzonych obszarach chronionych w Tunezji i Senegalu* – dowiadujemy się w płockim ZOO.

Choć te działania nie przynoszą oczekiwanych efektów, to oryksy cały czas mają jednak szansę na przetrwanie. W płockim ZOO stado ma się bardzo dobrze. Systematycznie się powiększa i możemy podziwiać kolejne młode tych wyjątkowych antylop. Najmłodszy tegoroczny przychówek to samiec. - *Chłopak jest zdrowy, pełen wigoru i poznaje świat u boku mamy i taty* – tłumaczą opiekunowie.

Warto go zobaczyć. Okazją może być zbliżająca się wielkimi krokami ZOONOOOC. To wydarzenie jedyne w swoim rodzaju – również na skalę światową. Tylko w Płocku można spędzić niezapomnianą noc w otoczeniu dzikich zwierząt. Nic dziwnego, że przyjeżdżają na nią goście z całej Polski, jak i zagranicy. Bywalcami imprezy byli już turyści m.in. z Norwegii, Wielkiej Brytanii, Stanów Zjednoczonych, a nawet Chin.

Archiwum

**Podczas ZOONOOOCY w Płocku warto zobaczyć unikatowe na całym świecie zwierzęta, tj. oryksy szablorogie**

*- ZOONOOOC to impreza, która w płockim Ogrodzie Zoologicznym organizowana jest od 2013 roku, z dwuletnią przerwą podczas pandemii. Główną ideą wydarzenia jest zachęcenie uczestników, czyli głównie rodzin z dziećmi, do obcowania na łonie natury, odkrywania nowych miejsc i spędzania czasu na świeżym powietrzu. Wielką atrakcją dla dzieci jest możliwość nocowania pod namiotem* – tłumaczy Krzysztof Kelman, prezes ZOO Płock.

W tym roku impreza planowana jest 30 czerwca. Rozpoczyna się od godz. 19.00. Po rozbiciu namiotów i zwiedzaniu ZOO można wziąć udział w pokazie zwierząt terrarystycznych czy nocnych warsztatach plastycznych. Nie brakuje też innych atrakcji dla dzieci. Wszyscy świetnie bawią się również (do rana!) przy ognisku.

Na placu piknikowym „przy Grzybku" w godz. 22:00 – 24:00 organizowane jest spotkanie z Michałem Łukasiewiczem i Krzysztofem Kelmanem, którzy jak z rękawa sypią ciekawostkami ze świata zwierząt. Zapraszają także do udziału w konkursach z nagrodami. W tym roku atrakcją będzie też specjalny świetlny pokaz w wykonaniu JO ART SHOW.

Następnego dnia rano, czyli 1 lipca również będzie działo się sporo. Po pobudce m.in. czas na karmienie wybranych zwierząt.

Sprzedaż biletów prowadzona jest wyłącznie on-line, na stronie https://bilety.zoo.plock.pl/. Warto się pospieszyć, bo co roku wejściówek jest mniej niż chętnych. A w imprezie może uczestniczyć tylko 999 osób.

**BS**

Pamięć o bohaterach 1920 roku trwa

# W Sochocinie stanął pomnik

**W Sochocinie stanął pomnik w hołdzie Żołnierzom Polskim poległym w okolicach Sochocina w 1920 r. Uroczystość jego odsłonięcia miała miejsce w piątek, 9 czerwca na Placu Św. Jana Pawła II.**

W ten sposób upamiętniono wyjątkowych bohaterów. W sierpniu 1920 roku dowodzona przez generała Władysława Sikorskiego 5 Armia Wojska Polskiego otrzymała rozkaz prowadzenia działań opóźniających na linii Wkry między Mławą a Pomiechówkiem. Bolszewickie wojska miały natomiast rozkaz głównego natarcia na linii Ciechanów – Ojrzeń – Sochocin – Płońsk i utworzyły na niej 25 kilometrowy pas. Niektórych polskich żołnierzy, którzy wówczas polegli, pochowano na sochocińskim cmentarzu.

Pamięć o żołnierzach przetrwała w tych stronach do dziś. W 2017 roku powstał Komitet Społeczny Budowy Pomnika w Sochocinie. Do działań włączyła się również Fundacja Miasto-Państwo. Systematycznie trwała zbiórka funduszy. Po 6 latach przyszedł czas na uroczystość odsłonięcia monumentu.

Po mszy świętej w intencji poległych żołnierzy uczestnicy uroczystości zgromadzili się przed pomnikiem. Wstęgę uroczyście przecięli m.in.: Tobiasz Bocheński – wojewoda mazowiecki, poseł Anna Cicholska, senator Jan Maria Jackowski, Adam Struzik – marszałek województwa mazowieckiego, Anna Żebrowska – kierownik delegatury MUW w Ciechanowie, Leonard Sobieraj – dyrektor Muzeum Mazowieckiego w Płocku, Iwona Jóźwicka – prezes Fundacji Miasto-Państwo z Płocka, a także Szymon Lejkowski przewodniczący Komitetu Społecznego Pomnikowego, burmistrz miasta Sochocin Jerzy Ryziński oraz Wioletta Kulpa – kierownik działu sponsoringu społecznego PKN ORLEN.

Pomnik poświęcił proboszcz sochocińskiej parafii ks. Czesław Stolarczyk. Młodzież szkolna zaprezentowała inscenizację z rysem historycznym opracowanym przez dr. Pawła Piotrowskiego. Następnie prof. Romuald Turkowski przemawiał o historii bitwy i sytuacji w 1920 r. Z wiązanką pieśni patriotycznych wystąpiła Orkiestra Dęta Sochocin. A następnie zebrani wysłuchali koncertu muzyki klasycznej i filmowej w wykonaniu kwartetu smyczkowego Film Music Quartet z Płocka.

Nie brakowało również wielu innych atrakcji. Dużym zainteresowaniem cieszyła się prezentacja wojskowego sprzętu przygotowana specjalnie na ten dzień przez 5 Mazowiecką Brygadę Obrony Terytorialnej w Ciechanowie.

**BS**

Archiwum

Czytelniczy maraton przedszkolaków

# Bo książka jest dobra na wszystko

**Płockie przedszkolaki po raz kolejny wyruszyły w wielką bajkową przygodę. A do udziału w wyprawie zaprosili nauczyciele z Miejskiego Przedszkola nr 14 w Płocku w ramach organizowanego projektu „Płock czyta Małemu Misiowi". Odzew był ogromny. Do czytelniczej przygody dołączyło aż 1560 przedszkolaków z 17 przedszkoli.**

Kolejna edycja projektu pokazała, że czytanie to fascynująca przygoda. A dzieci chętnie w niej biorą udział. I zaskakują niesamowitymi pomysłami na promowanie czytelnictwa. – *Jest to projekt edukacyjny, promujący czytelnictwo i integrację między przedszkolami z terenu miasta Płocka. W tym roku, projekt został rozszerzony o treści ekologiczne, promujące ideę bookcrosingu* – przedstawia ideę projektu Małgorzata Marońska, dyrektor Miejskiego Przedszkola nr 14 w Płocku.

Projekt odbywa się pod honorowym patronatem prezydenta Płocka Andrzeja Nowakowskiego oraz Biblioteki Pedagogicznej w Płocku. W tegorocznej edycji uczestniczyło 65 nauczycielek oraz 1560 przedszkolaków z 17 przedszkoli. Na finałowe spotkanie część artystyczną przygotowały przedszkolaki z MP 14. Dyrektor Biblioteki Pedagogicznej w Płocku Agnieszka Olczyk, przeczytała dzieciom Misiową książeczkę. A spotkanie zakończyła wspólna zabawa z miodowym poczęstunkiem. Dyrektor Małgorzata Marońska wręczyła uczestnikom projektu certyfikaty i opakowane w sposób ekologiczny z wykorzystaniem darów łąki nagrody ufundowane przez prezydenta Płocka.

Realizowany od kilku lat projekt to przede wszystkim wspaniała czytelnicza zabawa dla dzieci. Powstał z myślą o budzeniu zainteresowań literaturą dziecięcą, zachęcania dzieci do samodzielnego korzystania z książek, ze zwróceniem uwagi na właściwe obchodzenie się z nimi. Pozwala kształtować nawyk słuchania i opowiadania oraz integrować grupy poprzez wspólną pracę i przygotować przedszkolaki do późniejszego, samodzielnego wyboru odpowiednich książek.

**rad**

MP nr 14 w Płocku

**W tegorocznej edycji projektu „Płock czyta Małemu Misiowi" wzięło udział 65 nauczycielek oraz 1560 przedszkolaków z 17 przedszkoli**

Broniewski i Szymborska w ogrodzie

# WładysŁawka Poetycka

**26 czerwca ogród Książnicy Płockiej przejmą we władanie poeci i miłośnicy wierszy. O godz. 17.00 rozpocznie się Władysławka Poetycka, czyli doroczne spotkanie z okazji imienin patrona Książnicy, Władysława Broniewskiego.**

Urodzony w Płocku znakomity poeta Władysław Broniewski tym razem podzieli się miejscem z Wisławą Szymborską, której setna rocznica urodzin przypada w 2023 roku. WładysŁawka będzie przebiegać pod hasłem „Co ma Wisła do Wisławy, czyli Broniewski i Szymborska w ogrodzie".

Laureatka literackiej nagrody Nobla za rok 1996 urodziła się 2 lipca 1923 roku w Bninie pod Poznaniem. W 1929 roku zamieszkała w Krakowie. Ukończyła filologię polską i socjologię na Uniwersytecie Jagiellońskim. Debiutowała w marcu 1945 wierszem „Szukam słowa" w dodatku do „Dziennika Polskiego". Opublikowała 13 tomów poezji. Po jej śmierci ukazał się niedokończony zbiór „Wystarczy". W 2023 r. Wydawnictwo Znak wydało „Wiersze wszystkie" zawierające m.in. nigdy niepublikowane utwory.

Wydarzenie poprowadzi Maciej Woźniak – poeta i pracownik Książnicy Płockiej. Wstęp wolny. Mile widziani wszyscy piszący i ci, którzy lubią słuchać wierszy.

**(l.)**



eprasa.pl 96de324ef7

Licealiści z III LO uczą, jak dobrze żyć

# Po pierwsze zdrowie

**Uczniowie z III Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Dąbrowskiej w Płocku znaleźli się w gronie laureatów tegorocznej edycji Olimpiady Szkół Promocji Zdrowia. W tym roku uczestnicy sprawdzali swoją wiedzę i prezentowali pomysły na to, jak dbać o mózg i zapobiegać udarom. W ogólnej klasyfikacji reprezentacja Płocka zajęła V miejsce.**

Samorząd Województwa Mazowieckiego

**W tegorocznej edycji Olimpiad Szkół Promocji Zdrowia uczestniczyło ponad 300 uczniów**

Motywem przewodnim tegorocznej edycji olimpiady, odbywającej się pod hasłem „Czas na mózg", była profilaktyka udarów mózgu. Uczniów do udziału w olimpiadzie zaprosił Samorząd Województwa Mazowieckiego we współpracy z Mazowieckim Szpitalem Specjalistycznym im. dr Józefa Psarskiego w Ostrołęce, który był gospodarzem Olimpiady. Patronat honorowy objął Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik.

Dlaczego taki temat? Jak zaznaczają organizatorzy Olimpiady, w Polsce co roku odnotowywanych jest około 70 tysięcy nowych zachorowań. Mózg jest najważniejszym organem w naszym ciele, jest swoistym „centrum dowodzenia". Umożliwia odczuwanie bodźców, dzięki niemu widzimy, słyszymy, czujemy. Udar niedokrwienny mózgu jest drugą przyczyną zgonów i pierwszą przyczyną niepełnosprawności. – *Celem Szkoły Promocji Zdrowia jest edukacja zdrowotna, stanowiąca ważne ogniwo w kształtowaniu postaw prozdrowotnych i wychowaniu zdrowego pokolenia* – mówi Marzena Cendrowska, zastępca dyrektora Departamentu Zdrowia i Polityki Społecznej UMWM. – *Udar jest najczęściej konsekwencją wieloletniej choroby naczyń krwionośnych, ale sprzyja mu także nadciśnienie tętnicze, choroby serca, wysoki poziom cholesterolu, palenie papierosów, cukrzyca, otyłość, brak aktywności fizycznej. Obecnie wiemy również, że do czynników ryzyka należą też stres, depresja i nadużywanie alkoholu* – przedstawia przyczyny zachorowań Marzena Cendrowska.

W Olimpiadzie udział wzięło 322 uczniów z sześciu szkół: III LO z Oddziałami Dwujęzycznymi im. M. Dąbrowskiej z Płocka, II LO im. C.K. Norwida w Ostrołęce, I LO w Ciechanowie, II LO im. św. Królowej Jadwigi w Siedlcach, XL LO im. S. Żeromskiego w Warszawie oraz koordynatorzy, opiekunowie medycznymi, opiekunowie szkolni, dyrektorzy szkół i liczni goście.

W finale walczyło 30 uczniów wybranych podczas eliminacji klasowych w Szkołach Promocji Zdrowia (po 5 uczniów z każdej szkoły). Za przygotowanie młodzieży do Olimpiady byli odpowiedzialni specjaliści z Oddziału Neurologii z pododdziałem Udarów mózgu Mazowieckiego Szpitala Specjalistycznego im. dr Józefa Psarskiego w Ostrołęce – ordynator Wioletta Pawełek oraz zastępca ordynatora Mariola Krajewska.

W gronie laureatów indywidualnych płocczanka Oliwia Stawka zajęła VI miejsce. Dodatkowo komisja przyznała wyróżnienia. Z płockiej drużyny otrzymała je Nadia Witkowska.

W konkursie na najciekawszą prezentację multimedialną pt.: „Jak dbać o mózg" przedstawicielka płockiej drużyny – Luiza Brzezińska – zajęła VI miejsce. W ogólnej klasyfikacji II edycji Olimpiady Szkół Promocji Zdrowia płocczanie zajęli V miejsce (szkoła działa przy Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Płocku). Miejsce pierwsze przypadło Szkole Promocji Zdrowia działającej przy Mazowieckim Szpitalu Specjalistycznym im. dr Józefa Psarskiego w Ostrołęce. Zwycięzcy otrzymali nagrody rzeczowe: notebooki, tablety, smartfony, aparaty fotograficzne.

**rad**

Kreatywne misje robotów i MaTematycznie o Płocku

# DELTAKLUB, czyli STEAM-patyczne zajęcia

**Zaskakująco, ciekawie i twórczo – tak zapowiada się kolejna edycja zajęć w DELTAKLUBIE. Jak co roku nie zabraknie tu okazji do udziału w rozwijających pasje i talenty zajęciach STEAM-owych. Chętni do udziału już mogą się zapisywać.**

Pasjonaci naukowej przygody z pewnością nie będą się nudzili, bo podczas zajęć w DELTAKLUBIE czeka na nich dużo naukowej przygody. Wszystko, co lubią i czego oczekują kreatywni, ciekawi świata uczestnicy. Do udziału w zajęciach mogą zgłaszać się uczniowie klas IV – VII.

W programie znalazło się kilka projektów. Pierwszy pod nazwą: Kreatywne misje robotów (dla uczniów z klas IV – V). To zajęcia, podczas których programowanie połączone jest z dobrą zabawą i rozwijaniem artystycznych pasji. Zajęcia przenoszą uczniów w świat sztuki i nowoczesnych technologii. Podstawą zajęć jest kreatywność uczestników i ich nieszablonowe pomysły. Tworzą projekty w różnych obszarach tematycznych, wykorzystując zarówno zdolności artystyczne, jak i wiedzę o świecie. Roboty edukacyjne wspomagają ten twórczy proces, uczą logicznego myślenia i gwarantują dobrą zabawę.

Drugi z projektów to zajęcia: MaTematycznie o Płocku (dla uczniów klas VI – VII). Tu uczniowie poznają inne, ciekawe i piękne oblicze matematyki. Zasady matematycznego myślenia kształcącego zarazem umiejętność pracy w grupie. – *Opierając się na wiedzy uczniów, pozostawiamy im szerokie pole do działania, ale pytamy też, dlaczego? Dlaczego to działa? Dlaczego tak to działa? Dlaczego nie może działać inaczej? Podczas rozwiązywania postawionego problemu uczniowie wcielają się w kilka ról i stają się badaczami, eksperymentatorami, innowatorami, odkrywcami, testerami – jednym słowem przeżywają przygodę, poznając elementy z zakresu mechaniki, elektryczności, magnetyzmu i innych dziedzin* – wyjaśniają zasadę działania w ramach projektu jego prowadzący z DELTAKLUBU.

Elektroniczna karta zgłoszenia zamieszczona jest na stronie internetowej http://talenty.plock.edu.pl/.

Wszyscy uczniowie, którzy zapiszą się na zajęcia po raz pierwszy, otrzymają link z zaproszeniem do zabawy w formie quizu online „Zadania – zagadki". Ostateczny termin wykonania quizu to 23 czerwca 2023 r. godz. 14.00. O zakwalifikowaniu się do udziału w zajęciach STEAM decydować będą dotychczasowe osiągnięcia w różnych dziedzinach, wykonanie zadania quizowego.

Dodatkowych informacji o projekcie udziela: Marzenna Kuć, tel. 24 364 45 82 lub 366 53 66 wew. 122, e-mail: marzenna.kuc@mscdn.edu.pl.

Lista zakwalifikowanych uczniów zostanie podana 4 lipca 2023 r. i umieszczona na stronie internetowej www.deltaklub.plock.edu.pl.

Projekt DELTAKLUB realizowany jest przez Stowarzyszenie Inicjatyw Edukacyjnych DELTA, Urząd Miasta Płocka, Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku. Finansowany jest przez Urząd Miasta Płocka.

**rad**

eprasa.pl 96de324ef7

Mazowiecka Lady D. i Mazowiecki Gentleman D. przełamują bariery. Wsród nagrodzonych m.in. Maria Bieniek

# Laureatów uhonorowano w Jabłonnie

**Sześć kobiet otrzymało tytuł „Mazowieckiej Lady D.", a sześciu mężczyzn – „Mazowieckiego Gentlemana D.". Wyróżnienie to jest uhonorowaniem ich działań, które podejmują często mimo swoich ograniczeń. Uroczyste wręczenie nagród odbyło się 14 czerwca w ogrodach pałacu Polskiej Akademii Nauk w Jabłonnie.**

Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej

**Maria Bieniek została nagrodzona w kategorii „Życie Społeczne"**

Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej już po raz czwarty zorganizowało mazowiecką edycję konkursu znanego wcześniej na południu Polski – Konkursu Lady D. im. Krystyny Bochenek. W tym roku po raz drugi nagrodzeni są również mężczyźni, którzy walczyli o tytuł „Mazowieckiego Gentlemana D.". Oba konkursy odbywają się pod patronatem marszałka województwa mazowieckiego Adama Struzika.

– *Sylwetki laureatek i laureatów, ale też kandydatek i kandydatów są wzorem do naśladowania. Aktywne osoby z niepełnosprawnościami zazwyczaj nie chcą być postrzegane przez pryzmat swojej niepełnosprawności. Dla nich ważne jest to, co osiągają w życiu, czy pracy zawodowej. Wszyscy, którzy wzięli udział w konkursie, swoim życiem pokazują, jak odnaleźć w nim sens mimo trudności. Takie pozytywne przekraczanie granic chcemy promować* – mówi Elżbieta Lanc, członek zarządu województwa mazowieckiego.

Jak znaczył Aleksander Kornatowski, dyrektor Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej, konkurs Mazowiecka Lady D. powstał, by uhonorować osoby z niepełnosprawnością, których praca, a przede wszystkim postawa zasługują na wyróżnienie. Tytuł Lady D. jest skrótem angielskiego wyrażenia Lady Disabled (Dama Niepełnosprawna).

W tym roku po raz drugi o honorowy tytuł mogli powalczyć także mężczyźni. Męska edycja konkursu – podobnie jak ta dla kobiet – składała się z sześciu kategorii.

### Laureatki konkursu „Mazowiecka Lady D."

W kategorii „Dobry Start" laureatką została **Katarzyna Bryła** (Jabłonna), która działa w różnych obszarach życia społecznego. Pomimo niepełnosprawności, poprzez swoje zaangażowanie w pomoc, chce żyć, jak zdrowy człowiek pokonując niejednokrotnie bariery strachu czy bólu. Właśnie tym Pani Katarzyna wyróżnia się pośród wielu swych rówieśników.

**Maria Bieniek** (Wyszogród) została nagrodzona w kategorii „Życie Społeczne". Laureatka jest kierownikiem Warsztatów Terapii Zajęciowej w Męczeninie, gdzie pracuje zawodowo. Utrzymuje regularny kontakt z rodzinami uczestników Warsztatów, aktywnie wspierając ich w trudnej życiowej codzienności.

Laureatką w kategorii „Kultura i Sztuka" została **Anna Balsam** (Młochów), która od urodzenia jest osobą z niepełnosprawnością ruchową w stopniu umiarkowanym. Animatorka kultury, instruktorka teatralna, i aktorka teatru improwizacyjnego, trener DI, trener Treningu Umiejętności Społecznych. W 2016 r. stworzyła grupę teatralno-kabaretową Biedronki.

W kategorii „Sport" nagrodę otrzymała **Izabela Sopalska-Rybak** (Warszawa). Laureatka od 2012 roku działa na rzecz osób z niepełnosprawnościami. W 2016 roku założyła Fundację Kulawa Warszawa, której jest prezeską. Prowadząc organizację, wpływa na zmianę postrzegania osób z niepełnosprawnościami. Trenerka, działaczka społeczna.

Laureatką w kategorii „Życie zawodowe" została **Izabela Popławska** (Józefów), która zawodowo jest bardzo oddana osobom niepełnosprawnym. Dzięki jej zaangażowaniu wiele dzieci niepełnosprawnych swój okres edukacji spędza w przyjaznych dla nich warunkach w towarzystwie wyspecjalizowanej kadry pedagogicznej, a rodzice również otrzymują ogromne wsparcie.

Nagrodę w kategorii „Przyjaciółka Osób z Niepełnosprawnościami" otrzymała **Anna Bocheńska-Wiatr** (Warszawa). Pani Anna jest osobą niezwykle wrażliwą na krzywdę innych, empatyczną i przedsiębiorczą. Jej restauracja DIFFERENT zatrudnia osoby z niepełnosprawnościami, niewidome, niedowidzące, po przeszczepach, wykluczone zawodowo np. ze względu na wiek, z deficytami.

W tym roku, na wniosek przewodniczącego komisji konkursowej, zostało przyznane również wyróżnienie w kategorii „Przyjaciółka Osób z Niepełnosprawnościami". Otrzymała je **Katarzyna Cimoch** (Bobrowiec) – koordynatorka kampanii „Chcemy równoWAGI", która ma na celu zwiększenie dostępu do wag krzesełkowych, szynowych, wag dostępnych dla wszystkich. Ekspertka ds. dostępności architektonicznej, tematu osób w spektrum autyzmu, a także ewakuacji osób wymagających dostosowań.

### Laureaci konkursu „Mazowiecki Gentelman D."

W kategorii „Życie Społeczne" tytuł otrzymał **Bohdan Wasilkiewicz** (Legionowo), który całe dzieciństwo do pierwszej klasy szkoły podstawowej spędził w LORO w Świebodzinie (Lubuski Ośrodek Rehabilitacji Ortopedycznej). Zarabia na życie prowadząc księgarnie w nietypowym miejscu w Centrum Onkologii na Ursynowie w Warszawie. Szerzy tu kulturę i pomaga ludziom trafić tam gdzie potrzebują, w tym trudnym w miejscu.

**Adrian Castro** (Warszawa) został laureatem w kategorii „Sport". To czołowy reprezentant Polski w szermierce na wózkach. Jego działalność nie ogranicza się jednak do zdobywania medali i rozsławiania Polski na arenie międzynarodowej. Dba również o propagowanie sportu paraolimpijskiego wśród najmłodszych oraz dorosłych i szerokiej publiczności.

W dziedzinie „Kultura i Sztuka" nagrodzony został **Daniel Kotowski** (Warszawa) – pierwszy, współczesny głuchy artysta, który wybił się ponad środowisko Głuchych i robi profesjonalną karierę artystyczną. W tak młodym wieku może pochwalić się pokaźnym portfolio. Wykorzystuje własne doświadczenia osoby głuchej do tworzenia. Jest doktorantem na Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku.

**Wojciech Kowalczyk** (Legionowo) – zwycięzca w kategorii „Życie Zawodowe" – społecznik od najmłodszych lat, do pierwszych sukcesów może zaliczyć wybudowanie rampy do jednej z legionowskich szkół oraz wywalczenie refundacji na lek chorych na SMA. Dzięki pełnionej funkcji – Pełnomocnika ds. Osób Niepełnosprawnych za jego inicjatywą tworzone jest wiele projektów na rzecz dostępności.

Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej

**Tegoroczni laureaci konkursów „Mazowiecka Lady D." oraz „Mazowiecki Gentleman D."**

**Tomasz Gorczyca** (Płock) został laureatem w dziedzinie „Przyjaciel Osób z Niepełnosprawnościami". Pan Tomasz od zawsze angażuje się w niesienie pomocy osobom niepełnosprawnych, ponadto podejmuje działania wykraczające poza zakres jego obowiązków i wynikające zawsze z potrzeby serca.

W kategorii „Dobry Start" laureatem został **Michał Mata** (Nieporęt), który od zawsze angażuje się w niesienie pomocy osobom niepełnosprawnych. Jest społecznie zaangażowany, a jego praca zawodowa stanowi dla niego misję.

**Opr. szat**

Tomasz Gorczyca wśród nagrodzonych

# Wyjątkowy Przyjaciel

**Tomasz Gorczyca, dyrektor Zakładu Aktywności Zawodowej w Płocku, otrzymał wyjątkowe wyróżnienie. W drugiej edycji konkursu Mazowiecki Gentleman D. 2022. otrzymał statuetkę w kategorii Przyjaciel Osób z Niepełnosprawnościami.**

UMP

**Tomasz Gorczyca (trzeci od lewej) został uhonorowany w kategorii: Przyjaciel Osób z Niepełnosprawnościami w drugiej edycji konkursu Mazowiecki Gentleman D. 2022**

Wśród tegorocznych laureatów znalazł się Tomasz Gorczyca, który na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami aktywnie działa od 2001 r., kiedy to podjął pracę w Warsztatach Terapii Zajęciowej przy parafii św. Jakuba Apostoła w Płocku. Później pracował w Biurze Rzecznika Osób Niepełnosprawnych w Urzędzie Miasta Płocka, a od 2009 roku był Rzecznikiem Osób Niepełnosprawnych. Od września 2021 r. jest dyrektorem w nowo powstałym Zakładzie Aktywności Zawodowej.

Przez wiele lat swojej pracy zyskał duże zaufanie w środowisku osób z niepełnosprawnościami. Jest człowiekiem niezwykle empatycznym i otwartym, a wrażliwość na potrzeby innych sprawia, że cieszy się zaufaniem osób z niepełnosprawnościami. Angażuje się w niesienie pomocy i często podejmuje działania wykraczające poza zakres jego obowiązków, z potrzeby serca. – *Należy mieć niekończące się pokłady pozytywnej energii, którą chce się dzielić z osobami z niepełnosprawnościami* – podkreśla Tomasz Gorczyca, zapytany o to, co motywuje go do działania.

Zarządzany przez niego Zakład Aktywizacji Zawodowej, utworzony przez samorząd Płocka, jest wyjątkowym miejscem na mapie naszego miasta. Umożliwia osobom z niepełnosprawnościami szansę funkcjonowania na rynku pracy. Aktualnie zatrudnia 22 osoby z niepełnosprawnością, w tym trzynaście osób z orzeczeniem w stopniu znacznym i dziewięć z orzeczeniem w stopniu umiarkowanym.

W zakładzie – oprócz rehabilitacji zawodowej – prowadzona jest także rehabilitacja społeczna i lecznicza, a pracownicy zdobywają nowe umiejętności, zarabiają i uczą się samodzielności. Dzięki temu, że mają pracę, mogą także budować poczucie własnej wartości.

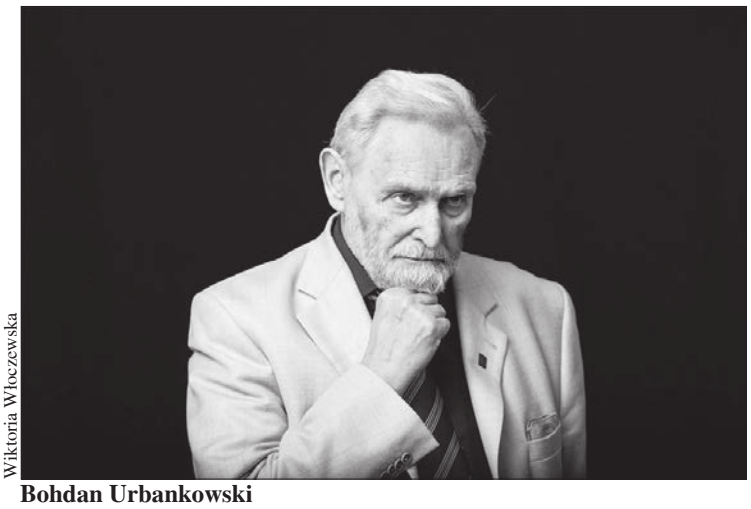
**rad**



eprasa.pl 96de324ef7

Odszedł pisarz Bohdan Urbankowski (1943-2023)

# Pożegnanie



Wiktoria Włoczewska

**Bohdan Urbankowski**

**Nie urodził się w Płocku, ale związał się z tym miastem na wiele lat. Jako kierownik literacki w Teatrze Dramatycznym im. Jerzego Szaniawskiego pisał wspaniałe, erudycyjne eseje do programów teatralnych. Był autorem scenariuszy widowisk plenerowych. Na płockiej scenie premierę miały jego dramaty. Kibicował debiutującym poetom. Powołał ogólnopolski konkurs o nagrodę „Jesiennej Chryzantemy", był wieloletnim jurorem „Liścia Dębu". Twórca wszechstronny – poeta, dramaturg, filozof. Wydał ponad 50 książek, w tym głośną „Czerwoną mszę" i znakomite monografie Adama Mickiewicza, Karola Wojtyły czy Zbigniewa Herberta. Książka „Józef Piłsudski. Myśli, mowy, rozkazy" osiągnęła rekordowy nakład 170 tys. egzemplarzy.**

Urodził się w 1943 roku w Warszawie. Jego rodzice należeli do AK i brali udział w Powstaniu Warszawskim. Po kapitulacji wraz z matką Ireną trafił do obozu w Pruszkowie, później na Śląsk. Ojciec został zamordowany w obozie koncentracyjnym w Leitmeritz.

Urbankowski ukończył I Liceum Ogólnokształcące im. Jana Smolenia w Bytomiu, studia polonistyczne i filozoficzne na Uniwersytecie Warszawskim. Jego praca doktorska „Dostojewski – dramat humanizmów" doczekała się dwóch wydań.

W Płocku zaistniał najpierw jako poeta. Kiedy Ula Ambroziewicz powołała Gościniec, czytał tutaj swoje wiersze, przywoził poetów z grupy Nowego Romantyzmu, udzielał rad początkującym twórcom. Wspólnie z Markiem Gralą zainicjowali konkurs dla młodych poetów (1975). Jeden z najstarszych polskich konkursów poetyckich o nagrodę „Jesiennej Chryzantemy" odbywa się do tej pory. W historii pozostanie pierwsze konspiracyjne spotkanie laureatów 13 grudnia 1981 tuż po wprowadzeniu stanu wojennego.

Przez wiele lat zasiadał w jury Ogólnopolskiego Konkursu Poetyckiego „O Liść Dębu" Książnicy Płockiej, któremu patronuje Władysław Broniewski. Uważał, że „Płock wart jest wierszy". Chciał, żeby miasto stało się stolicą poezji nie tylko ze względu na Broniewskiego, którego twórczość cenił. Równolegle do Warszawskiej Jesieni Poezji zorganizował jej poza stołeczną edycję czyli Płockie Dni Poezji. Swoje wiersze czytali tam poeci z kraju i zagranicy, Zaolzia, Wileńszczyzny i Chicago. „Poezja potrafi reagować na wydarzenia przyszłe i uświęcać minione. Ocala i ostrzega. Dobry wiersz jest niczym testament – kiedyś zostanie wykonany" – napisał w pokonkursowym tomiku.

## Związany z płockim teatrem

Z Teatrem im. Jerzego Szaniawskiego w Płocku związał się w latach 80. Najpierw jako dramaturg-rezydent, później kierownik literacki. Pisał znakomite teksty do towarzyszących premierom programów. Zdaniem Marka Mokrowieckiego, były to „małe arcydzieła". - *No i jako że wielką jego miłością był Marszałek Józef Piłsudski, jego postać, wspomnienie o nim przemycał, gdzie się tylko dało. Pierwszy bodajże raz przy programie do „Jeremiasza" Wojtyły, potem w „Dziadach". Wiele razy czytam program, a tu parę zdań o Marszałku. Dzwonię, „Bohdan, na litość, co z tym ma wspólnego Marszałek?". „No wiesz, kochany, Marszałka nigdy dość". Stało się to rodzajem zabawy ciągnącej się latami. Wielu wspólnych pomysłów nie udało się zrealizować. Żałuję, że nie posłuchałem Bohdana, który pragnął obejrzeć na scenie swój tom poetycko-prozatorski „Głosy", poświęcony pamięci więźniów obozów koncentracyjnych. Zrealizował je Henryk Jóźwiak w prowadzonym przez siebie Teatrze Remedium. Przedstawienie na warszawskim Festiwalu Juwenalia III Wieku zyskało Grand Prix* – wspomina dyrektor płockiego teatru.

Los płockiej sceny zawodowej był mu szczególnie bliski. Walczył o teatr, gdy decydenci zamierzali przekształcić stały zespół w scenę impresaryjną.

Bohdan Jerzy Urbankowski był twórcą i teoretykiem Ruchu Nowego Romantyzmu, który głosząc hasło ocalania narodu przez kulturę, nawiązywał do literatury romantycznej, okupacyjnej i emigracyjnej. Efektem Manifestu Teatru Romantycznego, ogłoszonego najpierw na Zamku w Książu, później w Płocku, było kilkanaście dramatów historycznych. „Żelazne kwiaty" – sztuka o Piłsudskim i jego legionistach miała premierę 11 listopada 1988 roku. Rolę Marszałka zagrał Tomasz Grochoczyński. Równolegle wyszła w druku w wydawnictwie Płocka Biblioteka Teatralna, którą zainicjował ówczesny prezes Płockiego Towarzystwa Przyjaciół Teatru Tomasz Pawłowski. W 2014 roku za twórczość dramaturgiczną, a przede wszystkim „Dramaty Płockie" PTPT uhonorowało autora Nagrodą im. Rajmunda Rembielińskiego. W 1984 roku na dużej scenie teatru płockiego odbyła się prapremiera „Chłopca, który odchodzi".

Urbankowski był autorem wystawianych przez teatr widowisk plenerowych, m.in. „Masław" (dramat o wprowadzeniu chrześcijaństwa na Mazowsze), „Ostatni Sejm wolnej Polski", „Płonące cyfry 1863" (powstanie styczniowe), „Rok 20" (obrona Płocka w wojnie polsko-bolszewickiej), „Po tamtej stronie Wisły" (w 80. rocznicę przyłączenia Radziwia do Płocka), których premiery najczęściej odbywały się podczas zainicjowanych przez druha Wacława Milke Dni Historii Płocka.

W latach 80. zorganizował przy teatrze płockim pierwszą scenę teatralną „Solidarności" w Polsce – Scenę'81, na której ukazały się „Rozmowy z katem" i „Czarny pierścień". Był wielokrotnym laureatem Konkursu Dramaturgicznego we Wrocławiu. Niestety, jego sztuki były blokowane bądź zdejmowane ze sceny – np. „Białe ogrody" w reż. Romany Próchnickiej w krakowskim Starym Teatrze, „O coś więcej niż przetrwanie" – sztuka o gen. „Grocie" w Wałbrzychu w reż. Marczewskiego czy poświęcony Piłsudskiemu „Czarny pierścień" w Płocku. Podobnie prześladowane były książki.

W 2018 roku prapremierę w Płocku miał dramat „Gwiazdy rdzewieją na dnie Wisły" w reż. Marka Mokrowieckiego, napisany przez Urbankowskiego na 100-lecie odzyskania niepodległości. Choć nie sprawował już wtedy funkcji kierownika literackiego, przyjechał na premierę.

## Pisarz, poeta, patriota

Urbankowski ma w dorobku monografie poświęcone najwybitniejszym polskim twórcom: „Adam Mickiewicz. Tajemnice wiary, miłości i śmierci", „Poeta człowiek zwielokrotniony. Szkice o Zbigniewie Herbercie". Szczególną estymą darzył poetę i dramaturga Karola Wojtyłę. W 2014 roku ukazała się książka „Jan Paweł II. Trzema drogami nadziei". W ostatnich latach opublikował tomy: „Ścieżka nad drogami. Fraktale", „Krew nie wysycha nigdy", „Bohaterowie i zdrajcy", „Gniazdo Polskie", „Ja, Szekspir. Ja, Bóg" i czterotomową historię myśli polskiej „Źródła".

Najsłynniejszy zbiór poezji „Głosy" otrzymał nagrodę im. Józefa Czechowicza (1969). Podczas XI Łódzkiej Wiosny Poetów przyznano autorowi Medal „Boruty" – „Za piękno i odwagę". Dostał także przyznawaną przez Konsulat Austrii Premię Georga Trakla, nagrodę poetycką im. Juliusza Słowackiego (1992), Nagrodę Specjalną XXII Warszawskiej Jesieni Poezji i tytuł Księcia Poetów. W roku 2005 uhonorowano go Nagrodą im. Cypriana Kamila Norwida w dziedzinie literatury. A w 2015 – nagrodą „Przeglądu Wschodniego" za poświęconą Piłsudskiemu książkę „Marzyciel i strateg".

W latach 1992-2000 prezes Warszawskiego Oddziału Związku Literatów Polskich. Członek Rady Instytutu Historii Nurtu Niepodległościowego, od roku 2000 prezes Ogólnopolskiego Klubu Poetów, przewodniczący Rady Programowej Związku Piłsudczyków. Był stypendystą Instytutu Piłsudskiego w Nowym Jorku i Fundacji Dembińskiego w Paryżu, dwukrotnym delegatem na zjazdy Ligi Antykomunistycznej w Paryżu i Nowym Jorku (1989, 1990). W 2016 roku został odznaczony Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski, w 2022 – Medalem Komisji Edukacji Narodowej. Otrzymał też: Srebrny Medal Zasłużony Kulturze „Gloria Artis", Order Polonia Restitua, Krzyż Wolności i Solidarności. W roku 2017 został Człowiekiem Roku „Klubu Ronina". W 2022 roku Instytutu Pamięci Narodowej przyznał mu nagrodę „Kustosz Pamięci Narodowej".

Bohdan Urbankowski zmarł 15 czerwca w swoim mieszkaniu. Żegnały go książki, które wysypywały się z półek, a czasem, jak żartował, „służyły jako piąta, szósta i ósma noga". Od stołu.

**Lena Szatkowska**

Bohdan Urbankowski
**Widok z ulicy**

Twarze w ramach szpitalnych okien
przynajmniej od ulicy
wyglądają wzniośle jak portrety
mistrzów z całego kraju

Cierpienie w nich – aż piękne
tęsknota – przenikliwa
niczym rentgen czy echo serca

Podobno widzą – nawet w nocy
nawet za horyzontem
swoje domy, wyciągnięte ręce drzew...

W każdym razie stoją przy oknach.

Ciała przecięte bandażami
jakby wstęgami orderów
Nawet z ulicy widać medale i medalioniki plastrów
krzyżyki blizn
bolesne i zasłużone

Twarze nie tylko stare
także młode i na poły już anielskie
co różni szpitalną galerię
od np. galerii domu starców

Czy za tymi twarzami
jest coś więcej, jakieś głowy, ciała?
czy coś czują? –
nie wiemy

Ich sylwetki
jak zresztą wszystkie
we wszystkich galeriach
we wszystkich oknach świata
mają tylko tę jedną stronę
tę z oczyma, które natrętnie
szukają naszych oczu

Z tomu ***Za późno na śmierć***

Śpiewamy, tańczymy, popłyną wianki

# Święto Jana w Wiączeminie

**Po raz czternasty Muzeum Mazowieckie zaprasza do Skansenu w Wiączeminie na Święto Jana (24 czerwca). W programie: kiermasz rękodzieła i lokalnych produktów, warsztaty wicia świętojańskich wianków z ziela i kwiecia, spektakl, występy artystyczne dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych w Świniarach, Borkach i Kamieniu. O godz. 15.00 odbędzie się nabożeństwo ekumeniczne, a wieczorem – koncert i zabawa taneczna prowadzona przez Kapelę Prusinowskich i Piotra Piszczatowskiego.**

Święto Jana w Wiączeminie Polskim przyciąga turystów nawet z odległych stron. Jego stałym punktem jest nabożeństwo ekumeniczne, które odprawią księża z parafii ewangelicko-augsburskiej w Płocku (Szymon Czembor) i Żyrardowie (Halina Radacz) oraz księża z parafii rzymskokatolickich w Zycku (ks. Jacek Warzecha) i Słubicach (ks. Roman Batorski). Kazanie wygłosi pierwsza w historii polskiego kościoła ewangelicko-augsburskiego kobieta ks. proboszcz – Halina Radacz. Przed nabożeństwem usłyszymy pieśni paraliturgiczne w wykonaniu chóru pieśni karpackich Widymo z Sanoka. W czasie nabożeństwa zaśpiewa Chór z Grzybowskiej Arki.

O godz. 12.00 zacznie się kiermasz rękodzieła i produktów lokalnych. Będzie można uczestniczyć w warsztatach wicia świętojańskich wianków, wykonywania zapachowych kadzideł i woreczków, tradycyjnych piłeczek odpustowych, drewnianych i materiałowych zabawek recyklingowych oraz łowickiego haftu koralikowego i płaskiego. Na stanowisku przygotowanym przez Muzeum Mazowieckie poznamy dawne dziecięce zabawy w kole, pościgamy się w workach lub na nartach, spróbujemy swoich sił w przeciąganiu liny i toczeniu fajerek. Zagramy w serso, grele czy klupę.

