Zajmują nasze parkingi...

>4

Zasłużeni dla Diecezji Płockiej

>6

Zemsta Piotra Bały

>8

Nr **46** (2657)
nakład **6 000**
5,50 zł
stawka VAT 5%
ISSN 02086972 INDEKS 379409
Rok zał. 1972

Wtorek
12 listopada 2024

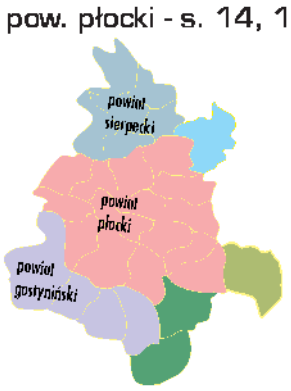
UKAZUJE SIĘ NA MAZOWSZU PÓŁNOCNYM W POWIATACH:
● **PŁOCK** ● **GOSTYNIN** ● **SIERPC**

Numer w sprzedaży do 18.11.2024

tygodnik PŁOCKI

DODATKI:

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



PROGRAM TV

W roku 2060 ma być tylko 75 700 mieszkańców...

○ Czytaj - s. 3

Płock się wyludnia!

D. Ossowski

Rozpowszechniali treści z dziecięcą pornografią

Trop prowadził do Płocka

● Czytaj - s. 2

Co dalej z rozbudową Kompleksu Olefin III?

Dwa możliwe scenariusze

● Czytaj - s. 3

SPORT

Płoccy biegacze pokazali się w półmaratonie w Walencji

>28

O sporcie mastersów rozmawiamy z Leszkiem Jarosińskim, trenerem judo

>29

eprasa.pl b1b966a779

Podpowiadamy, gdzie się wybrać...

O dziejach i tajemnicach katedry

13 listopada o godz. 17.00 odbędzie się kolejne muzealne wydarzeniu z cyklu „Spotkania z historią". Tym razem rozmowy będą się toczyć wokół doniosłego jubileuszu 950-lecia diecezji płockiej. Tematem spotkania (przy ul. Tumskiej 8) będzie płocka katedra – matka kościołów Mazowsza, symbol godności diecezjalnej, autorytetu i władzy biskupiej. Wykłady o najdawniejszych dziejach świątyni, jej atrybutach, architektonicznych przeobrażeniach a także tajemnicach i ciekawostkach skrywanych we wnętrzu budowli wygłoszą znamienici goście w osobach profesora Politechniki Warszawskiej – dr. hab. Roberta Kunkla oraz proboszcza płockiej katedry i wykładowcy historii sztuki w Wyższym Seminarium Duchownym w Płocku – ks. kan. Stefana Cegłowskiego.

Aga Zano w POKiS

14 listopada o 18.00 POKiS zaprasza na kolejne spotkanie w ramach cyklu LiterAkcje. Tym razem gościem będzie Aga Zano, znakomita tłumaczka książki Joshuy Cohena „Rodzina Netanjahu", która została nagrodzona Nagrodą Pulitzera w 2022 roku. To pierwszy przekład na język polski twórczości jednego z najważniejszych współczesnych pisarzy amerykańskich.

Aga Zano opowie o pracy nad książką oraz jej wyjątkowym znaczeniu. Zano ma na swoim koncie przekłady m.in. Sylvii Plath, Bernardine Evaristo i JM Coetzee'ego. Jest laureatką Poznańskiej Nagrody Literackiej i była nominowana do Nagrody Prezydenta Miasta Gdańska za Twórczość Translatorską.

O Krwawym Mikołaju

15 listopada o godz. 17.00 Książnica Płocka zaprasza do Mediateki eMka na spotkanie autorskie z Jackiem Ostrowskim i promocję „Krwawego Mikołaja", kolejnej części „Serii z papugą" o mecenas Zuzie Lewandowskiej. Wstęp wolny, bez wejściówek. „Krwawy Mikołaj" to dwunasta, świąteczna część przygód mecenas Zuzy Lewandowskiej. Bohaterka powieści ma szansę na duży spadek, pod warunkiem, że ujdzie cało przed dybiącym na jej życie seryjnym zabójcą.

Spotkanie autorskie i promocja książki połączone będą z niespodziankami, konkursami. Jak zapewnia autor – „będzie się działo".

(kw)

Rozpowszechniali treści z dziecięcą pornografią

Trop prowadził do Płocka

Centralne Biuro Zwalczania Cyberprzestępczości w Katowicach powiadomiło płocką prokuraturę o podejrzeniu rozpowszechniania treści pornograficznych z udziałem osób małoletnich.

- Sprawcy wykupili dostęp do wirtualnego dysku na serwerze w Nowej Zelandii, gdzie kopiowali, a następnie rozpowszechniali treści z dziecięcą pornografią. Z ustaleń wynikało, że do logowań jednego ze sprawców dochodzi na terenie Płocka. Prokuratura Rejonowa natychmiast wszczęła w tej sprawie śledztwo – informuje podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku.

W wyniku szeroko przeprowadzonych czynności operacyjnych policjanci kryminalni z Komisariatu Policji w Płocku namierzyli, a następnie zatrzymali dwóch mężczyzn, 21-letniego mieszkańca Płocka oraz 20-letniego mieszkańca województwa łódzkiego.

- W ich mieszkaniach funkcjonariusze zabezpieczyli komputery, dyski oraz telefony. W sprawie powołano biegłego z zakresu informatyki. W oparciu o szeroki materiał dowodowy oraz w wyniku przeprowadzonego śledztwa zatrzymani usłyszeli zarzuty – dowiadujemy się w Komendzie Miejskiej Policji w Płocku.

Mężczyźni przyznali się do winy. Jak podaje policjantka, 31 października br. prokurator skierował przeciwko nim akt oskarżenia do Sądu Rejonowego w Płocku. Za posiadanie oraz rozpowszechnianie treści pornograficznych z udziałem małoletnich grozi im do 15 lat pozbawienia wolności.

BS

Remont jednego z płockich zabytków. A to nie koniec zmian

Odnowiona kapliczka na ul. Asnyka

Zakończył się remont jednego z płockich zabytków. Podczas jesiennych spacerów warto odwiedzić to miejsce.