O godz. 14.00 Teatrzyk Słuchaj Uchem oraz grupa dziewcząt z Domu na szlaku w Załuskowie zaprezentują spektakl „Ptasie wesele". Z krótkimi programami artystycznymi wystąpią też szkolne zespoły dziecięce i młodzieżowe.

Święto Jana zakończą koncert i zabawa taneczna (Kapela Prusinowskich i Piotr Piszczatowski). Zatańczymy chodzonego, kujawiaka, oberka, polki, klapoka, wiwata, powolniaka, kontro. Będą tańce z różnych regionów Polski. Zabrzmią tradycyjne instrumenty: skrzypce, basy, bębenek obręczowy, baraban, harmonia trzyrzędowa, cymbały. Miłośnicy śpiewu będą mieli szansę usłyszeć, a może i włączyć się w śpiew pieśni świętojańskich, które zaprezentują Kaja i Janusz Prusinowscy. Własnoręcznie zrobione wianki będzie można puścić albo rzucić na wodę.

**(l.)**

eprasa.pl 96de324ef7

# Spędź wakacje w Płocku!

PLOT
Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna

**Jak co roku na mieszkańców Płocka (i nie tylko!) czekają rozmaite wakacyjne atrakcje. Dzięki zaplanowanym przez Płocką Lokalną Organizację Turystyczną przedsięwzięciom można będzie odkryć historię jednego z najstarszych miast Polski, wysłuchać niezwykłych koncertów na starówce, jak również wyruszyć w trasę w ramach rajdu rowerowego. W tak różnorodnej ofercie każdy znajdzie coś dla siebie.**

Rusza sezon wakacyjny. To czas, który warto wykorzystać na wypoczynek połączony z odkrywaniem najbliższej okolicy, a przecież Płock i cały nasz region zdecydowanie zasługują na to, by je lepiej poznać. Pomogą w tym wydarzenia i projekty organizowane przez Płocką Lokalną Organizację Turystyczną (PLOT).

Przypomnijmy, że stowarzyszenie PLOT zostało powołane do życia w kwietniu 2009 roku z inicjatywy Urzędu Miasta Płocka, organizacji turystycznych działających na terenie miasta i okolic oraz przedstawicieli płockiej branży turystycznej. W chwili obecnej organizacja liczy ponad 40 członków: przedstawicieli samorządu lokalnego, organizacji turystycznych, instytucji kultury i branży turystycznej, a także pilotów wycieczek i przewodników miejskich.

Główne cele działalności PLOT to przede wszystkim kreowanie i promowanie naszego miasta i regionu płockiego jako miejsca atrakcyjnego turystycznie, kulturalnie czy społecznie.

I tak jak w ubiegłych latach, tak i w tym PLOT przygotowała na sezon wakacyjny ciekawe i różnorodne propozycje spędzenia wolnego czasu w Płocku i jego najbliższej okolicy. Bo Płock to niezwykłe miasto, które wciąż ma wiele do odkrycia...

## ODKRYJ Z NAMI PŁOCK

Dla tych, którzy chcą odkryć najciekawsze zabytki i zakątki Płocka, PLOT organizuje (i to już po raz trzynasty!) serię spacerów turystycznych w ramach akcji turystyczno-edukacyjnej pn. „Odkryj z nami Płock". Wraz z „odPLOTowymi" przewodnikami turystycznymi odkrywać będziemy historię naszego miasta oraz jego liczne atrakcje turystyczne. W wybrane soboty i niedziele wakacji tuż po godzinie 12.00 z Placu Starego Rynku w Płocku przewodnicy turystyczni prowadzić będą grupy do ciekawych miejsc, by odkrywać ich historię. Dla każdego uczestnika przygotowano Płocki Paszport Turystyczny – mini przewodnik po Płocku.

Jak co roku udział w akcji jest bezpłatny, a w spacerach szklakiem płockiej historii mogą uczestniczyć wszyscy chętni, którzy tego dnia przybędą na płocką starówkę. A tych z pewnością nie zabraknie i tym razem. W poprzednich edycjach akcji spacery przyciągały dziesiątki zainteresowanych – zazwyczaj była ich około setka, ale zdarzały się też takie wycieczki, w których liczba uczestników przekraczała 300! Świadczy to nie tylko o niegasnącym zaciekawieniu ludzi historią Płocka, ale również o profesjonalizmie przewodników, którzy swoją pasją i wiedzą przyciągają miłośników zwiedzania.

Każdy spacer ma określony temat i trwa około 3 godzin. Uczestnicy przemieszczają się płockimi ulicami z historią, słuchają ciekawostek dotyczących znanych zabytków, odwiedzają muzea czy pomniki. Przewodnicy zwracają uwagę nie tylko na architekturę, ale też przekazują informacje związane na przykład ze znanymi płocczanami, filmami, które były kręcone w mieście, legendami czy ważnymi inwestycjami.

Trzynasta edycja wakacyjnych spacerów zaczyna się 25 czerwca (niedziela) o godzinie 12.00 na Starym Rynku – spacerem poświęconym 1000-letniej historii miasta. A podczas kolejnych wycieczek ich uczestnicy m.in. przejdą śladami Władysława Broniewskiego, odwiedzą Małachowiankę czy wystawę art deco, poznają historię płockich Żydów, zobaczą skarby średniowiecznego miasta.

Spacery pod szyldem Akcji Turystyczno-Edukacyjnej „Odkryj z nami Płock" zostały objęte honorowym patronatem Prezydenta Miasta Płocka.

| Data | Miejsce docelowe | Godzina i miejsce zbiórki |
|---|---|---|
| 25.06.2023 (niedziela) | 1000 lat historii miasta. Muzeum Mazowieckie – X wieków Płocka | 12.00, Stary Rynek |
| 2.07.2023 (niedziela) | Śladami Władysława Broniewskiego w Płocku | 12.00, Stary Rynek |
| 8.07.2023 (sobota) | Art. Deco i galeria płocczan XX wieku | 12.00, Stary Rynek |
| 16.07.2023 (niedziela) | Płockie judaica i mała synagoga | 12.00, Stary Rynek |
| 22.07.2023 (sobota) | Skarby i relikty średniowiecznego miasta | 12.00, Stary Rynek |
| 05.08.2023 (sobota) | Najstarsza Szkoła w Polsce – Małachowianka | 12.00, Stary Rynek |
| 12.08.2023 (sobota) | Miasto Bohater. Obrona Płocka 1920 roku | 12.00, Stary Rynek |
| 19.08.2023 (sobota) | Radziwie – 100 lecie przyłączenia do Płocka. | 12.00, Plac Mościckiego |
| 27.08.2023 (niedziela) | Znaczenie Wisły i spichlerze. Muzeum etnograficzne i płockie archiwum. | 12.00, Stary Rynek |

## MUZYCZNE CZWARTKI NA PŁOCKIEJ STARÓWCE

Inną doskonale znaną w Płocku wakacyjną atrakcją są „Muzyczne czwartki na płockiej starówce". To popołudnia przepełnione różnorodnymi melodiami i niesamowitą atmosferą. Przy ich organizacji PLOT współpracuje z Płocką Orkiestrą Symfoniczną. Kameralne koncerty przyciągają bardzo dobrym poziomem artystycznym, a słuchacze mają możliwość wysłuchania zróżnicowanego repertuaru. Co ważne, każdy koncert to inna historia, inne brzmienie, inny klimat.

W tym roku cykl czwartkowych spotkań z muzyką otworzy popołudnie przepełnione francuskimi melodiami. Podczas koncertu „Vive la France" usłyszymy m.in. piosenki takie jak „Sous le ciel de Paris", „Paroles, paroles", „Milord", „La Vie en Rose" czy niedawny hit „Derniere Danse", jak również tanga Richarda Galliano. To czeka nas już 29 czerwca o godz. 18.00.

A czego posłuchamy w kolejnych odsłonach wydarzenia? 6 lipca będzie to wzruszające i niezapomniane spotkanie z prawdziwymi perłami muzyki operetkowej oraz musicalowej. Kwartetowi smyczkowemu towarzyszyć będzie znakomita wokalistka Zuzanna Szary. Czy może być coś piękniejszego, niż uczucia wyrażane muzyką i śpiewem? Na to pytanie odpowiedź znajdziecie w trakcie koncertu.

13 lipca przeniesiemy się do świata filmu – wszystko za sprawą koncertu muzyki filmowej z triem NIMROD i Weroniką Kwiatkowską. Tydzień później (20 lipca) wysłuchamy autorskich aranżacji najwspanialszych standardów muzyki jazzowej i amerykańskiej, m.in: „Fly Me To The Moon", „All Of Me", „Foggy Day", „Body And Soul", „Have You Met Miss Jones", „New York, New York", „Cheek To Cheek", „My Way" wykonywanych w oryginale przez niezapomnianych artystów, takich jak Frank Sinatra, Ella Fitzgerald, Luis Armstrong, Tony Bennet, Chet Baker, Nat King Cole czy Diana Krall.

Sierpień (3.08) na starówce powitamy muzyczną podróżą z Italii do Ameryki. Zagrane zostaną znane i lubiane piosenki, tematy z filmów, z musicali sprzed lat, ze słonecznej Italii i z obu Ameryk. W programie m.in.: „Volare" D. Modugno, „Azzurro" A. Celentano, tematy z filmów „8 i 1/2", „La Strada", „Cabaret", „Siedmiu wspaniałych", z musicalu „Hello Dolly" oraz wiele innych.

10 sierpnia wybrzmią melodie rodem z wielkich hitów szklanego ekranu, tj. „Moon River", „Strangers in the night", tematy muzyczne z filmów „Doktor Żywago", „Cinema Paradiso", walc z filmu „Noce i dnie", jak również najbardziej znane przeboje dwudziestolecia międzywojennego, czardasze, muzyka latino. Na scenie wystąpi zespół BognaBand.

Dwa ostatnie koncerty z cyklu „Muzyczne czwartki na płockiej starówce" to „Noche de Tango" (17.08) – piękne aranżacje przedwojennych polskich tang oraz mistrzowskie wykonanie tradycyjnych tang argentyńskich oraz „Niezapomniane melodie z polskich filmów i seriali" (24.08) – sentymentalna podróż po najpiękniejszych melodiach z polskich filmów i seriali. W programie m.in.: tematy muzyczne z seriali: „Kariera Nikodema Dyzmy", „Czterdziestolatek", „Jan Serce", tematy muzyczne z filmów: „Pianista", „Pan Tadeusz", walc Barbary z filmu „Noce i dnie", walc z filmu „Ziemia obiecana" czy też Pieśń Heleny z filmu „Ogniem i mieczem".

W czwartki, kiedy na Starym Rynku rozbrzmiewa muzyka, serce miasta po prostu tętni życiem. Jest to bowiem doskonała okazja do spędzenia niezwykłego wieczoru przy dźwiękach muzyki wykonywanej na żywo m.in. przez płockich symfoników. Nie bez znaczenia jest też fakt, że dzięki dofinansowaniu z Urzędu Miasta Płocka koncerty są darmowe i otwarte dla wszystkich.

## PŁOCK NA ROWERY

A dla miłośników dwóch kółek PLOT przygotował rajdy rowerowe, podczas których odkryte zostaną atrakcje turystyczne Płocka i okolic. Jest to seria rowerowych wycieczek startujących z Płocka. Jazda jednośladem połączona jest w tym wypadku ze zwiedzaniem. Uczestnicy nie tylko podziwiają tereny ciekawe przyrodniczo czy piękne krajobrazy, ale zaglądają też do różnych interesujących obiektów. Cała wycieczka jest więc połączona z gawędą przewodnicką. Można zarówno aktywnie wypocząć, jak i poznać historię miasta i okolic.

Trasa każdej takiej rowerowej wycieczki liczy ok. 40 km. W pojedynczych rajdach zaplanowano udział 60 osób, a o uczestnictwie decyduje kolejność zgłoszeń. Obowiązuje opłata startowa w wysokości 20 zł. Warto podkreślić, iż PLOT jest organizacją non profit, dlatego zebrane fundusze przeznaczane są na bezpieczną organizację rajdu.

Przy organizacji rajdów PLOT współpracuje z Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji Sp. z o.o., a także ze znanym w Płocku Klubem Turystyki Kolarskiej BeneqTeam, którego członkowie jak nikt inny znają najlepsze trasy rowerowe w pobliżu miasta.

W tym roku zaplanowano trzy rowerowe wycieczki:

24 czerwca 2023 r. „Wśród lasów i jezior", trasa: Radziwie – Dobrzyków – Wincentów – Łąck – Radziwie. Start: godz. 9.00, zbiórka: Radziwie, Plac Mościckiego;

29 lipca 2023 r. „Szlakiem pomników przyrody", trasa: Borowiczki – Bielino – Liszyno – Białobrzegi – Borowiczki. Start: godz. 9.00, zbiórka: Stadion Piłkarski Borowiczki, ul. Borowicka 23;

28 sierpnia 2023 r. „Przez mazowiecką Szwajcarię", trasa: Płock – Kobierniki – Sikórz – Robertowo – Siecień – Płock. Start: godz. 9.00, zbiórka: ORLEN ARENA, Plac Celebry Papieskiej 1.

W trakcie jazdy przewidziane są postoje na posiłek, niekiedy na łące, w cudownym otoczeniu przyrody. Jest to bowiem rekreacyjna wycieczka połączona ze zwiedzaniem, a nie sportowa rywalizacja.

Kartę zgłoszenia udziału w rajdzie (załącznik nr 1 do regulaminu) należy dostarczyć do siedziby Organizatora osobiście, drogą pocztową na adres: Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna, Stary Rynek 8, 09-400 Płock, elektroniczną: biuro@turystykaplock.eu w nieprzekraczalnym terminie 3 dni przed rajdem. W karcie zgłoszenia można zadeklarować udział w jednym, dwóch lub trzech rajdach rowerowych.

**(kw)**

DOFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW MIASTA PŁOCK
PŁOCK

*Materiał przygotowany we współpracy z Płocką Lokalną Organizacją Turystyczną*



eprasa.pl 96de324ef7

Królewskie miasto nad Wisłą

# Niepołomice

**Historia Niepołomic jest ściśle związana z zamkiem ufundowanym przez króla Kazimierza Wielkiego. To jedna z wielu fortec obronnych wznoszonych na terenie całego Królestwa Polskiego za życia tego władcy. Król Władysław Jagiełło, zapalony myśliwy, przekształcił niepołomicki zamek w rezydencję królewską i myśliwską, w której podejmowano ważne decyzje państwowe. Miasto pełniło wówczas nieoficjalną funkcję drugiej stolicy Polski.**

Gotycki kościół Dziesięciu Tysięcy Męczenników fundacji króla Kazimierza Wielkiego

Łowy odbywały się w Puszczy Niepołomickiej, która rozciągała się aż do Kotliny Sandomierskiej. Dzisiaj po tym olbrzymim kompleksie leśnym pozostało zaledwie kilka niewielkich fragmentów położonych w widłach Wisły i Raby. Największe zniszczenia w drzewostanie poczynili w czasie pierwszej wojny światowej Austriacy i okupujący Polskę w czasie drugiej wojny światowej Niemcy, którzy prowadzili rabunkową gospodarkę leśną.

## Osada, która stała się miastem

Wokół zamku stopniowo rozwinęła się osada, która prawa miejskie otrzymała w 1776 roku. Nazwa miasta wywodzi się od staropolskiego słowa „niepołomna", co w języku staropolskim oznaczało „nieprzebyta" i określało cechy pobliskiej puszczy. To leżące po prawej stronie Wisły miasto w okresie zaborów znalazło się w państwie austriackim, w prowincji zwanej Galicją.

Renesansowy dziedziniec zamku w Niepołomicach

Niepołomice liczą obecnie kilkanaście tysięcy mieszkańców. Miasto położone jest w pobliżu autostrady A4 – prowadzącej w kierunku Przemyśla. Nazywane jest sypialnią Krakowa, bowiem wielu jego mieszkańców dojeżdża stamtąd do pracy do stolicy Małopolski. Nie ma tutaj wysokiej zabudowy, dominują obiekty parterowe lub jednopiętrowe kamieniczki. Miasto jest przyjazne dla przybywających do niego turystów. Oprócz ciekawych zabytków i interesującej starówki dysponuje szeroką ofertą gastronomiczną, jak również bazą hotelową. We wnętrzach zamkowych, jego dziedzińcu i na miejskim rynku w okresie wiosenno-letnim odbywają się wystawy plenerowe i imprezy kulturalne, takie jak koncerty, pokazy rycerskie, recitale.

## Historia zamku

Zamek w średniowieczu pełnił rolę typowej strażnicy rycerskiej. Jego wygląd całkowicie różnił się od dzisiejszego. Brama wjazdowa znajdowała się w murze zachodnim. Mur północny flankowały dwie wysokie wieże obserwacyjno-obronne, w południowo-zachodnim narożniku znajdowała się dużo niższa od pozostałych trzecia wieża. Obiekty mieszkalne zlokalizowane były w południowym i wschodnim skrzydle. Rok 1348 uważany jest za nieformalną datę lokacji Niepołomic, choć wiadomo, że niewielka osada istniała w tym miejscu już co najmniej sto lat wcześniej.

Kolejni władcy z dynastii Jagiellonów, a następnie królowie elekcyjni stopniowo zmieniali funkcję zamku z obronnej na mieszkalną, przekształcając surową romańską warownię w renesansowy, dwupiętrowy pałac w kształcie czworoboku, z reprezentacyjnymi arkadami wewnątrz dziedzińca. Zaczęto wówczas określać niepołomicki zamek „drugim Wawelem".

Rezydencja została zniszczona w okresie potopu szwedzkiego. Szwedzi urządzili w niej magazyny i wywieźli całe wyposażenie, łącznie z piecami. Zamek odbudowano z inicjatywy króla Augusta II Mocnego Sasa. Przez pewien czas stanowił własność prywatną, należącą do rodu Lubomirskich. W okresie zaborów Austriacy urządzili w nim koszary, bowiem niedaleko, wzdłuż Wisły, przebiegała granica z zaborem rosyjskim.

Po jednym z pożarów rozebrano drugie piętro budowli, kładąc mansardowe dachy, wykonując szereg innych przeróbek. W takim kształcie zamek przetrwał do czasów współczesnych. Po likwidacji koszar działał tam szpital, a następnie austriackie urzędy i sąd. Po odzyskaniu przez Polskę niepodległości w zamku mieściły się: urząd pocztowy, posterunek policji, sąd okręgowy, siedziba nadleśnictwa oraz świetlica Związku Strzeleckiego. Po drugiej wojnie światowej część zamku zaadaptowano na mieszkania socjalne. Urządzono w nim liceum, działała poczta, a nawet izba porodowa. Dopiero na przełomie dwudziestego i dwudziestego pierwszego wieku, gdy obiekt stał się własnością gminy Niepołomice, przeprowadzono w nim prace konserwatorskie, przywracające mu dawny blask.

## Zamek współcześnie

Obecnie w pomieszczeniach zamkowych mieści się luksusowy hotel, restauracja, sala konferencyjna i muzeum zlokalizowane w salach na pierwszym piętrze. Jego ekspozycja jest podzielona na kilka części tematycznych. W ośmiu salach prezentowana jest kolekcja polskiego malarstwa przedstawiającego wydarzenia, osoby i miejsca związane z historią kraju oraz z polską literaturą. Zgromadzono kilkaset obrazów i około pięćdziesięciu rzeźb.

Odrębna wystawa poświęcona jest historii Niepołomic i ich mieszkańców. Jest też ekspozycja prezentująca skarby niepołomickiej parafii. Jako że zamek pełnił funkcję rezydencji myśliwskiej, w kilku salach można obejrzeć trofea myśliwskie, zapoznać się z rodzajami zwierzyny, na jaką polowali polscy królowie, a także obejrzeć różne rodzaje broni i innych akcesoriów myśliwskich. Jedna z sal mieści Gabinet Włodzimierza Puchalskiego, znanego przyrodnika i fotografa, który wylansował pojęcie „bezkrwawych łowów", bowiem jego pasją było fotografowanie dzikiej przyrody, roślin i zwierząt.

Na zamkowym dziedzińcu znajdują się dwie figury oryginalnej wielkości. Jedna z nich przedstawia damę z gronostajem ze słynnego obrazu pędzla Leonarda da Vinci, druga zaś to rzeźba siedzącego na ławce Stańczyka ze znanego obrazu Jana Matejki. Według legendy Stańczyk uczestniczył w nieszczęśliwym polowaniu z udziałem brzemiennej królowej Bony, która – zaatakowana przez niedźwiedzia – poroniła oczekiwanego męskiego potomka, któremu nadano imię Olbracht i pochowano początkowo w podziemiach tutejszego kościoła parafialnego. Obecnie na zamku często odbywają się sesje fotograficzne młodych par, a sala restauracyjna chętnie wynajmowana jest na wesela.

W trakcie rewitalizacji obiektu, prowadzonej w latach 1995 – 2007, z tyłu budynku utworzono bukszpanowy labirynt nazwany „Ogrodami królowej Bony", nawiązujący tematycznie do założonych w tym miejscu przez żonę Zygmunta Starego dużego parku o regularnym kształcie oraz ogrodu warzywnego. Spacerując wypielęgnowanymi ścieżkami, aż trudno sobie wyobrazić, że wcześniej funkcjonowało tutaj miejskie targowisko. Niedaleko znajduje się spiżowa rzeźba króla Kazimierza Wielkiego oraz niewielki skansen. Od strony frontu znajduje się Park Miejski im. Andrzeja Wimmera i plac zabaw.

## Spacer po mieście

Spacerując po Niepołomicach, warto zajrzeć do kościoła Świętych Dziesięciu Tysięcy Męczenników, w którego archiwum zachowały się dwa cenne, średniowieczne dokumenty. Pierwszym jest akt erekcyjny utworzenia parafii w Niepołomicach, sygnowany przez krakowskiego biskupa Bodzantę, pochodzący z 1350 roku. Drugim jest akt erekcyjny Kazimierza Wielkiego z 1358 roku, potwierdzający zakończenie budowy gotyckiego kościoła trwającej osiem lat. Świątynia miała charakter halowy, składała się z szerokiej nawy i węższego, trójprzęsłowego prezbiterium. Później od strony północnej dobudowano zakrystię, nazywaną dziś kaplicą ss. Męczennic – ze względu na treść fresków umieszczonych na jej ścianach, przedstawiających św. Łucję, Agatę, Cecylię, Małgorzatę i Dorotę.

W siedemnastym wieku dobudowano nową zakrystię oraz dwie kaplice: św. Karola Boromeusza i Matki Boskiej, w której ulokowano mauzoleum rodziny Branickich. Znajduje się ono od strony południowej i ufundowane zostało dla rodziców przez Jana Branickiego.

Niepołomicki kościół to pierwsze polskie sanktuarium Karola Boromeusza, którego wizerunek sprowadzony z Włoch umieściła początkowo w kaplicy zamkowej Anna z Myszkowskich Branicka. Później przeniesiony został do kościoła i otoczony przez ludność miasta kultem ze względu na dziejące się za jego wstawiennictwem cuda. Stojąca obok kościoła murowana dzwonnica, pochodząca z początku dziewiętnastego wieku, znajduje się w miejscu nieistniejącej już, czternastowiecznej dzwonnicy, która była drewniana.

Pomnik Grunwaldzki w Niepołomicach. Na pierwszym planie figura króla Władysława Jagiełły

Kościół położony jest w pobliżu uroczego niepołomickiego rynku, na którym zwraca uwagę pomnik Justynki, córki leśniczego, bohaterki jednej z tutejszych legend związanych z Puszczą Niepołomicką. Głosi ona, że dziewczyna strzałem z kuszy uratowała życie Stefana Batorego, zabijając tura szarżującego w kierunku władcy. Pomnik zdobi szczyt miejskiej fontanny. Justynka, zwana też „Leśniczanką", przydeptuje głowę zabitego tura, a w prawej ręce trzyma kuszę.

## Kopiec z ziemi zebranej z pól bitewnych

Kierując się na zachód od centrum miasta, można zobaczyć Kopiec Grunwaldzki usypany w pięćsetną rocznicę bitwy z krzyżakami. Impulsem do jego budowy stało się wzniesienie w pobliskim Krakowie Pomnika Grunwaldzkiego.

Kopiec ulokowano na najwyższym miejskim wzniesieniu zwanym Wężową Górą. Miejsce to wybrane zostało nieprzypadkowo, bowiem jak głosi przekazywana z pokolenia na pokolenie opowieść, właśnie stąd król Władysław Jagiełło wyruszył 25 listopada 1411 roku z orszakiem triumfalnym w kierunku Krakowa. Celem była katedra na Wawelu, gdzie miały zostać złożone krzyżackie chorągwie zdobyte w bitwie pod Grunwaldem.

Już w 1902 roku istniał w tym miejscu niewielki, dwumetrowej wysokości kopiec z krzyżem na wierzchołku, upamiętniający wrześnieńskie dzieci prześladowane przez Prusaków za walkę o polską szkołę. Usypany był z inicjatywy Towarzystwa Strzeleckiego „Sokół". Po powstaniu Kopca Grunwaldzkiego w miejscu tym odbywały się manifestacje patriotyczne z okazji kolejnych rocznic uchwalenia Konstytucji 3 Maja.

Rozpoczęte w marcu 1910 roku prace budowlane trwały pięć lat. Uczestniczyło w nich kilka tysięcy wolontariuszy. Ziemię przywożono z pól bitewnych ze wszystkich trzech zaborów oraz z zagranicy. Polonia amerykańska dostarczyła 500 woreczków z ziemią z grobów Polaków zmarłych w USA. Na szczycie kopca postawiono obelisk z napisem „Grunwald 1410 – 1910". W ostatnich latach dokonano rewitalizacji terenu, przekształcając go w centrum rekreacyjne dla mieszkańców i plac zabaw dla dzieci. W sąsiedztwie kopca zbudowano konny pomnik króla Władysława Jagiełły. Kopiec w kształcie stożka ma trzydziestometrową średnicę u podstawy, a jego całkowita wysokość to czternaście metrów. Ze szczytu rozciąga się piękny widok na pobliską Wisłę, puszczę i miasto.

**Tekst i fot. Ewa i Bogumił Liszewscy**



eprasa.pl 96de324ef7

Co czwarty mieszkaniec Mazowsza jest seniorem

# Słodkie przeboje – Ale ciacho!

J. Marciniak

**Jury i ciasta przygotowane przez uczestniczki**

J. Marciniak

**To była bardzo słodka impreza**

**Kiedy młodzi siedzą w szkole i pobierają nauki, a ci nieco starsi pracują w firmach, seniorzy cieszą się życiem. Kilka dni temu w Gminnym Ośrodku Kultury w Bielsku wzięli udział w spotkaniu połączonym z konkursem i degustacją ciast pn. „Słodkie przeboje – Ale ciacho". Jury pod przewodnictwem Magdaleny Woja wybrało najlepsze słodkości przygotowane przez seniorki. Wypiekiem nr 1 okazało się ciasto upieczone przez panie z Koła Emerytów w Wyszogrodzie.**

Kiedy przedstawiciele kół emerytów wchodzili do sali widowiskowej Gminnego Ośrodka Kultury w Bielsku, ze sceny witał ich niecodzienny widok. Na podwyższeniu ułożonych zostało trzynaście wypieków, jakich nie powstydziliby się najlepsi cukiernicy kraju.

Czego tam nie było… Torty, placki z owocami i jadalnymi kwiatami, z kremem, pianką, puszystym biszkoptem, polewą czekoladową – słowem wszystko, co łasuchy lubią najbardziej.

Spotkanie seniorów powiatu płockiego otworzyła Jagoda Korneszczuk, przewodnicząca Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Rencistów, Zarządu Okręgowego z siedzibą w Płocku. To właśnie Związek wpadł na pomysł, by zorganizować spotkanie połączone z konkursem i degustacją ciast przygotowanych przez seniorów z powiatu płockiego pn. „Słodkie przeboje – Ale ciacho". Impreza odbyła się pod patronatem Starosty Płockiego.

Imprezie patronował starosta, ale swój udział w fundowaniu nagród miał także Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik, który nie mógł przyjechać i spróbować specjałów, ale za to przysłał list.

*„Jestem bardzo rad, że osoby starsze, których przybywa w Polsce z każdym rokiem, są coraz bardziej aktywne i zaangażowane w życie społeczne. Chcą decydować o sobie, realizować swoje pasje i pragnienia, a także czynnie uczestniczyć w budowaniu społeczeństwa obywatelskiego oraz kreowaniu polityki senioralnej. Ponadto chętnie się integrują i organizują, otwierają kolejne uniwersytety, kluby seniora, powołują różne gremia. (…) Już co czwarty mieszkaniec naszego regionu jest w wieku 60+. Osoby dojrzałe stają się więc coraz bardziej znaczącą grupą społeczną"* – napisał w liście marszałek Adam Struzik. Odczytała go radna miasta Płocka Anna Derlukiewicz.

Jury pod przewodnictwem Magdaleny Woja ze Starostwa Powiatowego w Płocku miało niezwykle twardy orzech do zgryzienia. Najpierw trzeba było spróbować wszystkich trzynastu wypieków, a potem wybrać, który z nich jest najlepszy. I choć zadanie było bardzo trudne, jury było niemal jednomyślne.

Wygrało ciasto przygotowane przez panie z Wyszogrodu, drugie miejsce przypadło seniorkom z Bielska, trzecie – z Radzanowa, czwarte – z Łęgu, a piąte – z Drobina. Pozostałych 13 wypieków zajęło ex aequo szóste miejsce. Oczywiście wszystkie cukierniczki otrzymały nagrody – sprzęt gospodarstwa domowego.

Po ogłoszeniu wyników każdy ze 150 seniorów uczestniczących w spotkaniu mógł spróbować wystawionych w konkursie ciast. A potem zagrała muzyka i wszyscy ruszyli na parkiet. Bo nikt nie potrafi bawić się tak jak seniorzy.

**Jola Marciniak**

Materiał przygotowany przy współpracy z Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu




eprasa.pl 96de324ef7

Brudzeński Park Krajobrazowy ma już 35 lat

# Jubileusz pełen niespodzianek

**Brudzeński Park Krajobrazowy należy do najmniejszych parków krajobrazowych w Polsce – na 125 są tylko 3 parki mniejsze od niego. Ale ze względu na swoje walory krajobrazowo-przyrodnicze i urozmaiconą rzeźbę terenu na nizinnym Mazowszu należy też do najpiękniejszych parków krajobrazowych w Polsce. W minionym tygodniu świętowano jego 35-lecie. Była konferencja naukowa, zwiedzanie zabytkowego młyna, koncert, spływ kajakowy oraz piknik.**

Brudzeński Park Krajobrazowy może zauroczyć swymi pejzażami i przyrodą – posiada tak wiele malowniczych miejsc, które przeczą potocznym opiniom o monotonnej równinie mazowieckiej. Park został utworzony 9 czerwca 1988 r.

W piątek, 16 czerwca w Osadzie Młynarza w Radotkach odbyły się uroczyste obchody jubileuszu 35-lecia Brudzeńskiego Parku Krajobrazowego. To było wyjątkowe wydarzenie, które rozpoczęło się konferencją naukową poświęconą parkowi. Prelegenci poruszyli mnóstwo różnych tematów m.in. programy aktywnej ochrony fauny, znaczenie parku jako czynnika rozwoju gminy Brudzeń Duży, sytuację hydrometeorologiczną, zioła Brudzeńskiego Parku jako inspiracja dla marki kosmetycznej czy historia, teraźniejszość i perspektywy Osady Młynarza. Był też koncert wiolonczelistki Antoniny Ogończyk-Mąkowskiej oraz zwiedzanie zabytkowego młyna.

W wydarzeniu wzięli udział m.in. przedstawiciele jednostek samorządowych na terenie których zlokalizowany jest park: dyrektor Departamentu Polityki Ekologicznej, Geologii i Łowiectwa Urzędu Marszałkowskiego Andrzej Różycki, przewodniczący Rady Powiatu Płockiego Lech Dąbrowski, sekretarz Powiatu Płockiego Michał Twardy oraz wójt gminy Brudzeń Duży Andrzej Dwojnych. Gości przywitał dyrektor Mazowieckiego Zespołu Parków Krajobrazowych Sylwester Chołast.

Podczas uroczystości wręczono medale „Zasłużony dla powiatu płockiego". Otrzymali je Brudzeński Park Krajobrazowy oraz jego pracownicy – Ludwik Ryncarz i Piotr Pietrzak.

W ramach obchodów odbył się także spływ kajakowy po Skrwie Prawej, dzięki któremu uczestnicy mogli na własne oczy zobaczyć niezwykłą faunę i florę parku. Spływ zakończył się wspólną zabawą przy ognisku w Radotkach.

Ostatni dzień obchodów jubileuszu 35-lecia parku to piknik rodzinny, który odbył się na terenie Mazowieckiego Ośrodka Geograficznego Uniwersytetu Warszawskiego w Murzynowie. Piknik zaczął się z przytupem, a mianowicie burzą i deszczem. Ale wraz z przyjazdem marszałka województwa mazowieckiego Adama Struzika zawitało słońce i pogodne niebo.

Na licznie zgromadzonych dzieci czekały atrakcje w postaci gier i zabaw edukacyjnych i sportowych. Można było dowiedzieć się, jakie przyrządy do prognozowania pogody zgromadzone są w ogródku meteorologicznym Mazowieckiego Ośrodka Geograficznego oraz zwiedzić Muzeum im. St. Murzynowskiego w Murzynowie.

**Opr. (ek)**

BPK

**Podczas uroczystości wręczono medale „Zasłużony dla powiatu płockiego". Otrzymali je Brudzeński Park Krajobrazowy oraz jego pracownicy – Ludwik Ryncarz i Piotr Pietrzak**

BPK

**Przedstawiciele Brudzeńskiego Parku Krajobrazowego z marszałkiem Adamem Struzikiem**

BPK

**Organizatorzy przygotowali mnóstwo atrakcji podczas pikniku, który odbył się w Murzynowie**

eprasa.pl 96de324ef7

20 szkół, ponad 5,7 tys. uczestników. Podsumowano tegoroczną edycję akcji „Rowerowy Maj”

# SP nr 5 najbardziej „rowerową” podstawówką w Płocku

**Dwadzieścia szkół i ponad 5,7 tys. osób wzięło udział w tegorocznej edycji kampanii „Rowerowy Maj”. To najwięcej w kilkuletniej historii akcji! Najaktywniejsze klasy z poszczególnych szkół podstawowych z Płocka zostały zaproszone do auli ratusza, a tam otrzymały nagrody i pamiątkowe dyplomy z rąk prezydenta miasta Andrzeja Nowakowskiego. We wręczaniu nagród prezydentowi towarzyszyły Agnieszka Harabasz – dyrektor Wydziału Edukacji oraz Monika Maron – dyrektor Wydziału Kultury i Wspierania Inicjatyw Społecznych. A także dobrze wszystkim znana, zwłaszcza najmłodszym kibicom, maskotka SPR Wisła Płock.**

Urząd Miasta Płocka

**Przedstawiciele SP nr 5 odebrali nagrodę dla najbardziej „rowerowej” szkoły w Płocku**

Ze względu na deszczową pogodę rozdanie dyplomów i nagród dla najaktywniejszych szkół i klas odbyło się w auli ratusza, a nie na placu przed siedzibą urzędu miasta, jak zaplanowano wcześniej. Swoje słowa do uczestników skierował prezydent Płocka Andrzej Nowakowski. - Przez cały maj dojeżdżaliście do swoich szkół na rowerach, hulajnogach, wrotkach i czymkolwiek się dało. Dzisiaj spotykamy się tu, by podsumować tę akcję, która trwała od 4 do 31 maja, i w której aktywnie uczestniczyło blisko 6 tys. dzieciaków. Dziękuję wam, że jeździliście rowerami czy hulajnogami, bo to jest dobre dla waszego zdrowia. Wszystkie miejsca na rowery przy szkołach były zapełnione. Dziękuję nauczycielom, dyrektorom i rodzicom, którzy was bardzo wspierali - powiedział prezydent Andrzej Nowakowski.

Przypomnijmy, że „Rowerowy Maj” to zapoczątkowana w Gdańsku akcja promująca zdrowy styl życia oraz ekologiczne środki transportu. To zabawa z elementami rywalizacji, bowiem o miano najaktywniejszej w mieście walczą ze sobą poszczególne szkoły, a w pojedynczych szkołach rywalizują ze sobą poszczególne klasy.

W tym roku akcja trwała od 4 do 31 maja. W tym czasie biorący w niej udział uczniowie z 20 płockich placówek (w sumie prawie ok. 5,7 tys. dzieci) przyjeżdżali na zajęcia na rowerach, hulajnogach, rolkach czy deskorolkach, a parkingi i place przed szkołami zapełnione były jednośladami. Jeździli zarówno uczniowie, jak i nauczyciele. - *Ale warto wspomnieć również o tych, których w statystykach brak* – powiedział prezydent Płocka Andrzej Nowakowski. - *To rodzice, dziadkowie i wszyscy ci, którzy dając dobry przykład dzieciom, przesiedli się na rowery, by towarzyszyć pociechom w drodze do szkoły.*

Zasady kampanii „Rowerowy Maj” są proste. Każdy uczestnik, który w maju dotarł na lekcje na rowerze, hulajnodze, rolkach czy deskorolce, otrzymywał naklejki do rowerowego dzienniczka i na wspólny plakat klasowy, a dla najbardziej aktywnych uczniów jak zwykle czekały nagrody.

Rywalizacja odbywała się na trzech poziomach: indywidualnym – o nagrody rzeczowe w zależności od liczby przebytych przejazdów; klasowym – o tytuł najlepszej klasy w swojej szkole (klasa o najwyższej frekwencji w swojej placówce skorzysta z wyjścia integracyjnego do wybranego przez siebie miejsca ufundowanego przez partnerów kampanii); szkolnym – o tytuł najbardziej rowerowej szkoły (najbardziej „rowerowe” szkoły otrzymały nagrody pieniężne).

Nagrody przedstawicielom szkół wręczył prezydent Płocka Andrzej Nowakowski wspólnie z Moniką Maron, dyrektor ratuszowego Wydziału Kultury i Wspierania Inicjatyw Społecznych oraz Agnieszką Harabasz, dyrektor Wydziału Edukacji.

Na podium na poziomie szkolnym znalazły się następujące placówki: nagroda główna (bon o wartości 5 000 zł) powędrowała do Szkoły Podstawowej nr 5, II nagroda (bon o wartości 3 000 zł) trafiła do Szkoły Podstawowej nr 15, a III nagrodę (bon o wartości 1 500 zł) zdobyła Szkoła Podstawowa nr 13.

Nagrody grupowe dla zwycięskich klas ufundowali: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Muzeum Mazowieckie w Płocku, Płocki Ośrodek Kultury i Sztuki im. Themersonów, Kręgielnia „Dębowa”, Wisła Płock i SPR Wisła Płock, Przedsiębiorstwo Gospodarowania Odpadami w Płocku, Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna, Miejski Ogród Zoologiczny.

Prezydent podziękował również koordynatorom szkolnym, dyrektorom i wychowawcom klas za przygotowanie placówek do kampanii oraz za codzienną pracę włożoną w uzupełnianie dzienników rowerowych i czuwanie nad bezpiecznym przebiegiem zabawy w szkołach.

Na zakończenie imprezy dzieci obejrzały pokaz rowerowy w wykonaniu Jonasza Pakulskiego, uczestnika programu „Mam Talent” oraz próbowały swoich sił w mobilnym miasteczku ruchu drogowego. Atrakcję przygotował Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji. Były też konkursy z nagrodami oraz wspólne zdjęcia z maskotkami Wisły Płock i SPR Wisła Płock.

**(kw)**

REKLAMA




eprasa.pl 96de324ef7

## Uroczysta sesja, koncerty, piknik i pokaz laserowy

# 50 lat gminy Stara Biała

**To były wyjątkowe trzy dni dla całej społeczności gminy Stara Biała. W końcu nie co dzień świętuje się jubileusz 50-lecia. Z tej okazji samorządowcy przygotowali mnóstwo atrakcji dla małych i dużych. Była wyjątkowa sesja Rady Gminy, podczas której wyróżniono zasłużonych dla gminy, ale także piknik, koncerty, pokaz laserowy, występy artystyczne dzieci i młodzieży czy pokazowy mecz piłkarski. Atrakcji było mnóstwo i każdy mógł znaleźć tu coś dla siebie.**

Oficjalne obchody jubileuszu 50-lecia gminy Stara Biała rozpoczęły się w czwartek, 15 czerwca uroczystą mszą świętą, którą koncelebrowali proboszczowie parafii znajdujących się w obrębie gminy oraz ks. Edmund Makowski, były proboszcz parafii św. Jadwigi Śląskiej w Białej. Nabożeństwu przewodniczył ks. Kazimierz Dziadak, a homilię wygłosił ks. Zbigniew Kaniecki. – *Dziękujemy za ludzi, którzy pracowali dla tej gminy. Prosimy Cię, Boże, aby wszystkie działania podejmowane w gminie były z pożytkiem dla jej mieszkańców* – mówił ks. Zbigniew Kaniecki. We mszy świętej uczestniczyły poczty sztandarowe jednostek OSP oraz ze szkół z terenu gminy, a zagrała Gminna Orkiestra Dęta.

Po mszy świętej uroczystości przeniosły się do sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Starej Białej. To właśnie tam odbyła się uroczysta XLIII sesja Rady Gminy Stara Biała. Jej gośćmi byli m.in. senator Marek Martynowski, przewodniczący Rady Powiatu w Płocku Lech Dąbrowski, dyrektor płockiej delegatury Urzędu Marszałkowskiego Tomasz Kominek. Na sesję zostali zaproszeni wszyscy żyjący radni i sołtysi, którzy sprawowali swoje funkcje w gminie od momentu powołania jej do życia w 1973 r.

Sesja rozpoczęła się od przeglądu pocztów sztandarowych i hymnu państwowego. Później Leszek Zugaj, autor publikacji dotyczącej 50-lecia gminy Stara Biała, przedstawił kulisy powstawania książki.

- *Chciałbym wszystkim obecnym i tym, których już nie ma wśród nas, podziękować za wkład i zaangażowanie w rozwój naszej małej ojczyzny – Gminy Stara Biała* – mówił wójt Sławomir Wawrzyński.

Głównym punktem uroczystej sesji było wręczenie pamiątkowych medalionów przygotowanych specjalnie na jubileusz 50-lecia gminy. Uhonorowani nimi zostali parlamentarzyści z naszej gminy: senator Marek Martynowski i poseł Arkadiusz Iwaniak, wojewoda mazowiecki Tobiasz Bocheński, marszałek Mazowsza Adam Struzik, starosta płocki Sylwester Ziemkiewicz.

Pamiątkowymi medalionami uhonorowani zostali także: siostra Amadeusza, przełożona Zgromadzenia Sióstr Matki Bożej Miłosierdzia w Białej, ksiądz prałat Kazimierz Dziadak – proboszcz parafii św. Floriana w Proboszczewicach, ksiądz kanonik Witold Zembrzuski – proboszcz parafii św. Andrzeja Apostoła w Brwilnie, ksiądz kanonik Zbigniew Kaniecki – proboszcz parafii św. Jadwigi Śląskiej w Białej, ksiądz kanonik Edmund Makowski, ksiądz kanonik Janusz Zdunkiewicz, ksiądz kanonik Jan Deptuła, ksiądz kapelan Andrzej Śmigielski. Podczas sesji uhonorowano także radnych oraz sołtysów działających na rzecz gminy w ciągu minionych 50 lat.

Medalionami uhonorowano również byłych naczelników Jerzego Kociemskiego i Hieronima Szkopka, długoletnich pracowników Zofię Jarzyńską, Michalinę Gołębiewską i Henryka Jastrzębskiego. Medaliony otrzymali także Przewodnicząca Rady Gminy Stara Biała obecnej kadencji Małgorzata Lewandowska i Wójt Gminy Stara Biała, Sławomir Wawrzyński.

Podczas sesji szef płockiej delegatury Urzędu Marszałkowskiego Tomasz Kominek wręczył wójtowi i przewodniczącej Rady Gminy pamiątkowy medal „Pro Masovia", przyznany przez samorząd Mazowsza na wniosek przewodniczącego Rady Powiatu w Płocku Lecha Dąbrowskiego i radnego Huberta Murawskiego.

Sesja była też okazją do wręczenia medali „Zasłużony dla Powiatu Płockiego". Otrzymali je gmina Stara Biała, Michalina Gołębiewska, Zofia Jarzyńska, Mirosława Wojtalewicz, Ryszard Myśliwski, Stanisław Szelągowski, Stanisław Więckowski, Stanisław Mokrzki.

Podczas uroczystej sesji nagrodzono osoby zasłużone dla gminy

Gwiazdą wieczoru był zespół Golec uOrkiestra

- *Dziękuję wszystkim, którzy przez pięć dekad tworzyli tę gminę i dla niej pracowali. Budowali ją, aby była miejscem dobrym do życia. Dziękuję wszystkim, którzy wspierali i wspierają naszą gminę. Dziękuję też panu wójtowi, który ma bardzo duży wkład w rozwój gminy. Nie wychowałam się w gminie Stara Biała, ale gdy 19 lat temu stanęłam na działce w Maszewie, wiedziałam, że to jest moje miejsce na ziemi* – mówiła na zakończenie sesji przewodnicząca Małgorzata Lewandowska. Na sam koniec sesji Gminna Orkiestra Dęta zagrała „100 lat" dla Gminy Stara Biała.

W ramach obchodów jubileuszu władze samorządowe przygotowały mnóstwo atrakcji. W piątek w Szkole Podstawowej w Maszewie Dużym odbył się Ekologiczny Piknik Rodzinny. W jego trakcie odbył się m.in. pokaz mody ekologicznej w wykonaniu przedszkolaków oraz stanęło mnóstwo stoisk poświęconych ekologii.

W ramach obchodów jubileuszu rozegrano mecz między Amatorem Maszewo a Startem Proboszczewice

Swoje talenty zaprezentowały dzieci ze szkół z terenu gminy

Na scenie można było zobaczyć pokaz iluzjonisty

Nie zabrakło również innych atrakcji, które miały miejsce na terenie „Szkółek" w Białej. W piątkowe popołudnie wszyscy mieszkańcy gminy oraz goście mogli obejrzeć pokaz w wykonaniu iluzjonisty Mariusza Czajki. Był on wielką frajdą dla młodszej widowni, ale iluzjonista zaprosił do zabawy także trochę starszą publiczność. Na scenie nie brakowało magicznych sztuczek. Mariusz Czajka postarał się, aby magia była „na wesoło".

Kulminacją drugiego dnia obchodów 50-lecia był koncert zespołu Golec uOrkiestra, który przyciągnął tłumy i porwał wszystkich do wspólnej zabawy. Łukasz i Paweł Golcowie oraz towarzyszący im muzycy stworzyli doskonałe widowisko. Zaprezentowali starsze, dobrze znane wszystkim przeboje i premierowe utwory z najnowszej płyty. Publiczność bawiła się świetnie, wspólnie śpiewając z zespołem. A po koncercie fani mieli okazję zdobyć autografy i zrobić sobie pamiątkowe zdjęcia. Na koniec piątkowej zabawy przygotowano fantastyczny pokaz laserowy którego sponsorem był PKN ORLEN. Feeria barw i ognia robiła niesamowite wrażenie. Ten spektakl światła i dźwięku na pewno na długo pozostanie w pamięci widowni.

W SP w Maszewie Dużym odbył się Ekologiczny Piknik Rodzinny

Sobota rozpoczęła się świętowaniem na sportowo. Wszystko za sprawą pokazowego meczu piłkarskiego rozegranego pomiędzy Amatorem Maszewo a Startem Proboszczewice. W regulaminowym czasie mecz zakończył się wynikiem 6:6. Były rzuty karne, w których w ostatniej kolejce Start prowadził 4:2, ale ostatnią jedenastkę strzelał sędzia (Łukasz Matlęga) i trafił, a to liczyło się za dwa gole i był remis 4:4

Sobotnie popołudnie było doskonałą okazją do poznania i podziwiania różnorodnych talentów dzieci i młodzieży uczęszczających do szkół na terenie gminy. Były wzruszające, radosne i zabawne momenty. Dzieci i młodzież przygotowały nawet specjalną piosenkę na jubileusz 50-lecia powstania Gminy Stara Biała, która swoją premierę miała właśnie podczas festynu. Był plac zabaw dla najmłodszych oraz strefa „ORLEN dobrym sąsiadem" – promująca edukację i bezpieczeństwo na drogach.

Tego dnia można było również bliżej poznać zespoły sportowe i organizacje pozarządowe działające na terenie gminy. Swój kunszt na scenie pokazali muzycy z Gminnej Orkiestry Dętej oraz zespół Sufler, który w brawurowym stylu zaprezentował covery najsłynniejszych piosenek Budki Suflera. Wielkie świętowanie zakończyło się wspólną zabawą taneczną.

**Opr. (ek)**
**Fot. UG Stara Biała**

*Materiał przygotowany we współpracy z Urzędem Gminy w Starej Białej*

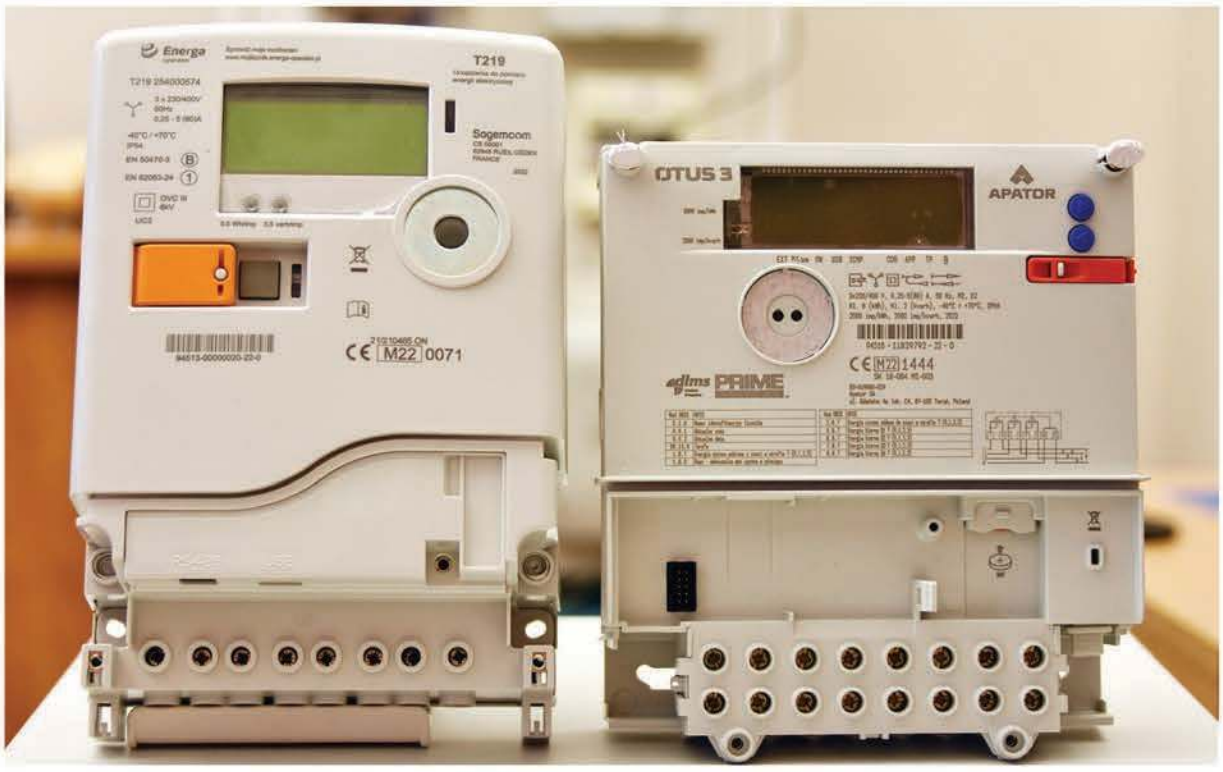


eprasa.pl 96de324ef7

# Liczniki i ich tajniki

**Nowoczesne liczniki zdalnego odczytu nie tylko mają możliwość przekazywania danych pomiarowych, ale także monitorowania parametrów dostarczanej energii elektrycznej, realizacji części usług oraz powiadamiania o błędach np. takich jak brak fazy. Informacje, jakie uzyskują dzięki nim energetycy są filarem, który umożliwia stabilną pracę systemu elektroenergetycznego z dużym udziałem OZE. Informacje te muszą także być odpowiednio chronione przed dostępem osób niepowołanych.**

Liczniki zdalnego odczytu, dostarczające aktualne dane dotyczące zużycia energii elektrycznej, wraz ze wzrostem udziału OZE w miksie energetycznym, stają się niezbędne do zapewnienia stabilnej pracy systemu elektroenergetycznego.




OZE produkują energię elektryczną ze zróżnicowaną, zależną w dużej mierze od pogody, wydajnością. Informacje ze zdalnych liczników dot. zapotrzebowania na energię pozwolą m.in. na lepsze zaplanowanie pracy źródeł, którymi można sterować. Dane z urządzeń pomiarowych umożliwią także powstanie nowych rozwiązań dot. rynku energii np. takich, jak usługi elastyczności lub taryfy dynamiczne, pozwalające na korzystanie z energii elektrycznej wedle aktualnej jej ceny, określonej nawet dla danej godziny. Dzięki temu możliwe będzie zarządzanie bilansem energii elektrycznej również od strony popytowej.

Wszystko po to, aby optymalnie wykorzystać generowaną przez OZE energię i ograniczyć do minimum konieczność dokonywania redukcji generowanej przez nie mocy, w czasie, kiedy produkują jej najwięcej.

**Obalamy Licznikowe Mity – Promieniowanie**
*Jednym z mitów dotyczących liczników zdalnego odczytu jest to, że emitują one szkodliwe promieniowanie elektromagnetyczne mogące stanowić zagrożenie dla zdrowia. Jest to nieprawda.*
*Liczniki zdalne w większości przekazują dane z wykorzystaniem linii elektroenergetycznej (tzw. komunikacja PLC). W przypadkach braku technicznej możliwości wykorzystania komunikacji PLC, używany jest zastępczy modem GSM. Modemy GSM dołączane do liczników, działają tak samo jak telefon komórkowy – nie emitują większego promieniowania elektromagnetycznego niż urządzenie w naszych kieszeniach.*

**Ponad 2,2 miliona bezpiecznych liczników w sieci ENERGA-OPERATOR**

ENERGA-OPERATOR, mając świadomość roli zdalnego pomiaru w transformacji energetycznej, dynamicznie wdraża to rozwiązanie. Obecnie zdalne liczniki zostały już zamontowane u ponad 2,2 miliona odbiorców energii elektrycznej. W planach jest objęcie tego typu pomiarem wszystkich klientów w 2026 roku.

Stosowane przez ENERGA-OPERATOR liczniki zdalnego odczytu posiadają szereg zabezpieczeń m.in. takich, jak szyfrowanie danych, a także odpowiednie mechanizmy weryfikacji i reglamentacji dostępu. W ENERGA-OPERATOR stosowane są wielopoziomowe zabezpieczenia przed uzyskaniem dostępu do liczników zdalnego odczytu. Przeprowadzane są również okresowe audyty stanu bezpieczeństwa.

**Dane z liczników, jak dane osobowe**

Przekazywane przez zdalne liczniki dane chronione są podobnie jak dane osobowe. Liczniki mogą zbierać jedynie dane pomiarowe w celach rozliczeń oraz informacje pomocne w ocenie stanu Krajowego Systemu Elektroenergetycznego. Katalog analizowanych przez energetyków danych jest zamknięty, w taki sposób, aby uniemożliwić identyfikację zachowań osób fizycznych, tak aby respektować ich prawo do prywatności. Przekazywanie dodatkowych danych koncesjonowanym firmom prowadzącym sprzedaż energii elektrycznej, tak aby np. mogły przygotować oferty szyte na miarę potrzeb danego klienta, może być prowadzone tylko w oparciu o zgodę zainteresowanego odbiorcy, złożoną u wybranego sprzedawcy energii elektrycznej. Warto również mieć świadomość tego, że Operatorzy Systemów Dystrybucyjnych, tacy jak ENERGA-OPERATOR, nie są zwykłymi przedsiębiorstwami rynkowymi. Prowadzona przez nie działalność jest regulowana i nadzorowana, nie tylko przez organy, takie jak Urząd Ochrony Danych Osobowych, ale również przez Urząd Regulacji Energetyki. Dlatego też są one w sposób szczególny zobowiązane do przestrzegania praw odbiorców energii elektrycznej.

**Energa-Operator, kim jesteśmy?**
*Energa-Operator pełni funkcję operatora systemu dystrybucyjnego (OSD) na terenie około ¼ powierzchni Polski, dostarczając energię elektryczną dla ponad 3,3 milionów odbiorców. Nie jesteśmy sprzedawcą energii elektrycznej, dostarczamy ją niczym kurier zakupiony towar. Zobowiązani jesteśmy także do dokonywania pomiarów energii elektrycznej i jej parametrów przesyłanej w sieci. Dzięki licznikom zdalnego odczytu dbamy o dobrą jej jakość. Odpowiadamy także za urządzenia pomiarowe i przekazywanie pozyskanych danych uczestnikom rynku.*

**Nowa wersja Mojego Licznika**
*ENERGA-OPERATOR udostępniła nową ulepszoną wersję aplikacji Mój Licznik, która pozwala na monitorowanie zużycia energii. Zawiera ona szereg nowych udogodnień m.in. dla prosumentów. Jeżeli masz już licznik zdalnego odczytu, dzięki niej możesz monitorować swój sposób korzystania z energii elektrycznej i np. zoptymalizować go w taki sposób, aby w jak największym stopniu wykorzystywać produkowany przez twoją mikroinstalację prąd na własny użytek.*

*Aplikacje znaleźć można na stronie https://energa-operator.pl/infrastruktura/liczniki-zdalnego-odczytu/ami*
*Aplikacja dostępna jest również w wersji dla urządzeń mobilnych.*

Energa operator
W dobrym kontakcie z ENERGA-OPERATOR
www.energa-operator.pl
REKLAMA
SA-9-9



eprasa.pl 96de324ef7

Uczniowie SP 22 zdobyli Puchar Komendanta Policji!

# Wyjątkowe spotkanie na murawie

**Uczniowie szkół podstawowych rywalizowali o Puchar Komendanta Miejskiego Policji w Płocku. W meczu finałowym z młodzieżą zmierzyli się przedstawiciele służb mundurowych z Płocka. Pierwsze miejsce w turnieju zdobyła drużyna ze Szkoły Podstawowej nr 22.**

Była to już trzecia edycja turnieju piłki nożnej o Puchar Komendanta Miejskiego Policji w Płocku, organizowanego przez płocką komendę. Współorganizatorami imprezy byli: Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 2 w Płocku, Płocki Okręgowy Związek Piłki Nożnej, 6 Mazowiecka Brygada Obrony Terytorialnej, Fundacja Szybciej Wyżej Dalej oraz Fundacja Bez Granic.

fot. arch. KMP w Płocku

Imprezę zorganizowano na mieszczącym się przy ul. 4 Pułku Strzelców Konnych w Płocku boisku „Orlik". Turniej otworzył nadkom. Robert Nolbert, zastępca Komendanta Miejskiego Policji. Gościem specjalnym był Szymon Marciniak – międzynarodowy sędzia piłkarski. Warto dodać, że z tym turniejem związany jest od samego początku.

Poza rozgrywkami sportowymi dla uczestników turnieju przygotowano wiele atrakcji. Uczniom najbardziej podobał się pokaz sprzętu policyjnego. Przedstawiciele służb mundurowych z Płocka ustawili też specjalne stoiska, gdzie zainteresowani mogli dowiedzieć się, jak wygląda codzienna praca w takich służbach. Uczniowie z Liceum Ogólnokształcącego FENIKS w Płocku przygotowali pokazy swoich umiejętności. A o zaplecze kulinarne zadbały panie z Koła Gospodyń Wiejskich „Dobrzykowianki".

Sportowa rywalizacja toczyła się pomiędzy uczniami z ośmiu szkół podstawowych w Płocku. Najwyższe miejsce na podium zajęli uczniowie ze Szkoły Podstawowej nr 22, drugie – drużyna ze Szkoły Podstawowej nr 11, trzecie – uczniowie Szkoły Podstawowej nr 2 w Płocku. Przyznano także nagrody indywidualne w kategoriach: najlepszy bramkarz, najlepszy piłkarz i najlepszy strzelec turnieju. Ponadto organizatorzy zadbali o to, by żaden z uczestników nie opuścił murawy bez nagrody za udział w turnieju.

Honorowy patronat nad wydarzeniem objął Adam Struzik, marszałek województwa mazowieckiego, natomiast patronat sportowy objął Dariusz Kluge – prezes Płockiego Okręgowego Związku Piłki Nożnej.

**BS**

Płockie przedszkolaki w akcji

# Wielka plejada gwiazd

MP 33 w Płocku

**W tegorocznej edycji Plejady Gwiazd taneczno-wokalne prezentacje przygotowały dzieci z ośmiu przedszkoli**

**Kilkudziesięciu małych wokalistów i tancerzy z płockich przedszkoli zaprezentowało się podczas tegorocznej Plejady Gwiazd organizowanej przez Miejskie Przedszkole z Oddziałami Integracyjnymi nr 33 w Płocku. Była to już XXII edycja tej taneczno-wokalnej imprezy.**

Jak co roku wydarzenie jest okazją do zaprezentowania wielkich taneczno-wokalnych umiejętności dzieci i wspaniałej zabawy. Motywem przewodnim tegorocznej edycji były „Kolorowe Nutki". Swoje pomysły i przygotowane specjalnie na tę okazję scenografie oraz aranżacje piosenek zaprezentowały dzieci z 8 miejskich przedszkoli: MP 6, MP 12, MP 13, MP 21, MP 29, MP 31, MP 33, MP 37. Dzięki tej imprezie mogli spotkać się ze sobą najmłodsi wykonawcy oraz nauczyciele i rodzice.

**rad**

Warsztaty z robotyki dla młodzieży z Płocka

# Nowe technologie

**Umiejętność programowania jest dzisiaj coraz częściej pożądaną zdolnością przez pracodawców. Powinna być zatem istotnym elementem dobrej edukacji. Działania na tym polu wspomaga Fundusz Grantowy dla Płocka, wspierając finansowo wszelkie inicjatywy przyczyniające się do zwiększenia zaspokajania potrzeb rozwojowych jak i edukacyjnych młodzieży, stwarzając dogodne warunki dla wszechstronnego rozwoju młodych mieszkańców Płocka. Fundatorami Funduszu Grantowego są PKN ORLEN, Basell, Orlen Polyolefins, Gmina Miasto Płock, a także Levi Strauss Foundation.**

Właśnie dzięki takiemu wsparciu finansowemu, uzyskanemu z grantu Funduszu Grantowego dla Płocka w ramach XI edycji konkursu dla organizacji pozarządowych, Stowarzyszenie Przyjaciół Siedemdziesiątki (koordynator ze strony Stowarzyszenia - Agnieszka Stańczyk–Jabłońska) we współpracy z Zespołem Szkół Technicznych w Płocku (koordynator ze strony szkoły – Joanna Szatkowska), zorganizowało i przeprowadziło warsztaty programowania mikrokontrolerów w ramach projektu „Nowe technologie – warsztaty z robotyki dla młodzieży z Płocka".

Nie było to zwykłe programowanie, które uczniowie poznają w szkole. Nie obejmowało tworzenia stron internetowych lub pisania kodu pod kątem rozwiązania algorytmicznych zadań maturalnych. Warsztaty dotyczyły programowania mikrokontrolerów, odpowiedzialnych za sterowanie robotami. W czasie kursu młodzi ludzie najpierw poznali elementy programowania w języku C/C++ na potrzeby mikrokontrolerów i funkcje biblioteczne współpracujące z mikrokontrolerami AVR. Później w czasie zajęć praktycznych montowali procesor mikrokontrolera, określali komunikację poszczególnych elementów procesora, a także programowali komunikację z urządzeniami zewnętrznymi. Uczniowie musieli samodzielnie napisać kod, używając w tym celu specjalnie przeznaczonych funkcji, a następnie stworzyć działający układ połączeń ścieżek procesora. Ostatecznym wynikiem ich pracy były testy działających robotów, zamontowanych na kołowym podwoziu. Zajęcia poprowadzili nauczyciele informatyki i mechatroniki z Zespołu Szkół Technicznych w Płocku, dla których było to również ciekawe doświadczenie edukacyjne.

W warsztatach udział wzięło 30 młodych ludzi z płockich szkół ponadpodstawowych. Dzięki wsparciu Funduszu Grantowego dla Płocka oraz Stowarzyszeniu Przyjaciół Siedemdziesiątki, zakupione zostały zestawy mikrokontrolerów AVR, podwozi i czujników, które będą służyły edukacji także w następnych latach.

Warsztaty kładły nacisk na rozwój kompetencji: kreatywności, umiejętności logicznego myślenia, rozwiązywania problemów i współpracy, rozwijanie kreatywności i wyobraźni przestrzennej. Są to kompetencje i umiejętności, które nie dezaktualizują się wraz ze zmieniającą się rzeczywistością i pozwalają na łatwą adaptację do nowego otoczenia. Warsztaty zwiększały poczucie własnej wartości wśród płockiej młodzieży, wskazywały im nowe drogi rozwoju, były pomocą przy realizacji zainteresowań, doskonaleniem umiejętności społecznych, poprawą umiejętności współpracy. Zdobyte umiejętności przyczynią się również pośrednio zarówno do zwiększenia zatrudnienia, jak i do podniesienia jakości świadczonych usług w przedsiębiorstwach, w których zostaną zatrudnieni młodzi mieszkańcy Płocka.

Po reakcjach młodzieży można wnosić, że warsztaty były udane i pozwoliły zdobyć nowe umiejętności i wiedzę, ale również poznać inne osoby, fascynujące się nowymi cyfrowymi technologiami głębiej, niż tylko użytkowanie gier komputerowych. Warto dodać, iż dla wielu osób, które początkowo traktowały programowanie i budowę robotów hobbystycznie, robotyka stanie się ich główną ścieżką rozwoju zawodowego.

*Materiał przygotowany we współpracy z Zespołem Szkół Technicznych w Płocku*



eprasa.pl 96de324ef7

# Festiwal Performance, Themersonowie i norweskie rzemiosło

Partner wydania

Muzeum Mazowieckie w Płocku

## Z Leonardem Sobierajem, dyrektorem Muzeum Mazowieckiego w Płocku rozmawia Lena Szatkowska

**Zacznijmy od wydarzenia o randze międzynarodowej czyli Festiwalu Sztuk Performatywnych. Na zaproszenie Muzeum Mazowieckiego w lipcu przyjedzie do Płocka 50 artystów performerów z Polski i świata. Będzie to pierwsza odsłona projektu „Opowieści. Świat jest bardziej skomplikowany niż nasze prawdy o nim" realizowanego przez Muzeum i Ośrodek Sztuki Współczesnej Kunstbanken w norweskim Hamar.**

„Opowieści" to interdyscyplinarny projekt artystyczny finansowany z Funduszy Norweskich i EOG, który będziemy realizować od kwietnia 2023 do marca 2024 w partnerstwie z Kunstbanken. Wspólnie pozyskaliśmy ponad 2 mln 350 tys. zł. 165 tys. to udział własny naszego organizatora – Samorządu Województwa Mazowieckiego. Jesteśmy bardzo zadowoleni, że możemy tak duży projekt organizować w naszym muzeum, które przez ostatnich kilka lat zbudowało solidną, nowoczesną bazę. Otworzyliśmy nowe oddziały, a w kamienicy przy Kolegialnej 6 powstała jedyna w Polsce ekspozycja stała poświęcona art déco.

Projekt „Opowieści. Świat jest bardziej skomplikowany niż nasze prawdy o nim" inspirowany jest twórczością Franciszki i Stefana Themersonów, awangardowych artystów związanych z Płockiem, później mieszkających i tworzących w Londynie. Dodajmy, że w listopadzie 2021 roku, także przy Kolegialnej 6, powstała Galeria Themersonów prezentująca ich wszechstronną działalność artystyczną, którą chcielibyśmy promować w kontekście awangardy, cały czas obecnej we współczesnej sztuce.

Projekt ma kilka odsłon. Pierwsza z nich to międzynarodowy Festiwal Performance, w którym wezmą udział artyści z Polski, Norwegii, Szwajcarii, Ukrainy, Włoch, Izraela. Będzie mu towarzyszyć wiele interesujących wydarzeń: wykłady, panele dyskusyjne, seminaria, warsztaty, koncerty. Działania artystyczne zaplanowano w różnych przestrzeniach Muzeum. Natomiast żeby oswoić publiczność z awangardową formą postanowiliśmy wyjść też na ulice miasta. Kuratorka Festiwalu Małgorzata Sady zaprosiła do udziału w wydarzeniu zarówno performerów o światowej sławie jak i interesujących artystów rozpoczynających kariery.

Częścią Festiwalu będą warsztaty dla młodych twórców z duetem artystycznym VestandPage (12-18 lipca), który tworzą niemiecka artystka Verena Stenke oraz urodzony w Wenecji artysta i pisarz Andrea Pagnes. Tak jak Themersonowie wspólnie realizują filmy, wydarzenia artystyczne, piszą i opracowują publikacje. Warsztaty w Płocku odwołują się do realizowanego przez nich w latach 2017-2020 na całym świecie cyklu performatywnych oper poświęconych idei Domu. Drugi Festiwal Performance odbędzie się w Hamar. W sierpniu zapraszam na dużą wystawę rzemiosła norweskiego. Rzemiosło artystyczne jest przez historyków sztuki traktowane trochę po macoszemu, rzadko pojawia się dedykowana mu wystawa, tym bardziej warto taką zorganizować. Zaprezentujemy prace dziewięciu uznanych na arenie międzynarodowej artystów norweskich, którzy tworzą w ciekawych materiałach. Będą to: Inga Blix (tekstylia), Liv Blívarp (drewno jubilerskie), Ragnhild Enge (tekstylia), Tor Alex Erichsen (ceramika), Kari Hĺkonsen (szkło), Ingun Kleppan (biżuteria metalowa), Vidar Koksvik (szkło), Torbjřrn Kvasbř (ceramika) i Kari Mřlstad (szkło).

W listopadzie zaprosimy płoczan i gości na wystawę multimedialną „Pochwała przypadku", podczas której zaprezentowane zostaną nowe dzieła, zamówione specjalnie z tej okazji u międzynarodowych artystów Grzegorza Rogali, Victorii Sary Davis i Leigh Singer. Wystawie towarzyszyć będą pokazy animacji polskich i norweskich (m.in. retrospektywa Anity Killi). Wystawa odpowie na pytanie, jak mogłaby wyglądać twórczość Themersonów w XXI wieku.

**Kamienica przy Grodzkiej, w której mieszkała rodzina Themersonów jest na sprzedaż. Czy Muzeum nie chciałoby tam przenieść Galerii Themersonów?**

Byłoby pięknie, ale to raczej pozostanie w sferze marzeń. Nie mamy tak dużych środków na zakup kamienicy. Na tak dużej przestrzeni mogłoby powstać nawet Muzeum Themersonów, gdzie moglibyśmy np. odtworzyć ich mieszkanie i urządzić kilka innych ciekawych wystaw.

Fot. Dariusz Ossowski

**Muzeum wspierane przez Stowarzyszenie „De Facto" likwiduje bariery uniemożliwiające osobom z dysfunkcjami zwiedzanie ekspozycji. Co już udało się zrobić?**

Niezwykle ważną ideą jest dla muzeum dostępność naszej oferty dla osób ze szczególnymi potrzebami. Od roku 2022 realizujemy dofinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych projekt „Muzeum Mazowieckie w Płocku. Muzeum bez barier". Dzięki niemu w muzeum dostępne są makiety 3D wybranych obiektów, audiodeskrypcje i tyflografiki. Osobom z niepełnosprawnością wzroku w kontakcie ze sztuką pomogą oznaczenia w Brajlu i odpowiednie oznaczenia przestrzeni. Dla osób z niepełnosprawnością słuchu jest pętla indukcyjna i usługa tłumacza migowego on line. Przedprzewodniki i tzw. teksty „easy to read" przeznaczone są dla zwiedzających z niepełnosprawnością intelektualną. W ramach projektu przeszkoliliśmy załogę muzeum, tak by kontakt z osobami ze specjalnymi potrzebami odbywał się w odpowiedni sposób. Zorganizowaliśmy szereg warsztatów dla osób z niepełnosprawnością wzroku, słuchu i intelektualną. Poszerzyliśmy ofertę edukacyjną przeznaczoną dla dzieci i dorosłych z ośrodków specjalnych. Cieszymy się, że grupy osób ze specjalnymi potrzebami odwiedzają nas coraz częściej.

**Trwa zainicjowana przez Samorząd Województwa Mazowieckiego akcja „Kulturalna Szkoła na Mazowszu", dzięki której uczniowie mogą zwiedzać Muzeum i jego oddziały za złotówkę.**

Ta akcja przyczyniła się do ogromnego wzrostu zainteresowania lekcjami muzealnymi. Otrzymujemy mnóstwo telefonów, tworzą się kolejki. W zajęciach edukacyjnych każdego roku bierze udział ok. 18 000 dzieci. Nie muszę podkreślać, jak ważna jest edukacja młodego człowieka. Wpływa na całe życie.

**Od początku agresji Rosji na Ukrainę Muzeum włączyło się w pomoc dla uchodźców m.in. poprzez projekt „Bądźmy razem".**

Szczególne miejsce w naszych działaniach zajmuje wspieranie zaatakowanej przez Rosję Ukrainy i jej mieszkańców, którzy w naszym mieście szukają schronienia przed wojną. Zaraz po wybuchu wojny muzeum organizowało zbiórki materiałów opatrunkowych, które trafiały do Żytomierza, miasta partnerskiego Płocka. Pracę w muzeum rozpoczęła wtedy także Tetiana Didkovska, przed wojną zastępczyni dyrektora muzeum w Kmitowie pod Żytomierzem. To we współpracy z Tetianą rozpoczęliśmy projekt „Bądźmy razem" – realizowany do dziś cykl spotkań, warsztatów, pokazów filmowych dla społeczności ukraińskiej w Płocku. Nasi goście, dorośli i dzieci, w muzeum znaleźli miejsce do realizacji swych artystycznych pasji, spotkań, rozmów, do bycia razem. Ufamy, że społeczność ukraińska ma u nas taką przyjazną przystań.

W ramach projektu np. gościliśmy żytomierską poetkę Swietłanę Greś, uczyliśmy się tańczyć tańce polskie i ukraińskie, wspieraliśmy inicjatywy społeczności ukraińskiej poza muzeum, udostępniając sprzęt czy promując je. W sobotę, 10 czerwca, odbył się u nas wielki koncert charytatywny, na którym Polacy i Ukraińcy śpiewali razem, tańczyli i zbierali fundusze na pomoc walczącym o wolność Ukraińcom.

Złożyliśmy deklarację, że gdyby trzeba było przechować zagrożone zniszczeniem ukraińskie zabytki, znajdziemy dodatkową przestrzeń w magazynach. Na szczęście na razie nie było to potrzebne i miejmy nadzieję, że tak zostanie.

**Trwają prace nad uruchomieniem oddziału Muzeum Mazowieckiego w Gostyninie. Kiedy otwarcie?**

Na ukończeniu są prace związane ze scenariuszem wystawy, więc moglibyśmy już ogłaszać przetarg, a jesienią mogłyby ruszyć prace. Czekamy na rozstrzygnięcia w kwestii funduszy unijnych.

**W Muzeum Mazowieckim odbyła się konferencja rozpoczynająca sezon turystyczny na Mazowszu. Płocka placówka jest wymieniana wśród 21 największych atrakcji turystycznyh regionu. Co poleciłby pan turystom weekendowym odwiedzającym miasto?**

Płock ma jedną z najbogatszych i najbardziej interesujących ofert turystycznych. Wzgórze Tumskie, Muzeum Diecezjalne, Muzeum Mazowieckie ze swoimi filiami i wreszcie ogród zoologiczny. Nasza wystawa artdecowska robi furorę. W każdy weekend ogląda ją kilkaset osób. Zainteresowaniem cieszy się ekspozycja „Z Płocka i dla Płocka. Galeria Płocczan XX Wieku". Prezentuje sylwetki naukowców, społeczników, artystów, żołnierzy, sportowców – ludzi, którzy urodzili się w Płocku, tu chodzili do szkoły, bądź z miastem związali swoje dorosłe życie. Są to: Rudolf Blumberg, Janina Boetzel, Władysław Broniewski, Edward Flatau, Hanna Główczewska, Władysław Gruberski, Alfred Jesion, Tadeusz Jeziorowski, Józef Kaczmarski, Juliusz Jakub Kawiecki, Natan Korzeń, Feliksa Kozłowska, Ludwik Krzywicki, Wacław Lachman, Ignacy Lasocki, Michał Du Laurans, Tadeusz Mazowiecki, Wacław Milke, Jan Nowak, Antoni Julian Nowowiejski, Jan Oberfeld, Jerzy Maria Pniewski, Halina Rebinder, Janusz Supniewski, Stefan i Franciszka Themersonowie, Michał Tomczak, Devi Tuszyński, Felix Tuszyński, Wojciech Wiścicki, Witold Zglenicki, Mira Zimińska-Sygietyńska, Fiszel Zylberberg. Wydaliśmy też towarzyszącą wystawie publikację przygotowaną przez naszych pracowników, w kórej szkicujemy biogramy bohaterów i zachęcamy do odkrywania ich historii. ■

Z PŁOCKA I DLA PŁOCKA

Galeria płocczan XX wieku. Galeria Themersonów

Muzeum Mazowieckie w Płocku

Materiał przygotowany przy współpracy z Muzeum Mazowieckim w Płocku



eprasa.pl 96de324ef7

# Muzuem Mazowieckie w Płocku

# X wieków Płocka

**W kamienicy przy Tumskiej 8 Muzeum Mazowieckie na trzech piętrach prezentuje wystawę stałą poświęconą dziejom Płocka, dawnej stolicy państwa polskiego. 1000 lat bogatej historii położnego nad Wisłą grodu obrazują tradycyjne eksponaty i multimedia, dzięki którym zwiedzanie jest atrakcyjne również dla młodych gości.**

Fot. Dariusz Ossowski

Co wyróżnia ekspozycję? Jednym z najważniejszych i najbardziej spektakularnych elementów jest makieta w skali 1:160 przedstawiająca Płock u schyłku XVIII wieku, o powierzchni aż 40 m2. To jedna z największych i najbardziej unikatowych makiet w polskich muzeach. Na jej kanwie zostało przygotowane widowisko słowno-muzyczne prezentujące dzieje Płocka od początku istnienia miasta aż do drugiego rozbioru Polski w 1793 roku.

Olbrzymi jesiotr to kolejny przyciągający uwagę eksponat. Wyłowiony z Wisły na wysokości Biskupic 7 czerwca 1934 roku mierzył 280 centymetrów i ważył grubo ponad 100 kilogramów. Najpierw trafił do zbiorów Muzeum Mazowsza Płockiego, potem wielokrotnie zmieniał miejsce pobytu. Od 2010 roku jest ozdobą wystawy historyczno-regionalnej w Kamienicy Secesyjnej.

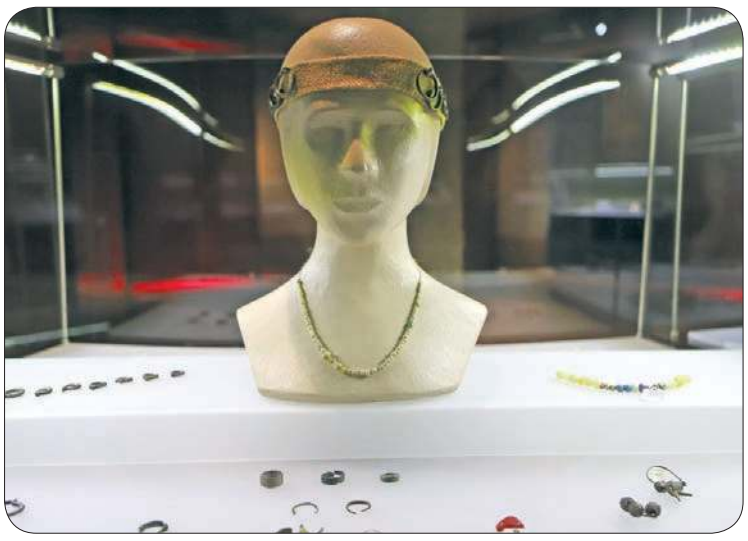
## 200 lat historii MMP

Ekspozycję „X wieków Płocka" rozpoczyna część zatytułowana „Tradycje Muzeum Mazowieckiego w Płocku" nawiązująca do liczącej dwieście lat historii placówki. Składa się z dwóch aneksów utrzymanych w stylu dawnych wnętrz muzealnych, gdy muzeum podlegało Towarzystwu Naukowemu Płockiemu. Pierwszy aneks odtwarza Dział Historyczno-Artystyczny dawnego Muzeum Mazowsza Płockiego. Drugi przypomina wystawy Działu Przyrodniczo-Ludoznawczego z obu przedwojennych siedzib muzeum. Obiekty złożone w stylizowanych szafach ekspozycyjnych pochodzą z darów m.in. Marii Macieszyny, Ludwika Kunkla, ks. Ignacego Lasockiego.

Pierwsze piętro wystawy zabiera nas w podróż od średniowiecza do schyłku XVIII wieku. Tu dominuje archeologia i zabytki pozyskane podczas profesjonalnych badań wykopaliskowych prowadzonych na terenie Płocka i północnego Mazowsza. Kulturę wczesnosłowiańską przybliżają: makieta osady z VI wieku z podpłockich Szelig, naczynia gliniane z okresu od VI do X wieku, model posągu Światowida i pochówek szkieletowy w obudowie kamiennej z okresu od XI do XIII wieku. Podsumowaniem wiadomości o Mazowszu plemiennym i wczesnopiastowskim jest oryginalny pokaz multimedialny prezentowany na siedmiu ustawionych w półkole ekranach.

Płock w średniowieczu reprezentują zabytki z wykopalisk przeprowadzonych na Wzgórzu Tumskim i w innych częściach starego Płocka. W gablotach oglądamy naczynia, militaria, ozdoby, przedmioty codziennego użytku. Na ścianach – oprócz plansz komentujących najważniejsze wydarzenia, widnieje poczet znaczących dla Mazowsza osobistości XI-XIII wieku oraz drzewo genealogiczne Piastów mazowieckich. Na ekranie i w panelu dotykowym znajdziemy najważniejsze informacje o dziełach sztuki romańskiej i gotyckiej w Płocku.

Fot. Dariusz Ossowski



Fot. Dariusz Ossowski

Fot. Dariusz Ossowski

## Denar Chrobrego, pierwszy wodociąg, fidel płocka

XVI stulecie – złoty wiek miasta – to szczególny okres w historii. Kwitnący handel (towary spławiane Wisłą do Gdańska) pozwolił na znaczne wzbogacenie mieszkańców i realizację kosztownych inwestycji takich jak budowa wodociągu czy przebudowa bazyliki katedralnej w stylu renesansowym. Na ekspozycji możemy zobaczyć m.in. fragment drewnianej rury wodociągowej (w Płocku działał wtedy jedyny na Mazowszu wodociąg miejski) i aranżację staropolskiej karczmy z unikatowym instrumentem smyczkowym – fidelą odkrytą przez archeologów na Starym Rynku.

Schyłek świetności miasta obrazuje aranżacja osiemnastowiecznego wnętrza mieszkalnego z oryginalnym piecem barokowym i portretem Camarii – córki sułtana Sulejmana Wspaniałego. Tu także znajduje się aneks poświęcony dziejom mennictwa polskiego z czterema tysiącami numizmatów, wśród których są: denar Bolesława Chrobrego, brakteat hebrajski Mieszka III czy talar konfederacji targowickiej.

Z dziejami Płocka w okresie nowożytnym i jego historią współczesną zapoznamy się na drugim piętrze kamienicy. W tej części ekspozycji króluje wspomniana wcześniej makieta przedstawiająca Płock z końca XVIII wieku. Obejrzymy też pamiątki z powstań narodowych (list Tadeusza Kościuszki z obozu pod Małogoszczem, kolekcja broni i biżuterii partiotycznej). W aneksie urządzonym na wzór loży masońskiej są artefakty należące niegdyś do płockich wolnomularzy (dyplomy, fartuszki i szarfy rytualne, kluczyk do loży). Dzięki planom i rysunkom możemy prześledzić kolejne przebudowy miasta. Dzieci pobawią się w teatrzyk cieni, tak jak ich rówieśnicy przed stu pięćdziesięciu laty.