- Na końcu ulicy Asnyka, nad Jarem Brzeźnicy, stoi zabytkowa kapliczka z 1882 roku. Jest przykładem kultury ludowej naszego regionu. Potrzebowała odświeżenia, dlatego przeprowadziliśmy jej renowację. Prace kosztowały 125 tys. zł. Sporą część tej kwoty – 85 tys. zł – pokryliśmy z pozyskanej dotacji z budżetu Mazowsza – poinformował w mediach społecznościowych prezydent Płocka Andrzej Nowakowski.

J. Danieluk

Zabytkowa kapliczka przy ul. Asnyka

To jednak nie koniec zmian w tym miejscu. - *Kapliczka poświęcona jest Matce Boskiej Skępskiej i we wnęce powinna stać jej figura. Jednak obecnie znajduje się tam przedstawienie Matki Boskiej Fatimskiej, umieszczone przez proboszcza pobliskiej parafii. Zdecydowaliśmy się na stworzenie repliki oryginalnej rzeźby, aby zachować pierwotny charakter miejsca. Mamy nadzieję, że do końca roku będzie gotowa* – dodaje prezydent Andrzej Nowakowski.

Warto przypomnieć, że już w maju tego roku płocki samorząd pozyskał na renowację kapliczki przy ul. Asnyka dofinansowanie z Mazowieckiego Instrumentu Wsparcia Zachowania i Tworzenia Miejsc Pamięci Narodowej pn.: „Mazowsze dla miejsc pamięci 2024". Wyniosło ono 85 240 zł.

Zabytkowa kapliczka datowana jest na rok 1882, ma wysokość około 6 metrów i jest wykonana z cegły ceramicznej pełnej. Kapliczka usytuowana jest na skarpie Jaru Rzeki Brzeźnicy na trasie corocznej pielgrzymki z Płocka do klasztoru w Skępem. Stanowi małą formę architektury sakralnej mającej znaczenie dla lokalnej kultury ludowej i religijności ludowej Mazowsza Płockiego.

Zakres robót remontowych obejmował między innymi: konserwację elementów betonowych; sztukaterie gipsowe; konserwację elementów metalowych – krzyż; rekonstrukcję liter; demontaż opaski, izolacja oraz montaż nowej opaski wokół kapliczki; demontaż schodów prowadzących do kapliczki; montaż schodów nowych schodów; montaż barierki przy schodach. **(jac)**

Dał oszustowi dostęp do swojego konta

Płocczanin stracił 500 tys. zł

Mieszkaniec Płocka stracił blisko 500 tys. złotych. W jaki sposób? *- Mężczyzna uwierzył w atrakcyjną ofertę inwestycyjną i zainstalował aplikację, dając oszustowi dostęp do swojego konta bankowego* – mówi podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku.

Do płockich policjantów zgłosił się mężczyzna, który zainwestował swoje pieniądze w internetowe akcje. - *Mieszkaniec Płocka, skuszony atrakcyjną ofertą inwestycji, postanowił pomnożyć swoje oszczędności* – tłumaczy policjantka.

Najpierw obserwował, jak jego zyski rosną

Początkowo 56-latek obserwował na stronie internetowej, jak jego zyski rosną. Była to oczywiście fałszywa strona. Następnie mężczyzna zainstalował na swoim telefonie i komputerze aplikację, dzięki której oszust uzyskał dostęp do jego konta bankowego. W wyniku oszustwa mężczyzna stracił prawie 500 tys. złotych.

Jak dowiadujemy się w Komendzie Miejskiej Policji w Płocku, to kolejny zgłoszony przypadek oszustwa z naszego terenu.

Jedna z ulubionych metod oszustów

- Oszustwo inwestycyjne to jedna z najczęściej wykorzystywanych przez oszustów metod. Chcąc przyciągnąć uwagę użytkowników, oferują bardzo wysokie zyski, bez ryzyka utraty pieniędzy – tłumaczą policjanci.

Jak się chronić?

Radzą również, jak uchronić się przed tego typu problemami. Przede wszystkim należy ignorować wszelkiego typu reklamy oferujące bonusy pieniężne lub możliwość szybkiego zarobku.

- Jeżeli dostajesz możliwość szybkiego wzbogacenia się bez jakiegokolwiek ryzyka, pamiętaj, że jest to zazwyczaj próba oszustwa – ostrzegają policjanci. Podpowiadają również, by nie logować się na niesprawdzonych platformach i nie instalować na swoich urządzeniach aplikacji z niezaufanych źródeł!

BS

Magazyn Kryminalny

Kobieta z 2 promilami za kierownicą

W niedzielę, 3 listopada około godz. 17.00 w Chodkowie (gm. Bodzanów) 35-letnia kierująca BMW straciła panowanie nad pojazdem i dachowała. - *W wyniku poniesionych obrażeń kobieta trafiła do szpitala* – informuje podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku. Okazało się również, że kobieta miała blisko 2 promile alkoholu w organizmie. 35-latka to jedna z 7 nietrzeźwych kierujących osób zatrzymanych od 1 do 3 listopada. W sumie na drogach miasta i powiatu płockiego doszło do kilkunastu kolizji i dwóch wypadków drogowych. - *Na szczęście żadne z tych zdarzeń nie zakończyło się tragicznie* – podsumowuje policjantka.

Wypadek w Górkach

Choć nie miał uprawnień, 18-latek wybrał się na przejażdżkę motocyklem. Niestety, była to pechowa wyprawa. W Górkach (gm. Gąbin) doszło do wypadku. - *55-letni kierujący oplem zderzył się z 18-letnim kierującym motocyklem. W wyniku poniesionych obrażeń kierujący jednośladem trafił do szpitala* – informuje podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku. Okazało się, że kierujący motocyklem nie posiadał właściwych uprawnień, a motocykl, którym się poruszał, najprawdopodobniej nie miał ważnego przeglądu oraz polisy OC.