## Miasto i jego obrońcy

Trzecie piętro ekspozycji to wyprawa w XX wiek, który znamionowały trzy wielkie konflikty zbrojne. W przestrzeni poświęconej wielokulturowości miasta na początku stulecia zobaczymy eksponaty związane z różnymi kościołami chrześcijańskimi oraz judaizmem. W prezentacji I wojny światowej autorzy wystawy zwracają uwagę na wkład mieszkańców w walkę o niepodległość i życie codzienne pod okupacją niemiecką. Wśród pamiątek wojennych znajdziemy fotografie i dokumenty po płockich legionistach wraz z bransoletką i plakietką wykonaną przez płocczan w obozie internowania w Szczypiornie. Ważny wątek ekspozycji stanowi obrona Płocka przed bolszewikami w sierpniu 1920 roku. W przestrzeni ulicy Tumskiej odnajdziemy sztandary cechowe wraz z bolszewickim transparentem przywiezionym z wojny 1920 r.

Rozwój miasta, jego szkolnictwa, przemysłu, architektury zahamował wybuch II wojny światowej. Ten okres na wystawie reprezentują obiekty związane z walką Polaków na wszystkich frontach. Możemy zobaczyć radio, przy pomocy którego prowadzono nasłuch w jednym z płockich domów i pamiątki z obozów, w tym fotografie przypominające o zagładzie 1/3 mieszkańców miasta w wyniku Holokaustu. Być może Płock pozostałby sennym miasteczkiem, gdyby nie inwestycje przemysłowe jakie od końca lat 50. XX w. miały tu miejsce. O tych przemianach opowiada kronika filmowa, którą pośród wielu artefaktów możemy obejrzeć na wystawie.

Wystawę „X wieków Płocka. Płock w przestrzeni kulturowej Mazowsza, Polski, Europy" można zwiedzać od wtorku do niedzieli, w okresie letnim w godz. 10.00 - 17.00.

**(opr. lesz)**

*Materiał przygotowany przy współpracy z Muzeum Mazowieckim w Płocku*



eprasa.pl 96de324ef7

# zaprasza na wystawy

# Galeria Themersonów

**W pięknej trzykondygnacyjnej kamienicy przy Kolegialnej 6 znajduje się kilka muzealnych ekspozycji. Parter i pierwsze piętro to największa w Polsce wystawa stała poświęcona sztuce dwudziestolecia międzywojennego – art déco. Towarzyszą jej: prezentująca sylwetki zasłużonych płocczan i osób związanych z miastem wystawa „Z Płocka i dla Płocka. Galeria Płocczan XX wieku" oraz Galeria Themersonów, której bohaterami są awangardowi artyści: Franciszka i Stefan Themersonowie.**

Fot. Dariusz Ossowski

Franciszek urodził się w Płocku (1910), tu wychował i ukończył Gimnazjum Państwowe im. Władysława Jagiełły. Po maturze wyjechał do Warszawy, gdzie studiował fizykę i architekturę. W 1929 roku poznał Franciszkę i odtąd wspólnie szli przez życie i tworzyli.

Franciszka urodziła się w Warszawie (1907), ale jej rodzina po kądzieli pochodziła z Płocka. Matka była pianistką, ojciec – malarzem. Franciszka wybrała studia w konserwatorium, potem w latach 1924-1931 studiowała w warszawskiej Szkole Sztuk Pięknych (dziś Akademia Sztuk Pięknych).

Stefan nie dokończył studiów. Zajął się twórczością literacką i kinem awangardowym. Pisał książki dla dzieci, które ilustrowała Franciszka. W latach 30. ukazały się m.in.: „Historia Felka Strąka" (1930), „Jacuś w zaczarowanym mieście", „My nie chcemy siedzieć w klatce" (1931), „Narodziny liter" (1932), „Była gdzieś taka wieś" (1937), „Przygody Marcelianka Majsterklepki", „Pan Tom buduje dom" (1938). Wspólnie z Franciszką zrealizowali pięć filmów. Założyli też Spółdzielnię Autorów Filmowych, do której należeli m.in. Aleksander Ford, Wanda Jakubowska, Eugeniusz Cękalski, Stanisław Wohl. Wydawali trójjęzyczne pismo „f.a." poświęcone filmowi artystycznemu.

W 1938 roku wyjechali do Paryża. Z Francji trafili do Anglii – Franciszka w 1940, Stefan w 1942 roku. W Londynie nakręcili kolejne dwa filmy: „Calling Mr. Smith" („Wzywamy pana Smitha") oraz „The Eye & the Ear" („Oko i Ucho"). Ten ostatni był wizualnym zapisem „Słopiewni" skomponowanych przez Karola Szymanowskiego do wierszy Juliana Tuwima. W 1948 roku powstała niezależna oficyna wydawnicza Gaberbocchus Press, którą prowadzili przez 31 lat. Wydali ponad 60 książek, m.in. Bertranda Russella, Raymonda Queneau, Anatola Sterna, Alfreda Jarry'ego. Jednocześnie każde z nich pracowało niezależnie. Domeną Franciszki był obraz, Stefana – słowo. Odeszli niemal równocześnie, Ona 29 czerwca, On 6 września 1988 roku.

Fot. Dariusz Ossowski

Płocka Galeria Themersonów powstała w 2021 roku. Prezentuje bogatą i wszechstronną twórczość obojga artystów. Franciszka malowała, rysowała, ilustrowała, opracowywała graficznie książki i czasopisma, tworzyła scenografie teatralne. Na wystawie znajduje się m.in. jej oryginalny obraz.

Stefan pisał powieści, opowiadania, eseje filozoficzne, wiersze, utwory dla dzieci. Skomponował operę, napisał sztukę teatralną, fotografował, tworzył fotogramy i fotokolaże. Na ekspozycji zobaczymy m.in. jego maszynę do pisania i listy.

Aranżacja wystawy, dwa równoważne wejścia i labiryntowy charakter, daje widzowi możliwość wyboru, w jakiej kolejności i z którą dziedziną twórczości Themersonów chciałby się zapoznać. Obrazy, rysunki, fotografie, fragmenty filmów, książki i plakaty, a także przedmioty, które służyły im do pracy i osobiste pamiątki pozwalają wniknąć w niezwykły świat wyjątkowych artystów.

Wystawę można zwiedzać od wtorku do niedzieli. W okresie letnim w godzinach 10.00-17.00 (ostatnie wejście – 45 minut przed zamknięciem). Wstęp jest bezpłatny.

**(lesz)**

# Muzeum Żydów Mazowieckich

**Muzeum funkcjonuje w nazywanej Małą Synagogą dawnej bożnicy z XIX wieku. Tutaj religijni żydowscy mieszkańcy Płocka modlili się, a ich dzieci poznawały tajniki świętych ksiąg. W czasie II wojny światowej w budynku mieściła się Rada Żydowska (Judenrat). Po wojnie powstała tam spółdzielnia dziewiarska. Pustoszejący budynek ocaliło Stowarzyszenie Synagoga Płocka.**

**Muzeum Żydów Mazowieckich powołano w 2013 roku. Prezentuje oraz popularyzuje historię i kulturę żydowską. Oprócz wystawy stałej gości odczyty, koncerty, spotkania autorskie. Zaprasza na ekspozycje czasowe i spektakle teatralne. Do stałych punktów programu należą cykl „Elektronika po żydowsku" (jesienią) czy „Kino przedwojenne pod chmurką" (latem). 15 marca 2023 roku minęła dziesiąta rocznica działalności MŻM.**

Fot. Dariusz Ossowski

Główną część ekspozycji stanowi multimedialna wystawa opowiadająca o dziejach osadnictwa żydowskiego na ziemiach polskich – od początków aż po współczesne odrodzenie kultury żydowskiej w Polsce. Przestrzeń podzielona jest na trzy główne strefy tematyczne: przedsionek, pomieszczenie Holokaust i salę główną.

Plansze znajdujące się w przedsionku opowiadają o historii Żydów na Mazowszu. W sali głównej w nowoczesnej formie (kioski multimedialne) prezentowane są elementy kultury Żydów w Polsce na przykładzie kuchni, muzyki, świąt, zwyczajów oraz architektury. Można obejrzeć film, który pokazuje Płock w roku 1920.

Część poświęcona zagładzie zbudowana jest na bazie książki „Kartki z pożogi" Symchy Gutermana i archiwalnych fotografii z wywózki płockich Żydów z getta w 1941 roku. Dopełnieniem ekspozycji jest multimedialne widowisko wyświetlane w oknach sali głównej Małej Synagogi.

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

Szafa aron ha-kodesz przetrwała obie wojny światowe i odrestaurowana powróciła do dawnej bożnicy. W listopadzie 2023 roku przypadnie 200. rocznica pierwszego nabożeństwa w tym miejscu.

Muzeum Żydów Mazowieckich można zwiedzać od wtorku do niedzieli. W okresie letnim zaprasza od godz. 10.00 do 17.00 (ostatnie wejście 45 minut przed zamknięciem). Wstęp na wystawę jest bezpłatny. W muzealnym sklepiku zaopatrzymy się w pamiątki: zeszyty, zakładki papierowe i magnetyczne, magnesy, ściereczki do okularów.

Aktualnie w bożnicy prezentowana jest wystawa czasowa „Blum/Cieśniewski. A jednak życie", na którą składają się prace: profesora Akademii Sztuk Pięknych w Warszawie Wojciecha Cieśniewskiego i izraelskiej artystki Avivy Blum-Wachs.

**(opr. lesz)**

*Materiał przygotowany przy współpracy z Muzeum Mazowieckim w Płocku*



eprasa.pl 96de324ef7

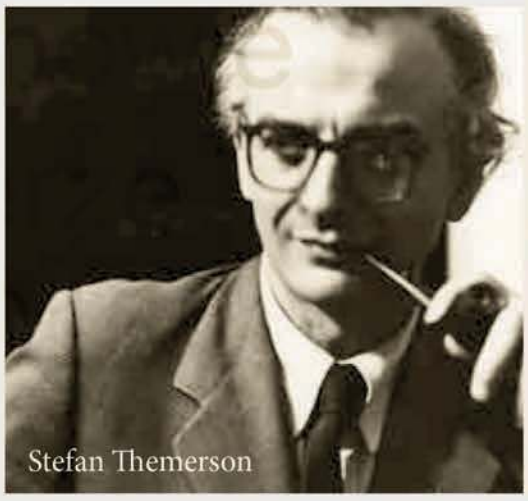
# MUZEUM MAZOWIECKIE W PŁOCKU

Władysław Broniewski

Władysław Broniewski

Mira Zimińska-Sygietyńska

Mira Zimińska-Sygietyńska


Stefan Themerson

## Z Płocka i dla Płocka

# GALERIA PŁOCCZAN XX WIEKU

Muzeum Mazowieckie w Płocku

25 lat Mazowsze

Muzeum Mazowieckie w Płocku jest jednostką organizacyjną Samorządu Województwa Mazowieckiego

Materiał przygotowany przy współpracy z Muzeum Mazowieckim w Płocku



eprasa.pl 96de324ef7

# 25 lat samorządu Mazowsza

Fot. arch. UMWM

*Uroczysta gala 25-lecia samorządu Mazowsza z udziałem m.in. członkini zarządu Janiny Ewy Orzełowskiej, marszałka Adama Struzika, przewodniczącego sejmiku województwa mazowieckiego Ludwika Rakowskiego, wiceprzewodniczącego sejmiku Marcina Podsędka odbyła się w siedzibie PZLPiT „Mazowsze" w Otrębusach*

**Dokładnie 5 czerwca minęło 25 lat od reformy administracyjnej o samorządzie województwa, która zmieniła podział terytorialny Polski. To właśnie ćwierć wieku temu w naszym kraju zaczęło funkcjonować 16 województw w miejsce dotychczasowych 49. Tych 25 lat to czas rozwoju i dynamicznych zmian. To tysiące zrealizowanych inwestycji, których efekty widać na każdym kroku.**

Jubileuszowa gala samorządu województwa mazowieckiego odbyła się 5 czerwca w siedzibie zespołu „Mazowsze" w Otrębusach. Wzięli w niej udział przewodniczący sejmiku województwa mazowieckiego Ludwik Rakowski, marszałek województwa mazowieckiego Adam Struzik, radni województwa obecnej i wszystkich poprzednich kadencji, członkowie zarządu województwa mazowieckiego: Janina Ewa Orzełowska, Wiesław Raboszuk i Rafał Rajkowski, a także samorządowcy z całego Mazowsza. Głos zabrali m.in. poseł do Parlamentu Europejskiego, prezes Rady Ministrów w latach 1997-2001 Jerzy Buzek, wicemarszałek sejmu Małgorzata Kidawa-Błońska i wicemarszałek senatu Michał Kamiński.

Jak zauważył na wstępie swojego wystąpienia marszałek **Adam Struzik**, mija 25 lat, od kiedy tworzymy mazowiecką wspólnotę. – *Budujemy i rozwijamy region, który wszyscy kochamy. Nie była to tylko droga usłana różami. To także wyzwania, problemy, ale i wielkie marzenia, które udało się zmaterializować. To lata pracy, których efekty dziś są widoczne w każdej wsi, gminie, mieście. Dzięki zaangażowaniu nas wszystkich Mazowsze jest obecnie najbogatszym i najbardziej konkurencyjnym regionem Polski. Od samego początku opieraliśmy bowiem naszą politykę na trzech uniwersalnych zasadach – pomocniczości, solidarności i poszanowaniu dobra wspólnego.*

Województwo mazowieckie to ogromny region – 35,6 tys. km$^2$, obszar odpowiadający powierzchni Danii. Na Mazowszu mieszka blisko 5,5 mln osób. W obrębie województwa są 42 powiaty i 314 gmin. – *Minione 25 lat było przełomowe dla Mazowsza* – zaznacza przewodniczący sejmiku województwa mazowieckiego **Ludwik Rakowski**. – *Reforma administracyjna rządu premiera Jerzego Buzka powołująca samorządowe województwa pozwoliła na wyzwolenie ogromnej energii. Wspólnie z mieszkańcami, przedsiębiorcami, samorządowcami zbudowaliśmy nowoczesny region, wytwarzający blisko jedną czwartą PKB Polski.*

Zmienił się nie tylko podział terytorialny kraju. Jednocześnie utworzono władzę samorządową, co miało służyć decentralizacji Państwa i wzmocnieniu regionów. Wolne wybory samorządowe wyzwoliły w Polakach ogromne pokłady energii.

Jak podkreślił podczas uroczystej gali poseł do Parlamentu Europejskiego i prezes Rady Ministrów w latach 1997-2001 **Jerzy Buzek**, powołane 25 lat temu samorządy województw mają szczególne zadania prorozwojowe. – *To właśnie one decydują o tym, jak cały region może się integrować wokół największych inwestycji, w jaki sposób poprawić jakość życia, poziom edukacji, komunikacji także w tych najmniejszych miejscowościach. Trzeba przyznać, że region mazowiecki, mimo ogromnego zróżnicowania wewnętrznego, bardzo dobrze spełnia tę funkcję. Czują to wszyscy mieszkańcy województwa i dlatego tak bardzo walczą o to, żeby region pozostał niepodzielony i nadal mógł być wielkim, silnym Mazowszem. To ćwierćwiecze było doskonałe. Gratuluję wszystkim zaangażowanym w jego rozwój. Życzę, aby także w przyszłości wszystko udawało się tak jak dotąd.*

Fot. arch. UMWM

*Odznakę honorową „Zasłużony dla Mazowsza" otrzymało Liceum Ogólnokształcące im. marszałka St. Małachowskiego w Płocku. Z rąk przewodniczącego sejmiku Ludwika Rakowskiego i marszałka Adama Struzika odznakę odebrali uczniowie i dyrektor szkoły Katarzyna Góralska*

Fot. arch. PZLPiT „Mazowsze"

*Wśród uczestników gali znaleźli się radni województwa mazowieckiego, członkowie zarządu, parlamentarzyści, samorządowcy z całego województwa oraz dyrektorzy instytucji prowadzonych przez samorząd województwa mazowieckiego*

## Ćwierć wieku rozwoju

25 lat zmian i rozwoju. Tysiące zrealizowanych inwestycji zarówno tych wielkich kilkusetmilionowych, jak i tych mniejszych. Priorytetem władz regionu były ważne dla mieszkańców inwestycje. Szpitale, drogi, instytucje kultury. Samorząd województwa wyremontował lub rozbudował wszystkie drogi wojewódzkie na Mazowszu. Powstały nowe mosty, obwodnice, m.in. Gąbina, Grodziska Mazowieckiego i Żuromina. Wyremontowane lub rozbudowane zostały wszystkie podległe samorządowi województwa szpitale i instytucje kultury. Wśród zrealizowanych inwestycji znalazły się m.in.:

- rozbudowa i doposażenie szpitala wojewódzkiego w Płocku;
- budowa i wyposażenie Centrum Kulturalno-Rekreacyjnego w Sierpcu;
- odtworzenie i rewaloryzacja zabytkowego budynku przy ul. Kolegialnej 6 wraz z aranżacją pomieszczeń ekspozycji stałych dla Muzeum Mazowieckiego w Płocku (wystawy Sztuka dwudziestolecia międzywojennego – art déco i Wielcy Płoczanie – Themersonowie);
- budowa i wyposażenie Ośrodka Radioterapii w Płocku;
- rozbudowa Skansenu Osadnictwa Nadwiślańskiego w Wiączeminie Polskim;
- rewaloryzacja Zespołu Pałacowo-Parkowego im. Fryderyka Chopina Europejskie Centrum Artystyczne im. Fryderyka Chopina w Sannikach.

W wielu inwestycjach pomogły środki unijne. **Wsparcie z UE od 2004 roku do 2023 roku to aż 19,5 mld zł.**

## Jak zmieniało się Mazowsze?

Wystarczy spojrzeć na statystyki.

- Pierwszy budżet województwa w 1999 r. **wynosił ponad 300 mln zł. Dziś to 7,3 mld zł.**
- Nakłady na inwestycje wzrosły z **93 mln zł w 1999 r. do 2,4 mld zł w 2023 r.**
- Wydatki np. na służbę zdrowia wzrosły **z 52 mln zł w 1999 r. do 709 mln zł w 2023 r.**
- **W 2000 r. PKB regionu wynosiło 153 mld zł, co stanowiło 20% PKB kraju, natomiast w 2021 r. PKB Mazowsza to już 596 mld zł (23% PKB kraju). Oznacza to blisko czterokrotny wzrost.**
- **Spadło bezrobocie** – spadek stopy bezrobocia rejestrowanego w województwie z 14,7% do 4,2% (dane za lata 2004-2022).
- Liczba przedsiębiorstw wpisanych do rejestru REGON w województwie mazowieckim wzrosła **z 554 tys. do 969 tys.** (dane za lata 2002-2022).

## Mazowsze pomaga

Od lat samorząd województwa mazowieckiego konsekwentnie udziela wsparcia samorządom lokalnym poprzez różnego rodzaju programy wsparcia dotyczące **m.in. inicjatyw sołectw, działkowców, seniorów, młodzieży, doposażenia OSP, budowy nowych dróg, przedszkoli, modernizacji domów kultury, rozwoju bazy sportowej czy inicjatyw wspierających klimat i czyste powietrze.** Tylko w zeszłym roku dzięki wsparciu sejmiku Mazowsza w całym regionie powstało blisko 4000 inwestycji. W tym roku będzie ich jeszcze więcej. Samorząd województwa realizuje bowiem aż 20 programów, w tym również zupełnie nowe dotyczące m.in. tworzenia lokalnych centrów integracji, zdrowia kobiety, czystego ciepła i miejsc pamięci. Na ich realizację władze regionu przeznaczą aż 800 mln zł.

*Materiał przygotowany we współpracy z Urzędem Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego*



eprasa.pl 96de324ef7

W zawodach Global Games we Francji

# Mistrzyni z Miałkówka

**Agnieszka Komorowska z Miałkówka w gminie Gostynin zajęła pierwsze miejsce, a tym samym mistrzostwo świata w biegu sztafetowym w zawodach Global Games – Multisportowych Mistrzostwach Świata dla osób niepełnosprawnych.**

Global Games – Multisportowe Mistrzostwa Świata to zawody dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Jest to największe na świecie wydarzenie sportowe dla osób z taką niepełnosprawnością. Jak przyznają trenerzy zawodników, cykl przygotowawczy do zawodów trwa bardzo długo, ponieważ podczas treningów niektóre rzeczy zajmują trochę więcej czasu. Poza tym – jak u każdego sportowca – efekt nie przychodzi od razu. Potrzeba cierpliwości, wytrwałości i regularności.

W mistrzostwach rozgrywanych we francuskim Vichy w czerwcu br. wzięło udział około 1.500 zawodników z Europy, Azji, Ameryki, Afryki i Oceanii. Razem z nimi było 400 trenerów i kadra wspomagająca z 80 różnych krajów. Sprawny przebieg imprezy zapewniło ponad 400 wolontariuszy, sędziów i działaczy z całej Francji. Zawody rozgrywano w trzynastu dyscyplinach w sportach letnich. Reprezentanci Polski wystąpili w siedmiu z nich: lekkiej atletyce, kolarstwie, koszykówce, tenisie, tenisie stołowym, piłce ręcznej i pływaniu.

Konkurencja, w której wzięła udział Agnieszka Komorowska z Miałkówka, odbyła się 9 czerwca. Zawodniczka zdobyła złoty medal w lekkiej atletyce w sztafecie 4x400 metrów. Pobiegła na pierwszej zmianie kobiecej reprezentacji Polski, która z czasem 4:03:60 wyprzedziła Ukrainki o 9 sekund i zdobyła złoty medal. W sztafecie biegły na kolejnych zmianach: Barbara Bieganowska-Zając, Sabina Stenka i Justyna Franieczek. Ten ogromny sukces panie zawdzięczają trenerowi Marcinowi Nowickiemu z Gostynina. Agnieszka startowała także indywidualnie – w rywalizacji na 400 metrów, w której zajęła szóste miejsce.

Mistrzyni z Miałkówka nie od dziś zajmuje czołowe miejsca w zawodach sportowych. W 2020 r. wywalczyła srebrny medal w sztafecie 4x200 na rozgrywanych w Toruniu Halowych Mistrzostwach Świata w lekkiej atletyce osób z niepełnosprawnością intelektualną. Z kolei w 2019 r. na rozgrywanych w Trzebnicy na Dolnym Śląsku Mistrzostwach Świata oraz Mistrzostwach Polski w biegach przełajowych osób niepełnosprawnych intelektualnie ówczesna uczennica Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Gostyninie zdobyła dwa medale: złoty w biegu na 1200 metrów oraz brązowy w biegu na 1500 metrów. Poza tym w roku 2018 w Mistrzostwach Polski w Biegach Przełajowych „Sprawni Razem" w Warszawie zawodniczka zajęła pierwsze miejsce w kategorii do 16 lat.

Lekkoatletka i jej trener wielokrotnie przyznawali, że za sukcesami stoi wiele godzin pracy i wiele godzin wyczerpujących treningów, ale skoro udaje się zajmować czołowe miejsca na świecie, to znaczy, że warto nadal to robić.

**(eg)**

A. Komorowska, M. Nowicki

**Agnieszka Komorowska (druga z prawej)**

Zamek z kolejnym dofinansowaniem

# Baszta będzie jak nowa

**Gmina miasta Gostynina otrzymała kolejne środki zewnętrzne na prace remontowe na zamku. 195 tys. zł zostanie przeznaczone na remont tynków zewnętrznych i wewnętrznych, kaplicy i baszty.**

9 czerwca br. Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego ogłosiło wyniki odwołań do I naboru Programu „Ochrona zabytków". Gminie miasta Gostynina ostatecznie przyznano dofinansowanie w wysokości 195 tys. zł na remont części tynków zewnętrznych i wewnętrznych, kaplicy i baszty z 1824 r. (budynek nr I) na wzgórzu zamkowym w Gostyninie.

Są to już kolejne pozyskane w 2023 r. środki na remont gostynińskiego zamku. Warto przypomnieć, że Mazowiecki Wojewódzki Konserwator Zabytków przyznał miastu dofinansowanie w wysokości 150 tys. zł na remont części tynków zewnętrznych, kaplicy i baszty zamkowej. Na to zadanie został już ogłoszony przetarg nieograniczony.

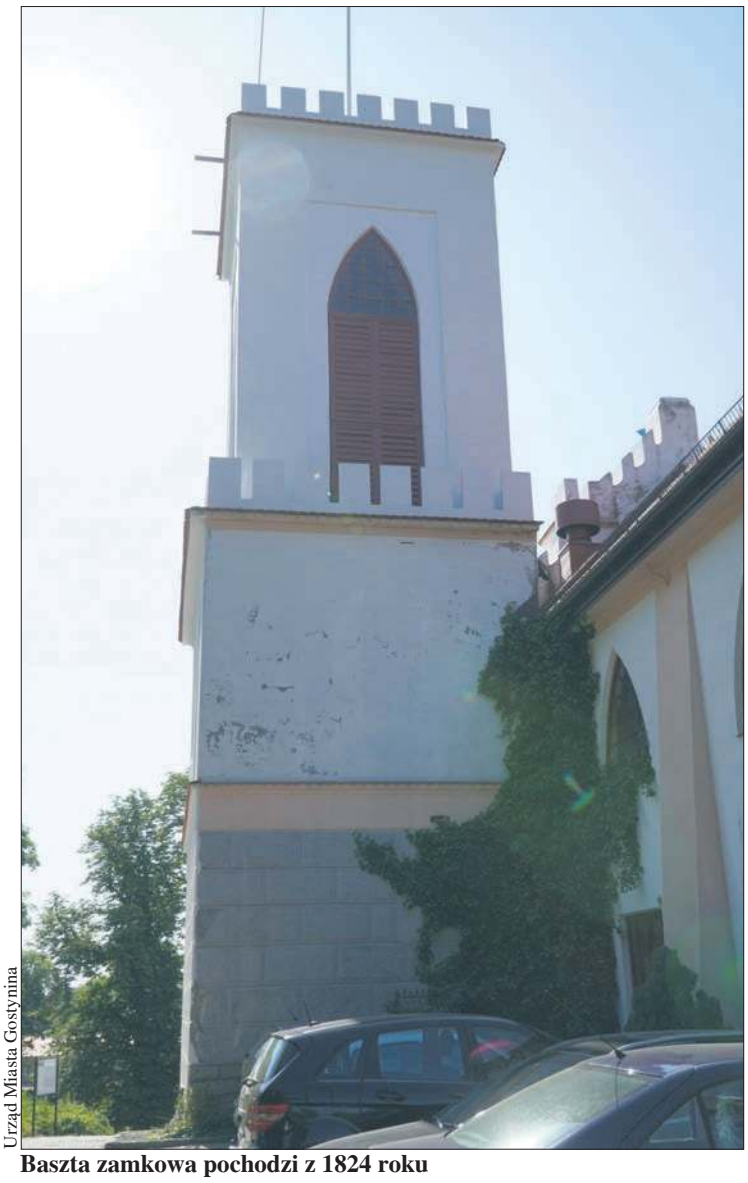
Podejmowane na zamku prace służą przywróceniu dawnego blasku jednemu z najbardziej znanych gostynińskich zabytków, często odwiedzanemu przez mieszkańców ziemi gostynińskiej oraz turystów.

Na remont zamku gmina miasta Gostynina pozyskała dofinansowania również w latach ubiegłych:

- w 2021 roku – była to dotacja w wysokości 100 tys. zł ze środków samorządu województwa mazowieckiego na prace konserwatorskie, restauratorskie lub roboty budowlane przy zabytkach wpisanych do rejestru zabytków, położonych na obszarze województwa mazowieckiego na realizację zadania „Remont baszty i kaplicy (budynek nr I) na wzgórzu zamkowym w Gostyninie – I etap" (koszt całkowity 125 tys. 460 zł zł). W ramach przedsięwzięcia dokonano konserwacji zabytkowych drzwi wejściowych do zamku oraz konserwacji okiennic baszty;
- w 2022 roku – otrzymano dotację celową w wysokości 100 tys. zł ze środków Mazowieckiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków na dofinansowanie prac konserwatorskich, restauratorskich lub robót budowlanych przy zabytku wpisanym do rejestru zabytków na realizację zadania „Remont części tynków zewnętrznych oraz wykonanie hydroizolacji tarasu, Kaplica i baszta zamkowa, Gostynin" (koszt całkowity 440 tys. 936 zł 4 gr). W ramach zadania wykonano tynki renowacyjne zewnętrzne na elewacji frontowej budynku kaplicy oraz na dwóch elewacjach (wschodniej i północnej) baszty. Ponadto wykonano hydroizolację tarasu baszty oraz wybranych elementów elewacji.

Po ostatecznym wykonaniu remontu obok pięknej budowli usytuowanej na wzgórzu raczej nikt nie przejdzie obojętnie. Jego odnowiona szata zachęci do odwiedzin nie tylko samego zabytku, ale również miasta.

**(eg)**



Urząd Miasta Gostynina

**Baszta zamkowa pochodzi z 1824 roku**

Finał konkursu przyrodniczego

# Bohaterem – drzewo

**W Urzędzie Miasta Gostynina wręczono nagrody w konkursie Ligi Ochrony Przyrody – Zarządu w Gostyninie pod nazwą „Pomniki przyrody w mojej okolicy". Uczestnikami były przedszkolaki i dzieci w wieku szkolnym.**

13 czerwca br. w sali posiedzeń Urzędu Miasta Gostynina odbyło się uroczyste wręczenie nagród laureatom konkursu organizowanego przez Ligę Ochrony Przyrody – Zarząd w Gostyninie. Spotkanie otworzyła Ewa Koprowicz, która podziękowała burmistrzowi Pawłowi Kalinowskiemu oraz wójtowi gminy Gostynin Edmundowi Zielińskiemu i staroście gostynińskiemu Arkadiuszowi Boruszewskiemu za pomoc w ufundowaniu nagród.

Konkurs przyrodniczo-plastyczny miał na celu: odnajdywanie przyrodniczych perełek w najbliższej okolicy, które zasługują na dodatkową ochronę prawną, jaką jest nadanie statusu pomnika przyrody, rozwijanie wrażliwości na piękno przyrody i niepowtarzalność miejsc w najbliższej okolicy, kształtowanie od najmłodszych lat postaw pro-ekologicznych, uwrażliwienie na potrzebę ochrony środowiska przyrodniczego oraz krajobrazu, a także rozbudzanie inwencji twórczej i wrażliwości estetycznej.

Uczestnicy konkursu mieli wykonać pracę plastyczną, na której będą widoczne pomniki przyrody lub twory przyrody zasługujące na to miano. Na konkurs wpłynęły 42 prace z 4 przedszkoli i 5 szkół działających na terenie powiatu gostynińskiego. Prace zostały wykonane pod opieką 22 nauczycielek. Komisja konkursowa oceniła wykonane prace pod względem zgodności z tematem, pomysłowości, czytelności i estetyki wykonania.

**Nagrody przyznano:**

- za pierwsze miejsce: Weronice Janeckiej z Przedszkola nr 1 w Gostyninie, Aleksandrowi Majchrzakowi z Przedszkola nr 2 w Gostyninie, Nadii Szlachetce z Przedszkola Nr 4 w Gostyninie i Agacie Wigner ze Szkoły Podstawowej nr 5 w Gostyninie;
- za drugie miejsce: Gabrieli Dzięgielewskiej i Nadii Pasikowskiej – z Przedszkola nr 1 w Gostyninie oraz Klarze Żółtowskiej-Płucienniczak, Pawłowi Dankowskiemu i Agacie Finke z Przedszkola nr 2 w Gostyninie, Natalii Mularczyk – z Przedszkola nr 4 w Gostyninie, a także: Agacie Janeckiej, Szymonowi Jachowiczowi, Katarzynie Osipowicz i Małgorzacie Janeckiej ze Szkoły Podstawowej nr 5 w Gostyninie;
- za trzecie miejsce: Neli Szkopińskiej z Przedszkola Nr 1, Gabrieli Wasińskiej, Zofii Sobieckiej i Jakubowi Wiśniewskiemu – z Przedszkola nr 4 w Gostyninie.

Liga Ochrony Przyrody powstała w latach 20. XX wieku, a pierwszy zjazd organizacji odbył się w roku 1928. Organizacja uczestniczy w przedsięwzięciach ogólnopolskich i międzynarodowych, prowadzi szeroką i znaczącą działalność wydawniczą, znaną z wielu ciekawych publikacji książkowych, plansz tematycznych, plakatów, kalendarzy, zakładek, a szczególnie miesięcznika „Przyroda Polska" z wkładką „Biuletyn EKO-edukacyjny". Za swoje zasługi LOP została odznaczona krzyżem „Polonia Restituta".

W Gostyninie Zarząd LOP systematycznie zaprasza dzieci i młodzież szkolną do udziału w konkursach, których celem jest wpojenie miłości do przyrody i troska o świat, z jego fauną i florą.

**(eg)**

Urząd Miasta Gostynina

**Przedszkolaki z satysfakcją odbierały nagrody z rąk burmistrza Pawła Kalinowskiego**



eprasa.pl 96de324ef7

Wielkie miodobranie w skansenie

# Czas na słodkie smakołyki

**W niedzielę, 2 lipca w sierpeckim skansenie będzie można dowiedzieć się ciekawostek dotyczących życia pszczół i poznać tajniki przygotowywania miodów. Oczywiście będzie też okazja, by przyjrzeć się pracy pszczelarzy i posmakować drogocennych, smacznych i mających niesamowitą moc pszczelich produktów.**

MWM w Sierpcu

**„Miodobranie w skansenie" to jedna z cyklicznych imprez plenerowych organizowanych w skansenie, w której uczestniczą setki turystów z całego Mazowsza**

Impreza jest prawdziwym świętem braci pszczelarskiej i miłośników słodkiego przysmaku, jakim jest miód. Okazją do poznania dobroczynnej mocy pszczelich produktów będzie kolejna z cyklicznych imprez plenerowych organizowanych w Muzeum Wsi Mazowieckiej – „Miodobranie w skansenie". Przez cały dzień – od 10.00 do 18.00 – odwiedzający sierpecki skansen będą mogli przyjrzeć się pracy pszczelarza, poznać właściwości produktów pszczelich, uczestniczyć w pokazach zakładania węzy, odymiania pszczół za pomocą podkurzacza czy odsklepiania wosku z ramek. Będzie także okazja, aby zobaczyć na żywo proces podbierania i wirowania miodu. A wszystko to na terenie muzealnych pasiek z różnych okresów. Niewątpliwą atrakcją będzie możliwość spróbowania miodu wprost z plastra.

Miodobranie w skansenie to szansa na szerokie propagowanie wiedzy dotyczącej pszczelarstwa i pszczół oraz uświadamianie w kwestii dobroczynnych dla zdrowia właściwości produktów pszczelich. Podczas „Miodobrania w skansenie" zawodowi pszczelarze wprowadzą wszystkich zainteresowanych w tajniki swojej profesji, udzielą informacji na temat leczniczych właściwości miodów oraz odpowiedzą na nurtujące pytania.

Jak co roku wydarzeniu będzie towarzyszył kiermasz miodów i produktów pszczelich. W tym czasie muzealne zagrody i pasieki zamienią się w pszczeli raj. Każdy uczestnik imprezy będzie mógł zaopatrzyć się w cenne słodkie zapasy na jesień i zimę. Nie zabraknie miodu spadziowego, gryczanego, akacjowego, rzepakowego czy wielokwiatowego, ale pojawią się również mniej znane gatunki miodów, takie jak nawłociowy czy wrzosowy. Poza miodami będzie można nabyć również inne drogocenne produkty pszczele, takie jak m.in. pyłek kwiatowy czy propolis. Nie zabraknie także muzyki. Na scenie skansenowego amfiteatru wystąpią zespoły ludowe.

„Miodobranie w skansenie" jest jedną z kilku imprez organizowanych w ramach cyklu wydarzeń plenerowych pn. „Niedziela w skansenie". Odbywają się one od maja do końca września. Jest to cykl imprez popularyzujących kulturę ludową, zanikające zawody oraz codzienne zajęcia wiejskie. Na terenie ekspozycji odbywają się pokazy rzemiosła i rękodzieła przygotowane przez twórców ludowych. W zagrodach chłopskich zwiedzający mają okazję spotkać dawnych rzemieślników, przyjrzeć się sztuce wykonywania papierowych ozdób bądź sprawdzić się w praniu na tarze. Dzieci mogą pobawić się replikami dawnych zabawek z początku XX wieku i wziąć udział w grze terenowej.

**rad**

# Powiatowe migawki

### Gozdowo

Gmina otrzymała 89470 zł rządowego dofinansowania. Środki przyznane są w ramach „Rządowego programu ograniczania przestępczości i aspołecznych zachowań Razem bezpieczniej im. Władysława Stasiaka na lata 2022 – 2024". Będą przeznaczone na poprawę bezpieczeństwa na przejściach dla pieszych na ul. Płockiej w miejscowości Gozdowo. W ramach inwestycji powstaną 2 wyniesione przejścia dla pieszych, wymieniona zostanie wiata przystankowa wraz z oznakowaniem pionowym oraz wykonane będzie nowe oznakowanie poziome. Kolejne przyznane gminie dofinansowanie pochodzi ze środków Województwa Mazowieckiego. Tu w ramach Programu „Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych 2023" samorząd otrzymał 77 070,48 zł na termomodernizację części budynku Gminnego Ośrodka Kultury w Gozdowie.

### Mochowo

W czerwcu odbyła się pierwsza edycja Mochowskiej Piątki. Zawody biegowe odbyły się w Mochowie Parcele. Do udziału w wydarzeniu zaprosili Ludowy Klub Sportowy Sparta Mochowo, Urząd Gminy w Mochowie, Ognisko TKKF "Kubuś" w Sierpcu oraz Powiatowe Zrzeszenie Ludowych Zespołów Sportowych. Wydarzenie sfinansowano z dotacji przekazanej z budżetu województwa mazowieckiego. W biegu na 5 kilometrów wystartowali zawodnicy i zawodniczki z kilku województw. Najlepszy czas trasy wśród panów to 17 minut i 3 sekundy, a wśród pań – 20,49 min. W rywalizacji drużynowej najlepsza była ekipa „Szczutowo Biega", drugie miejsce zajęła „SPARTA MOCHOWO", a trzecie – „Biegam w Sfetsze". Klasyfikację drużynową wśród kobiet wygrały panie z RKS „Lech Rypin". Drugie miejsce wybiegały zawodniczki z TKKF „Kubuś" Sierpc, a trzecie – „Szczutowo Biega". Imprezie towarzyszył dwukilometrowy marsz nordic walking (cztery kategorie wiekowe).

### Rościszewo

Gmina otrzymała 585 745,69 zł dofinansowania z Sejmiku Województwa Mazowieckiego. Przyznane wsparcie finansowe będzie przeznaczone na realizację projektów w ramach: Mazowsze dla miejsc pamięci (kwota dofinansowania – 47 566,69 zł), Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych (kwota dofinansowania – 149 700 zł), Mazowsze dla sportu (kwota dofinansowania – 288 149 zł), Mazowsze dla klimatu (kwota dofinansowania – 80 330,00 zł).

### Szczutowo

Gmina Szczutowo zmodernizuje oświetlenie w placówkach oświatowych dzięki dotacji w wysokości 139 581 zł. Fundusze przekazał Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie. Łącznie do samorządów z powiatu płockiego i sierpeckiego z WFOŚiGW trafi kwota prawie 3 mln zł. Fundusze będą przeznaczone na modernizację oświetlenia i wymianę źródeł ciepła, zadania z zakresu edukacji ekologicznej i ochrony przyrody oraz usuwanie azbestu.

### Zawidz

Sejmik Województwa Mazowieckiego przyznał Gminie Zawidz dofinansowanie w kwocie 447 850 zł. Fundusze będą przeznaczone na adaptację świetlicy wiejskiej w Zawidzu Kościelnym i remont hali sportowej przy ZSS w Zawidzu Kościelnym. Środki pochodzą z programów: Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych oraz Mazowsze dla sportu.

**rad**

# Diamentowi i złoci jubilaci z Rościszewa

**Wyjątkowo piękne jubileusze świętowało dziesięć par z gminy Rościszewo. Osiem z nich to małżonkowie, którzy mają za sobą pięćdziesiąt lat wspólnego życia. A pozostałe dwie pary mogą pochwalić się sześćdziesięcioletnim stażem małżeństwa i diamentowym jubileuszem.**

Każda z takich uroczystości jest na terenie gminy Rościszewo świętowana w bardzo uroczysty sposób. Także i tym razem pary, które obchodziły złote (50 lat małżeństwa) i diamentowe (60 lat małżeństwa) gody, a ich jubileusze przypadały w 2021 i 2022 roku, zostały zaproszone na specjalną uroczystość, która odbyła się w rościszewskim Domu Kultury.

Obchody małżeńskich jubileuszy połączone były z wręczeniem medali „Za długoletnie pożycie małżeńskie", przyznawanych przez Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej. Pary otrzymały medale, listy gratulacyjne oraz bukiety kwiatów, jak również wiele słów uznania i serdeczności od władz samorządowych. Był także okolicznościowy toast. – *Życzę państwu kolejnych lat wspólnego życia, długich, pięknych i pogodnych dni* – mówił Jan Sugajski, wójt gminy Rościszewo. Do życzeń dołączyli: przewodniczący Rady Gminy Jacek Bartoszewski oraz kierownik Urzędu Stanu Cywilnego Elżbieta Zielińska. – *Każdy dzień życia naszych godnych jubilatów to bogata i piękna karta historii nie tylko ich rodzin, ale również i naszej gminy, bo właśnie tu spędzili najpiękniejsze lata* – mówili przedstawiciele samorządu gminy, przekazując życzenia jubilatom.

Medale za długoletnie pożycie małżeńskie z okazji 50-lecia otrzymali: Jan i Elżbieta Welenc (Rzeszotary-Chwały), Jakub i Barbara Ptasik (Nowe Rościszewo), Andrzej i Józefa Szczutowscy, Jan i Teresa Szczepańscy, Andrzej i Danuta Brudniccy, Adam i Marianna Dywal, Włodzimierz i Irena Rutkowscy, Ryszard i Romualda Piątkowscy, Andrzej i Teresa Banach. Jubileuszowe gratulacje z okazji diamentowych godów (60-lecie małżeństwa) otrzymały dwie pary: Henryk i Henryka Kąciccy oraz Marian i Kamila Klimkowscy.