Pirat w Lelicach

We wtorek, 5 listopada w Lelicach uwagę policjantów z sierpeckiej drogówki zwrócił pojazd marki Hyundai. Jego kierowca jechał z prędkością 103 km/h w obszarze zabudowanym. Dopuszczalna prędkość to 50 km/h. Dodatkowo kierowca wyprzedzał na przejściu dla pieszych. Policjanci zatrzymali pojazd do kontroli. Wtedy 26-letni płocczanin stracił prawo jazdy, otrzymał mandat karny w wysokości 3 tys. zł, a do tego na jego konto trafiło 28 punktów karnych.

W lesie znaleziono zwłoki

W piątek, 1 listopada w lesie w Miszewie Murowanym odnaleziono zwłoki mężczyzny. Okazało się, że był to zaginiony 64-latek, mieszkaniec Domu Pomocy Społecznej w Nowym Miszewie. Na miejsce wezwano prokuratora. Zaginięcie mężczyzny było wcześniej zgłaszane na Policję. Informowano, że zaginiony może znajdować się w okolicznościach zagrażających jego życiu. Przez wiele godzin służby mundurowe prowadziły jego poszukiwania.

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**, e-mail: michal.wach@tp.com.pl, tel. 603 947 402
Za treść zamieszczonych ogłoszeń Redakcja nie ponosi odpowiedzialności.
W niektórych tekstach może występować usługa "lokowanie produktu".
WYDAWCA: „Tygodnik Płocki" Sp. z o.o., 09-400 Płock, Stary Rynek 27;
Prezes Zarządu: Tomasz **Szatkowski**, tel. 262-70-60. DRUK: AGORA SA, Warszawa, ul. Daniszewska 27.
KOLPORTAŻ: „**Kolporter**" Kielce, ul. Zagnańska 61; **Garmond Press**, Warszawa, ul. Nakielska 3;
Zamówienia na prenumeratę przyjmuje: **Garmond Press**.

eprasa.pl b1b966a779

W roku 2060 ma być nas tylko 75,7 tysięcy...

Płock się wyludnia!

Urząd Statystyczny w Warszawie przygotował z okazji 25-lecia województwa mazowieckiego podsumowanie porównujące obecne dane statystyczne do tych sprzed ćwierć wieku. Jak w liczbach zmienił się Płock? Gdzie podziali się jego mieszkańcy, których ubyło w statystykach? Ile w porównaniu z końcówką XX w. zarabia przeciętnie mieszkaniec miasta? Na te i inne pytania odpowiedzieli przedstawiciele Urzędu Statystycznego w Warszawie, którzy we wtorek, 5 listopada zorganizowali spotkanie z reprezentantami płockich instytucji, samorządu oraz mediów.

Ćwierć wieku województwa mazowieckiego to doskonała okazja do podsumowania zmian, jakie zaszły w najważniejszych miastach Mazowsza. W Płocku przez ten czas znacznie poprawiła się infrastruktura i stan bezpieczeństwa, a na rynku pracy nie ma już dwucyfrowego bezrobocia. Za to powodem do niepokoju w Płocku, ale i innych mazowieckich miastach na prawach powiatu, jest z pewnością demografia.

Młodych jest mało, a będzie jeszcze mniej…

Jak wynika z danych Urzędu Statystycznego w Warszawie, 25 lat temu Płock zamieszkiwało 128,7 tys. osób. W 2023 r. liczba ta była o 17,5 tys. osób niższa, a płocczan było 111,2 tys. Prognozy na następne lata nie są optymistyczne. Przewiduje się, że w 2060 r. mieszkańców miasta ma być 75,7 tys., czyli aż o 41% mniej niż w 1999 r.

Gdzie podziali się „zaginieni" płocczanie? Spada liczba rodzin z dziećmi i ubywa (przychodzi ich na świat mniej) najmłodszych mieszkańców miasta. Według danych Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań z 2002 r. w Płocku było 21,5 tys. rodzin z dziećmi (do 24 lat), zaś w spisie z 2021 r. ta liczba spadła do 14,4 tys. Liczba najmłodszych mieszkańców miasta (0-19 lat) zmniejszyła się z 34,5 tys. w 1999 r. do 20 tys. w 2023 r. Dlatego też Płock się starzeje – mediana wieku wzrosła z 37 lat w 2005 r. do prawie 45 i pół roku w 2023 r. Płocczan jest zatem mniej i są starsi niż w momencie powstania województwa mazowieckiego.

K. Wiśniewska

O 25 latach Płocka w województwie mazowieckim opowiedzieli przedstawiciele Urzędu Statystycznego w Warszawie

Lepsze warunki życia

Ale… Szczęściem w nieszczęściu może być fakt, iż w świetle danych statystycznych płocczanie mogą cieszyć się znacznie lepszymi warunkami życia niż 25 lat temu. Poza tym poprawiła się sytuacja na rynku pracy. Stopa bezrobocia na przestrzeni lat 2003-2023 spadła w mieście z prawie 21% do 5,4%. Zaś udział bezrobotnych zarejestrowanych w liczbie ludności w wieku produkcyjnym zmniejszył się z ponad 16% do 5%.

Mieszkańcom Płocka coraz wygodniej się mieszka. Przeciętna powierzchnia użytkowa jednego mieszkania wzrosła z 52 mkw. (1999 r.) do prawie 60 mkw. w 2022 r. Na jedno płockie mieszkanie przypadają obecnie nieco ponad dwie osoby, podczas gdy w momencie powstania nowego województwa jedno mieszkanie miało przeciętnie o jednego lokatora więcej.

Między 1999 a 2022 rokiem znacząco wzrosła liczba lekarzy na 10 tys. ludności: z 36 do prawie 55. Przybyło też pielęgniarek i położnych: ze 100 do 125 na 10 tys. ludności (dane dla lat 2006 i 2022).

Oczywistością stało się posiadanie samochodu. O ile w 2005 r. auto miało niecałe 36% Płocczan, to w 2022 r. własne cztery kółka posiadało trzech na czterech mieszkańców miasta. Miłośnicy rowerów też powinni mieć powody do zadowolenia. Całkowita długość dróg dla rowerów wzrosła w Płocku z 12 km w 2011 r. do 75 km w 2023 r.