**rad**

## Spacerkiem po gminach

### Bielsk

W niedzielę, 25 czerwca odbędą się XXII Dni Bielska. W ramach wydarzenia zaplanowano m.in. wręczenie medali dla zasłużonych, koncerty i występy zespołów tanecznych. Gwiazdami wieczoru będą: Camasutra oraz Andre.

### Bodzanów

Wójt Gminy Bodzanów Jerzy Staniszewski otrzymał Medal Orła Białego przyznany przez Senat Rzeczypospolitej Polskiej. Senat RP dostrzegł wkład i starania włodarza Bodzanowa w rozwój małej ojczyzny.

### Brudzeń Duży

Gmina ponownie realizuje Priorytet 3 „Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa 2.0. na lata 2021 – 2025" , którego celem jest zakup będących nowościami wydawniczymi książek dla dzieci w wieku 3 – 6 lat i realizacja działań promujących czytelnictwo. W ramach projektu gmina otrzymała dotację z budżetu państwa w wysokości 5 400 złotych. Dofinansowanie otrzymało Przedszkole Samorządowe w Brudzeniu Dużym oraz Przedszkole Samorządowe w Sikorzu.

### Bulkowo

Z inicjatywy Piotra Zgorzelskiego odbyło się spotkanie w GDDKiA w Warszawie dotyczące planowanego przebiegu S10. Wójt wraz ze starostą Sylwestrem Ziemkiewiczem, radnymi powiatowymi i gminnymi oraz przedstawicielami rolników dyskutowali o planach dotyczących budowy trasy S10.

### Drobin

Trwa postępowanie przetargowe na przebudowę ulicy Spółdzielczej w Drobinie. Oferty w przetargu złożyły dwie firmy. Niebawem poznamy wykonawcę zadania.

### Gąbin

Kończą się prace termomodernizacyjne budynku administracyjnego Zakładu Gospodarki Komunalnej i Mieszkaniowej przy ul. Strażackiej. Wykonano już m.in. ocieplenie ścian zewnętrznych, stropu, wymieniono drzwi wejściowe, zamontowano nowoczesne sterowanie ogrzewaniem, a także wymieniono pokrycie dachu.

### Gostynin

Do 27 czerwca można składać oferty w przetargu na przebudowę dróg gminnych na terenie gminy. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie www.bip.gminagostynin.pl.

### Gozdowo

Gmina podpisała umowę na zakup nowego autobusu szkolnego – marki IVECO Daily. Autobus zapewni jednocześnie możliwość przewozu do 22 pasażerów. Pojazd zakupiono dzięki wsparciu finansowemu z Mazowieckiego Instrumentu Wsparcia „Autobusy dla mazowieckich szkół". Na zakup autobusu gmina otrzymała dofinansowanie 280 tys. zł. Koszt zakupu autobusu 520 325,67 zł.

### Kutno

Rozpoczęła się największa od lat inwestycja drogowa w Kutnie. Osiem ulic zostanie wybudowanych niemalże od podstaw, większość z nich z nowym oświetleniem, odwodnieniem i kanalizacją sanitarną. Przy niektórych pojawią się także chodniki.

### Łąck

Wójt zaprasza dzieci i młodzież wraz z rodzicami na „Ekologiczny Piknik Rodzinny – Uczymy się dbać o środowisko". Piknik odbędzie się 20 czerwca w godz. 10.00 – 14.00 na boisku gminnym za halą sportową w Łącku. Zadanie zostało dofinansowane przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie.



eprasa.pl 96de324ef7

## Spacerkiem po gminach

### Mała Wieś

Na terenie budowy nowej oczyszczalni ścieków odbyła się uroczystość podpisania i wmurowania aktu erekcyjnego. W wydarzeniu udział wzięli m.in. wiceminister aktywów państwowych Maciej Małecki, wójt Zygmunt Wojnarowski, a także przedstawiciel firmy „Przem-Gri" Mateusz Dobrydnio.

### Mochowo

W sobotę, 1 lipca odbędą się Gminne Zawody Sportowo-Pożarnicze. Strażacka rywalizacja rozpocznie się o godzinie 14.00 na boisku przy Szkole Podstawowej im. Powstańców Styczniowych w Ligowie. W programie zaplanowane są także zabawy i konkursy dla najmłodszych przygotowane przez strażaków z Ligowa. A panie z KGW Malanowianki zapewnią domowe smakołyki.

### Nowy Duninów

W sobotę, 24 czerwca odbędzie się III Biesiada Świętojańska. W programie wydarzenia znalazły się m.in. występy artystyczne, loteria fantowa, konkursy i puszczanie wianków.

### Pacyna

Do 30 czerwca można składać swoje oferty w przetargu na przebudowę i rozbudowę sieci wodociągowej w Pacynie. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie www.bip.pacyna.mazowsze.pl.

### Raciąż

Trwają prace przy budowie nowych bloków komunalnych na ulicy Akacjowej. Po zakończeniu typowych działań budowlanych wykonawca przystąpił do prac wykończeniowych wewnątrz budynków. Kładziona jest terakota na schodach, klatkach schodowych, a także korytarzach. Sukcesywnie przybywa też glazury w łazienkach.

### Radzanowo

Wójt ogłosił wyniki I otwartego konkursu ofert na realizację zadań publicznych w zakresie finansowania wkładu własnego organizacji pozarządowych do projektów finansowanych z funduszy Unii Europejskiej oraz Funduszy Krajowych i Regionalnych. Zadanie wykona Stowarzyszenie Przyjaciół Gminy Radzanowo.

### Rościszewo

Gmina Rościszewo otrzymała dofinansowanie z budżetu urzędu marszałkowskiego. Samorząd otrzymał wsparcie finansowe na wszystkie złożone wnioski. Łączna kwota dofinansowania wynosi: 585 745,69 zł. Środki przyznane są w ramach programów: Mazowsze dla miejsc pamięci (47 566,69 zł), Mazowsze dla klimatu (80 330 zł), Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych (149 700 zł), Mazowsze dla sportu (288 149 zł).

### Sanniki

Miasto i Gmina otrzymało 35 000 zł dofinansowania z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie na utylizację wyrobów zawierających azbest. Otrzymane wsparcie finansowe WFOŚiGW pozwoliło na pozbycie się azbestu z wielu gospodarstw domowych na terenie miasta i gminy.

### Sierpc

Wójt gminy Sierpc Krzysztof Korpoliński otrzymał Brązową Odznakę „Zasłużony dla ochrony przeciwpożarowej". Została ona przyznana postanowieniem Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji. Wręczono ją podczas powiatowych obchodów Dnia Strażaka.

Znamy laureatów konkursu „Bezpieczne gospodarstwo rolne"

# To oni mają najbezpieczniejsze gospodarstwa w regionie

**„Bezpieczeństwo jest najważniejsze" – taką maksymę z pewnością wyznają wszyscy rolnicy, którzy wzięli udział w tegorocznej edycji ogólnokrajowego konkursu „Bezpieczne gospodarstwo rolne". To jubileuszowa – 20. edycja tego wydarzenia, którego głównym celem jest promocja wiedzy o tym, z jakimi zagrożeniami spotykają się rolnicy podczas swojej pracy oraz jak im zapobiegać. W minionym tygodniu poznaliśmy laureatów konkursu w naszym regionie. Zwycięzcami etapu regionalnego zostali Aleksandra i Paweł Żuchniewicz z miejscowości Raków (gm. Pacyna), którzy dzięki temu awansowali do etapu wojewódzkiego.**

D. Ossowski

Laureaci XX edycji konkursu „Bezpieczne gospodarstwo rolne"

Przestrzeganie zasad BHP to klucz do unikania niebezpiecznych sytuacji i wypadków. Dotyczy to wszystkich branż i każdego z nas. Doskonale zdają sobie z tego sprawę także rolnicy, którzy zgłosili swój udział do jubileuszowej – 20. edycji konkursu „Bezpieczne gospodarstwo rolne".

Ogólnopolski konkurs ma na celu przede wszystkim poprawę warunków pracy i bezpieczeństwa w gospodarstwach rolnych. Organizatorem wydarzenia jest Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego we współpracy z Ministerstwem Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Państwową Inspekcją Pracy, Krajowym Ośrodkiem Wsparcia Rolnictwa oraz Agencją Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa. Patronat honorowy nad wydarzeniem objął Prezydent Polski Andrzej Duda. Konkurs składa się z kilku etapów – pierwszy z nich to etap regionalny, potem następuje etap wojewódzki, ostatnim jest ogólnopolski finał.

- *Ogólnokrajowy Konkurs Bezpieczne Gospodarstwo Rolne realizowany jest od 2003 roku w ramach działań na rzecz zmniejszenia liczby wypadków i chorób zawodowych rolników. W dotychczasowych dziewiętnastu edycjach udział wzięły ponad 22 tysiące gospodarstw indywidualnych. Uczestnicy konkursu mają okazję do zaprezentowania swojego miejsca pracy i osiągnięć zawodowych, zdobycia cennych nagród, a przede wszystkim poddania swojego gospodarstwa profesjonalnemu audytowi bezpieczeństwa pracy, który wykonują komisje konkursowe. Podczas eliminacji sprawdzają one, czy w ocenianym gospodarstwie stosowane są w praktyce zasady ochrony zdrowia i życia, a także to, czy wyeliminowane zostały w nim zagrożenia wypadkowe* – mówiła kierownik placówki terenowej KRUS w Płocku Justyna Porębska. Konkurs skierowany jest do właścicieli gospodarstw indywidualnych, z których przynajmniej jeden jest objęty ubezpieczeniem społecznym rolników. Udział w konkursie mogą wziąć zarówno duże, jak i małe gospodarstwa rolne.

W płockim oddziale uroczyście rozstrzygnięto eliminacje regionalne. Jak podkreślała Justyna Porębska z Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego, poprzez swoje działania stara się cały czas edukować rolników i członków ich rodzin w zakresie bezpieczeństwa poprzez szkolenia, ale także za pośrednictwem takich konkursów jak „Bezpieczne gospodarstwo rolne".

Z okazji jubileuszu konkursu organizatorzy przygotowali specjalne podziękowania dla osób wspierających ideę konkursu. - *Chciałbym podziękować wszystkim osobom, instytucjom i samorządowcom, którzy włączają się w nasz konkurs. Jest to dla nas bardzo ważna sprawa, aby promować zasady bezpieczeństwa w gospodarstwach rolnych. Nasza działalność to nie tylko ten konkurs, ale także podobne inicjatywy skierowane do dzieci – takie jak konkursy plastyczne czy na rymowankę* – mówił dyrektor Oddziału Regionalnego KRUS w Warszawie Zenon Kowalewski.

D. Ossowski

Zwycięzcy etapu regionalnego - Aleksandra i Paweł Żuchniewiczowie

Swoje podziękowania skierowała do laureatów także kierownik płockiej delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego Marlena Mazurska. - *Chciałabym podziękować laureatom za to, że zdecydowali się wziąć udział w tym konkursie, bo wiem, że rolnicy to bardzo zapracowani ludzie. Kolejna edycja pokazała, że naprawdę warto brać w takich konkursach udział, bo to daje satysfakcję i cenną wiedzę. Mam prośbę, żebyście promowali ten konkurs w swoich środowiskach i informowali swoich znajomych, że nie ma się czego bać i warto wziąć w nim udział. Życzę wam satysfakcji ze swojej pracy, uznania i ludzkiego szacunku, bo państwa praca ma podstawowe znaczenie dla nas wszystkich. To właśnie wy wytwarzacie żywność i dostarczacie te produkty mieszkańcom miast i wsi. Gratuluję wyróżnień i zdobytych nagród* – mówiła Marlena Mazurska.

Laureatom pogratulował również senator Marek Martynowski. - *Chciałbym pogratulować wszystkim laureatom konkursu. Bezpieczeństwo zawsze należy promować, bo jest to niezwykle ważne. Dziękuję za udział w konkursie i życzę dalszych sukcesów* – mówił senator.

Do etapu regionalnego zgłosiło się 17 gospodarstw z terenu działania placówek KRUS w Płocku, Sierpcu, Gostyninie i Wyszogrodzie. Oznaczenie progów, barierki zabezpieczające, odpowiednio zabezpieczony park maszynowy, bezpieczne warunki przechowywania środków ochrony roślin czy zabezpieczenia przeciwpożarowe to tylko niektóre z elementów, na jakie zwracała uwagę komisja konkursowa. Eksperci z KRUS-u wspólnie z przedstawicielami Państwowej Inspekcji Pracy oraz Mazowieckiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego dokładnie sprawdzili każde z 17 gospodarstw z terenu działania Placówki Terenowej KRUS-u w Płocku, które zgłosiły się do tegorocznej edycji konkursu.

Zwycięzcą zostało gospodarstwo Aleksandry i Pawła Żuchniewiczów z Rakowa (gm. Pacyna), II miejsce zdobyli Marlena i Damian Jędrzejewscy z Cekanowa w gminie Bielsk, natomiast III miejsce zajęli Aneta i Zbigniew Milczarscy z miejscowości Nowosiadło (gm. Słubice). Wyróżnienia otrzymali: Emilia i Wojciech Dudkowscy z miejscowości Białoszewo-Towarzystwo (gm. Sierpc), Małgorzata i Marek Chęcińscy z miejscowości Łukoszyn (gm. Mochowo) oraz Małgorzata i Janusz Janowscy z Wiciejewa (gm. Bodzanów).

W płockim KRUS-ie zjawili się nie tylko laureaci konkursu, ale także zaproszeni goście. Wśród nich znaleźli się m.in. senator Marek Martynowski, kierownik płockiej delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego Marlena Mazurska, starosta płocki Sylwester Ziemkiewicz, starosta gostyniński Arkadiusz Boruszewski oraz wójtowie: Jerzy Staniszewski i Zbigniew Tomaszewski.

**(ek)**

Powitanie lata w Kępie Polskiej

# Wianki 2023

**W sobotę, 24 czerwca o godz. 16.00 na boisku LKS Wisła w Kępie Polskiej rozpocznie się powitanie lata, czyli Wianki 2023. Organizatorzy imprezy – druhowie z tamtejszej jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej – przygotowali dla uczestników moc atrakcji.**

Po przywitaniu gości uczestnicy imprezy będą mogli obejrzeć występ Zespołu Tańca Ludowego „Cieślanie", a już od 16.45 na najmłodszych czekać będą animacje i konkursy z nagrodami.

Na godz. 17.45 zaplanowano występ artystyczny ekipy z DPS Zakrzewo, a na godz. 18.00 pokaz ratownictwa wodnego „Bezpieczne wakacje 2023", przygotowany przez WOPR Płock.

Ale to jeszcze nie wszystko. O godz. 18.30 rozpocznie się koncert Aleksandry Ziemińskiej z zespołem, a godzinę później rozpocznie się wspólne ognisko.

Ostatnim akcentem imprezy będzie zabawa z DJ-em, zaś na godz. 21.30 zaplanowane zostało puszczanie wianków. Zakończenie imprezy – ok. godz. 22.00.

To nie koniec atrakcji – na boisku będzie ich znacznie więcej. Swoim sprzętem pochwalą się jednostki OSP z Kępy Polskiej, Białobrzegów i Bodzanowa oraz WOPR Płock.

Najmłodsi, których nie zainteresują wozy bojowe, zamiast tego będą mogli poszaleć na dmuchanych zjeżdżalniach, twórczo spędzić czas podczas warsztatów czy pobawić się z żywymi maskotkami. Nie zabraknie gier i wielu innych atrakcji.

Nieco starsi zapewne z chęcią popłyną po Wiśle statkiem „Wodnik II". Będzie też okazja, by posilić się smakołykami przygotowanymi przez Koło Gospodyń Wiejskich.

Organizatorzy „zamówili" dobrą pogodę, ale gdyby warunki atmosferyczne jednak nie były zgodne z oczekiwaniami, to impreza może zostać przełożona na inny termin.

Tygodnik Płocki jest patronem medialnym wydarzenia, dlatego zapraszamy wszystkich lubiących wypoczywać na świeżym powietrzu na wspólną zabawę.

**Jol.**



eprasa.pl 96de324ef7

17,5 mln dla powiatów, gmin i organizacji pozarządowych

# Kolejne wsparcie z samorządu Mazowsza

**Do subregionu płockiego trafia kolejne dofinansowanie z budżetu samorządu województwa. Tym razem to ponad 17,5 mln zł z programów wsparcia, które umożliwi realizację aż 117 inwestycji. Na pomoc mogą liczyć nie tylko działkowcy, seniorzy, strażacy czy lokalne centra integracji. Samorządy zrealizują też projekty związane z ochroną powietrza, profilaktyką zdrowotną kobiet, rozbudową bazy sportowej czy tworzeniem miejsc pamięci. Dofinansowanie trafi także do organizacji pozarządowych.**

Umowy z beneficjentami podpisał marszałek Adam Struzik. W tym roku samorząd województwa realizuje aż 20 autorskich programów wsparcia, w ramach których gminy i powiaty z Mazowsza mogą otrzymać dofinansowanie na ważne dla lokalnych społeczności inwestycje. Tym razem umowy dotyczyły 12 programów samorządu, dotyczących m.in. sportu, równomiernego rozwoju, lokalnych centrów integracyjnych, miejsc pamięci czy seniorów. – *Nasze programy wsparcia dają bardzo duże możliwości. Nie ograniczamy się bowiem do jednego typu działań, ale dostosowujemy się do potrzeb samorządów lokalnych. To one najlepiej znają swoje możliwości finansowe, a co więcej – wiedzą, jakich inwestycji potrzebują i oczekują mieszkańcy* – zauważa marszałek Adam Struzik.

Remonty dróg i szkół, budowa oświetlenia ulicznego i sieci kanalizacyjnej czy przebudowa budynków użyteczności publicznej – to tylko część projektów, które decyzją radnych województwa mazowieckiego otrzymają wsparcie w ramach programu „Mazowsze dla równomiernego rozwoju". W subregionie płockim wsparcie w wysokości 6,2 mln zł umożliwi realizację dwóch inwestycji.

W ramach programu „Mazowsze dla sportu 2023" gminy i powiaty z województwa mazowieckiego mogły ubiegać się o środki na budowę, przebudowę, modernizację i remont obiektów sportowych. Dzięki dofinansowaniu z tego programu w subregionie płockim zrealizowanych zostanie 12 inwestycji. Na ten cel z budżetu województwa mazowieckiego przeznaczono blisko 3,3 mln zł.

Program „Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych 2023" to nowa pozycja wśród programów wsparcia samorządu województwa. W jego ramach Mazowsze udziela pomocy finansowej gminom na rozwój tzw. centrów integracyjno-kulturalnych. Wśród dofinansowanych projektów znalazły się 22 inwestycje z subregionu płockiego. Wsparcie z budżetu województwa to prawie 3 mln zł.

Kolejnym nowym autorskim programem wsparcia samorządu województwa mazowieckiego jest „Mazowsze dla miejsc pamięci". Pozyskane środki samorządy mogły przeznaczyć na rewitalizację miejsc związanych z pamięcią narodową takich jak: pomniki, kapliczki, krzyże przydrożne, nagrobki czy tablice upamiętniające wydarzenia lub postacie historyczne. W subregionie płockim wsparcie w wysokości ponad 230 tys. zł otrzymały 4 takie miejsca.

W ramach realizowanego już po raz drugi programu „Mazowsze dla seniorów" samorządy mogły ubiegać się o dofinansowanie inicjatyw podejmowanych przez gminne rady seniorów. W ramach tego programu blisko 112 tys. zł trafi do miast i gmin z subregionu płockiego na realizację 6 zadań.

O wsparcie mogły ubiegać się jednostki samorządu terytorialnego, na których terenie funkcjonują rodzinne ogrody działkowe. W subregionie płockim dofinansowanie w ramach programu „Mazowsze dla działkowców" otrzymały 4 inwestycje na łączną kwotę ponad 64 tys. zł.

D. Ossowski

**Dofinansowanie m.in. na badania profilaktyczne otrzymał powiat płocki**

Celem programu „Mazowsze dla zdrowia kobiety" jest wspieranie zadań związanych z ochroną zdrowia i profilaktyką chorób najczęściej występujących u kobiet, m.in. nowotworów, chorób uroginekologicznych czy osteoporozy. Mogą to być np. świadczenia zdrowotne, czyli możliwość wykonania podstawowych i ważnych badań, takich jak USG piersi, mammografia czy cytologia. W subregionie płockim będą realizowane 4 zadania. Samorząd województwa przeznaczy na ten cel prawie 240 tys. zł.

Radni województwa wspierają walkę o jakość powietrza na Mazowszu. Będą pieniądze m.in. na audyty energetyczne, akcje edukacyjno-informacyjne, pikniki, badania jakości powietrza, zakup systemów monitorowania czy czyszczenie ulic. Wśród inwestycji, które otrzymają dofinansowanie samorządu województwa, znalazło się 11 zadań zgłoszonych przez miasta i gminy z subregionu płockiego. Na ich realizację Sejmik Województwa Mazowieckiego przeznaczył prawie 700 tys. zł.

Ograniczanie bezdomności psów i kotów oraz pomoc schroniskom – to cele programu „Mazowsze dla zwierząt". Mazowieckie miasta i gminy ubiegały się o środki na przeprowadzenie akcji edukacyjnych dla mieszkańców, a także wykonanie sterylizacji i czipowanie. Samorządy mogły aplikować również o wsparcie dla schronisk działających na ich terenie. Wśród beneficjentów programu znalazły się miasta i gminy z subregionu płockiego, które otrzymają ponad 104 tys. zł dofinansowania na realizację 10 inwestycji związanych z zapobieganiem bezdomności zwierząt.

W tym roku jednostki ochotniczej straży pożarnej z Mazowsza otrzymają wsparcie w ramach programu „Mazowsze dla straży pożarnych" na zakup samochodów ratowniczo-gaśniczych oraz remont lub modernizację strażnic. Ponad 1,8 mln zł trafi do jednostek z subregionu płockiego, które zakupią 8 specjalistycznych wozów strażackich i zmodernizują lub wyremontują 21 strażnic.

„Mazowsze dla klimatu" to autorski program samorządu Mazowsza. Jego celem jest przeciwdziałanie zmianom klimatu. Środki można było pozyskać na błękitno-zieloną infrastrukturę sprzyjającą różnorodności biologicznej, a także na energooszczędne oświetlenie zewnętrzne. W efekcie w regionie przybędzie m.in. ogrodów deszczowych, tężni solankowych, zostaną posadzone drzewa i krzewy, a wiele samorządów lokalnych zmodernizuje oświetlenie zewnętrzne. W subregionie płockim wsparcie w wysokości blisko 1,8 mln zł otrzymało 13 projektów.

Samorząd województwa mazowieckiego wspiera także organizacje pozarządowe. Wsparcie z budżetu Mazowsza trafi też do NGO-sów z subregionu płockiego, które ubiegały się o dofinansowanie w ramach otwartych konkursów ofert. Na realizację 9 działań otrzymają w sumie ponad 250 tys. zł.

**Opr. (ek)**

XIX Przegląd Twórczości Muzycznej

# W Ciachcinie wszyscy śpiewali

ZS w Ciachcinie

**Po trzech latach przerwy w wielkim stylu powrócił do Ciachcina Przegląd Twórczości Muzycznej. To już 19. edycja tego wydarzenia, które od wielu lat przyciąga do gminy Bielsk młodych, zdolnych i utalentowanych muzyków. W tym roku przegląd po raz pierwszy miał charakter powiatowy.**

Podczas imprezy plenerowej wystąpili uczniowie z 11 szkół. Swój dorobek muzyczny zaprezentowały Szkoły Podstawowe z Bielska, Ciachcina, Zagroby, Zągot, Leszczyna Szlacheckiego, Drobina, Nowej Góry, Iłowa, Małej Wsi, SP Nr 23 w Płocku oraz SP nr 20 w Płocku. Na scenie było kolorowo, wesoło i głośno, a każdy występ artystów publiczność nagradzała gromkimi brawami.

W tym roku uczestnicy podlegali ocenie jurorów i wszyscy otrzymali dyplomy oraz złote, srebrne i brązowe statuetki. Jurorzy wyłonili 4 pierwsze miejsca wśród solistów i 2 pierwsze miejsca wśród zespołów. Wszyscy młodzi artyści otrzymali nagrody z rąk wójta gminy Bielsk Józefa Jerzego Rozkosza, dyrektora Szkoły w Ciachcinie Dariusza Woźniaka i wicedyrektor Elżbiety Nowakowskiej.

Przegląd Twórczości Muzycznej został zorganizowany przez Dyrekcję Szkoły, Radę Pedagogiczną oraz Radę Rodziców. Prace nad przygotowaniem imprezy koordynowali: Grzegorz Leliński, Monika Sieradzka, Aneta Pesta i Katarzyna Kowalska.

Honorowy patronat nad przeglądam objęli: Starosta Płocki Sylwester Ziemkiewicz oraz Wójt Gminy Bielsk Józef Jerzy Rozkosz. W imprezie wzięli udział również: przewodniczący Rady Gminy Wiesław Jan Linowski, wiceprzewodnicząca Rady Powiatu Magdalena Woja, wiceprzewodnicząca Rady Powiatu Ewa Kowalak, sekretarz gminy Krystyna Chyba, ksiądz proboszcz Andrzej Krajewski oraz radny Rady Gminy Bielsk Zbigniew Klimkowski.

**(ek)**

## Spacerkiem po gminach

### Słubice

W Gminnej Bibliotece Publicznej w Słubicach odbyły się warsztaty prowadzone przez psychologów i terapeutów w ramach projektu „Zdrowie w Twojej głowie" dofinansowanego przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. W spotkaniu uczestniczyli seniorzy, słuchacze słubickiego oddziału Płockiego Powiatowego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

### Słupno

Do 15 lipca można składać wnioski o przyznanie stypendium wójta gminy dla szczególnie uzdolnionych uczniów uczęszczających do szkół podstawowych w roku szkolnym 2022/2023. Aby ubiegać się o stypendium, należy spełnić łącznie oba warunki: uzyskać średnią ocen na świadectwie z ostatniego roku szkolnego o wartości co najmniej 5.0 oraz jednocześnie być w ostatnim roku szkolnym uczestnikiem konkursów i olimpiad przedmiotowych.

### Stara Biała

W Maszewie Dużym odbył się Turniej Piłki Nożnej „Odkrywamy supermoce". Zagrali w nim uczniowie kl. I – III ze szkół w Maszewie Dużym i Starych Proboszczewicach. Turniej odbył się w ramach projektu Football's 3 Breaking Bariers, który jest realizowany przez Stowarzyszenie „Trenuj bycie dobrym" z Mrągowa, Szkołę Podstawową im. Władysława Stanisława Reymonta i Gminny Ośrodek Kultury i Sportu.

### Staroźreby

Na terenie gminy trwa „Akcja kastracja". W ramach akcji mieszkańcy mogą bezpłatnie wysterylizować/wykastrować zwierzęta właścicielskie. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie www.starozreby.pl.

### Szczawin Kościelny

Urząd Gminy poinformował, że do 15 lipca mieszkańcy mogą zapisać się na odbiór odpadów wielkogabarytowych w ramach mobilnej zbiórki odpadów komunalnych. Zapisu można dokonywać telefonicznie pod numerem telefonu 513 703 929 lub osobiście w Urzędzie Gminy, pokój nr 4.

### Szczutowo

Strażacy z OSP KSRG Gójsk zajęli drugie miejsce w Powiatowym Turnieju Piłki Nożnej. Do udziału w zawodach rozgrywanych w Gójsku zaprosiło Stowarzyszenie dla Przyszłości Sierpca i Powiatu Sierpeckiego. Kapitan drużyny z Gójska został królem strzelców turnieju.

### Wyszogród

Mateusz Sałata przekazał do Muzeum Wisły Środkowej i Ziemi Wyszogrodzkiej pamiątkową odznakę wybitą z okazji 50 rocznicy powstania Ochotniczej Straży Ogniowej w Płocku. Jubileusz był obchodzony w lipcu 1925 r.

### Zawidz

Gminna Biblioteka Publiczna w Zawidzu Kościelnym zmieniła swoją siedzibę. Obecnie mieści się ona w budynku przy ul. Mazowieckiej 26, na pierwszym piętrze.

### Żychlin

Do końca lipca można przesyłać fotografie z okresu XX w. zrobione na terenie powiatu kutnowskiego. Zebrany materiał zostanie opublikowany w albumie. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie www.zychlin.eu.

**(ek), rad**



eprasa.pl 96de324ef7

# Rynek pracy

## PRACA DODATKOWA

POSPRZĄTAM. 452-487-218.
1361028

UMYJĘ okna, posprzątam. 790-220-036.
1252071

## PRACA FIZYCZNA

Poszukuję pracy: sprzątanie, prace ogrodnicze, prace przy zieleni miejskiej. 696-135-193.
1387489

Umyję okna, posprzątam mieszkanie, popracuję w ogrodzie. 600-749-913.
1390009

**Zatrudnię osobę do pracy w gospodarstwie sadowniczym. Szczegółowe informacje tel. 533 166 603.**
1352024

## PRACA KIEROWCA

Zatrudnię kierowcę kategorii C+E (kraj) z co najmniej półrocznym doświadczeniem, firanka, Scania R 2012 r. Praca pn-pt, weekendy wolne, stałe wynagrodzenie, na początek 6500 zł do ręki. (LINK Spedycja) -791-979-176 Kamil
1367832

## PRACA NA BUDOWIE - REMONTY

Beton-Stal Ostrołęka Sp. z o.o. zatrudni na terenie Płocka inżyniera budowy z wykształceniem wyższym technicznym budowlanym. Zainteresowane osoby prosimy o przesłanie oferty zawierającej życiorys CV pod adres e-mail: fz@betonstal.ostroleka.pl, tel.(029) 769-12-59 w.17. Skontaktujemy się z wybranymi osobami.
1392233

POSZUKUJEMY do zespołu brukarza z doświadczeniem - w pełni samodzielnego (NIE DO PRZYUCZENIA) i pomocników! Do układania kostki brukowej i obrzeży. Praca na terenie Płocka i okolic od poniedziałku do piątku. Stawka do ustalenia zależnie od posiadanych umiejętności i doświadczenia. Kontakt: 531-222-913.
1387427

Zatrudnię cieśli, zbrojarzy oraz osoby do przyuczenia. 500-250-302.
1309512

## PRACA SEZONOWA

PRACA dla kapitana statku i marynarzy na Mazurach. 503-018-600.
1352089


**UWAGA BEZROBOTNI**

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

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

Biuro Ogłoszeń
Płock, ul. Stary Rynek 27

Kupon bezpłatny

*kwalifikacje*

*adres, telefon*

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


URZĄD PRACY
Miejski Urząd Pracy w Płocku

- **Pomoc kuchenna** – wykształcenie zawodowe, mile widziane doświadczenie w gastronomii, mile widziana książeczka do celów sanitarno-epidemiologicznych, chęci do pracy;
- **Kwalifikowany pracownik ochrony** – wymagany wpis na listę kwalifikowanych pracowników ochrony;
- **Piekarz** – doświadczenie min. 2 lata, chęci do pracy, dyspozycyjność;
- **Pracownik piekarni** – mile widziana książeczka do celów sanitarno-epidemiologicznych, umiejętność szybkiego uczenia się, chęci do pracy, dyspozycyjność;
- **Sprzątaczka** – mile widziane doświadczenie, chęci do pracy;
- **Specjalista w Dziale Inwestycji i Utrzymania Ruchu** – wykształcenie wyższe lub w trakcie studiów (preferowane kierunki techniczne), doświadczenie na pokrewnym stanowisku – mile widziane, dyspozycyjność – praca w terenie związana z odbiorem prac inwestycyjnych, czynne prawo jazdy kat. B, wysokie zdolności komunikacyjne oraz umiejętność pracy w zespole, odpowiedzialność, bardzo dobra organizacja pracy, samodzielność i systematyczność, dokładność, rzetelność i zaangażowanie, mile widziane doświadczenie w zakresie nadzoru nad wykonywaniem wizualizacji stacji paliw, zainteresowania związane z zagadnieniami technicznymi oraz doświadczenie w zakresie SAP;
- **Fizjoterapeuta** - wykształcenie zgodne z ustawą o zawodzie fizjoterapeuty z dn. 25 września 2015 r. (Dz. U. 2022 r., poz. 168, 1733) - technik fizjoterapii, licencjat, magister;
- **Kucharz/ kucharka** – doświadczenie w pracy na kuchni, pasja do gotowania;
- **Sprzątaczka** – wykształcenie średnie, 2 lata doświadczenia;
- **Kierowca** – wykształcenie zawodowe, 5 lat doświadczenia, prawo jazdy kat. C, mile widziane uprawnienia HDS, zaangażowanie w pracy, punktualność, sumienność, znajomość języka polskiego na poziomie A1;
- **Pracownik biurowy** – wykształcenie średnie ogólnokształcące, obsługa programu do kosztorysowania, umiejętność kosztorysowania, bardzo dobra znajomość obsługi komputera i Internetu;
- **Wychowawca** – wykształcenie wyższe pedagogiczne;
- **Pracownik fizyczny** – umiejętności manualne lub techniczne, dokładność, chęci do pracy;
- **Pracownik ogólnobudowlany** – wykształcenie zawodowe branżowe, doświadczenie w budownictwie, umiejętność szpachlowania, malowania, układania podłóg;
- **Operator wózka widłowego** – uprawnienia na wózki widłowe UDT;
- **Kontroler/ka jakości** – wykształcenie średnie lub wyższe (preferowane techniczne), wiedza z zakresu Lean Manufacturing, bardzo dobra znajomość pakietu Office (w szczególności Excel), umiejętność czytania rysunku technicznego, umiejętność pracy w zespole, znajomość języka angielskiego pozwalająca na swobodną komunikację, kreatywność, bardzo dobra organizacja pracy;
- **Pomoc kuchenna** – doświadczenie mile widziane;
- **Stolarz** – wykształcenie zasadnicze zawodowe, 1 rok doświadczenia, umiejętności stolarskie, obsługa maszyn stolarskich;
- **Magazynier** – bez wymagań;
- **Pakowacz ręczny** – wykształcenie podstawowe.

**Oferty pracy dla osób niepełnosprawnych:**

- **Referent ds. sprzedaży** – orzeczenie o stopniu niepełnosprawności.

** Oferty ważne na 16 czerwca 2023, godz. 11.00*

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

URZĄD PRACY
Powiatowy Urząd Pracy w Płocku

- **Pracownik biurowy** - handlowiec – z wykształceniem średnim, prawem jazdy kat. B, obsługą komputera i rocznym doświadczeniem zawodowym;
- **Mechanik samochodowy** - z wykształceniem średnim, znajomością wulkanizacji i mechaniki pojazdów;
- **Tokarz manualny** – z wykształceniem zawodowym, podstawową znajomością rysunku technicznego i 7-letnim doświadczeniem zawodowym;
- **Malarz** - z 2-letnim doświadczeniem w zawodzie;
- **Operator koparki** – z uprawnieniami na obsługę koparki i 2-miesięcznym doświadczeniem w zawodzie;
- **Spawacz gazowy** – z kursem cięcia gazowego i rocznym doświadczeniem w zawodzie;
- **Ślusarz – spawacz** – z wykształceniem zawodowym, uprawnieniami do spawania gazowego acetylenowo - tlenowego, umiejętnością spawalnictwa, ślusarstwa, czytania rysunku technicznego i cięcia tlenowego;
- **Kierowca** – z prawem jazdy kat. B;
- **Sprzedawca - handlowiec** – z mile widzianym doświadczeniem w zawodzie
- **Operator żurawia wieżowego stacjonarnego** – z uprawnieniami do obsługi żurawi stacjonarnych i rocznym doświadczeniem zawodowym;
- **Operator maszyn CNC** – z wykształceniem zawodowym, podstawową znajomością rysunku technicznego i 5-letnim doświadczeniem zawodowym;
- **Piaskarz** – z 2-letnim doświadczeniem w zawodzie;
- **Opiekun osób starszych** – z mile widzianym doświadczeniem w zawodzie;
- **Pracownik budowlany** – z 2-letnim doświadczeniem zawodowym na podobnym stanowisku, uprawnieniami budowlanymi i umiejętnością wykonywania prac budowlanych.

** Oferty ważne na 15 czerwca 2023, godz. 12.00*

**Więcej ofert pracy na stronie internetowej Powiatowym Urzędzie Pracy w Płocku: www.pupplock.pl**

*Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń*



eprasa.pl 96de324ef7

Dieta w profilaktyce chorób wieku podeszłego

# Seniorze! Czy wiesz, co i jak jeść?

Joanna Drygiel

**Prawidłowa dieta jest wymieniana wśród najważniejszych elementów stylu życia, mających wpływ na zdrowie człowieka w każdym wieku. Ma ona szczególne miejsce w profilaktyce chorób często dotykających seniorów, takich jak: otyłość, cukrzyca, nadciśnienie, zawał serca, udar, osteoporoza i niektóre nowotwory. Dlatego też warto przeanalizować obecny sposób żywienia oraz wyeliminować ewentualne nieprawidłowości.**

Do najczęściej popełnianych błędów należą: zbyt wysoka lub niska wartość energetyczna diety, brak regularności w spożywaniu posiłków oraz ich nieodpowiedni skład, a także niewłaściwy dobór produktów spożywczych.

## Zapotrzebowanie energetyczne

Zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze zależy między innymi od wieku, płci, aktywności fizycznej, masy i składu ciała, a także od stanu zdrowia. U seniorów zapotrzebowanie to jest niższe niż u ludzi młodych, co ma związek przede wszystkim ze spadkiem – wraz z wiekiem – masy mięśniowej oraz mniejszą aktywnością fizyczną. Zapotrzebowanie to może jednak okresowo wzrastać. Ma to miejsce np. w trakcie choroby przebiegającej z gorączką, a także w stanach rekonwalescencji po chorobie i zabiegach operacyjnych.

## Jakie produkty wybierać, a jakich unikać?

Warzywa i owoce powinny być elementem każdego posiłku i zajmować połowę talerza. Najlepiej wybierać warzywa i owoce surowe, sezonowe, ale można je także spożywać w postaci zup, sosów, potrawek i zapiekanek. Jeśli senior ma problem z rozdrabnianiem warzyw zębami, należy je zetrzeć na tarce lub podać w postaci ugotowanej lub puree.

**Produkty zbożowe** – najlepszym wyborem są pełnoziarniste produkty zbożowe. Są dobrym źródłem błonnika pokarmowego, który wydłuża odczucie sytości, wspomaga perystaltykę jelit, zapobiegając zaparciom, a także zmniejsza ryzyko rozwoju chorób układu krążenia oraz niektórych nowotworów. Pełnoziarniste zboża charakteryzują się także większą zawartością (w porównaniu do ich białych odpowiedników) składników odżywczych takich jak witaminy z grupy B, cynk czy magnez.

Najbardziej wartościowe pod tym względem są: razowe mąki i pieczywo, kasze (gryczana, pęczak), razowy ryż, otręby, płatki pełnoziarniste, np. owsiane lub jaglane.

www.freepik.com

Ograniczać należy jasne produkty zbożowe, na przykład białe pieczywo, biały ryż oraz słodkie płatki zbożowe. Wyjątek stanowią sytuacje, kiedy senior wymaga stosowania diety lekkostrawnej, ponieważ dieta bogata w błonnik nasila dolegliwości przewodu pokarmowego.

**Nabiał** jest bogatym źródłem białka i wapnia, dlatego powinien znaleźć się w codziennej diecie osoby starszej. Wyjątek stanowią tłuste produkty, które zawierają dużo cholesterolu i nasyconych kwasów tłuszczowych i mają niekorzystny wpływ na układ krążenia.

Zaleca się spożywanie produktów mlecznych takich jak: mleko 1,5-2%, zsiadłe mleko, jogurt naturalny (oprócz wymienionych wyżej), naturalny kefir i maślanka, twarożek typu grani, serek wiejski, homogenizowany serek naturalny oraz skyr.

Należy unikać tłustych oraz słodkich produktów nabiałowych, takich jak: tłuste mleko, śmietana, jogurt grecki i bałkański, tłusty twaróg, serek kremowy, mascarpone, słodki serek homogenizowany, serek topiony i pleśniowy oraz feta.

W ograniczonej ilości można spożywać ser żółty i mozzarellę – najlepiej w wersji niskotłuszczowej.

**Ryby** są cennym źródłem pełnowartościowego białka oraz kwasów omega-3 i witaminy D – szczególnie te tłuste (łosoś, halibut, makrela, śledź). Przynajmniej 2-3 razy w tygodniu należy zaplanować je w jadłospisie i spożywać ugotowane na parze lub upieczone w piekarniku.

Należy unikać wędzonych i solonych ryb, ponieważ nadmiar soli może nasilać nadciśnienie tętnicze, natomiast wędzenie jest rakotwórcze.

**Jaja** – zaleca się spożywanie 5-7 jaj tygodniowo, najlepiej z chowu ekologicznego, np. na miękko, na twardo (bez majonezu), w koszulce oraz w postaci jajecznicy na parze lub pomidorach.

Zamiast majonezu można podać sos na bazie jogurtu naturalnego z musztardą i ulubionymi warzywami lub przyprawami, np. rzodkiewką, szczypiorkiem, ziołami. Można taki sos wykorzystać do przygotowania pasty jajecznej.

**Mięso i jego przetwory** - mięso to źródło żelaza i pełnowartościowego białka, ale mimo to nie trzeba go jeść codziennie – wystarczy 2-3 razy tygodniowo. W pozostałe dni można je zastąpić rybami, jajami lub roślinami strączkowymi. Mięso powinno być gotowane w wodzie lub na parze, ewentualnie pieczone lub duszone, bez wcześniejszego obsmażania. Niewskazane jest smażenie na patelni i głębokim tłuszczu.

Należy wybierać chude gatunki mięsa i wędlin: kurczak i indyk bez skóry, chude części wołowe i wieprzowe (polędwica, schab środkowy), szynka i polędwica bez widocznego tłuszczu.

Niewskazane jest spożywanie tłustych mięs oraz ich przetworów: pasztet, metka, kiełbasa, mielonka, mortadela, parówki, serdelki.

## Nawadnianie

Zaleca się wypijanie minimum 8 szklanek niesłodzonych płynów dziennie. Dla osób w starszym wieku nie jest to łatwe, dlatego aby zwiększyć prawdopodobieństwo spełnienia tego zalecenia, warto mieć wodę w pobliżu, zabierać ją ze sobą, wychodząc z domu, i pić małymi porcjami przez cały dzień. Można także ustawić sobie przypomnienie w telefonie.