Wspomnijmy również o naszych finansach. Przeciętne wynagrodzenie brutto w Płocku to wg danych z 2023 r. 9151,60 zł. Wynik ten nieznacznie przekracza przeciętną wysokość wypłaty w woj. mazowieckim (8928 zł). Dla porównania w 2002 r. przeciętne wynagrodzenie mieszkańca Płocka wynosiło 2742,60 zł. To duży skok, ale patrząc na te dane, należy wziąć pod uwagę różne czynniki, takie jak chociażby inflację czy zwiększenia kwot pensji minimalnej.

PKB podregionu płockiego w 2000 r. wynosił ogółem 7 815 mln zł, a na 1 mieszkańca – 23 284 zł. W 2021 r. było to 35 333 zł ogółem i 111 516 zł na 1 mieszkańca.

Jest bezpieczniej. Przynajmniej wg statystyk

Jak wynika z danych Urzędu Statystycznego, zauważalnie poprawiło się bezpieczeństwo w mieście. Podczas gdy w 2013 r. płocka Policja odnotowała 3459 przestępstw, to w ubiegłym roku było ich 2233. Wskaźnik przestępstw w przeliczeniu na 1000 mieszkańców spadł z 28 w 2013 r. do niecałych 20 w 2023 r.

Spotkanie w płockim oddziale Urzędu Statystycznego nie tylko było okazją do przedstawienia statystyk, ale przede wszystkim dało pole do dyskusji nad zmianami w demografii miasta, ich przyczynami oraz możliwymi scenariuszami na następne lata. Analiza danych statystycznych może być cenna w przygotowaniu narzędzi do zapobiegania negatywnym zjawiskom, takim jak chociażby

(kw)

** Źródło danych: Urząd Statystyczny w Warszawie*

Zwracajmy uwagę na bezdomnych, osoby starsze i osoby nietrzeźwe

W razie potrzeby, dzwoń!

Jak co roku, w chwili, gdy temperatury na zewnątrz spadają do zera, policjanci z Komendy Miejskiej Policji w Płocku zwracają się do wszystkich z apelem o to, aby nie byli obojętni na czyjąś krzywdę. - *Na wychłodzenie organizmu są szczególnie narażeni bezdomni, osoby starsze i osoby nietrzeźwe przebywające na dworze. Jeśli widzimy takiego człowieka, nie wahajmy się zadzwonić na numer alarmowy, aby powiadomić o tym funkcjonariuszy* – mówi podkom. Monika Jakubowska z KMP w Płocku. Jak podkreśla, każde takie zgłoszenie jest natychmiast sprawdzane.

Okres zimowy to czas, kiedy policjanci podczas patroli zwracają szczególną uwagę na miejsca, gdzie mogą szukać schronienia i nocować bezdomni. Są to zazwyczaj pustostany, ogródki działkowe, altanki. – *Każdego roku monitorujemy sytuację tych osób, sami oferujemy pomoc każdemu, kto jej potrzebuje – odnajdując takie osoby zawsze proponujemy przewiezienie ich do ośrodków, w których jest ciepło, gdzie mogą zjeść ciepły posiłek i przespać się w normalnych warunkach* – dowiadujemy się w Komendzie Miejskiej Policji w Płocku.

Jak dodają mundurowi, szczególnej uwagi wymagają także osoby starsze, samotne, nieporadne życiowo czy niedołężne, które mogą być szczególnie narażone na skutki działania niskich temperatur, a niekorzystne warunki atmosferyczne mogą okazać się dla nich barierą nie do pokonania. – *Warto upewnić się, czy nie potrzebują oni pomocy w codziennych czynnościach, takich jak chociażby zakupy. O trudnej sytuacji sąsiada czy znajomego możemy również powiadomić Ośrodek Pomocy Społecznej* – tłumaczą policjanci.

Zwracają się także z apelem, aby reagować w sytuacjach, gdy potrzebna jest natychmiastowa pomoc. - *Wystarczy jeden telefon pod numer alarmowy 112 lub zgłoszenie na Krajowej Mapie Zagrożeń Bezpieczeństwa. Z listy dostępnych oznaczeń na KMZB należy wybrać „Osoba bezdomna wymagająca pomocy", a następnie nanieść znacznik na konkretne miejsce na mapie* – podpowiada podkom. Monika Jakubowska.

BS

KMP w Płocku

Co dalej z rozbudową Kompleksu Olefin III?

Dwa możliwe scenariusze

ORLEN analizuje obecnie już tylko dwa warianty dotyczące inwestycji w rozbudowę Kompleksu Olefin III, która realizowana jest w Zakładzie Produkcyjnym w Płocku – optymalizację projektu, zatrzymanie projektu lub jego czasowe wstrzymanie. Wnioski z przeprowadzonych audytów oraz weryfikacji założeń biznesowych inwestycji Olefiny III w zderzeniu z wynikami analiz rynku petrochemicznego, sytuacji makroekonomicznej oraz rentowności projektu nie uzasadniają kontynuowania tej inwestycji w dotychczasowym zakresie. Urealnienie zakresu i kosztów tego wariantu wskazuje na wzrost nakładów inwestycyjnych i kosztów okołoprojektowych do ok. 45-51 mld zł i przesunięcie terminu zakończenia o kolejne 3 lata.

– *Inwestycja w obecnym zakresie, przy uwzględnieniu stale rosnących jej kosztów, oddalającego się terminu realizacji i braku obiecujących perspektyw dla sektora petrochemicznego w Europie, nie ma biznesowego uzasadnienia i nie może być kontynuowana. Zobowiązaliśmy się, że podejmowane przez nas decyzje biznesowe będą dobrze przemyślane, racjonalne i transparentne. Dlatego dokładnie przeanalizowaliśmy wszystkie scenariusze dla tej inwestycji, a szczególnie wariant pozostawiony przez poprzedni zarząd, i wyciągamy z nich wnioski* – mówi Ireneusz Fąfara, Prezes Zarządu ORLEN.

Koncern, przy wsparciu zewnętrznych doradców, analizuje obecnie dwa scenariusze dotyczące inwestycji w Olefiny III. Są to: optymalizacja projektu w zakresie mocy produkcyjnych i wykorzystania obecnych jednostek lub zatrzymanie projektu w obecnym kształcie lub jego czasowe, częściowe wstrzymanie.

Dalszej analizie nie będzie natomiast podlegała już koncepcja kontynuowania projektu w dotychczasowym zakresie. Szacunki zewnętrznych, renomowanych doradców wskazały, że ten scenariusz wymagałaby zwiększenia nakładów inwestycyjnych i kosztów okołoprojektowych do 45-51 mld PLN, z uwzględnieniem niezbędnej infrastruktury oraz uwarunkowań kontraktowych, makroekonomicznych oraz prognoz rynkowych.

Należy podkreślić, że nakłady planowane na etapie decyzji inwestycyjnej nie uwzględniały pełnego zakresu infrastruktury towarzyszącej, niezbędnej do funkcjonowania kompleksu. Nie zostały też właściwie oszacowane później, gdy w czerwcu 2023 roku przewidywany koszt inwestycji w Olefiny III wzrósł ponad trzykrotnie do 25 mld zł, a termin jej realizacji przesunął się o trzy lata, pomimo tego, że wyeliminowano z projektu linię wysokomarżowych produktów petrochemicznych takich, jak fenol i pochodne aromatów.

Opr. (kw)

eprasa.pl b1b966a779

Mieszkańcy osiedla Łukasiewicza skarżą się na zmotoryzowanych kibiców Wisły Płock

Zajmują nasze parkingi...

Z redakcją „Tygodnika Płockiego" skontaktowali się mieszkańcy osiedla Łukasiewicza (ul. Siennickiego, Batalionów Chłopskich), którzy zwracają uwagę na brak miejsc parkingowych w czasie, kiedy na stadionie przy ul. Łukasiewicza lub w ORLEN Arenie odbywają się mecze. Rozwiązaniem problemu mogą być szlabany ograniczające wjazd na część parkingów.

Według mieszkańców kibice, którzy przyjeżdżają samochodami osobowymi na te wydarzenia, zajmują miejsca parkingowe na osiedlu, a parkingi przy stadionie są zajęte przez policyjne radiowozy.

- *Na ogólnodostępnych miejscach postojowych dopuszczone jest parkowanie pojazdów niezależnie od miejsca zamieszkania ich właścicieli. Dlatego naturalnym zjawiskiem jest zatrzymywanie się przyjezdnych, w tym przypadku kibiców, na wolnych miejscach postojowych w rejonie stadionu i hali. Nie można im zabronić korzystania z takich miejsc* – tłumaczy Marta Komorkowska z referatu informacji miejskiej Urzędu Miasta Płocka.

Inną sytuacją jest natomiast parkowanie na terenach prywatnych, których właścicielem nie jest gmina, należących na przykład do wspólnot czy spółdzielni. Mogą tutaj zatrzymywać się niektórzy – osoby wskazane przez administratora posesji, np. mieszkańcy bloków. Rolą administratora/właściciela jest zadbanie, aby tylko uprawnione osoby miały dostęp do tego obszaru. Przykładem mogą być bloki przy ul. Łukasiewicza 7 i 9, gdzie po interwencji i petycji mieszkańców administrator zainstalował szlaban, ograniczając dostęp do swojego terenu.

Warto dodać, że przy nowym stadionie powstało 325 miejsc parkingowych, w tym 20 dla autokarów. W trakcie meczów część z nich jest zajęta przez sędziów, delegatów, służby mundurowe, media. 40 miejsc jest przeznaczonych dla kibiców gości. Z kolei wokół ORLEN Areny jest 86 miejsc, a na drugim poziomie sąsiadującego z halą parkingu, z którego mogą korzystać kibice w trakcie spotkań – 250. - *Nie przewidujemy budowy nowych miejsc parkingowych w rejonie tych obiektów sportowych* – dodaje Marta Komorkowska.

Dla kibiców, którzy nie chcą przed meczem szukać miejsca parkingowego, płocki samorząd zapewnia wygodne i – co ważne – bezpłatne rozwiązane. - *Kibice mający karnety lub bilety na mecze piłki nożnej mogą korzystać z darmowej komunikacji miejskiej – dwie godziny przed i po meczu. Zachęcamy do korzystania z tej opcji* – podsumowuje Marta Komorkowska.

(jac)

J. Danieluk

Na drugim poziomie parkingu przy ORLEN Arenie jest 250 miejsc parkingowych dostępnych dla kibiców

Misjonarz z Diecezji Płockiej otrzymał medal

Zbudował 20 kaplic i 1 kościół w Brazylii

Ks. prałat Wiesław Morawski, kapłan diecezji płockiej, który w 1972 roku rozpoczął pracę na misjach w Brazylii, został odznaczony medalem „Benemerenti in Opere Evangelizationis" – „Za zasługi w Dziele Ewangelizacji". Medal ten w kategorii „W dziele misyjnym – za wieloletnią ofiarną posługę na placówkach misyjnych" przyznała mu Komisja Episkopatu Polski ds. Misji.

W imieniu misjonarza medal przyjęli biskup płocki Szymon Stułkowski i ks. Kamil Kowalski, referent ds. misji w diecezji płockiej. Medal przekazał abp Wojciech Polak, prymas Polski. Bp Stułkowski w grudniu osobiście zawiezie medal ks. Wiesławowi Morawskiemu do Brazylii.

Ponadto bp Szymon Stułkowski, który jest członkiem Komisji Episkopatu ds. Misji, wręczył medale osobom zasłużonym za pomoc materialną na rzecz misji. Gala wręczenia nagród odbyła się w Centrum Edukacyjno-Formacyjnym w Gnieźnie.