Najlepiej wybierać wodę niegazowaną, słabe napary czarnej, zielonej, owocowej lub ziołowej herbaty oraz niesłodzone kompoty.

Przeciwwskazane są napoje słodzone, gazowane, nektary, wody smakowe oraz napoje energetyzujące.

Niezalecany jest także alkohol, ponieważ może wchodzić w interakcje z przyjmowanymi przez seniora lekami i nadmiernie obciążać wątrobę. Okazjonalnie można sobie pozwolić na małą lampkę czerwonego wina do posiłku.

## Słodycze i przekąski

Cukier w diecie powinien być ograniczany, ale nie oznacza to, że nie można od czasu do czasu pozwolić sobie na deser. Może to być np. kawałek gorzkiej czekolady, budyń na chudym mleku, domowy kisiel lub galaretka z owoców sezonowych, domowe ciasto z dobrych składników, np. marchewkowe, sernik na zimno czy szarlotka albo domowe lody, np. sorbety. Zamiast cukrem deser można osłodzić erytrytolem lub ksylitolem. Najlepiej jednak zjeść w zamian ulubiony sezonowy owoc lub koktajl mleczno-owocowy.

Należy ograniczyć do minimum kaloryczne, smażone, prażone i solone przekąski, np. chipsy. Lepszym wyborem będą paluszki z makiem lub domowy popcorn albo mała garstka suszonych owoców lub naturalnych orzechów.

## Pamiętaj!

Zmiana nawyków żywieniowych nie jest łatwa i warto to robić małymi krokami. Restrykcyjne diety psują nasze relacje z jedzeniem i kojarzą się nam z czymś nieprzyjemnym i przejściowym, dlatego na dłuższą metę nie są skuteczne. Lepiej wprowadzać nowe zasady stopniowo. Wtedy jest większe prawdopodobieństwo, że nowe, lepsze nawyki zostaną z nami na zawsze.

Joanna Drygiel, Dietetyk Narodowy Instytut Onkologii – PIB, Warszawa – Klinika Onkologii i Radioterapii

** Więcej informacji o Programie Zdrowotnym dla Płocka znajdziesz na https://www.pib-nio.pl/*

eprasa.pl 96de324ef7

# HOROSKOP

### BARAN (21.03–20.04)

Przed tobą nowe wyzwania. Nie zakładaj, że się nie uda. Możesz być zdziwiony, ale wszystko będzie szło po twojej myśli. Będziesz miał wrażenie, że świat uśmiecha się do ciebie. Wykorzystaj to i nie zmarnuj szansy. Niewykorzystane okazje się mszczą i ta zasada dotyczy nie tylko sportu.

### BYK (21.04–21.05)

Spotkanie z długo niewidzianym przyjacielem wprawiło cię w doskonały nastrój. Jeszcze w tym tygodniu będziesz wspominał dawne, szalone czasy. Rozmyślania nie pomogą w pracy, więc skup się na zawodowych obowiązkach. Masz szansę na awans, nie psuj zatem wizerunku dobrego pracownika. Ciężko na niego pracowałeś, a rysą może być każda drobnostka.

### BLIŹNIĘTA (22.05–21.06)

Dobra passa trwa. Jeśli jesteś bez pary, nie musisz rozglądać się uważnie. Być możesz wejdziesz w związek z kimś, kogo znasz od dawna, a dopiero teraz dostrzegłeś w nim kandydata na partnera. Gwiazdy zapowiadają poprawę samopoczucia. Jeśli ostatnio nie czułeś się najlepiej, dzięki odpowiedniemu relaksowi powrócisz do formy.

### RAK (22.06–22.07)

Samotny Rak także będzie miał okazję do uśmiechu: pozna interesującą osobę. Być może nie nawiąże z nią dłuższej znajomości, ale niezobowiązujący flirt poprawi humor. W pracy zbierają się czarne chmury. Błąd, który popełniłeś, okaże się poważniejszy, niż początkowo przypuszczałeś. Przyznaj się do niego, bo jeśli szef dowie się o nim nie od Ciebie, możesz mieć kłopoty.

### LEW (23.07–22.08)

Zmiany, zmiany – szkoda, że tylko w twojej głowie. Snujesz wizje wspaniałej przyszłości, a nie robisz nic, aby ona rzeczywiście taka była. Zacznij nad sobą pracować, bo swoją biernością do niczego nie dojdziesz. Zrób konkretny plan działania i zacznij go wcielać w życie. Jeśli jesteś w stałym związku, nie próbuj zmieniać charakteru swojego partnera. Będziesz zaskoczony jego reakcją.

### PANNA (23.08–22.09)

Narzekasz na nasilające się dolegliwości zdrowotne. Gwiazdy zalecają odpoczynek nie tylko od obowiązków, ale także od czytania forów internetowych. Jeśli źle się czujesz, szukaj porady u lekarza, a nie obcych ludzi. Pamiętaj, że każdy przypadek jest inny i to, co komuś pomogło, tobie może zaszkodzić. Odpocznij, idź do specjalisty i zacznij myśleć pozytywnie.

### WAGA (23.09–23.10)

Spotkałeś znajomego sprzed lat, któremu na pierwszy rzut oka powodzi się lepiej niż tobie. Tak naprawdę ani twoje życie nie jest tak smutne jak ci się wydaje, ani jego tak wesołe, jak to przedstawił. Jeśli chciałbyś coś zmienić, po prostu to zrób. Pragniesz spektakularnego sukcesu? Ciężko pracuj, a na pewno go osiągniesz. Sam nie przyjdzie.

### SKORPION (24.10–22.11)

Dopiąłeś na ostatni guzik sprawę, która przez bardzo długi czas spędzała ci sen z powiek. Świętujesz sukces. Ten tydzień to dobry czas na zastanowienie się, jak sprawić, by był on jeszcze bardziej spektakularny. Idź za ciosem i planuj kolejne projekty. Kilka małych zwycięstw umocni twoją pozycję lidera.

### STRZELEC (23.11–21.12)

Czujesz, że sprawy potoczą się po twojej myśli. Aby tak było, niczego nie przyspieszaj – spokojnie czekaj na rozwój wypadków. Słuchaj swojej intuicji, ale nie działaj. Daj sprawom potoczyć się swoim rytmem, gdyż nawet najmniejsza ingerencja może nadać im nieoczekiwany obrót. W weekend odpocznij i nie myśl o pracy. Brak odpoczynku przypomni o sobie w poniedziałek.

### KOZIOROŻEC (22.12–20.01)

Poprawią się relacje z osobą, z którą nie byłeś ostatnio w dobrej komitywie. Przypomnisz sobie, co tak bardzo Cię w niej urzekło na początku znajomości. Będziecie snuli wspólne plany, zapragniecie nadrobić stracony czas. Chory Koziorożec ma szansę powrócić do zdrowia.

### WODNIK (21.01–20.02)

Czy można tęsknić za czymś, czego nigdy się nie miało? Te i inne pytania będą zaprzątały twoją uwagę w tym tygodniu. Zwrócisz się ku swojej duchowości, a najbliżsi zaczną głośno zastanawiać się nad przyczyną tej przemiany. Ze swojego pokoju uczynisz twierdzę, do której nikt nie będzie miał wstępu. Izolacja i cisza dobrze ci zrobią.

### RYBY (21.02–20.03)

Pewny siebie wzbudzisz zachwyt otoczenia. Ludzie będą chcieli przebywać w twoim towarzystwie, a udzielane przez ciebie rady zdobędą uznanie największych pesymistów i smutasów. Dobro, które dasz, wróci w przyszłości ze zdwojoną siłą. Będziesz szczęśliwy, bo komuś uda się pomóc. Jednak nie mów o tym nikomu. Skromność nie lubi poklasku.

# ZUS odpowiada na pytania czytelników

**Wojciech Ściwiarski**

*Rzecznik Prasowy ZUS w woj. mazowieckim*

**Jestem nauczycielką w szkole podstawowej na pełnym etacie. W 2024 r. kończę 60 lat. Czy otrzymam do emerytury rekompensatę za pracę w szkodliwych warunkach? Do 2009 r. pracowałam 17 lat w szkole, ale nie ciągle, gdyż miałam przerwy i umowy o pracę w szkole na czas określony. Czy w moim przypadku będę mogła liczyć na doliczenie rekompensaty do emerytury?**

Rekompensata za pracę w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze przysługuje osobie urodzonej po 31 grudnia 1948 r., która spełnia następujące warunki: przed 1 stycznia 2009 r. pracowała w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze stale i w pełnym wymiarze czasu pracy przez co najmniej 15 lat, nie ma ustalonego prawa do wcześniejszej emerytury, np. z Karty Nauczyciela, nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego ani emerytury pomostowej, wystąpi z wnioskiem o emeryturę w powszechnym wieku emerytalnym (60 lat dla kobiet, 65 lat dla mężczyzn).

Osoba ubiegająca się o rekompensatę powinna do wniosku o emeryturę dołączyć świadectwa pracy lub zaświadczenia potwierdzające wykonywanie pracy w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze, wystawione przez pracodawców, u których była zatrudniona. Ważne jest udokumentowanie wymaganego okresu 15 lat pracy nauczyciela, wykonywanej stale i w pełnym wymiarze czasu pracy, przed 1 stycznia 2009 r. Nie musi to być jedno ciągłe zatrudnienie, mogą to być różne stosunki pracy, przerwane innym okresem, niezwiązanym z pracą nauczyciela. Ważne, aby po zsumowaniu tych okresów pracy nauczycielskiej łącznie wyszło 15 lat do 31.12.2008 r.

Przy ustalaniu tego 15-letniego okresu pracy mogą zostać uwzględnione jedynie okresy, w których praca nauczycielska była wykonywana stale i w pełnym wymiarze czasu pracy. Nie zostaną natomiast zaliczone okresy niewykonywania pracy, za które wypłacono wynagrodzenie lub świadczenia z ubezpieczenia społecznego w razie choroby i macierzyństwa. Nie zostaną zatem zaliczone m.in. okresy urlopu dla poratowania zdrowia, okresy niezdolności do pracy, urlopu wychowawczego. Stwierdzenie uprawnień do jakiegokolwiek świadczenia czy też rekompensaty jest możliwe wyłącznie po rozpatrzeniu wniosku i załączonych do niego dokumentów. Bez analizy dołączonych dokumentów trudno na łamach gazety odpowiedzieć na pytanie, czy uzyska pani prawo do rekompensaty.

**Zatrudniłam się w firmie od 1 września. Niestety, jest to niepoważna firma i z dniem 1 grudnia odchodzę. Manager powiedział mi, że nie wyda mi żadnego zaświadczenia o zarobkach, ponieważ jest to tajemnica firmowa i w umowie mam zapis o nieujawnianiu zarobków.**

W przypadku, gdy pracownik potrzebuje zaświadczenia o zarobkach dla celów związanych z ustaleniem prawa do świadczeń z ubezpieczeń społecznych i ich wysokości, pracodawca ma obowiązek wydania takiego zaświadczenia. Przymus wydania takiego dokumentu określa art. 125 ust. 1 pkt. 2 ustawy z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz.U.2013.1440). Przepis ten określa, że pracodawca musi wydać pracownikowi lub organowi rentowemu zaświadczenia niezbędne do ustalenia prawa do świadczeń i ich wysokości. Zaświadczenie takie wydawane jest na druku ZUS RP-7. W przypadku, gdy pracodawca nie wystawi zaświadczenia, wówczas rozliczymy świadczenie na podstawie danych zawartych w kompleksowym systemie informatycznym.

W Salonie Kosmetologii Cleopatra

# Jak przygotować cerę do urlopu?

**Zbliża się sezon wakacyjnych podróży. Niezależnie od tego, czy będziemy wypoczywać w Polsce, czy za granicą, nad wodą, w górach, a może w swoim miejscu zamieszkania, warto zrobić coś dla swojej narażonej na promieniowanie UV-A cery. Salon Kosmetologii Cleopatra zaprasza na letnie zabiegi i bezpłatną konsultację.**

Nadmierne dawki promieniowania UV-A mogą powodować zmiany skórne. Przyczyniają się też do zmniejszenia produkcji kolagenu, przez co skóra traci jędrność i elastyczność. Przed zmarszczkami nie uciekniemy, ale możemy spowodować, że będą mniej widoczne.

- *Przed urlopem warto zadbać o zabieg oczyszczająco-wzmacniający i przeciwzmarszczkowy twarzy, szyi, dekoltu i strefy oczu. Cera wraz z tkanką podskórną i mięśniami zostanie profesjonalnie wzmocniona, nawilżona i ujędrniona. Potem będzie łatwiejsza w pielęgnacji domowej i podczas wyjazdów. Warto mieć również swojego sprawdzonego kosmetologa, który zna potrzeby naszej skóry i profesjonalnie doradzi zarówno zabiegi w salonie przed i po urlopie, jak i pielęgnację* – wyjaśnia kosmetolog, właścicielka Salonu Cleopatra Anita Gołębiowska.

Podczas letnich zabiegów w Salonie Cleopatra kosmetolodzy używają substancji czynnych z ECO certyfikatami, antyoksydantów, które pomagają zwalczać wolne rodniki i spowalniają starzenie się cery, bezpiecznych koncentratów, biostymulatorów, które pomagają odbudować strukturę skóry.

Kosmetyczne menu „Cleopatry" jest zróżnicowane – możemy wybierać spośród najnowocześniejszych technologii i urządzeń w służbie naszej cerze, renomowanych i cenionych marek z europejskimi certyfikatami. W zadbaniu o ciało z pomocą przyjdzie LipoRadiologia Vinci, zimna plazma bezinwazyjna, biolaser Instytutu Filorga. Latem doskonale sprawdzą się: infuzja tlenowa, oksybrazja wodno-tlenowa, mezoterapia igłowa i bezigłowa, terapia wodorowa.

Jeżeli planujemy dłuższy wakacyjny wyjazd, powinniśmy poświęcić uwagę paznokciom. Salon Cleopatra to jedyny w Płocku autoryzowany salon, w którym używa się najlepszych lakierów hybrydowych CND Shellac oraz profesjonalnych lamp CND. Bogaty wybór kolorów z pewnością zadowoli wszystkie gusta! A jeśli mamy jakieś problemy ze stopami – specjaliści od zabiegów podologicznych pomogą nam z odciskami, odgniotkami, zniekształceniem płytki czy wrastającymi paznokciami. Rozwiążą problem nie tylko na lato, ale na lata.

- *W czasie spacerów czy zwiedzania nie zapominajmy o czapce z daszkiem albo kapeluszu chroniącym oczy i cerę, kosmetykach z wysokim filtrem (min. 30). Upały pomogą przetrwać bawełniane lub lniane ubrania. Osobiście nakładam sobie i klientom leczniczy podkład bez konserwantów dr Schrammek i puder sypki bez utwardzaczy chemicznych, które występują w pudrach prasowanych. Podczas wizyty w salonie chętnie podzielimy się wskazówkami na temat letniej pielęgnacji skóry* – mówi Anita Gołębiowska.

W Salonie Kosmetologii Cleopatra doświadczona kadra kosmetologów indywidualnie dobierze program zabiegów. Dodatkowo klienci mogą skorzystać z Lojalnościowego Programu Zdrowia i Urody z kartą rabatową aż do 30%. Warto podkreślić, że w Salonie do końca 2023 roku obowiązuje cennik z 2021 roku dzięki korzystnym kontraktom z firmami współpracującymi wynegocjowanymi przez właścicielkę. Płocki Salon Cleopatra jest wśród 10% najwyżej ocenianych salonów kosmetologicznych w Polsce w rankingach niezależnych firm (m.in. Firma Godna Zaufania, Złota Firma, Orły Kosmetologii).

Motto Salonu brzmi: „Zaufanie dzięki skuteczności". Tych wszystkich, którzy mają skóry wrażliwe i wymagające, kosmetolodzy zapraszają do salonu (ul. Królewiecka 24a) na spotkanie z bezpłatną konsultacją (tel. 608178594). Przywita nas uśmiechnięty zespół pomocnych i troskliwych specjalistek od urody!

**(m.a.)**

CLEOPATRA

www.cleopatra-plock.pl

FB Anita Gołębiowska

Instagram: saloncleopatraplock

Kosmetologia Estetyczna
tel. 24 262 49 07
lub 608 178 594

– Kosmetologia estetyczna
– pełna kosmetyka twarzy i ciała
– makijaż permanentny

Właściciel:
kosmetolog Anita Gołębiowska

ul. Królewiecka 24 a,
w godz. 9.00–20.00,
sobota 9.00–16.00



eprasa.pl 96de324ef7

## ŻYCZENIA

**W najbliższym tygodniu imieniny obchodzą:**

20 czerwca – Bogna, Florentyna,
21 czerwca – Alicja, Alojz,
22 czerwca – Paulina, Tomasz,
23 czerwca – Wanda, Zenon,
24 czerwca – Danuta, Jan,
25 czerwca – Dorota, Łucja,
26 czerwca – Jan, Paweł.

***

Niech urodziny, które są raz w roku
będą szczęśliwe i pełne uroku.
Składam tobie szczere życzenia,
aby spełniły się
twoje najskrytsze marzenia.
Samych beztroskich dni,
czego pragniesz, by się spełniło
i szczęście całą przestrzeń
wokół wypełniło.
**Paulinie Kownackiej**
życzenia ślą znajomi.

***

Rozsądku w życiu, umiaru w piciu.
Dobrego zdrowia,
pieniędzy mrowia.
Ciągłej radości,
szczęścia w miłości.
Wspaniałej pracy, wysokiej płacy.
Pomysłów wielu, dojścia do celu.
Rekordów bicia i 100 lat życia.
Koledze **Pawłowi**
życzą współpracownicy.

***

Tatusiu kochany,
my z serca ci składamy:
zdrowia, sił i codziennej radości,
żadnych problemów
ze stawami kości.
Obyś miał zawsze spokojną głowę,
do nas – twoich dzieci
– nerwy stalowe.
Cierpliwość świętą!
Rękę nie ciężką!
Spokojnego ducha,
kiedy trwa zawierucha.
Niech ci płyną jak najmilej
życia trudne chwile,
w dzień dzisiejszy Tatku miły,
tego my dzieci ci życzymy!
Najlepszemu tacie **Tomaszowi**
życzenia przesyłają Agnieszka,
Marta i Krzysiek.

***

Z okazji urodzin
składamy ci moc życzeń:
uśmiechu, zdrowia, radości,
mnóstwa prezentów i gości,
przyjaźni wielkich i małych,
wielu przygód niebywałych
uśmiechu wesołego
i wszystkiego najlepszego!
**Wandzie Piotrowskiej**
życzenia ślą koleżanki.

***

Niech urodziny, które są raz w roku,
będą szczęśliwe i pełne uroku.
Składam tobie szczere życzenia,
aby spełniły się
twoje najskrytsze marzenia.
Samych beztroskich dni,
czego pragniesz, by się spełniło
i szczęście całą przestrzeń
wokół wypełniło.
Koleżance **Dorocie**
przesyłają Anka i Danusia.

**(kw)**

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

Tego jeszcze nie było! Rusza konkurs dla młodych fanów ludowych piosenek

# Dzieciaki, zaśpiewacie „Szła dzieweczka do laseczka”?

**Masz naście lat i potrafisz z energią i ogniem zaśpiewać piosenkę „Szła dzieweczka do laseczka”? A może znasz inne ludowe przyśpiewki? Mamy dla ciebie dobrą wiadomość. Koniecznie weź udział w konkursie, jakiego w naszym mieście jeszcze nie było. Mowa o pierwszej edycji konkursu piosenki ludowej Vistula Folk Voice! To propozycja dla młodych ludzi, którzy potrafią i lubią śpiewać na ludową nutę. Konkurs składa się z dwóch etapów, a jedną z nagród głównych jest występ na koncercie galowym.**

Vistula Folk Voice odbędzie się po raz pierwszy w ramach tegorocznej edycji Vistula Folk Festival. Adresowany jest do dzieci i młodzieży w wieku szkolnym.

Pierwszy etap, czyli przesłuchania konkursowe, zostaną przeprowadzone 19 sierpnia od godz. 11.00 w sali koncertowej POKiS (ul. Jakubowskiego 8).

Drugi etap przesłuchań konkursowych odbędzie się 23 sierpnia na scenie w Parku Północnym, w ramach koncertu inauguracyjnego Vistula Folk Festival 2023, także od godz. 11.00.

Aby wziąć udział w konkursie, uczestnicy muszą przesłać zgłoszenie dostępne na stronie internetowej Płockiego Ośrodka Kultury i Sztuki. Termin przyjęcia zgłoszeń upływa 11 sierpnia!

Konkurs podzielony jest na cztery kategorie wiekowe: Grupa I (7-9 lat), Grupa II (10-12 lat), Grupa III (13-15 lat) oraz Grupa IV (16-18 lat). Uczestnicy z każdej grup wiekowych mają przygotować dwa utwory: własny oraz utwór wskazany przez organizatora, przyporządkowany do kategorii wiekowej. Podczas przesłuchań konkursowych uczestnicy wykonają wybrany przez siebie utwór. W przypadku awansu do koncertu laureatów, uczestnik wykona utwór muzyczny wskazany przez organizatora.

Przesłuchania konkursowe będą otwarte dla publiczności, a powołane przez dyrektora Płockiego Ośrodka Kultury i Sztuki im. Franciszki i Stefana Themersonów jury oceni umiejętności wokalne, interpretację wybranego utworu oraz dobór repertuaru. Laureaci każdej grupy wiekowej otrzymają atrakcyjne nagrody, w tym nagranie w profesjonalnym studio nagrań, nagrody pieniężne w wysokości: 500 zł, 200 zł oraz 100 zł oraz udział w koncercie galowym Vistula Folk Festival w dniu 26 sierpnia 2023 roku.

Organizatorzy przypominają, że uczestnicy muszą przestrzegać wymogów programowych, wykonując utwory z dziedzictwa polskiej kultury ludowej, wykluczając piosenki disco polo oraz biesiadne. Uczestnicy muszą dostarczyć nośnik z nagraniami swoich utworów, oznaczony tytułem utworu oraz imieniem i nazwiskiem uczestnika, na dwa dni przed pierwszym etapem konkursu.

Więcej informacji na temat konkursu piosenki ludowej Vistula Folk Voice można znaleźć na stronie internetowej Płockiego Ośrodka Kultury i Sztuki im. Themersonów – pokis.pl. Wszelkie pytania dotyczące konkursu należy kierować do Płockiego Ośrodka Kultury i Sztuki im. Themersonów na adres promocja@pokis.pl.

Konkurs organizują połączone siły POKiS-u oraz Państwowej Szkoły Muzycznej I i II Stopnia im. Karola Szymanowskiego w Płocku. **BS**

Jeden z największych festiwali folklorystycznych już w sierpniu

# XI Vistula Folk Festival

**W tym roku w Płocku po raz kolejny odbędzie się jeden z największych festiwali folklorystycznych w Polsce. XI edycję Vistula Folk Festival przewidziano na 22-27 sierpnia. Podczas tegorocznej odsłony festiwalu gościć będziemy zespoły z różnych zakątków świata, między innymi z Rumunii.**

Orientalna muzyka folkowa, barwne stroje i tańce z różnych części świata w połączeniu z mieszanką języków składają się na niezapomniane widowiska taneczno-muzyczne. Na jeden tydzień Płock zamienia się w miasto wielonarodowe, wybrzmiewające przeróżnymi językami obcymi. W tym roku powracamy po pandemicznej przerwie w swoim pełnym, tradycyjnym wymiarze, aby znowu obcować z kulturami z całego świata.

W tym roku podczas XI edycji Vistula Folk Festival naszych gości będzie można zobaczyć i posłuchać w różnych miejscach Płocka: na Starym Rynku, w Parku Północnym, a także w Katedrze i Amfiteatrze.

Znamy już pierwszych gości tegorocznej edycji. To Rumuński Zespół ludowy „Cununa Apusenilor” z Gilau. Zespół ściśle współpracuje z Centrum Ochrony i Promocji Kultury Tradycyjnej Okręgu Cluj. Instytucja została zaprojektowana jako ważne ogniwo w systemie instytucji zajmujących się obroną i zachowaniem rumuńskiego dziedzictwa kulturalno-artystycznego, który obejmuje również Akademię Rumuńską, uniwersytet, muzea historii, etnografii i sztuki.

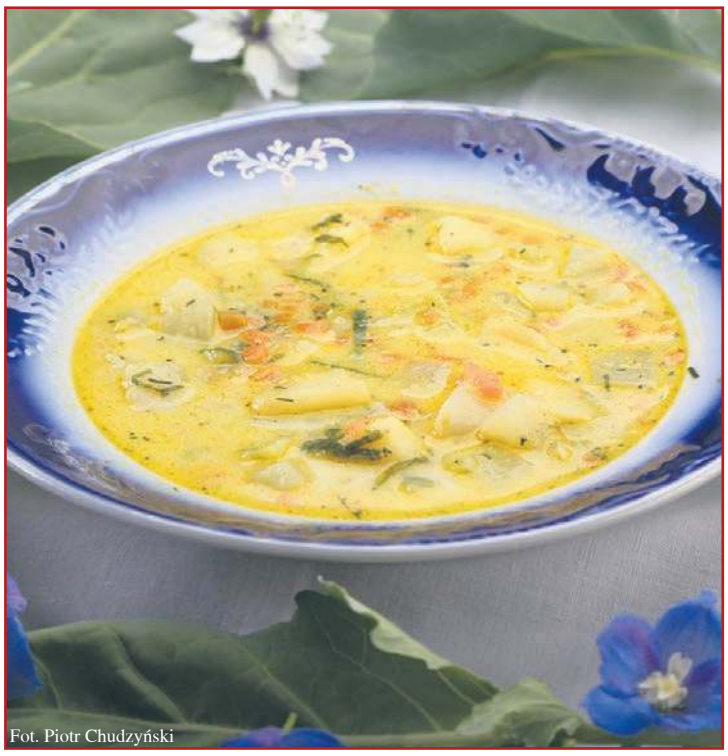
Nowością tegorocznej edycji będzie konkurs piosenki ludowej Vistula Folk Voice. Będzie się składać z dwóch etapów, a jego odbiorcami są dzieci i młodzież w wieku szkolnym. Pierwszy etap, czyli przesłuchania konkursowe, zostaną przeprowadzone w sali koncertowej POKiS. Drugi etap przesłuchań konkursowych odbędzie się 23 sierpnia 2023 roku na Scenie w Parku Północnym. Szczegóły i formularze zgłoszeniowe dostępne są na www.pokis.pl.

**opr. (t)**

## NIE TYLKO KULINARNE WĘDRÓWKI PO POLSCE

# *Oberiby czas*

Upalne, słoneczne dni uświadamiają nam, że nastał już czas lata. Ogród zaczyna dostarczać coraz więcej młodych warzyw, a na krzaczkach truskawek i poziomek czerwienią się soczyste owoce. W tym ogrodowym tłoku rozpychają się też pękate kalarepki. Najwięcej upraw tego warzywa znajduje się w Niemczech. Tam też najchętniej sięgają po nie gospodynie domowe. Kalarepka to wdzięczne warzywo, bo niewiele potrzebuje, aby urosnąć, nie musi być ani nawożona, ani obficie podlewana. Za to wiele oferuje w zamian. Otóż warzywo to jest bogate w witaminę C, żelazo oraz luteinę niezbędną do prawidłowego funkcjonowania wzroku. Dodatkowo kalarepka wykazuje właściwości bakteriobójcze, m.in. zwalcza bakterię odpowiedzialną za powstawanie wrzodów żołądka i dwunastnicy. Warto zatem wkomponować w swoje menu oberibę, czyli po śląsku kalarepkę.



Fot. Piotr Chudzyński

### Zupa z oberiby

**Skład:**

- 3 kalarepki;
- 1 cebula;
- 1 marchewka;
- 3 młode ziemniaki;
- 1 gałązka lubczyku;
- pęczek koperku;
- 1,5 l warzywnego bulionu;
- 2 łyżki gęstej śmietany (18%);
- 2 łyżki masła;
- sól.

**Wykonanie:**

Starannie myjemy i obieramy cebulę, marchew oraz ziemniaki. Cebulę i marchew kroimy w drobną kostkę. Ziemniaki kroimy w kostkę o boku 1cm. W garnku roztapiamy masło i przesmażamy na nim pokrojone warzywa. Obieramy kalarepki z wierzchniej skórki, zachowujemy młode listki. Kroimy kalarepkę w kostkę, a listki w paseczki. Dodajemy pokrojoną kalarepkę do warzyw i chwilę przesmażamy. Zalewamy warzywa bulionem, dodajemy lubczyk i gotujemy na wolnym ogniu, aż warzywa zmiękną (ok. 30 minut). Po tym czasie dodajemy posiekany koperek i listki kalarepki, doprawiamy zupę solą i zagęszczamy śmietaną. Chwilę całość podgrzewamy. Zupę serwujemy gorącą.

Tradycyjna kuchnia śląska nie należała do lekkich. Mięsem preferowanym w tym regionie była wieprzowina. Doskonale wkomponowywała się w chętnie spożywane na Śląsku dania z kapusty. Bardzo popularne w kuchni śląskiej były też potrawy mączne, wśród których królowały charakterystyczne dla regionu kluski śląskie. Daniom mięsnym zawsze towarzyszyły gęste sosy, czasami zagęszczane mąką, czasami śmietaną. Najobficiej jadano w niedziele i święta. Przy czym w zależności od pory roku zmieniały się dodatki do mięsa, jak też część deserowa. Zimą szeroko wykorzystywano kiszoną kapustę i buraczki. Do kompotu i deserów używano suszonych owoców. Latem na śląskie stoły wkraczała kalarepka. Podawana była zwykle w postaci gęstej zupy lub jarzynki serwowanej z pieczenią wieprzową. Kompot gotowano z świeżych owoców, zaś na deser przygotowywano drożdżówkę z jagodami. Tak kaloryczne jedzenie powinno nie sprzyjać kondycji zdrowotnej Ślązaków. Jednak należy pamiętać, iż nie zawsze stoły górników były wypełnione tradycyjnym jadłem. Jak kopalnie zarabiały, to i górnicy mieli co jeść, jak popyt na węgiel spadał, to i jedzenie nie było już tak tłuste, jakby sobie tego życzyli pracujący przy wydobyciu tego surowca górnicy.

Właśnie zagościło u nas lato, czyli nastał najlepszy czas na dania z oberiby, zwłaszcza że jest tania i zdrowa. Jeśli liczymy kalorie, to tradycyjną oberibę na gęsto (czyli zupę z oberiby) można przygotować w wersji lekkiej z bulionem warzywnym, a nie na żeberkach lub wędzonej wieprzowinie.

**dr Izabela Chudzyńska**
**etnolog, antropolog jedzenia**



eprasa.pl 96de324ef7

## PŁOCK

**BIBLIOTEKA DLA DZIECI „Chotomek”**, ul. Sienkiewicza 2, tel. 262-27-69.
**BIBLIOTEKA** im. Zielińskich, pl. Narutowicza 2, tel. 366-99-70.
**DOM BRONIEWSKIEGO**, ul. Kościuszki 24.
**DOM DARMSTADT,** ul. Stary Rynek 8, tel. 367-19-22, fax 367-19-33.
**DOM TECHNIKA** PKN Orlen S.A., ul. Kazimierza Wielkiego 41, tel. 262-82-54 do g. 15, tel. 262-77-36.
**GALERIA a.r.t.**, ul. Kazimierza Wielkiego 24/24A, tel. 268 76 34.
**GALERIA SZTUKI Dzieci i Młodzieży**, CH Atrium Mosty, ul. Tysiąclecia 2a, tel. 369 16 08.
**HOTEL „Herman”**, ul. Sienkiewicza 30.
**KINO HELIOS**, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144, tel. 363-34-45.
**KLUB OSIEDLA KOCHANOWSKIEGO**, tel. 262-79-96.
**KLUB OSIEDLA DWORCOWA**, tel. 262-72-08.
**KLUB OSIEDLA ŁUKASIEWICZA**, tel. 263-94-12.
**KSIĄŻNICA PŁOCKA**, ul. Kościuszki 6, tel. 262-31-17.
**MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY**, ul. Tumska 9a, tel. 262-28-30.
**MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY**, Filia w ogrodzie jordanowskim, ul. Wyszogrodzka l, tel. 364-31-84.
**MŁODZIEŻOWY DOM KULTURY**, Filia – eMDeKuś w Szkole Podstawowej nr 23, ul. Walecznych 20, tel. 510 590 790.
**MUZEUM DIECEZJALNE**, ul. Tumska 3a, tel. 262-26-23.
**MUZEUM MAZOWIECKIE,** ul. Tumska 8, tel. 262-44-91. Muzeum czynne: wtorek– niedziela, g. 10– 17, w czwartki wstęp wolny.
**MUZEUM ŻYDÓW MAZOWIECKICH**, ul. Kwiatka 7.
**NOVEKINO PRZEDWIOŚNIE**, ul. Tumska, tel. 367-65-00.
**OGRÓD ZOOLOGICZNY**, ul. Norbertańska 2, kasa biletowa tel. 366-05-14.
**PŁOCKA GALERIA SZTUKI,** ul. Sienkiewicza 36, tel. 364-60-41.
**PŁOCKA LOKALNA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA**, tel./fax 364-99-90.
**PŁOCKA ORKIESTRA SYMFONICZNA**, ul. Bielska 9, tel. 364-10-80
**PŁOCKI OŚRODEK KULTURY I SZTUKI**, ul. Tumska 9A, tel. 366-43-33.
**PŁYWALNIE** (czynne w g. 7– 22):
**Jagiellonka,** ul. 3 Maja 4, tel. 262-58-69;
**Podolanka**, ul. Czwartaków 6, tel. 267-81-20.
**SALA KONCERTOWA „Dzieci Płocka”**, ul. Jachowicza 34.
**SPICHLERZ**, Dział Etnograficzny Muzeum Mazowieckiego, ul. Kazimierza Wielkiego 11b, 262-25-95.
**SPÓŁDZIELCZY DOM KULTURY**, ul. Krzywoustego 3, tel./fax 263-35-60.
**TEATR DRAMATYCZNY im. J. Szaniawskiego,** Nowy Rynek 1, tel. 266-38-00.
**TOWARZYSTWO NAUKOWE PŁOCKIE**, pl. Narutowicza 8, tel. 366-99-50.

### MECHANIK SAMOCHODOWY

All-Car, ul. Spokojna 28, tel. 366-50-64
Armax, ul. Sienkiewicza 64, tel. 262-44-24
Auto-Box, ul. Zbożowa 29, tel. 264-32-90
Auto-Cross, ul. Kościuszki 8, tel. 266-48-46
Auto-Mechanika, ul. Czereśniowa 12, tel. 263-52-37
Auto-Naprawa, ul. Chabrowa 31, tel. 264-63-29
Auto Naprawa, ul. Jachowicza 7, tel. 264-52-10
Auto Naprawa, Nowy Rynek 3, te. 262-68-91
Auto-Serwis, ul. Bielska 70, tel. 267-94-80
Auto Serwis Zapłon, ul. Bliska 17, tel. 262-83-20
BENEDIKS, alternatory, rozruszniki - naprawa, ul. Wiatraki 4, 603-846-516
Bosch Car Service, ul. Wyszogrodzka 100, tel. 262-73-34
Blacharstwo i Mechanika, ul. Gradowskiego 30, tel. 262-94-91
Carselect, ul. Kutnowska 18, tel. 266-38-93
Elektromechanika, ul. Mościckiego 19, tel. 600-208-878
Firma Auto Holo Naprawa, ul. Grabówka 16A, tel. 264-84-87
Firma Mechanika Dom, ul. 3 Maja, tel. 268-10-62
Mechanika Pojazdowa Auto-Pol, ul. Bielska 59, tel. 264-61-96
Mechanika Pojazdowa, ul. Agrestowa 1, tel. 514-040-641
Mechanika Pojazdowa, Kostrogaj 5, tel. 694-285-761
Mechanika Pojazdowa, ul. Klonowa 3A, tel. 601-271-198
Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 18, tel. 606-290-094
Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 21
Mechanika Pojazdowa, ul. Otolińska 29, tel. 262-00-52
Mobile, ul. Wyszogrodzka 1A, tel. 503-024-732
Moto-Dar, ul. Sierpecka 17, tel. 604-640-296
Moto-Mar, ul. Zarzeczna 2, tel. 502-353-341
Mototap, ul. Macieszy 19, tel. 604-058-090
Opondex, ul. Gwardii Ludowej 6, tel. 366-07-09
Scania, ul. Sierpecka 11, tel. 262-41-06
Silver, ul. Szpitalna 14B, tel. 502-161-262
S.W.A.P Auto Serwis, ul. Maszewska 15, tel. 512-373-076
Puh Auto Serwis, ul. Nowy Rynek 3, tel. 262-66-01
PW Autos, ul. Otolińska 25, tel. 264-45-88
Transtrak, ul. Graniczna 53A, tel. 262-97-31
Zep-Mot, ul. Graniczna 57, tel. 266-54-43

### PIZZERIE

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.
Boska, bo włoska, ul. Kwiatka 27, tel. 262-74-90
Corner, ul. Kolegialna 39, tel. 262-69-74
Czerwony Pomidor, ul. Lipnowska 35 Maszewo Duże, tel. 531 471 247
Da Grasso, ul. Walecznych 9A, tel. 264-01-01
Domino, ul. Rembielińskiego 8, tel. 268-45-25
Domino’s Pizza, ul. Armii Krajowej 2, tel. 24 270 24 01
Festa Italiana, ul. Słoneczna 4A, tel. 737 814 299
Gruby Benek, ul. Tumska 14, tel. 386-22-22
Killer, ul. Grodzka 3, tel. 268-81-25
Knajpka 10,5, pl. Narutowicza 2, tel. 264-72-92
Laguna, ul. Staromiejska 2, tel. 366-69-79
Oliva, al. Jana Pawła II 21C, tel. 504 504 291
Osiedlowa, al. Miodowa 8, tel. 571-903-311
Piccantino, ul. Synagogalna 2/8a, tel. 881 531 423
Pino, ul. Spółdzielcza 14, tel. 264-18-17
Pizza Hut Express, Galeria Wisła, tel. 22 536 36 36
Pizzeria 105, ul. 3 Maja 17, tel. 572-625-105
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
Klub Kino, ul. Grodzka 6, tel. 502-272-705
Kombinat, ul. Sienkiewicza 32, tel. 575 907 603
Lisia Jama, ul. Kościuszki 2, tel. 262-34-51
Mały Płock, ul. Królewiecka 12C, tel. 510 607 433
Memories Club, ul. Królewiecka 12, tel. 512 748 483
Ministerstwo Śledzia i Wódki, ul. Grodzka 5, tel. 577 808 037
Pijalnia Wódki i i Piwa, ul Grodzka 15, tel. 795-409-746
Rock 69, plac Gabriela Narutowicza 2, tel. 366-39-38
Stacja Warka, ul. Tumska 9, tel. 24 264 15 25
Queen, ul. Grodzka 4, 790-800-378
Zachęta, ul. Grodzka 9, tel. 502 666 112

### RESTAURACJE

American Food by Olek, al. Kilińskiego 39, tel. 537-191-427
Art Deco, ul. Stary Rynek 17, tel. 268-57-51
Browar Tumski, ul. Stary Rynek 13, tel. 268-69-39
Burgeroom, ul. Kochanowskiego 48, tel. 883 681 117
Burrata, al. Jana Pawła II 12C, tel. 537 937 033
Cafe & Bistro na Deptaku, ul. Tumska 5, tel. 515-307-292
Dębowa, Galeria Wisła, tel. 24 363 36 66
Figaro, ul. Dworcowa 6A, tel. 264-39-51
Hotel Angielski, ul. Tumska 9, tel. 264-15-25
Hotel Petrochemia, ul. 3 Maja 33, tel. 365-60-02
Hotel 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
Tres Puntos, 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
Ogniem i Mięsem, Stary Rynek 25, tel. 24 364 30 03
Pod Strzechą, ul. Grodzka 5, tel. 262-24-00
Restauracja Piast, Al. Kobylińskiego 14, tel. 263-86-30
Salonik Babci Krysi, Stary Rynek 27, tel. 791 187 236
Tango, ul. Bielska 61, tel. 262-79-93
Trinity Burger House, ul. Tumska 14, tel. 506-918-491
W Kapuście, pl. G. Narutowicza 1, tel. 500 515 657
Wieża Ciśnień, ul. Warszawska 26, tel. 24 367 10 00
Wisełka, ul. Harcerska 102, tel. 264-83-17
Zajazd Rybaki, ul. Mostowa 5, tel. 264-56-58

### SZEWCY

ul. Bielska 16, tel. 663-367-251
ul. Łachmana 46, tel. 616-583-042
ul. Szarych Szeregów 6, tel. 515-600-323
ul. Wyszogrodzka 140, tel. 366-36-07

### TAXI

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

### WETERYNARZ

Amicus, ul. Armii Krajowej 20, tel. 509-098-624
Chiron, ul. Otolińska 10, tel. 262-39-92
Jar-Wet, ul. Armii Krajowej 1A, tel. 264-25-02
Konvet, ul. Jachowicza 19A, tel. 505-891-393
Marion, ul. Piłsudskiego 31, 264-39-48
Na 4 Łapy, ul. Kochanoskiego 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. 18 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. Wyszyńskiego 40, tel. 694 000 584
Retro, ul. Floriańska 8, tel. 235-22-88

### PŁYWALNIE

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

### RESTAURACJE

Bajka, ul. Kościuszki 17, 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
Kuźnia Smaków, Rynek 7, tel. 666-899-777

### TAXI

Postój, tel. 235-24-04

### WETERYNARZ

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

## KUTNO

**KUTNOWSKI DOM KULTURY**, ul. Żółkiewskiego 4, tel. 254-21-37
**MUZEUM BITWY NAD BZURĄ,** Park Wiosny Ludów, tel. 253-31-41
**MUZEUM REGIONALNE,** pl. marsz. J. Piłsudskiego 20, tel. 254-79-64

### PŁYWALNIE

Aquapark Kutno, ul. Kościuszki 54, tel. 357-56-00

### RESTAURACJE

Ale Smacznie, ul. Warszawskie Przedmieście 31, tel. 254-33-11
Dworek, ul. Kościuszki 9, tel. 335-22-91
Viva Garden, 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 i Diagnostyka, ul. Słowackiego 39, tel. 605-365-541
Zakład Elektromechaniki Pojazdowej, ul. Warszawskie Przedmieście 22, tel. 253-79-08
Zakład Samochodowy, ul Broniewskiego 7, 253-79-28

### SZEWC

Szewskie usługi, ul. Podrzeczna 11

### TAXI

Tanie Taxi, tel. 515 106 006
24 h, tel. 720-888-607

## SIERPC

**CENTRUM KULTURY i SZTUKI**, ul. Piastowska 39, tel. 275-24-93
**KAWIARNIA** „Nad Basenem”, ul. Sucharskiego 2, tel. 275-74-72 wew. 47
**MUZEUM WSI MAZOWIECKIEJ – SKANSEN**, ul. Gabriela Narutowicza 64, tel. 275-28-83; Skansen czynny wtorek–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

### PŁYWALNIE

ul. Sucharskiego 2, tel. 275-74-72 (czynny 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
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. Białobłocka 22, tel. 275-50-87
Wulkanizacja i serwis klimatyzacji, ul. Białobłocka 16, tel. 690-283-838

### SZEWC

Usługi szewskie, ul. 11 Listopada 8

### WETERYNARZ

Gabinet weterynaryjny, ul. Narutowicza 32, tel. 502-623-656
Przychodnia weterynaryjna, ul. Piastowska 45A, tel. 231-15-33
Lecznica dla zwierząt, ul. Konstytucji 3 Maja 40, tel. 275-27-09

## CEKANOWO

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

## CIERSZEWO

Ośrodek Rekreacyjno-Szkoleniowy, tel. 260-94-65, 260-94-66

## DĄB POLSKI

Pensjonat „Dąb Polski”, tel. 260-41-13

## GĄBIN

Muzeum Ziemi Gąbińskiej, ul. Stary Rynek 6, tel. 277-12-09, 277-12-22

## KROŚNIEWICE

Muzeum im. J. Dunin-Borkowskiego, pl. Wolności 1, tel. 252-32-19

## ŁĄCK

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

## OPORÓW

Zamek, tel. 285-91-22, 285-91-80

## RACIĄŻ

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

## SANNIKI

Pałac, tel. 277-61-70

## SŁUPNO

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

## STAROŹREBY

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

## WYSZOGRÓD

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

## ŻYCHLIN

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

## DYŻURY APTEK

**Płock:** do 22.06 – ul. Medyczna 19, 506 180 165; od 22.06 do 24.06 – ul. Miodowa 4, 24 262 09 51; od 24.06 do 26.06 – ul. Wyszogrodzka 163, 736 697 992; do 26.06 – ul. Otolińska 8, 24 264 43 44.