Wiesław Morawski urodził się 6 sierpnia 1937 roku, pochodzi z parafii Sońsk w diecezji płockiej, tam też uczył się w szkole podstawowej. Następnie był uczniem Liceum Ogólnokształcącego w Ciechanowie. Po maturze wstąpił do Wyższego Seminarium Duchownego w Płocku, święcenia kapłańskie przyjął 11 czerwca 1961 roku. Przez 12 lat był wikariuszem w kilku parafiach diecezji płockiej. Później spotykał Frederico Helmela, biskupa nowo utworzonej diecezji Guarapuava w stanie Paraná w Brazylii, który przebywał w Polsce prosząc o kapłanów – misjonarzy, do pracy w jego diecezji (zajmującej obszar 27,360 km kw., zamieszkiwanej przez około 500 tysięcy mieszkańców i posiadającej jedynie 32 księży).

W 1973 roku ksiądz Wiesław i siedmiu innych kapłanów z Polski wypłynęło statkiem do Brazylii na 2-letni kontrakt w Kościele w Brazylii, w odmiennej rzeczywistości Ameryki Południowej. Gdy kończył się wyznaczony termin, brazylijscy parafianie prosili, by duchowny z nimi został, a ten obiecał, że zostanie z nimi aż do śmierci.

Ks. Morawski jest w Brazylii już ponad 52 lata. Ks. Marek Figurski, również ksiądz diecezji płockiej, który z nim pracował, a od ponad 10 lat opiekuje się nim w chorobie, zebrał informacje o wieloletniej pracy duszpasterskiej księdza Wiesława. Misjonarz ten zbudował ponad 20 kaplic od podstaw i przeprowadził remonty innych kaplic. Sam projektował budowane kaplice, był kierownikiem tych budów. Zbudował 1 kościół parafialny oraz 3 plebanie, również sam projektował, a także zakładał instalacje elektryczne w wymienionych budynkach. Przez 6 lat był rektorem Niższego Seminarium Duchownego w diecezji Guarapuava. Misjonarz jest autorem 5 książek o tematyce apologetycznej, sam je drukował i rozdawał za darmo rodzinom w wielu parafiach, w których pracował.

Za gorliwą posługę w Kościele ksiądz Wiesław Morawski w 1994 roku otrzymał tytuł kanonika honorowego Kapituły Katedralnej Płockiej, natomiast w roku 2012 przyjął godność kapelana Ojca Świętego (prałata). 87-letni ksiądz prałat Morawski, mimo problemów zdrowotnych, nadal odprawia msze św.

oprac. BS

arch. Diecezja Płocka

W imieniu misjonarza medal przyjęli biskup płocki Szymon Stułkowski i ks. Kamil Kowalski, referent ds. misji w diecezji płockiej. Medal przekazał abp Wojciech Polak, prymas Polski. Bp Stułkowski zawiezie medal ks. Wiesławowi Morawskiemu do Brazylii

Ruszyła przebudowa ulicy na osiedlu Skarpa

Ulica Mała

W ubiegłym tygodniu rozpoczęła się budowa sieci wodociągowej oraz kanalizacji deszczowej wraz z remontem kanalizacji sanitarnej wzdłuż ulicy Małej w Płocku. Do końca 2024 roku na osiedlu Skarpa powstanie także nowa jezdnia i oświetlenie.

- *Przedsięwzięcie jest realizowane przez Miejski Zarząd Dróg w Płocku wspólnie z Wodociągami Płockimi. MZD odtworzy nową nawierzchnię jezdni ulicy Małej wraz z budową kanalizacji deszczowej i remontem sieci oświetlenia ulicznego. Wodociągi wybudują natomiast sieci wodociągowe, wyremontują sieci kanalizacji sanitarnej wraz z wykopami, zasypkami i odtworzą nawierzchnię chodnika. Całkowity koszt zadania to kwota 747.840 zł, w tym udział Wodociągów Płockich to kwota 303 674,70 zł* – informuje prezydent Płocka Andrzej Nowakowski.

Inwestycja rozpoczęła się 7 listopada od robót przygotowawczych i rozbiórkowych nawierzchni jezdni wraz z wywozem gruzu z terenu rozbiórki. Następnie zostanie wybudowana sieć wodociągowa o długości 220 m wraz z przyłączami i 2 hydrantami podziemnymi, nastąpi również wymiana 4 studni rewizyjnych. Kolejnym krokiem będzie budowa kolektora kanalizacji deszczowej na odcinku około 120 m, dwóch studni rewizyjnych i czterech wpustów deszczowych oraz remont kanalizacji sanitarnej. Po zakończeniu prac w infrastrukturze podziemnej zostanie wykonana nowa nawierzchnia jezdni z kostki brukowej betonowej wraz z warstwami konstrukcyjnymi podbudowy oraz odtworzeniem opaski po robotach sanitarnych. Będzie również wymienione oświetlenie na 5 nowych opraw LED wraz z wymianą przewodów zasilających.

Zgodnie z umową inwestycja na ul. Małej powinna zakończyć się do 31 grudnia 2024 r. **Opr. (jac)**

Urząd Miasta Płocka

Ulica Mała na osiedlu Skarpa

REKLAMA

eprasa.pl b1b966a779

Urząd Miasta Płocka odpowiada na interpelację radnych PiS

Co nowego w sprawie parkingu przy Szpitalu św. Trójcy?

Kilka tygodni temu płoccy radni Prawa i Sprawiedliwości oraz posłanka Wioletta Kulpa podjęli temat płatnego parkingu przy Szpitalu św. Trójcy w Płocku. Wystosowali wtedy interpelację w tej sprawie. Teraz doczekali się odpowiedzi od Urzędu Miasta.

ek

Politycy PiS-u interweniują w sprawie płatnego parkingu

Przypominamy, że chodzi o płatny parking zlokalizowany przy ul. Zacisze, tuż obok Szpitala Św. Trójcy. - *To temat ważny dla każdego, kto chce przyjechać do Szpitala Św. Trójcy w Płocku i skorzystać z parkingu. Szpital jest spółką prawa handlowego prowadzoną przez miasto Płock, czyli właścicielem są de facto wszyscy mieszkańcy Płocka, ponieważ opłacają podatki do budżetu miasta Płocka. Ta działalność jest utrzymywana z państwa podatków. Niepokoi fakt wprowadzenia płatnego parkingu przed tym szpitalem. Opłaty obowiązują tu już od pierwszej minuty parkowania. Nie ma żadnego darmowego czasu, nawet na załatwienie jakiejkolwiek sprawy w szpitalu* – alarmowała wtedy posłanka Wioletta Kulpa. W tej sprawie radni oraz posłanka interweniowała u władz miasta.