**Gostynin:** ul. Czapskiego 4: poniedziałek – piątek – w g. 8-20; sobota – w g. 8-14; ul. Rynek 25 – czynne przez całą dobę w dni powszednie, dni wolne od pracy, niedziele i święta.

**Sierpc:** 20.06 – ul. Braci Tułodzieckich 1a, 21.06 – ul. Jana Pawła II 38, 22.06 – ul. Matejki 1c, 23.06 – ul. Narutowicza 2a, 24.06 – ul. Kościuszki 34a (C.H. Stacja Sierpc), 25.06 – ul. Braci Tułodzieckich 10, 26.06 – ul. Piastowska 42.

## 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 (nocna 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 chorobach przenoszonych drogą płciową i AIDS); Stowarzyszenie „Kai Kairos” – 367-39-88 w g. 15–22, soboty w g. 11–19.



eprasa.pl 96de324ef7

# e-PRENUMERATA

www.eprasa.pl

E-wydanie Tygodnika Płockiego
prenumerata: miesięczna, półroczna i roczna

Płatność - przelew internetowy

Cena w kiosku 3,90 zł
w prenumeracie już od 3.38 zł

# GRANIT PLUS

Granity z całego świata

Nagrobki z granitu już od 2000,00 zł

NAJWIĘKSZA WYSTAWA
NAGROBKÓW W KRAJU.

WYSOKIE RABATY !
PAMIĘTAJ, NAJTANIEJ U PRODUCENTA !

Płock, ul. Sierpecka 2, tel/fax (0-24) 268-95-99

SA-113

Zapraszamy na oficjalny Fan Page Tygodnika Płockiego
https://www.facebook.com/gazeta.tygodnik.plocki

informacje na żywo
zdjęcia z wydarzeń
konkursy

# 14.000.000 ODSŁON

tp.com.pl

Zapraszamy do reklamy

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

PŁOCK Rewitalizacja Płock reVita

PŁOCKIE KINO LETNIE 2023

Szczegóły: Starówka Płock

# PŁOCKIE 2023 KINO letnie

TERMINY

| 5/07 | 12/07 | 19/07 | 26/07 | 2/08 | 9/08 | 16/08 |
|---|---|---|---|---|---|---|

PLAC STARY RYNEK
W PŁOCKU

START
GODZ. 21.30

WSTĘP
BEZPŁATNY

SA-23-4




*Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń*



eprasa.pl 96de324ef7

## ANTYKI / KOLEKCJE

### OBRAZY SZTUKA UŻYTKOWA

Obrazy na zamówienie - obrazy olejne na płótnie, portrety malowane ze zdjęć, pejzaże, obrazy realistyczne, kopie obrazów. Milena Olesinska, 601-698-355; milenaolesinska@wp.pl www.iobrazy.com.pl
1198201

Zamówienie portretu olejnego na płótnie to wspaniały pomysł na prezent dla bliskiej osoby lub na ozdobę swojego mieszkania. Portrety olejne są wykonywane ręcznie techniką klasyczną na podobraziu płóciennym. Milena Olesińska 601-698-355, iobrazy.com.pl
1271964

## DOM I OGRÓD

### OGRÓD

MASZ do posprzątania posesję, działkę, do wywiezienia niepotrzebne rzeczy, ścięcie trawy, drzew? Renowacja trawników. Rębak. Zadzwoń: 512-048-186.
1215574

Kupię topolę tartaczną z możliwością wycięcia. Płatne przy odbiorze gotówką. Numer kontaktowy 698-110-090.
1087480

**Oferuję altany ogrodowe biesiadne ze stołem, ławami, podłogą drewnianą, zadaszone. Wykonane z grubych solidnych bali o naturalnych kształtach. Przeznaczone dla 8-12 osób lub 12-16 osób, ewentualnie większe. Zapewniam transport i montaż. Tel. 535-480-220.**
1366492

Sprzedam działkę ROD Złote Piaski pow. 350 mkw. Jest woda i prąd. Bardzo dobra lokalizacja i dojazd. Działka wyposażona i nie potrzebuje żadnego wkładu finansowego. 505-618-570.
1386868

### OPAŁ / OGRZEWANIE

**TANKPAL sp. z o.o.**
oferuje sprzedaż hurtową paliw:
- olej napędowy
- olej opałowy

EKOTERM PLUS
Zgłoszenia przyjmowane całodobowo
24 264-39-60
Dostawa do klienta gratis!!!!!!
SA-11

**OLEJ NAPĘDOWY OPAŁOWY**
Transport Gratis.
Faktury VAT.
Rabaty, konkurencyjne ceny
604 909 581
tel/fax (24) 263-79-65
SA-18

**ekoterm** ORLEN
502 382 811
505 108 300
- Olej opałowy
- Olej napędowy

PROMOCJA
SA-13

SPRZEDAM drewno kominkowe i opałowe, obladry sosnowe, drobna sosna. 515-947-374, 662-062-396.
1333058

### WYPOSAŻENIE WNĘTRZ / DEKORACJE

Folia matowa mleczna na balkon - aplikowana w celu ograniczenia widoczności z zewnątrz do środka. Folia daje komfort niewidzialności w obu kierunkach przy jednoczesnym przepuszczaniu dużej ilości światła. Zapraszamy www.x-foll.pl tel. +48 570-988-778.
1209699

Tanio sprzedam sterowniki do bram garażowych ×2 i rolet. Nowe. 575-845-492.
1352704

## ELEKTRONIKA / AGD

### AGD/RTV

DOMOWE naprawy telewizorów, tel. (24)263-66-17, 501-061-587.
1184566

Sprzedam osuszacz powietrza do zawilgoconych pomieszczeń. Nowy. 575-845-492. 650 zł do negocjacji.
1352697

Sprzedam pompę obiegową do kotłów gazowych Viessmann Vitopend 100 wh1b lub jak potrzebujesz do innego modelu to dobierzemy. Pompa obiegowa jest nowa i energooszczędna. Tel. 600-666-398 Wrocław. Promocyjne ceny, serwis i doradztwo.
1258567

### KOMPUTERY I TABLETY

Czytelne i gotowe do użycia tablety z nawigacją i gwarancją!bWgrania nawigacji w urządzeniu klienta. Akcesoria. Dla dzieci tablety w cenie od 350 do 620 zł. ZAPRASZAM DO KONTAKTU: tel. 886 325 573.
1386720

Czytelne i gotowe do użycia tablety z nawigacją. Mam świetną ofertę urządzeń do nawigacji z gwarancją w cenie od 350 do 620 zł. Zapraszam do kontaktu: tel. 886 325 573.
1369440

WWW.ITECHEZ.COM iMac, iPad Pro, Apple MacBook, Apple Watch, iPad, iPhone, iPhone 14 Pro, iPhone 14 Pro Max i inne. Aby uzyskać natychmiastową odpowiedź, skontaktuj się z nami: sales@itechez.com Strona internetowa firmy:WWW.ITECHEZ.COM Adres
1279671

### POZOSTAŁE

Sprzedam wskaźnik laserowy idealny dla nauczycieli przy prezentacji. Nowy. 575-845-492.
1352699

### TELEFONY I AKCESORIA

Oferujemy najlepszą ofertę na wszystkie telefony komórkowe i wszystkie produkty elektroniczne. Staramy się zbudować i przyciągnąć zaangażowaną i pełną pasji społeczność konsumentów elektroniki na całym świecie i jesteśmy dobrze rozpoznawalną firmą elektroniczną. W celu złożenia zamówienia prosimy o kontakt z naszym kierownikiem sprzedaży: E-mail: topmobilepluselectronicsltd@gmail.com, Imię: Matteo.
1371074

Oferujemy najlepszą sprzedaż detaliczną i hurtową online i zapewniamy 100% satysfakcji i dostawy. vtechelectronicseurop77@gmail.com
868055

www.itechez.com nowy Apple iPhone, Samsung, Huawei, Xiaomi, PlayStation.
1243606

## MODA

### BIELIZNA

Sprzedam skarpetki rozgrzewające. Nowe. W zestawie dwa power banki, które podgrzewają skarpety. 575-845-492.
1352702

## MOTORYZACJA

### BLACHARSTWO LAKIERNICTWO

WERYFIKACJA kosztorysu naprawy! ZADZWOŃ, tel. 600 590 511; mail: odszk24@wp.pl
1042657

### CZĘŚCI I AKCESORIA

**AKUMULATORY A G M. Najlepsze marki, najniższe ceny. Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej). 603-685-664.**
1230953

**AKUMULATORY, Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej). 603-685-664.**
1060273

### POZOSTAŁE

AUTO-KASACJA, skup samochodów do wyrejestrowania, wydajemy zaświadczenia do wydziału komunikacji. (24)275-61-60, 691-770-972.
1184574

### SAMOCHODY OSOBOWE

**KUPIĘ AUTO KRAJOWE LUB ZAGRANICZNE**
USZKODZONE, ROZBITE, W CAŁOŚCI LUB NA CZĘŚCI.
CHĘTNIE WERSJE ANGIELSKIE
RÓWNIEŻ SAME CZĘŚCI
WYSTAWIAM ZAŚWIADCZENIE KASACYJNE
TRANSPORT I OGLĘDZINY GRATIS
TEL. 503 610 319, 510 644 013
SA-96

Kupię auta dostawcze, osobowe, ciężarowe. Każdy stan. 669 770 444.
1278464

Pozbędę się auta - Fiat Grande Punto Evo 2011. Uszkodzone podłużnice. Całość lub na części (we własnym zakresie) - do dogadania. Blacharsko - średnio, ma trochę uszczerbków. Środek zadbany. Opony - roczne, wielosezonowe. 798-336-905.
1350589

Sprzedam samochód Citroën Combi, diesel, rocznik 2005, przebieg 330 tys. Samochód sprawny, bezwypadkowy, do niewielkich poprawek lakierniczych. Po więcej szczegółów proszę o telefon 504 354 836.Cena 5000 do niewielkiej negocjacji.
1386622

## NIERUCHOMOŚCI

### DOMY

Sprzedam nieruchomość zabudowaną w Bodzanowie k.Płocka do wprowadzenia się. Działka o pow. 800 mkw., dom o pow. 123 mkw., budynek gospodarczy, blaszak. Pełne media. Część domu na wynajem do usług. Stan dobry. Cena 395.000 PLN. Więcej info tel. 603-510-538.
1271772

Sprzedam nieruchomość zabudowaną w miejscowości Bodzanów – Chodkowo (25 km od Płocka). Na działce o powierzchni 2455 mkw. znajduje się parterowy dom mieszkalny 50 mkw. i budynek gospodarczy. Cena 120.000 zł. Więcej informacji telefonicznie – 603-510-538.
1268949

### DZIAŁKI

Sprzedam działkę budowlaną o powierzchni 1200 mkw. w bardzo dobrej lokalizacji, MAŃKOWO. Cena 125000 do negocjacji.Tel. 882-845-877.
1393071

SPRZEDAM działki budowlane 1700 - 2200 mkw., zabudowa jednorodzinna i usługi. Drobin 883-480-333.
1362997

Sprzedam działki budowlane w powiecie sierpeckim. Ceny od 29 900 PLN. Powierzchnia działek od 854 mkw. Zakup bezpośrednio od właściciela. Możliwość wystawienia faktury VAT 23%. Zapraszam do kontaktu: Kacper Skalski 784 374 093.
1139901

### GARAŻE / DOMKI LETNISKOWE / PARKINGI

DOMKI letniskowe, blisko jeziora, Nowe Rumunki k/Grabiny. 606-44-74-23.
1345880

### INNE

NOCLEGI, pokoje, kawalerki. 530-193-825.
1361033

POKOJE hotelowe, 30 zł/doba. Rachunki. Gąbin. 606-44-74-23.
1345865

Wynajmęt anio pokój emerytowi, renciście, osobie samotnej, bez nałogów. Więcej informacji pod numerem telefonu 691-53-70-70.
1392410

Zamieszkanie, wyżywienie, ubezpieczenie za drobne roboty. 530-193-825.
1352132

### LOKALE I BIURA

Do wynajęcia hala nieogrzewana, lokalizacja: Płock, Radziwie. Cena: 10 zł/mkw netto. Hala posiada dostęp do prądu. Wymagana jest 2-miesięczna kaucja. Zachęcamy do kontaktu drogą mailową pod adresem biuro@p20.com.pl lub telefonicznie 728-486-311.
1202763

Posiadamy do wynajęcia powierzchnie biurowe i magazynowe, w dogodnej lokalizacji w Płocku przy ul. Przemysłowej 20. Posiadamy biura od 13 mkw. do 61 mkw. Magazyny od 30 mkw. do 400 mkw. Zachęcamy do kontaktu drogą mailową pod adresem biuro@p20.com.pl
1202757

Wynajmę lokal handlowo-usługowy w Płocku przy ul. Rembielińskiego 6A w pawilonie, parter, wejście od ulicy, przy targowisku miejskim. Powierzchnia 46 mkw. Stan b.dobry. Nie wynajmuję na działalność związaną z kryptowalutami, hazardem. 690-660-626.
1311463

Wynajmę lokal handlowo-usługowy w Płocku przy ul. Rembielińskiego 6A w pawilonie, piwnica, wejście od ulicy, przy targowisku miejskim. Powierzchnia 44 mkw. Stan b.dobry, po remoncie. Nie wynajmuję na działalność związaną z kryptowalutami, hazardem. 690-660-626.
1224911

### MIESZKANIA

POKOJE pracownicze, parking od 25 zł, mieszkania. 536-519-599.
1361032

KUPIĘ mieszkanie ok. 35 mkw., I-II p. 539-661-427.
1348593

**Posiadam do wynajęcia od zaraz mieszkanie w Płocku, ul. Na Skarpie 24: blok z 2005 r., ogrodzony z parkingiem, w bardzo cichej okolicy, spokojni sąsiedzi. Lokal umeblowany, na wysokim parterze, 48 mkw. z tarasem. 1700 zł + czynsz + media. 602-806-721.**
1364640

Sprzedam dwupokojowe mieszkanie z balkonem o pow. 56 mkw. w miejscowości Psary, gm. Drobin. Mieszkanie mieści się na parterze. Przy nim znajduje się parking i nowy plac zabaw dla dzieci. Do mieszkania należy ogródek i piwnica. 603-690-604.
1339596

SPRZEDAM mieszkanie 32 mkw., IV p., Sikorskiego. 539-661-427.
1348588

WYNAJMĘ stancję dla uczniów lub osób pracujących. 501-168-027.
1121446

Zapraszam do wynajęcia nowego mieszkania z miejscem parkingowym, nieruchomość usytuowana na osiedlu zamkniętym ŁOKIETEK ul. Ossowskiego. Powierzchnia użytkowa 53 mkw. 604-990-107.
1394600

## ROLNICZE

### CIĄGNIKI ROLNICZE

**KUPIĘ każdy traktor. 502-939-200.**
1193094

### MASZYNY ROLNICZE

**AKUMULATORY do pojazdów rolniczych. Najniższe ceny, Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej). 603-685-664.**
1221850

Sprzedam kosiarkę dyskową KUBOTA 2016 r., świeżo sprowadzona, ładna, do szybkiego koszenia, szerokość robocza 3,20, hydraulicznie podnoszona, dyski ładne bez luzów, cena do uzgodnienia, tel. 609-372-586.
1371071

### PRODUKTY ROLNE

**KUPIĘ topolę. 607-860-978.**
1343603

**KUPIĘ AUTA I MOTOCYKLE Z CZASÓW PRL /1940–90/**
krajowe lub zagraniczne, rozbite, uszkodzone lub niekompletne.
517 058 013 504 046 520
SA-120-1


Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń

eprasa.pl 96de324ef7

**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-10

**Sprzedam wapno nawozowe węglanowe i magnezowe. Dowóz na terenie całego kraju. Sprzedaż bez pośredników. Dla stałych odbiorców atrakcyjne warunki współpracy. Wystawiam fakturę VAT. Więcej szczegółowych informacji pod numerem telefonu 603-404-131 Mariusz**
1392705

## PRZYCZEPY

Sprzedam przyczepę jednoosiową wywrotkę na 3 strony, wymiary paki 220x160x100 cm, zbudowana na bazie Multicara, posiada oświetlenie i instalacje hydrauliki, oś na bliźniaku. 513-346-286.
1369657

## USŁUGI

DOTACJA unijna z programu „Modernizacja Gospodarstw Rolnych" – obszar D. Termin naboru wniosków czerwiec, lipiec 2023 r. Nowa kwota wsparcia 250 tys. na zakup nowych maszyn rolniczych. Wypełnianie wniosków, dojazd do rolników. 795-931-529.
1322472

Waga samochodowa 50-60 ton 18m. Zadzwoń, na pewno się dogadamy. Najlepsza oferta na rynku! 695-542-481.
1392164

# USŁUGI I FIRMY

## FINANSOWE

Dochodzę odszkodowań, tel. 600 590 511.
948502

Oferujemy pozabankowe finansowanie dla każdej firmy, rolników, na rozpoczęcie działalności, bez sprawdzania baz bankowych, liczenia zdolności kredytowej, z zadłużeniami ZUS i US, bez wykluczania branż. Finansowanie na inwestycje firmowe w tym developerskie. 731-531-144.
1390306

**Kompleksowe usługi księgowe, kadry, ZUS, VAT - pełna księgowość, książka przychodów, ryczałt. Pomagamy założyć działalność, księgowość online, odbiór dokumentów. Biuro rachunkowe Twoja Księgowa. Tel. 796-820-112. www.twojaksiegowa.priv.pl**
1395202

Pożyczki pod zastaw nieruchomości bez BIK. 690-449-067, pozyczkipodnieruchomosc.pl
1194600

## INFORMATYCZNE

Potrzebujesz strony internetowej, sklepu internetowego? Większej widoczności swojej firmy w internecie? WpWoo.pl wszystko to dla Ciebie wykona. 720-752-572.
947661

## LEKARZ / STOMATOLOG / DIETETYK

Ginekolog kompleksowo, szybki termin, cały zakres usług, tel. 663-951-936, całe województwo.
1162749

## OGRODNICZE

Cięcie drzew, żywopłotów, koszenie trawy, pielęgnacja zieleni. Profesjonalnie i tanio. Płock, Gostynin i okolice. Tel. 695-238-997.
990562

## POZOSTAŁE

ODNAWIANIE wanien. 600-979-826.
1284036

Biuro Detektywistyczne Exigo Quality. Oferujemy pełen pakiet usług prywatnego detektywa. Podejmujemy się zleceń o wysokim stopniu ryzyka, jak i tych z pozoru banalnych. Nasi detektywi do Państwa dyspozycji: tel. 731 303 700 lub 570 701 916.
1341191

Folie okienne Folkos. Oklejanie szyb, sprzedaż folii okiennych i narzędzi do ich montażu - usługa demontażu starej zniszczonej folii. Tel. 790-028-159, www.folkos.pl
1133378

Gruzwaw jest to firma, która zajmuje się wywozem gruzu, jak i odpadów budowlanych. Ogólnie w ofercie dostępne są różnorodne kontenery jak na przykład mini kontener typu KP-2, średni kontener typu KP-5. 799-399-708.
1393840

IW GALANTERIA NAGROBNA, Wyszogrodzka 44, Płock, tel. 791-646-216.
1333354

Rozładunki, załadunki, tragarze. Pomoc, kontenery, naczepy, wagony, busy. Wnosimy wszystko. 502-188-459.
1062559

## PRAWNIK / DORADCA

„Rozwód kościelny" dla osób w kraju i za granicą. Mail: a.bolesta@op.pl Tel. kom. 693 876 173 (do godz. 19.00), dr Arletta Bolesta, adwokat kościelny zatwierdzony przez właściwą władzę kościelną (również za granicą).
1392670

## REMONTOWO - BUDOWLANE

**BALUSTRADY**
**nierdzewne, łącznie ze szkłem i drewnem**
**www.boyk.pl, 691-96-96-69**
Sa 12

DROBNE remonty od ręki, sprzątanie, cięcie traw, drzew. 530-193-825.
1361031

**STUDNIE wiercone do gospodarstw rolnych, domów jednorodzinnych, pompy ciepła. Solidnie! 504-320-592.**
1333210

CYKLINOWANIE bezpyłowe podłóg, montaż tarasów drewnianych. Solidnie. 604-075-293.
1369344

Drobne prace remontowe: malowanie, tapetowanie, itp., złota rączka. 603 073 153.
900448

Folie matowe i dekoracyjne Folkos: oklejanie szyb, Warszawa i okolice. Folie tego typu znajdują zastosowanie tam, gdzie chcemy ograniczyć wgląd w obu kierunkach i utrzymać wysoką przepuszczalność światła. Tel. 790-028-159, folkos@wp.pl
1045915

Folkos: folia LUSTRO WENECKIE do mieszkań, domów, pomieszczeń, biur - Lustro 285, Lustro 270, Lustro 275, Lustro 260, Lustro 35 - na okna wychodzące na zewnątrz - dostępne szerokości 122 cm i 152 cm, folia ciemna, średnia, jasna. Tel. 790-028-159.
1101497

Folkos: folie zewnętrzne przeciwsłoneczne. Oklejanie szyb, Płock i okolice. Folie do domu, mieszkania, biura, sklepów, szkół, szpitali, magazynów. www.folkos.pl Tel. 790-028-159 lub 792-457-282.
1046140

GŁADZIE, malowanie, tapetowanie, inne. Solidnie. 606-603-259.
1333195

GŁADŹ, malowanie, tapetowanie, panele podłogowe i inne. 733-164-458.
1145825

Oferuję: układanie parkietu, bezpyłowe cyklinowanie podłóg profesjonalnymi maszynami marki Lagler i Numatic, montaż listew przypodłogowych, lakierowanie, olejowanie, woskowanie podłóg, konserwację parkietów. Tel. 501 476 998.
1215296

OGRODZENIA panelowe, siatkowe bramy, montaż. 503-572-046.
1281325

**Parkiety/Schody/Tarasy. Montaż: parkiety drewniane, schody drewniane, panele, tarasy drewniane/kompozytowe. Renowacja: cyklinowanie bezpyłowe podłóg drewnianych, lakierowanie, olejowanie. Tanio i solidnie. Tel. 604-075-293.**
1358232

REMONTY, docieplenia, malowanie, murowanie, itp. 787-980-629.
1357178

Sprzedam okleiniarkę marki Holzing. Rok produkcji 2019. 577-557-826.
1390033

## SPRZĄTANIE

Oferujemy pranie tapicerki meblowej kanapy, narożnika. Czyścimy tapicerkę meblową, usuwamy plamy (krew, soki, ketchup, długopisy, kredki, atrament, gumy, plasteliny, farby, itd.) oraz nieprzyjemne zapachy (pot/uryna, wymioty itp.). Tel. 512-500-442.
1387221

Solidnie i tanio pierzemy meble tapicerowane tj. kanapy, wersalki, narożniki, pufy, fotele, materace. Zadzwoń 512-500-442. Profesjonalny sprzęt i sprawdzona chemia. Duże doświadczenie.
1007894

Wywóz zbędnych gabarytów, opróżnianie mieszkań po i przed kupnem, utylizacja. 502-188-459.
1121281

## TRANSPORTOWE

Przeprowadzki Płock. Profesjonalnie. 696-731-680, speedtransplock@op.pl
1039007

Nasza firma oferuje transport międzynarodowy towarów oraz organizuje przeprowadzki zagraniczne od A do Z. Zapewniamy cały zakres usług dotyczących transportu międzynarodowego i krajowego oraz profesjonalną organizację przeprowadzki. Zapraszamy. 696-126-142.
1274606

Transport Przeprowadzki Płock. Wywóz starych mebli. Utylizacja. 502-188-459.
1196879

Usługi transportowe. Kompleksowe przeprowadzki. Tanio. 502-188-459. speedtransplock@op.op
1208628

## TŁUMACZENIA

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY (i symultaniczny) jęz. angielskiego, Płock, ul. Na Skarpie 24: ponad 35 lat doświadczenia, język petrochemii i rafinerii (14 lat pracy w PKN ORLEN SA), wojsko i militaria (12 lat służby czynnej, w tym misje zagraniczne), itp. 602-806-721.
1215745

## TURYSTYKA

DOMKI na Mazurach k. Mikołajek do wynajęcia. Piękne położenie, atrakcyjne ceny. 602-33-85-84.
1352090

# TOWARZYSKIE

**1.** Atrakcyjna szatynka, biust „5". 664-523-049.
g/81/23

**AUTOMANIACZKA:** 511-770-614.
g/112/23

**MASAŻ:** 511-942-181.
g/106/23

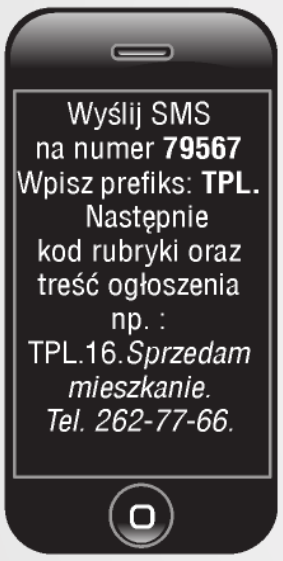
**MASAŻ:** 513-515-621.
g/106/23

**MASAŻE:** 502-939-307.
g/106/23

**PRACA** dla pań z zamieszkaniem. 733-028-016.
g/106/23

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

**Ogłoszenie drobne przez SMS**




**KODY rubryk**

| | | | |
|---|---|---|---|
| AGD-RTV - 1 | ELEKTRONIKA - 5 | NIERUCHOMOŚCI - 16 | RÓŻNE - 21 |
| AUTO - MOTO - 2 | FINANSE - 6 | USŁUGI - 16A | KUPIĘ - 21A |
| KUPIĘ - 2A | FOTO-VIDEO - 7 | SPRZEDAM - 16B | SPRZEDAM - 21B |
| SPRZEDAM - 2B | HANDEL - 8 | KUPIĘ - 16C | USŁUGI INNE - 21C |
| USŁUGI - 2C | KOMIS-LOMBARD - 9 | WYNAJMĘ - 16D | TURYSTYKA |
| TRANSPORT- 2D | KREDYTY - 10 | ZAMIENIĘ - 16E | I WYPOCZYNEK - 22 |
| BIZNES - 3 | MASZYNY I URZĄDZENIA - 11 | NOCLEGI - 17 | UROCZYSTOŚCI - 23 |
| BUDOWLANE - 4 | MATRYMONIALNE - 12 | OPAŁ - 18 | ZGUBY - 24 |
| KUPIĘ - 4A | MEBLE - 13 | PRACA - 19 | ZWIERZĘTA - 25 |
| SPRZEDAM - 4B | KUPIĘ- 13A | DAM - 19A | ZA DARMO - 26 |
| USŁUGI - 4C | SPRZEDAM -13B | SZUKAM - 19B | ODDAM - 26A |
| OGRODZENIA - 4D | MEDYCYNA - 14 | ROLNICZE - 20 | POTRZEBUJĘ - 26B |
| REMONTY - 4E | ZDROWIE i URODA - 14A | SPRZEDAM - 20A | |
| STOLARSTWO - 4F | NAUKA - 15 | KUPI - 20B | |
| | | USŁUGI - 20C | |
| | | OGRODNICZE - 20D | |

Ogłoszenie może zawierać **do 160 znaków (jako znak uważamy spację, znak interpunkcyjny, kody rubryk i prefiks gazety).** Jeśli wyślesz SMS do piątku do godziny 12.00, to Twoje ogłoszenie ukaże się w najbliższy wtorek w Tygodniku Płockim na stronach ogłoszeń drobnych. Regulamin wysyłania i publikowania ogłoszeń przez SMS dostępny jest w redakcji Biura Ogłoszeń oraz na stronie

**Koszt ogłoszenia wynosi:**
**9 zł netto (11,07 zł brutto).**

Integratorem usługi jest BILD PRESSE POLSKA www.bildpresse.pl

Usługa jest dostępna z telefonów, działających we wszystkich sieciach komórkowych na terenie Polski.

Prosimy nie przesyłać kilku SMS-ów o takiej samej treści do jednego wydania gazety.

**Ogłoszeń Towarzyskich nadanych SMS-em nie przyjmujemy.**



*Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń*



eprasa.pl 96de324ef7

PŁOCKIE DELIKATESY GARMAŻERYJNE

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

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

**CATERING:**

- **wyroby garmażeryjne**
- **menu okolicznościowe**

*(wg indywidualnego zamówienia)*

Złóż zamówienie!
**518-493-130**

*Życzymy Państwu smacznego!*

## OGŁOSZENIE
### o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

Na podstawie z art. 17 pkt. 9, 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2023 r. poz. 977), art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3.10.2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz.U. z 2022 r. poz. 1029 z późn. zm.) oraz Uchwały Nr 274/XXXI/2021 Rady Gminy Gostynin z dnia 24 czerwca 2021 r.,

**zawiadamiam**

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu **zmiany Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego obejmującego obszar części wsi Huta Nowa, części wsi Zuzinów i części wsi Aleksandrynów, gmina Gostynin** wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, w dniach od 28.06.2023 r. do 20.07.2023 r. w Urzędzie Gminy Gostynin w Referacie Zagospodarowania Przestrzennego (ul. Parkowa 32, pokój nr 19), w godz. od $8^{00}$ do $15^{00}$ oraz na stronie internetowej gminy http://bip.gminagostynin.pl/

*Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu 18.07.2023 r. w siedzibie Urzędu Gminy Gostynin, o godz. $10^{00}$*

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy, każdy kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu i prognozie, może wnieść uwagi.

Uwagi należy składać na piśmie do Wójta Gminy Gostynin lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres ug@gminagostynin.pl z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu, oznaczenia nieruchomości, której dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia 04.08.2023 r.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy.

Odnosząc się do art. 17a *ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym* i zgodnie z art. 13 RODO, Wójt Gminy informuje, że jest administratorem przesyłanych danych, a dane osobowe podlegają zabezpieczeniom zgodnie z obowiązującymi przepisami, w tym art. 8a ust. 3 *w/w ustawy.*

SA-6-8

**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

**Prezydent Miasta Płocka**

wykonujący zadania z zakresu administracji rządowej informuje, że na stronach internetowych Wojewody Mazowieckiego, Urzędu Miasta Płocka oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Płocka został zamieszczony wykaz Nr 6/WNG-II/2023 z dnia 12.06.2023 r. nieruchomości Skarbu Państwa przeznaczonych do sprzedaży w drodze przetargu.

SA-21-23

**14.000.000 ODSŁON**

**tp.com.pl**

Zapraszamy do reklamy
bo@tp.com.pl | 24 262 77 66

**Bezpłatna aplikacja Tygodnika Płockiego**

Pobierz z Google Play
Pobierz w App Store

tygodnik PŁOCKI
gazetatygodnikplocki tygodnikplocki www.tp.com.pl



*Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń*



eprasa.pl 96de324ef7

W pięknym stylu piłkarki nożne Wisły Płock awansowały do wyższej klasy rozgrywkowej

# Nafciarki w II lidze!

**Podopieczne trenera Adriana Piankowskiego – dzięki wyjazdowemu zwycięstwu 13:0 nad Włókniarzem Konstantynów Łódzki – już w przedostatniej kolejce rozgrywek III ligi zapewniły sobie awans do kobiecej II ligi w piłce nożnej.**

Wisła Płock

Przed spotkaniem było wiadomo, że trener Adrian Piankowski nie będzie mógł skorzystać z najlepszej strzelczyni płocczanek, czyli Aleksandry Synowiec, którą z gry wykluczył uraz. Mimo tego Nafciarki od początku do końca spotkania były stroną dominującą. Na przerwę drużyna schodziła przy wyniku 6:0 i powoli zaczynała się cieszyć z osiągniętego celu.

Ale nawet tak wysoka przewaga nie do końca satysfakcjonowała płocką drużynę. Po przerwie podopieczne trenera Piankowskiego dołożyły kolejnych siedem trafień, przypieczętowując tym samym zwycięstwo w swojej grupie III ligi i awans na szczebel centralny.

- *Ciężko mi coś powiedzieć o spotkaniu, bo razem z dziewczynami żyliśmy bardziej emocjami. Jestem szczęśliwy, że wywalczyliśmy dzisiaj awans, ciężko na to zapracowaliśmy, z niektórymi nawet dziesięć lat. Po dwóch przegranych na początku sezonu nie spuściliśmy głów i dzisiaj wynagrodziliśmy sobie tych kilka miesięcy* – skomentował szkoleniowiec Wisły Płock.

Mecz na wagę awansu Wisła Płock zakończyła wynikiem 13:0. Bramki strzelały kolejno: 0:1 – Maja Zielińska 9', 0:2 – Natalia Borowska 24', 0:3 – Oliwia Stasińska 26', 0:4 – Daria Kusa 28', 0:5 – Oliwia Stasińska 30', 0:6 – Kinga Brzezińska 41', 0:7 – Natalia Majchrzak 53', 0:8 – samobójcza 58', 0:9 – Justyna Skrocka 65', 0:10 – Natalia Majchrzak 70', 0:11 – Maja Zielińska 72', 0:12 – Maja Zielińska 74' i 0:13 – Oliwia Stasińska 83 min.

**Wisła Płock** (skład wyjściowy): Dorota Szalińska, Oliwia Stasińska, Karolina Ejman, Klaudia Stradomska, Maja Zielińska, Julia Asakowska, Klaudia Łyzińska, Kinga Brzezińska, Maria Garwacka, Natalia Borowska, Daria Kusa.

W meczu zagrały również: Weronika Paczkowska, Natalia Marciniak, Natalia Majchrzak, Emanuela Przeradzka, Justyna Skrocka i Marta Hućko.

Co teraz czeka drużynę? Krótkie urlopy i przygotowania do nowego sezonu, już w rozgrywkach na szczeblu centralnym – w II lidze kobiet. Ta zmiana z lokalnych przeciwniczek na doświadczone w bojach zespoły na pewno będzie stresująca, ale z drugiej strony także satysfakcjonująca. Lata pracy przyniosły efekty.

**Jol.**

Piłkarze U-10 Lwówianki Lwówek finalistami Sokoliki Cup 2023

# Sprawili wielką niespodziankę

Lwówianka Lwówek

**Na stadionie Legii Warszawa odbył się finał prestiżowego turnieju Sokoliki Cup 2023, którego ambasadorem jest Łukasz Fabiański. Wśród finalistów znalazła się drużyna U-10 Lwówianki Lwówek.**

Udział drużyny młodzieżowej z Lwówka, miejscowości w gminie Sanniki, był wielką niespodzianką. Do Warszawy droga prowadziła przez Płock, gdzie Lwówianka U-10 w maju zajęła pierwsze miejsce w turnieju eliminacyjnym.

A potem była Warszawa i stadion Legii. W tym miejscu trzeba koniecznie dodać, że drużyna Lwówianki zmierzyła się w finałowym turnieju z zespołami czołowych szkółek piłkarskich w Polsce. Była jedynym przedstawicielem małych wiejskich klubów sportowych.

Ostatecznie po rozegraniu wszystkich spotkań młodzi piłkarze zajęli 12. miejsce na 20 drużyn. Zostali też najwyżej sklasyfikowaną drużyną z regionu płockiego. Zwyciężyła ekipa MKS Mazovia Mińsk Mazowiecki, przed UKS Varsovia Warszawa, SSM Wisła Płock i AS Milan Sport.

Udział Lwówianki w finałach był możliwy dzięki wsparciu Starostwa Powiatowego w Gostyninie oraz Fundacji Wespół.

Sportowe wyniki zespołu U-10 to największe sukcesy Lwówianki Lwówek w jubileuszowym – 65. roku istnienia klubu. Drużyna seniorów wciąż walczy o utrzymanie w piłkarskiej A-klasie. W ostatnim czasie wydatnie poprawia się baza sportowa – modernizowane jest boisko, a wkrótce również klubowe szatnie.

**Jol.**

Turnieje dla młodych piłkarzy

# Dwa memoriały

**W najbliższy weekend na stadionie Stoczniowca w Płocku rozegrane zostaną dwa turnieje piłkarskie. Zawodnicy U-17 zagrają w sobotę w Memoriale Stanisława Tymowicza, a w niedzielę młodzi piłkarze U-10 wystąpią w Memoriale Zdzisława Grausberga.**

Płocki Okręgowy Związek Piłki Nożnej zaprasza wraz ze współorganizatorami na dwa turnieje memoriałowe. W sobotę na stadionie Stoczniowca o zwycięstwo w Memoriale Piłkarskim im. Stanisława Tymowicza walczyć będzie pięć drużyn.

W turnieju dla zespołów U-17, czyli rocznika 2006 wezmą udział: Stoczniowiec Płock, Delta Słupno, Drukarz Warszawa, AP Sokołów Podlaski i SSM Wisła Płock.

Zawody rozpoczną się o godz. 9.00 – spotkaniem Stoczniowca i Wisły Płock. Zakończenie zawodów zaplanowano na godz. 15.40.

Następnego dnia, również na stadionie Stoczniowca rozegrany zostanie Memoriał Piłkarski im. Zdzisława Grausberga z udziałem 12 zespołów U-10, czyli rocznika 2013, podzielonych na dwie grupy.

Turniej będzie rozgrywany w godz. 9.00 – 16.00.

**Jol.**

Dla Wisły Płock nie był wystarczająco dobry...

# Tomek Walczak zagra w Częstochowie

**Przygodę z piłką nożną rozpoczął w dzieciństwie. Choć jest płocczaninem, to pierwsze kroki stawiał w drużynach juniorskich Legii Warszawa. Z Wisłą Płock związał się przed sezonem 2021/22, seniorski kontrakt podpisał na dwa lata. Niestety, nie znalazł uznania w oczach trenera Pavola Stano, który bardzo rzadko wpisywał go do meczowego składu, a jeszcze rzadziej wypuszczał na murawę. Nie był wystarczająco dobry dla Wisły, ale… okazał się bardzo dobry dla Rakowa Częstochowa. Płocczanin podpisał kontrakt z mistrzem Polski.**

Z archiwum Tomasza Walczaka / Jakub Ziemianin

**Tomek Walczak podpisał kontrakt z Rakowem Częstochowa do końca sezonu 2025/26**

Z naszych informacji wynika, że Tomka Walczaka – 18-letniego, byłego już zawodnika Wisły Płock – skauci Rakowa obserwowali już od chwili, gdy podpisał kontrakt z Nafciarzami.

Śledzimy karierę Tomasza od jej początku. O zawodniku pisaliśmy w 2021 roku, kiedy zadebiutował w drużynie Wisły w meczu Pucharu Polski z Koroną Kielce i strzelił swoją pierwszą bramkę. I gdy pod swoje skrzydła wziął go jeden z najlepszych menedżerów na świecie – Pini Zahavi. Wiele razy pytaliśmy prezesa Tomasza Marca i trenera Stano, dlaczego młody, obiecujący, mający tak wiele zalet zawodnik nie dostaje szans na granie. Bo trudno mówić o jego wejściach na dosłownie kilka minut w końcówkach ligowych spotkań i porównywać je chociażby z występami Bartosza Śpiączki.

Zawodnik miał podpisany kontrakt do 30 czerwca 2023 roku i wypełnił umowę do końca. Co prawda klub był zainteresowany przedłużeniem kontraktu, ale rodzice młodego zawodnika nie wyrazili na to zgody, nie mając gwarancji, że Tomo będzie grał w pierwszej drużynie.

Na stole czekały na niego oferty z zagranicznych klubów, niezwykle atrakcyjne, ale kiedy z propozycją wystąpił Raków Częstochowa, menedżer i rodzice nie zastanawiali się długo, tylko podpisali kontrakt. Ostatnim sprawdzianem były kompleksowe badania lekarskie przeprowadzone w Warszawie, po których okazało się, że Tomo jest całkowicie zdrowy i ma przed sobą długą karierę.

Jak wiadomo, będzie ją kontynuował w drużynie obecnego mistrza Polski, a nie w Wiśle Płock, gdzie miał doskonałą opinię, ale brak szans na pokazanie talentu. Mówiło się o nim: pracowity, niezwykle uzdolniony, silny charakter. Miał świetny kontakt ze starszymi kolegami w szatni, a jeśli do tego dodać fantastyczne warunki fizyczne, zdyscyplinowanie i nastawienie na sukces, to jest to obraz piłkarza, którego powinna mieć w swoich szeregach Wisła Płock.

Ale Wisła nie wykorzystywała jego potencjału. Tomo dostał szansę na początku sezonu w Pucharze Polski, a potem zaliczył niewiele ponad 30 min gry w całym sezonie. Pozostała mu gra w IV lidze i w reprezentacjach Polski: U-15, U-16 i U-17. Ale jego marzeniem była gra dla Wisły, na której mecze od najmłodszych lat chodził z rodzicami. Tu miał swoich przyjaciół, także w drużynie, jak również kibicujących mu fanów.

Patrząc na liczne transfery, które Wisła zrealizowała w poprzednim sezonie, jak też ich efekt, czyli spadek do I ligi, trzeba się zastanowić, czy decyzje o tym, co dobre dla klubu, podejmowali i nadal podejmują właściwi ludzie? Czy klub stać na stratę perspektywicznego zawodnika, który na pewno byłby ważnym zawodnikiem w walce o powrót do Ekstraklasy? Na te pytania postaramy się znaleźć odpowiedzi.

**Jola Marciniak**



eprasa.pl 96de324ef7

W ramach przygotowań Wisła Płock zagra m.in. z Podbeskidziem i Widzewem

# Przed pierwszymi meczami 1. ligi

**Zdaniem wielu komentatorów piłki nożnej to, co zrobiła Wisła Płock w sezonie 2022/23, jest jedynym takim wydarzeniem na świecie. Nafciarze przez pierwsze kolejki prowadzili w tabeli Ekstraklasy, mieli świetnie funkcjonującą i znakomicie prezentującą się drużynę. A następnie spadli do niższej klasy rozgrywkowej. Takiego rozstrzygnięcia nikt się nie spodziewał.**

Bardzo wiele czynników złożyło się na spadek Wisły do 1. ligi. Za najważniejszy można uznać brak perspektywicznego zarządzania klubem. W roli prezesa wyraźnie nie poradził sobie Tomasz Marzec, w którym kibice upatrują głównego winowajcę utraty miejsca klubu w Ekstraklasie.

Do jego nazwiska można dołączyć byłego już dyrektora sportowego klubu Pawła Magdonia, który na żywym organizmie uczył się tego fachu i – jak widać – nie zdołał się go nauczyć. Wielka szkoda, że choć Magdoń teoretycznie nie uchyla się od odpowiedzialności za los klubu, to jednak żadnych konsekwencji – oprócz niechęci środowiska piłki nożnej – nie poniesie.

Wśród sprawców spadku płockiego klubu do 1. ligi można wymienić także właściciela klubu, czyli prezydenta miasta Płocka, który przecież widział, co się dzieje, lecz nie słuchał doradców, tylko wierzył prezesowi Marcowi i jego zapewnieniom, że nie nastąpi najgorsze.

Wisła Płock

**Nafciarze muszą poznać wielu nowych ligowych rywali**

W ten sposób Wisła znalazła się na zapleczu Ekstraklasy. W sezonie 2023/24 (a z tego, co widać po pierwszych tygodniach po spadku, także w następnych) będzie walczyć o powrót na piłkarskie salony. Poprzednio awans do Ekstraklasy zajął Wiśle 9 lat. Oby teraz nie było podobnie.

O awans Wisła Płock walczyć będzie z: BrukBet Termaliką, Wisłą Kraków, Stalą Rzeszów, Podbeskidziem Bielsko-Białą, Arką Gdynia, Chrobrym Głogów, GKS Katowice, Zagłębiem Sosnowiec, Górnikiem Łęczną, GKS Tychy, Resovią i Odrą Opole, a także pozostałymi tegorocznymi spadkowiczami – Lechią Gdańsk i Miedzią Legnica oraz beniaminkami: Motorem Lublin, Polonią Warszawa i Zniczem Pruszków.

Pierwszą serię rozgrywek 1. ligi zaplanowano na 21 i 22 lipca i prawdopodobnie to właśnie Wisła zainauguruje sezon 2023/24. Dawno temu prezes Marzec zapowiadał, że otwarcie nowego stadionu będzie dużym wydarzeniem, świętem piłki nożnej w Płocku. Nie brał pod uwagę tego, że będzie to mecz 1. ligi.

Zanim jednak drużyna wybiegnie na pierwszy mecz, musi zaliczyć okres przygotowawczy do sezonu. 19 czerwca (po 3-tygodniowych urlopach) piłkarze nożni Wisły Płock wrócili do treningów. W planach najbliższych pięciu tygodni jest zgrupowanie na Słowacji oraz pięć meczów kontrolnych.

Nie wiadomo, w jakim składzie piłkarze wybiegną na pierwszy po urlopach trening. Na pewno nie będzie wśród nich: Rafała Wolskiego, Piotra Tomasika, Martina Haska, Dominika Furmana i Bartosza Śpiączki, którzy pożegnali się z zespołem w ostatnim meczu minionego sezonu. Nie będzie też Damiana Warchoła i Tomasza Walczaka, którzy byli związani z klubem tylko do 30 czerwca 2023 roku. O losie młodego płocczanina piszemy w oddzielnym artykule.

Zapewne pierwsze dni po urlopach niektórzy piłkarze spędzą nie tylko na treningach, ale także w gabinecie prezesa, gdzie będą negocjować swój następny krok w karierze. Zostać, zgodzić się na mniejsze wynagrodzenie i walczyć o powrót do Ekstraklasy, czy rozwiązać kontrakt i szukać nowego pracodawcy?

Zawodnicy zameldowali się w Płocku 19 czerwca i rozpoczęli treningi na swoich obiektach. Na stadionie przy ul. Łukasiewicza 34 spędzą dziewięć dni.

W środę, 28 czerwca drużyna wyruszy na 10-dniowe zgrupowanie w Šamorín, a w drodze do Olympic Training Center zawodnicy zaliczą pierwszy sprawdzian. Przeciwnikiem Wisły będzie 1. ligowe Podbeskidzie Bielsko-Biała.

W czasie słowackiego obozu Wisła rozegra trzy sparingi: 1 lipca ze Slovanem Bratysława, 4 lipca ze Spartakiem Trnawa, a 7 lipca z węgierskim Puskás Akadémia FC.

Do Płocka zawodnicy wrócą 8 lipca i już do inauguracji rozgrywek Fortuna 1. Ligi 2023/2024 będą przygotowywać się na swoich obiektach.

Tydzień przed rozpoczęciem sezonu – w próbie generalnej przed startem rozgrywek Nafciarze zmierzą się na wyjeździe z Widzewem Łódź. W weekend 21 – 23 lipca drużyna wróci do gry o punkty na zapleczu Ekstraklasy.

Inauguracyjne spotkanie 1. ligi płocczanie prawdopodobnie rozegrają na swoim stadionie. Jeszcze kilka tygodni temu miało to być wielkie święto piłki nożnej. Dziś może to być zaledwie mecz w niższej lidze.

**Jol.**

ORLEN Wisła chce ponownie zagrać w Lidze Mistrzów

# Kto dostanie „dziką kartę”?

**ORLEN Wisła Płock wywalczyła w sezonie 2022/23 tytuł wicemistrza Polski i Puchar Polski. Sukcesem zakończył się też udział płockiego klubu w Lidze Mistrzów. Drużyna doszła do ćwierćfinału, a zaczynała od „dzikiej karty”. Płocczanom marzy się udział w rozgrywkach także w tym sezonie.**

Do 13 czerwca EHF przyjmowała wnioski klubów o udział w Lidze Mistrzów. O miejsca nie muszą się martwić mistrzowie: Hiszpanii (Barcelona), Francji (PSG), Węgier (Telekom Veszprem), Danii (GOG), Polski (Barlinek Industria Kielce), Portugalii (FC Porto), Macedonii Północnej (Eurofarm Pelister) i Słowenii (RK Celje Pivovarna Laśko).

W fazie grupowej walczyć będzie 16 zespołów. Do znanych już ośmiu drużyn dołączyły dwie niemieckie – czyli mistrz THW Kiel i wicemistrz SC Magdeburg, co oznacza, że zostanie sześć wolnych miejsc. I nie będzie łatwo dostać się do tych prestiżowych rozgrywek i walczyć z najlepszymi w Europie o Final Four.

Jedną z drużyn starających się o „dziką kartę” jest ORLEN Wisła. Płocka ekipa w zakończonym już sezonie dotarła aż do ćwierćfinału Ligi Mistrzów i dopiero w drugim spotkaniu została wyeliminowana przez SC Magdeburg. Pierwszy mecz, rozgrywany w Płocku przy pełnych trybunach i we wspaniałej atmosferze, Nafciarze zremisowali po grze pełnej zwrotów akcji.

Podopieczni trenera Xaviego Sabate byli bez wątpienia czarnym koniem minionych rozgrywek. Choć do grona najlepszych weszli z „dziką kartą” i dopiero w ostatniej kolejce fazy grupowej wywalczyli (na wyjeździe) awans do fazy play off, to potem w 1/8 finału pokonali po serii rzutów karnych francuskie Nantes, a następnie trafili w ćwierćfinale na ówczesnego mistrza Niemiec. Tu rywale okazali się lepsi, ale dopiero w meczu rewanżowym. Pierwszy pojedynek zakończył się remisem.

Dyrektor sportowy ORLEN Wisły podkreślał, że bardzo trudno będzie się dostać do grona szesnastu najlepszych europejskich drużyn i ponownie zagrać w Lidze Mistrzów. – *W tym sezonie pokazaliśmy, że potrafimy walczyć i dostarczać ogromnych emocji. Nasze mecze oglądały na żywo komplety publiczności. Organizacyjnie jesteśmy przygotowani na kolejny sezon, mamy dopięty skład drużyny i bardzo chcielibyśmy po raz drugi z rzędu zagrać w tych prestiżowych rozgrywkach* – powiedział Adam Wiśniewski.

W weekend w Kolonii rozegrany został finałowy turniej Ligi Mistrzów. W tym samym mieście odbyły się spotkania z przedstawicielami klubów starających się o „dziką kartę”. 20 czerwca powinna zostać ogłoszona lista drużyn, które wywalczyły tytuły mistrzów swoich krajów i które zostały zakwalifikowane do rozgrywek (o tym czy ORLEN Wisła będzie w LM poinformujemy w internecie). Z polskich ekip pewna udziału jest ekipa mistrza Polski, czyli Barlinek Industria Kielce. EHF musi ogłosić pozostałe sześć zespołów, które wystąpią w kolejnej edycji LM.

O miejsca w rozgrywkach walczą także mistrzowie krajów takich jak choćby Rumunia, Szwecja czy Chorwacja, jak również wicemistrzowie. Właśnie w tej ostatniej grupie jest ORLEN Wisła, z którą o „dziką kartę” rywalizować będą między innymi ekipy z Danii, Węgier czy Francji. W sumie jest to dziesięć, a może nawet więcej drużyn.

Pozostaje pytanie, na co w tym sezonie postawi EHF. Czy na różnorodność i większą dostępność krajów, co bez wątpienia obniży poziom rozgrywek, czy też na jakość, wybierając takie zespoły, które prezentują wysoki poziom i dają gwarancję emocjonującej walki na parkiecie. Trudno sobie wyobrazić, by w Lidze Mistrzów startowały ekipy z krajów, gdzie piłka ręczna praktycznie nie istnieje, a drużyny nie radziły sobie nawet w rozgrywkach Ligi Europejskiej, nie awansując do fazy grupowej i kończąc przygodę na meczach kwalifikacyjnych.

D. Ossowski

**W ostatniej edycji LM Wisła Płock mierzyła się m.in. z SC Magdeburgiem**

Przed laty świetnym rozwiązaniem były turnieje o „dziką kartę”. Udział w Lidze Mistrzów zespoły mogły wywalczyć na parkiecie – w starciu z innymi drużynami w podobnej sytuacji, których marzeniem również był udział w rozgrywkach. Nie decydowali o składzie ani działacze, ani urzędnicy, a sami zawodnicy biorący udział w turnieju.

Właśnie w taki sposób dostali się do Ligi Mistrzów podopieczni trenera Manolo Cadenasa w sezonie 2013/14. Rywalem płockiej ekipy była wówczas trzecia drużyna ligi francuskiej – Montpellier HB, ze znakomitym Thierrym Omeyerem w bramce.

Wielu kibiców pamięta, że we Francji ORLEN Wisła przegrała 27:29 i o awansie decydowało spotkanie w ORLEN Arenie. Emocji wówczas było tak dużo, że choć płocczanie pokonali rywali 28:23, to walczyli do ostatniego gwizdka sędziów. Potem zaś po stronie Nafciarzy była eksplozja radości. I na pewno są wśród nas tacy kibice, którzy od tego właśnie pojedynku pokochali ORLEN Wisłę całym sercem i do dziś wiernie kibicują drużynie, obserwując jej kolejne osiągnięcia.

Na razie piłkarze ręczni ORLEN Wisły odpoczywają na urlopach, ładując akumulatory przed następnym sezonem. Oczekując na listę drużyn, które 13 września zainaugurują rozgrywki Ligi Mistrzów sezonu 2023/24, warto przypomnieć sobie, jak zmieni się skład płockiej drużyny.

Po sezonie z ORLEN Wisłą pożegnali się bramkarze – Krystian Witkowski i Ignatio Biosca, a także Sergiej Kosorotow. Pod koniec lipca na pierwszy trening drużyny przyjadą: bramkarze – 37-letni Mirko Alilovic (roczny kontrakt z możliwością przedłużenia) i 22-letni Thomas Langerud Kristoffersen (kontrakt do końca sezonu 2025/26), a także 31-letni Mika Zarabec (do 2025/26) oraz 21-letni Kirył Samoila (do 2026/27). Wkrótce okaże się, czy nowi szczypiorniści płockiego klubu odpowiednio wtopią się w drużynę i zdobędą serca kibiców.

Na 27 czerwca EHF zaplanowała losowanie grup Ligi Mistrzów. Oczywiście mamy nadzieję, że będzie to moment, w którym wpiszemy do naszego kalendarza rozgrywek najważniejsze daty, czyli terminy spotkań Ligi Mistrzów.

Na 13 i 14 września wyznaczono pierwszą rundę EHF Champions League. Kolejne odbędą się: 20 i 21 oraz 27 i 28 września, 11-12, 18-19 i 25-26 października, 15-16, 22-23 oraz 29-30 listopada, a w dniach 6-7 grudnia odbędzie się ostatnia kolejka w 2024 roku.

Wznowienie rozgrywek zaplanowano na 14-15 lutego, w tym samym miesiącu odbędą się jeszcze dwie rundy 21-22 i 28-29 lutego. Faza grupowa zakończy się meczami rozgrywanymi 6 i 7 marca 2024 roku.

Terminy play offów wyznaczono na: 27-28 marca i 3-4 kwietnia, zaś ćwierćfinały na 24-25 kwietnia i 1-2 maja. Final Four odbędzie się 8 i 9 czerwca, oczywiście w Kolonii.

**Jola Marciniak**



eprasa.pl 96de324ef7

Przed piłkarzami ręcznymi jeszcze miesiąc urlopów

# Do treningów wrócą 23 lipca

**W ciągu kilku najbliższych dni kibice dowiedzą się, czy ORLEN Wisła dostała od EHF „dziką kartę" do Ligi Mistrzów, a jeśli tak, to z kim zagra w fazie grupowej. Okres przygotowawczy do nowego sezonu rozpocznie się 23 lipca, a w dniach 12 – 13 sierpnia w ORLEN Arenie zorganizowany zostanie turniej. Tydzień później drużyna zagra w ORLEN Cup Star, zaś 26 sierpnia, tuż przed rozpoczęciem rozgrywek, nastąpi prezentacja drużyny na sezon 2023/24. Będzie okazja poznać nowych zawodników.**

D. Ossowski

12 sierpnia będzie szansa, by zobaczyć w akcji ORLEN Wisłę

Po Final Four Ligi Mistrzów sezon 2022/23 uważa się za zakończony. Zawodnicy ładują na urlopach akumulatory na następny sezon. Piłkarze ręczni ORLEN Wisły będą odpoczywać do 22 lipca. Następnego dnia powinni zameldować się w Płocku, by rozpocząć okres przygotowawczy do nowego sezonu. Pierwsze tygodnie zespół spędzi na swoich obiektach.

Najpierw dowiemy się, czy ORLEN Wisła otrzyma „dziką kartę" na udział w najważniejszych europejskich rozgrywkach, zaś 27 lipca będzie znany rozkład drużyn w fazie grupowej.

Pierwszy sprawdzian poziomu przygotowania zespołu został zaplanowany na 12 i 13 sierpnia. Zawody zostaną rozegrane w formule Final Four, czyli najpierw mecze półfinałowe, a potem ich zwycięzcy zagrają o pierwsze miejsce.

Już wiadomo, że w turnieju, który zostanie rozegrany w ORLEN Arenie, zagrają obok gospodarzy: francuska US Dunkerque HB, niemiecki SC DHfK Handball oraz węgierska Tatabánya Kézilabda Club.

Tydzień później, 20 sierpnia podopieczni trenera Xaviego Sabate wezmą udział w turnieju z okazji 20-lecia obecności ORLEN-u w Niemczech – ORLEN Star CUP. Mecze rozgrywane będą w formule 2 × 20 min. W jednodniowych rozgrywkach zagrają THW Kiel, HSV Hamburg i ORLEN Wisła Płock.

Dzień wcześniej płocczanie w pełnym wymiarze czasowym zagrają mecz towarzyski z mistrzem Niemiec THW Kiel.

Pierwszy termin nowego sezonu Superligi wyznaczono na ostatni weekend sierpnia. Właśnie dlatego na 26 sierpnia zaplanowano prezentację drużyny przed sezonem 2023/24. Impreza odbędzie się w Galerii Mazovia.

Na daty kolejnych serii rozgrywek Superligi będziemy musieli jeszcze poczekać. Zanim zostaną one ogłoszone, dowiemy się, jakie zmiany nastąpią już od sezonu 2023/24. Superliga zapewnia, że kibice piłki ręcznej będą mieli zapewnione jeszcze więcej emocji.

Na razie docierają do nas przecieki. Trwają dyskusje nad zmianami, ale można się spodziewać, że zmieniony zostanie format rozgrywek, zgodnie z którym mistrza kraju wyłoni faza play-off. Oznacza to, że drużyny zagrają nie tylko w formule „każdy z każdym" i rewanż, a do rozegrania będzie więcej meczów.

O szczegółach, o których na razie dyskutuje się w gronie osób z Superligi, napiszemy za tydzień. Na konkretne zmiany trzeba będzie poczekać. Mamy nadzieję, że zostaną ogłoszone jeszcze w lipcu.

***

ORLEN Wisła Płock zakończyła sezon 2022/2023 finałem ORLEN Pucharu Polski. Tym razem losy krajowego trofeum rozstrzygnęły się w Kaliszu, a Nafciarze zagrali w nim jako obrońcy tytułu. Ponownie – tak jak w 2022 roku w Tarnowie – w pucharowym pojedynku pokonali Barlinek Industrię Kielce (30:25) i obronili trofeum.

Do 30 czerwca w specjalnej Strefie Pucharowej u klubowego Partnera – w Galerii Mazovia (na 1 piętrze, obok sklepu CCC) będzie można zobaczyć 12. w historii klubu Puchar Polski i zrobić z nim pamiątkowe zdjęcie.

***

W sobotę i niedzielę w Kolonii rozegrany został turniej Final Four Ligi Mistrzów. Po niesamowitych meczach najlepszą europejską drużyną został SC Magdeburg. ORLEN Wisła w rozgrywkach sezonu 2022/23 cztery razy walczyła z tą drużyną, ówczesnym mistrzem Niemiec. Jeden mecz w fazie grupowej wygrała, jeden przegrała, a w ćwierćfinale pierwsze spotkanie zremisowała i dopiero na wyjeździe uległa, jak się w niedzielę okazało, najlepszej europejskiej ekipie.

Drugie miejsce w FF wywalczył polski klub – Barlinek Industria, a trzecie – Barcelona. Z tą ekipą płocczanie w tym sezonie nie zagrali. Mamy nadzieję, że taka możliwość będzie w rozgrywkach 2023/24. Listę ekip FF zamyka Paris Saint Germain.

**Jol.**

Kończy się pewna epoka w Wiśle Płock

# Gwiazdy drużyny odchodzą

**To już pewne! Z Wisłą Płock pożegnali się Rafał Wolski i Jakub Rzeźniczak. Ten pierwszy zaraz po spadku, drugi z kolei odczekał dwa tygodnie, by ogłosić swoją decyzję. Najprawdopodobniej w tym tygodniu zostanie oficjalnie potwierdzone odejście Dominika Furmana i Piotra Tomasika.**

Wisła Płock

Z drużyną żegna się kapitan - Jakub Rzeźniczak

Za porozumieniem stron z Wisłą pożegnał się Rafał Wolski, a w jego ślady poszedł Jakub Rzeźniczak. Co prawda nazwisko kapitana płockiej ekipy częściej pojawiało się na portalach plotkarskich niż sportowych, ale trzeba przyznać, że zawodnik mocno utożsamiał się z klubem. Obiecywał, że zostanie, zwłaszcza że kapitańska opaska zobowiązuje. Tak się jednak nie stało. Po czterech latach jego umowa została rozwiązana za porozumieniem stron.

Jakub Rzeźniczak został piłkarzem Wisły Płock w czerwcu 2019 roku. Podpisał roczny kontrakt, przedłużany w kolejnych latach. Zadebiutował w 1. kolejce przeciwko Górnikowi Zabrze, szybko stał się pewnym punktem zespołu.

W ostatnim sezonie zanotował 25 meczów w Ekstraklasie. W sumie w zespole Wisły wystąpił 92 razy, grając na pozycji stopera. Zdobył trzy bramki.

**Jol.**

# Działo się w miniony weekend

**Piłka nożna**

**IV liga,** ostatnia kolejka: Mazovia Mińsk Mazowiecki – Wisła II Płock 1:1, Victoria Sulejówek – MKS Piaseczno 2:0, Oskar Przysucha – Mszczonowianka Mszczonów 2:3, Ząbkovia Ząbki – KS CK Troszyn 0:1, MKS Przasnysz – KS Raszyn 1:2, Mazur Karczew – Wilga Garwolin 4:4, Escola Varsovia Warszawa – Narew 1962 Ostrołęka 1:0, Hutnik Warszawa – Świt Staroźreby 1:1.

**Tabela po sezonie 2022/23**

| | drużyna | punkty | bilans bramkowy |
|---|---|---|---|
| 1. | Victoria Sulejówek | 82 | 92–38 |
| 2. | Mazovia Mińsk Mazowiecki | 82 | 89–28 |
| 3. | KS CK Troszyn | 66 | 81–46 |
| **4.** | **Wisła II Płock** | **63** | **90–62** |
| 5. | Ząbkovia Ząbki | 60 | 59–35 |
| 6. | MKS Piaseczno | 55 | 67–61 |
| 7. | Hutnik Warszawa | 52 | 76–53 |
| 8. | Mszczonowianka | 49 | 65–59 |
| 9. | Mazur Karczew | 49 | 60–44 |
| 10. | KS Raszyn | 43 | 54–72 |
| 11. | Marcovia Marki | 41 | 62–69 |
| 12. | Oskar Przysucha | 40 | 61–66 |
| 13. | Wilga Garwolin | 39 | 60–67 |
| 14. | MKS Przasnysz | 33 | 43–80 |
| 15. | Narew Ostrołęka | 33 | 48–64 |
| **16.** | **Świt Staroźreby** | **29** | **39–95** |
| 17. | Escola Varsovia Warszawa | 16 | 39–106 |
| 18. | Orzeł Baniocha | 30 | 29–69 |

** Z IV ligi spadają: MKS Przasnysz, Narew Ostrołęka, Świt Staroźreby, Escola Varsovia Warszawa i Orzeł Baniocha, który już wcześniej wycofał się z rozgrywek.*

**V liga mazowiecka**: Amator Maszewo – Żbik Nasielsk 6:5, Skra Drobin – PAF Płońsk 1:8, Unia Warszawa – Sokół Serock 4:5, Drukarz Warszawa – Makowianka Maków Mazowiecki 3:0, Huragan Wołomin – Polonia II Warszawa 3:2, Okęcie Warszawa – Wkra Żuromin 4:1.

**Tabela po sezonie 2022/23**

| | drużyna | punkty | bilans bramkowy |
|---|---|---|---|
| 1. | KTS Weszło | 84 | 156–14 |
| 2. | Sokół Serock | 61 | 79–38 |
| 3. | Polonia II Warszawa | 48 | 69–29 |
| 4. | Makowianka Maków Maz. | 48 | 57–63 |
| 5. | Okęcie Warszawa | 45 | 60–45 |
| 6. | Drukarz Warszawa | 43 | 49–42 |
| 7. | MKS Ciechanów | 42 | 46–49 |
| 8. | Nadnarwianka Pułtusk | 41 | 52–49 |
| 9. | Żbik Nasielsk | 40 | 72–66 |
| 10. | Huragan Wołomin | 32 | 42–46 |
| 11. | Unia Warszawa | 32 | 40–59 |
| 12. | PAF Płońsk | 29 | 45–68 |
| 13. | **Amator Maszewo** | **28** | **47–75** |
| 14. | Wkra Żuromin | 16 | 33–100 |
| **15.** | **Skra Drobin** | **8** | **26–130** |

** Z V ligi spadają Wkra Żuromin i Skra Drobin.*

**Liga okręgowa,** ostatnia kolejka: Mazur Gostynin – Sparta Mochowo 3:1, Unia Iłów – Delta Słupno 2:0, Unia Czermno – Skrwa Łukomie 4:1, Kasztelan Sierpc – Zryw Bielsk 5:1, GKS Góra – Błękitni Gąbin 6:2, Polonia Radzanowo – Start Proboszczewice 2:5.

Do V ligi na pewno awansuje Mazur Gostynin. Pozostałe rozstrzygnięcia zapadną w najbliższych dniach.

**Klasa „A",** ostatnia kolejka: Stegny Wyszogród – Zorza Szczawin Kościelny 3:6, Orzeł Goleszyn – Wicher Cieszewo 3:3, Błyskawica Lucień – Orkan Sochaczew 5:0, Szopen Sanniki – Pogoń Słupia 1:0, Wisła III Płock – Huragan Bodzanów 3:3, Lwówianka Lwówek – Wisła Nowy Duninów 5:1.

**Klasa „B",** ostatnia kolejka: Wisła Główina-Sobowo – Świt II Staroźreby 1:3, ULKS Ciółkowo – Zjednoczeni Bulkowo 2:1, Mazowia Słubice – Błękitni Raciąż 4:2, Błękitni II Gąbin – Sparta Nowe Miszewo 0:3 (wo), Unia II Czermno – Skra II Drobin 0:10.

**III liga mazowiecka kobiet,** koniec sezonu, awans Wisły Płock do II ligi: Wisła Płock – Zamłynie Radom 5:3, Zły Warszawa – Forty Piątnica 4:0, MKS Polonia Warszawa – MUKS Tomaszów Mazowiecki 0:1, Ekosport Białystok – Włókniarz Konstantynów Łódzki 5:1, Zawisza Rzgów – WAP Warszawa 0:5, Legia Soccer Schools Warszawa – Kolejarz Łódź 6:2. **Jol**

**Tabela po sezonie 2022/23**

| | drużyna | punkty | bilans bramkowy |
|---|---|---|---|
| **1.** | **Wisła Płock** | **56** | **102–24** |
| 2. | Polonia Warszawa | 46 | 67–21 |
| 3. | Legia Soccer Warszawa | 46 | 96–30 |
| 4. | MUKS Tomaszów Mazow. | 44 | 81–32 |
| 5. | Zły Warszawa | 43 | 67–28 |
| 6. | Zamłynie Radom | 43 | 62–27 |
| 7. | Forty Piątnica | 37 | 51–45 |
| 8. | WAP Warszawa | 23 | 42–73 |
| 9. | Kolejarz Łódź | 16 | 25–72 |
| 10. | Ekosport Białystok | 15 | 36–74 |
| 11. | Włókniarz Konstantynów | 10 | 21–93 |
| 12. | Zawisza Rzgów | 1 | 7–138 |



eprasa.pl 96de324ef7

# Sędzia kalosz

Tak nazywali przedwojenni (mowa o II wojnie światowej) kibice piłkarscy arbitra, który używał gwizdka niezgodnie z ich oczekiwaniami. Od tego czasu ludzkość zrobiła ogromne postępy w każdej (prawie) dziedzinie życia. W kulturze również, co nie pozostało bez wpływu na kibicowski język. Dziś prawdziwy kibic nie używa tak dziecinnych określeń, by zademonstrować stan swoich emocji. Na wyrażenie negatywnej opinii o osobie arbitra używa się zwrotu sędzia… I tu pojawia się słowo oznaczające podstawowy atrybut męskości, ewentualnie w wersji ugrzecznionej osobę należącą do partii politycznej czy innej organizacji.

Ale to nie futbol i nie piłkarscy sędziowie będą bohaterami dzisiejszego tekstu. Opowiemy sobie o sędziach, że tak powiem, sensu stricto. Od ładnych paru lat nieprzemijających bohaterach życia publicznego w naszym pięknym kraju. Ani sobie, ani nikomu nie życzę bliższych kontaktów z przedstawicielami tej, jak ich nazwała jedna pani, nadzwyczajnej kasty. Ale… Nieszczęścia chodzą po ludziach. A jak się już takie przytrafi, to czego bym oczekiwał? Profesjonalnego rzemiosła. Tego, by sędzia traktował swoją robotę jak stolarz wykonanie mebla. Czyli osądzał czyn, a nie człowieka! A trudno o takie spojrzenie na kogoś, kto publicznie manifestuje swoje poglądy polityczne, czynnie uczestnicząc w rozmaitych imprezach u boku działaczy takiej czy innej partii. Jest oczywiste, że każdy człowiek, w tym sędzia takie poglądy ma. Tyle, że nie może ich publicznie prezentować, bo patrzą na niego przyszli „klienci". Co innego u przysłowiowej „cioci na imieninach"… Podsumowując, gdyby, co nie daj Boże, przyszło mi stanąć przed obliczem Temidy, nie chciałbym się zastanawiać czy pod togą ukrywa się sędzia pisowski, platformerski, peeselowski, konfederacki czy niezdecydowany. Temida ma być ślepa, jak głosi przysłowie!

I z tej samej beczki… Sąd Najwyższy orzekł, że prezydent nie mógł zastosować prawa łaski do osób, które nie zostały prawomocnie skazane. Sędziowie, którzy tak orzekli są zapewne gorącymi miłośnikami porządku prawnego Rzeczypospolitej Polskiej z Konstytucją na czele. Zajrzyjmy zatem do źródła.

Art. 8.2 Przepisy Konstytucji stosuje się bezpośrednio, chyba że Konstytucja stanowi inaczej.

Art. 139 Prezydent Rzeczypospolitej stosuje prawo łaski. Prawa łaski nie stosuje się do osób skazanych przez Trybunał Stanu.

Czy dwaj panowie, których dotyczy decyzja prezydenta zostali skazani przez Trybunał Stanu? Zatem, Panowie Sędziowie Sądu najwyższego, czego nie rozumiecie z artykułu 139? Prezydent może ułaskawić nawet teściową, która przesoliła zupę. I tyle „w tym temacie"…

**Jerzy Ogonowski**

## FELIETONY

Ogonowski | Kopeć

# Nieśmiertelni wołają z Wołynia po 80 latach

Dla pewności sprawdzam w Wikipedii. Wołyń, to kraina geograficzna w północno-zachodniej części Ukrainy w dorzeczu górnego Bugu oraz dopływów Dniepru – Prypeci, Styru, Horynia i Słuczy – obejmująca obwody wołyński i rówieński, zachodnią część żytomierskiego i północne części tarnopolskiego oraz chmielnickiego. Główne miasta to Łuck (stolica obwodu), Kowel, Dubno, Równe, Krzemieniec, Zwiahel, Włodzimierz, Ostróg, Owrucz, Zasław, Starokonstantynów. Z miast najbardziej znany jest Krzemieniec, miejsce urodzin i dorastania Juliusza Słowackiego, słynące z jednej z najlepszych polskich szkół na Kresach w I połowie XIX wieku – najpierw znanej jako Gimnazjum Wołyńskie, a potem Liceum Krzemienieckie, gdzie wykładał ojciec Juliusza – Euzebiusz.

Jaki był ten Wołyń 80 lat temu w tamto lato 1943 roku, kiedy na tę ziemię zstąpił „demon zła" i podjudził ukraińskie organizacje UPA i OUN do dokonania tej strasznej zbrodni, w której wymordowano setki tysięcy Polaków w około 400 wsiach Wołynia, Galicji Wschodniej oraz w innych miejscach i kiedy spalono około 200 kościołów? Lech Franczak, płocki poeta, jeden z ocalonych z rzezi wołyńskiej, pisze w wydanym 8 lat temu tomie „Nieśmiertelni wołają z Wołynia", że „był uroczy i złocisty", „kwitło słońce, igły upału próbowały kąsać jak bąki, zboża w złocie prężyły się, oczekując żniwiarzy, skowronki głodne śpiewu błogosławiły okolicę".

Dzień tragedii. Nic nie zapowiadało, że kiedyś może tu przyjść. Mieszkańcy wsi, Polacy i Ukraińcy, jedni drugich zapraszali i razem się bawili, trwała przyjaźń, o której mówili moi rodzice". A jednak nadszedł ten „dzień tragedii. W niedzielę 11 lipca, w tę straszną niedzielę, kiedy ukraińscy nacjonaliści wymordowali blisko 100 wsi, paląc ludzi w kościołach i stodołach oraz zabijając w inny sposób, rano, przed świtem, jak wspomina dziś pan Lech, obudziło go gwałtowne stukanie w okno. To mieszkająca niedaleko ukraińska kobieta przybiegła z ostrzeżeniem: „Uciekajcie, rezuny mordują, uciekajcie". „Mama chwyciła mnie na ręce, zdążyła zabrać kawałek chleba i ukryliśmy się w pobliskim zbożu za sadem. Mama zatykała mi usta, abym nie krzyczał, kiedy oprawcy przechodzili obok nas w odległości 10 metrów." Z jego rodzinnej wsi liczącej 500 ludzi ocalało może 40-50 osób. „Znikła duża wieś i kolonia Gurów – miejsce mojego urodzenia". „Nagle jakby zawalił się świat z blaskiem słońca, bo każdy dzień zastygał w płacz ginących dusz".

W sercu wsi odbywała się rzeź, bandyci wpadli do chałup, zabijali po kolei, także dzieci. Robili to siekierami, widłami, czym popadło. Część opornych zabrali do szkół, stodół i kuźni na żywą egzekucję Lachów w płomieniach. Ginęły spowinowacone i bliskie nam rodziny wraz z dziećmi. Były to rodziny Kowalczyków, Jarugów, Ponińskich, Cepowskich, Utrackich, Barszczewskich, Grzelaków, Sadowskich. Oprawcy zabili trójkę dzieci Szcześniewskich. Stryjostwo cudem ocalało. Dziś, po 80 latach od tamtych wydarzeń, w ten dramatyczny i „niewygodny", jak mówią niektórzy, czas wojny, dusze męczenników wołają z Wołynia o prawdę, o pamięć, o pojednanie w prawdzie, tylko w prawdzie. Wołają do nas, do naszych rządzących, do naszych pasterzy. Nie zlekceważmy i nie zmarnujmy tego wołania. „Mój los przebaczenie pisze, biegnąc kocha i kochając każe biec, jest na drodze poszukującej człowieka. Nieśmiertelni nie narodzili się na śmierć, gdyż ona nie może być kresem wszystkiego". „Matko Boska Bolesna – Pieto ze Swojczowa – w swym słynącym cudami Wizerunku z kościoła pod wezwaniem Najświętszej Marii Panny, uczyń wszystko, by pamięć prawdą obmywała oczy".

**Wiesław Kopeć**

** Informujemy, że redakcja nie musi się utożsamiać z poglądami zawartymi w felietonach. W tym gatunku dziennikarskim ich autorzy wyrażają własne zdanie.*

## Przychodnia prawna

# Ostateczny krach systemu korporacji

W sprawach frankowych banki po raz kolejny poległy przed Trybunałem Sprawiedliwości Unii Europejskiej. Oczywiście tytuł dzisiejszego artykułu jest dużą przesadą, ale pocieszające jest, że korporacje w starciu z jednostką nie są wszechwładne. Zapadłe orzeczenia mogą wpłynąć na polską kulturę prawną, bo pokazują jak wygląda w zaawansowanych systemach prawnych wykładnia treści umów.

- Bankom nie przysługuje wynagrodzenie za korzystanie z kapitału
- Kredytobiorcy może przysługiwać dodatkowe odszkodowanie
- Raty mogą być zawieszone na czas procesu
- Przedsiębiorca może być objęty ochroną konsumencką
- Odsetki należy naliczać od wezwania do zapłaty

Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej w dniach 8 i 15 czerwca 2023 r. w sprawach o sygnaturach C-520/21, C-570/21 oraz C-287/22 ogłosił wyroki o istotnym znaczeniu dla frankowiczów. Chociaż treść orzeczeń nie jest zaskakująca, to autorytet Trybunału utrudnia bankom promowanie propagandy mającej na celu zastraszenie kredytobiorców. TSUE wskazał przede wszystkim na zasadę, że nie można dopuścić do sytuacji, w której strona czerpie korzyści gospodarcze ze swojego niezgodnego z prawem zachowania, ani do sytuacji, w której otrzymuje odszkodowanie za niedogodności, które sama wywołała.

Najbardziej doniosłe znaczenie ma rozstrzygnięcie dotyczące "wynagrodzenia za korzystanie z kapitału". Zgodnie z wyrokiem TSUE, **instytucja kredytowa nie ma prawa żądać od konsumenta rekompensaty wykraczającej poza zwrot wypłaconego kapitału** na podstawie wykonania nieważnej umowy kredytowej. Ta decyzja jest o tyle ważna, że obawa przed potencjalnymi roszczeniami banku była dla wielu kredytobiorców głównym powodem dalszego wykonywania umowy i spłacania horrendalnie wysokich rat kredytu frankowego.

Jednocześnie Trybunał orzekł, że nie ma przeszkód, aby konsument miał prawo żądać od instytucji kredytowej rekompensaty wykraczającej poza zwrot miesięcznych rat i kosztów poniesionych z tytułu wykonania tej umowy. Ta kwestia jest szczególnie istotna dla kredytobiorców, którzy popadli w niewypłacalność, ich kredyty zostały wypowiedziane, a mieszkania zlicytowane przez komornika. Wyrok TSUE daje im nadzieję na naprawienie szkody wynikłej z podpisania krzywdzącej, nieważnej umowy kredytowej.

Kolejną kwestią rozpatrywaną przez TSUE było zawieszenie rat kredytu na czas trwania postępowania sądowego. Trybunał uznał, że jeżeli takie środki są niezbędne do zapewnienia pełnej skuteczności orzeczenia nieważności umowy kredytowej, to sąd krajowy nie może oddalić wniosku konsumenta o zastosowanie środków tymczasowych zmierzających do zawieszenia spłaty miesięcznych rat należnych na podstawie wspomnianej umowy. Potrzeba zarządzenia takiego środka może ujawnić się między innymi wówczas, gdy istnieje ryzyko, że czas trwania postępowania sądowego może okazać się znacząco długi. Inną podstawę do wydania zarządzenia o zabezpieczeniu może być okoliczność, że konsument będzie płacić raty w kwocie wyższej niż ta, która byłaby faktycznie należna, gdyby zakwestionowany warunek został usunięty.

Trybunał pochylił się również nad wpływem prowadzenia przez kredytobiorcę działalności gospodarczej na objęcie go ochroną konsumencką. W ocenie TSUE pojęcie „konsumenta" obejmuje również osobę, która zawarła umowę kredytu do użytku częściowo związanego z jej działalnością gospodarczą lub zawodową, a w części niezwiązanego z tą działalnością, wspólnie z innym kredytobiorcą, który nie działał w ramach swojej działalności gospodarczej lub zawodowej, jeżeli cel działalności gospodarczej lub zawodowej jest tak ograniczony, że nie jest on dominujący w ogólnym kontekście tej umowy. Ustalając tę kwestię sąd jest zobowiązany uwzględnić wszystkie istotne okoliczności towarzyszące umowie kredytowej, zarówno ilościowe, jak i jakościowe, takie jak w szczególności podział wykorzystania pożyczonego kapitału pomiędzy działalność zawodową i pozazawodową, a w przypadku większej liczby kredytobiorców okoliczność, że tylko jeden z nich realizuje cel gospodarczy lub że kredytodawca uzależnił udzielenie kredytu przeznaczonego na cele konsumenckie od częściowego przeznaczenia pożyczonej kwoty na spłatę długów związanych z działalnością gospodarczą lub zawodową.

Częstą praktyką polskich sądów jest orzekanie odsetek od momentu złożenia przez kredytobiorców oświadczenia przed sądem, że świadomi konsekwencji chcą orzeczenia nieważności umowy. Trybunał orzekł, że w przypadku orzeczenia obowiązku zwrotu przez bank otrzymanych wpłat, należne odsetki należy obliczać od daty wskazanej w wezwaniu do zapłaty. Ponieważ oświadczenie kredytobiorców jest często składane kilkanaście lub nawet kilkadziesiąt miesięcy po tym dniu, kwestia ta ma olbrzymi wpływ na kwotę należnych odsetek.

Dla prawników treść tych orzeczeń ma pewne znaczenie proceduralne. Zapewne modyfikacją ulegną strategie procesowe i wnoszone pozwy oraz wnioski o zabezpieczenie. Dla kredytobiorców znaczenie ma tylko jeden wniosek. Sądowe unieważnienie umowy kredytowej będzie dla kredytobiorcy z pewnością bardziej korzystne od dalszej spłaty kredytu lub zawarcia z bankiem ugody.

**radca prawny Karol Olkuski**
**pl. Stary Rynek 2 lok 1B, Płock**
**kancelaria@olkuski.legal**
**tel. 604 960 660**



eprasa.pl 96de324ef7