Teraz radni oraz posłanka poinformowali o otrzymaniu odpowiedzi na złożoną interpelację. - *Odpowiedź jest kuriozalna i bezczelna w stosunku do mieszkańców korzystających z usług szpitala. Pan prezydent stwierdził w niej, że to nie jest jego problem, tylko problem zarządu Szpitala Świętej Trójcy i samych mieszkańców. Wynika z niej generalnie, że mieszkańcy, którzy przyjeżdżają do szpitala, mają sami sobie radzić, sami sobie szukać parkingu, wyciągać pieniądze z własnej kieszeni i płacić za ten parking, ponieważ pan prezydent nie widzi tu problemu. Stąd pytanie, od czego jest prezydent miasta? Czy nie od rozwiązywania problemów, od angażowania się w sprawy mieszkańców? Po co nam taki prezydent, który nie angażuje się w sprawy miasta i w problemy mieszkańców?* – powiedziała podczas konferencji posłanka Wioletta Kulpa.

Do sytuacji odniósł się również przewodniczący klubu radnych Prawa i Sprawiedliwości w Radzie Miasta Płocka Szymon Stachowiak. - *Trzy słowa: zasiedzenie, lenistwo i „niedasizm" – tak można najlepiej podsumować nasze obecne władze. Miasto i nasze władze do perfekcji opanowały tłumaczenie mieszkańcom, dlaczego wszystko, co złe, to nie oni. Apelujemy do pana prezydenta Nowakowskiego oraz do całego zespołu zarządzającego miastem, aby wreszcie wzięli odpowiedzialność za to, co mieszkańcy im powierzyli, aby wreszcie zaczęli pracować dla Płocka, a nie skupiali się tylko i wyłącznie na tanim i zupełnie zbędnym PR* – mówi Szymon Stachowiak. - *Po otrzymaniu naszego pisma włodarz, dla którego liczą się sprawy mieszkańców, sprawy Płocka, następnego dnia albo jeszcze tego samego powinien być w szpitalu i szukać rozwiązania tego problemu. Powinien podjąć kroki, jakie tylko jest w stanie podjąć, aby wypowiedzieć umowę „firmie krzak", która wprowadza bandyckie opłaty na parkingu, i pociągnąć do odpowiedzialności osobę, która pozwoliła zawrzeć taką umowę. Tutaj nie wydarzyło się absolutnie nic* – powiedział Szymon Stachowiak.

Przewodniczący klubu radnych PiS podkreślił, że choć obecnie parkometr już działa, to w wątpliwy sposób, bo tworzą się przy nim długie kolejki. Zapowiedział również kolejne działania w tej sprawie. - *Nie odpuścimy, będziemy naciskać dalej, będziemy bez przerwy zabiegać i walczyć o to, aby wreszcie problemy mieszkańców były rozwiązywane, a nie powielane* – dodał.

Posłanka Kulpa poinformowała również, że przedstawiciele Prawa i Sprawiedliwości skierowali pisma do instytucji w Polsce, które zajmują się podobnymi firmami, m.in. do Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Zgodnie z odpowiedzią sprawa ma zostać przeanalizowana pod kątem dodatkowych opłat, które są pobierane w kwocie 190 zł. Wyjaśniła również, że zarząd spółki ZOZ nie postarał się o realizację postulatu, o którym radni i posłanka mówili wcześniej. - *Mówiliśmy wtedy, i przekazałam to osobiście prezesowi, o tym, że nie działa appka mobiParkingu. Ktoś, kto ma taką aplikację w swoim telefonie, nie jest w stanie zapłacić za parking przy szpitalu, ponieważ taki parking w appce nie istnieje. Nawet z takimi technicznymi rzeczami zarząd spółki sobie nie radzi, a prezydent, tak jak już powiedzieliśmy, odsuwa od siebie tematy, które są prawdziwymi problemami miasta i te, które dręczą mieszkańców* – powiedziała posłanka.

(ek)

Specjalistki z Płocka mają wyjątkowe pomysły na radzenie sobie z ADHD!

Pomogą dzieciom i dorosłym!

Dzieci z ADHD mogą liczyć w Płocku na wsparcie, podobnie jak i rodzice, terapeuci oraz nauczyciele pracujący z nimi na co dzień. Po raz drugi zorganizowano w naszym mieście konferencję „Wyrównaj szanse dziecka z ADHD. Zauważ, zrozum, wspieraj!". W związku z zainteresowaniem tematem większy nacisk położono tym razem – obok merytorycznych treści – na praktyczne wskazówki.

Archiwum

Maria Natkowska zachęca do stosowania integracji sensorycznej w terapii dzieci z ADHD oraz do udziału w bezpłatnych szkoleniach

- *Celem konferencji było nie tylko dostarczenie wiedzy o ADHD, ale przede wszystkim pokazanie, jak ważne jest wsparcie i zrozumienie osób dotkniętych tym zaburzeniem, niezależnie od wieku* – mówi Maria Natkowska, jedna z prelegentek.

Maria Natkowska jest nauczycielem akademickim Szkoły Wyższej im. Pawła Włodkowica w Płocku oraz nauczycielem edukacji wczesnoszkolnej w Szkole Podstawowej im. Ziemi Mazowieckiej w Liszynie. Jest też pedagogiem specjalnym, logopedą, terapeutą. Specjalizuje się w dziedzinie pedagogiki społecznej, opiekuńczo-wychowawczej oraz specjalnej, a także zagadnieniach z obszaru terapii pedagogicznej oraz wykorzystywania nowoczesnych technologii w pracy nauczyciela.

Podczas spotkania, w bloku tematycznym „Wspomagamy ADHD" skoncentrowała się głównie na stosowaniu integracji sensorycznej w terapii dzieci z ADHD, co może pomóc w poprawie uwagi maluchów, zmniejszając ich niepokój, jak również poprawiając proces uczenia się czy też interakcje społeczne.

W bloku tematycznym „Wspomagamy ADHD" znalazło się też wiele innych ciekawych podpowiedzi. Anna Świątecka, kynopsycholog i dogoterapeutka, zwróciła uwagę, że terapia z udziałem psa może skutecznie ograniczyć objawy ADHD u dzieci, zmniejszając problemy z uwagą. Z kolei arteterapeutka – Sylwia Nowakowska mówiła o wykorzystaniu sztuki w terapii. To pomaga przy braku koncentracji, impulsywności, nadmiernej pobudliwości oraz trudności w komunikacji.

Nie wystarczy tylko wysłać dzieci do specjalisty

Przy ADHD nie wystarczy jednak tylko wysłać dzieci na zajęcia do specjalisty. Ważne jest też przygotowanie rodziców. Dla nich również organizowane są warsztaty. - *Podczas warsztatów rodzice uczą się odróżniać objawy ADHD od zachowań niepożądanych, technik radzenia sobie z objawami, skutecznego wydawania poleceń, wzmacniania zachowań pożądanych* – podpowiadała Agata Strzegowska, pedagog, socjoterapeutka, terapeutka TUS.

Ważnym punktem spotkania było omówienie ADHD u osób dorosłych. To równie duże i problematyczne zjawisko w społeczeństwie. -*Zaburzenie ADHD nie pojawia się nagle w dorosłości. U wielu osób objawy ADHD przez lata są ignorowane lub mylnie diagnozowane. Niezaopiekowane ADHD może prowadzić do wielu negatywnych konsekwencji. ADHD u dorosłych jest poważnym problemem, który wymaga odpowiedniej diagnozy i leczenia* – podkreślała Karolina Grzywacz, psycholożka i terapeutka z warszawskiej Poradni „Poza Schematami", specjalizująca się w pracy z dziećmi, młodzieżą oraz dorosłymi z ADHD.

Potwierdzeniem tego stanowska były zaprezentowane filmy, prezentujące historie osób z późno zdiagnozowanym ADHD, które opowiadały o swoich trudnościach i wyzwaniach związanych z brakiem wsparcia w dzieciństwie. Jeden z uczestników, podzielił się swoją osobistą historią, pokazując, jak ADHD wpływało na jego edukację, relacje, funkcjonowanie społeczne i samoocenę. Filmy pokazały, jak potrzebna jest szybka diagnoza, wsparcia i zrozumienia problemów, z jakimi mierzą się osoby z ADHD.

Bezpłatne szkolenie dla nauczycieli i studentów

Już wkrótce znów będzie szansa pogłębić swoją wiedzę w temacie ADHD. Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica organizuje bezpłatne szkolenie pt. „Elementy integracji sensorycznej w pracy nauczyciela przedszkola i klas I – III Szkoły Podstawowej". Mogą wziąć w nim udział nauczyciele oraz studenci kierunków pedagogicznych. Trzygodzinne szkolenie odbędzie się 20 (wszystkie miejsca zajęte) i 21 listopada w Płocku na terenie uczelni. Początek o godz. 16:00. Zgłoszenia chętnych przyjmowane są do 18 listopada pod adresem: promocja@wlodkowic.pl. Szkolenia zorganizowane zostaną ponadto w grudniu w Iławie oraz w lutym w Wyszkowie. Szkolenie poprowadzi Maria Natkowska.

Co mówią o ADHD specjaliści?

ADHD (zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi) to zaburzenie neurozwojowe, które charakteryzuje się trudnościami w utrzymaniu uwagi, nadmierną aktywnością i impulsywnością. Objawy te często pojawiają się przed 12. rokiem życia i mogą wpływać na codzienne funkcjonowanie dziecka w domu, szkole oraz w relacjach społecznych.

ADHD może być przekazywane genetycznie. Ryzyko wystąpienia ADHD zwiększa m.in. wcześniactwo czy niekorzystne warunki rodzinne.

Zdiagnozowanie ADHD wymaga obserwacji dziecka w różnych środowiskach (szkoła, dom) oraz wywiadu z rodzicami oraz nauczycielami. Potrzebne są też specjalistyczne testy oceniające koncentrację, kontrolę impulsów i funkcje wykonawcze. Leczenie ADHD obejmuje obecnie terapię behawioralną oraz farmakoterapię. To również wsparcie edukacyjne, rodziców i terapia rodzinna.

Jak podają specjaliści, wiele dzieci z ADHD doświadcza trudności również w dorosłości, choć niektóre z nich uczą się radzić sobie z objawami poprzez rozwój strategii samokontroli. Nowe badania nad terapią behawioralną, neurofeedbackiem, oraz alternatywnymi metodami, takimi jak medytacja uważności (mindfulness), pokazują obiecujące wyniki w leczeniu ADHD bez konieczności stosowania leków.

Konferencję zorganizowane przez Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli oraz Książnicę Płocką we współpracy z Gabinetem Pedagogiczno-Terapeutycznym „Równe Szanse".

Blanka Stanuszkiewicz

eprasa.pl b1b966a779

Medale wręczono po raz pierwszy, ale nie ostatni…

Zasłużeni dla Diecezji Płockiej

41 osób odebrało w katedrze medale „Benemerenti Dioecesis Plocensis" - Zasłużony dla Diecezji Płockiej. Medale wręczył biskup płocki Szymon Stułkowski.

Gość Niedzielny Płocki

Medale trafiły do osób wyłonionych przez proboszczów ze wszystkich parafii diecezji płockiej. W gronie odznaczonych znaleźli się między innymi wieloletni organiści, lektorzy, ministranci, katecheci, szafarze Komunii św., osoby dbające o porządek w kościele i jego otoczeniu, osoby zaangażowane w budowę kościołów, odpowiedzialne za śpiew i muzykę w parafii, koordynatorzy pracy Kaplic Wieczystej Adoracji, zelatorki Kół Żywego Różańca, członkowie Parafialnych Oddziałów Akcji Katolickiej, Oazy Rodzin, Rycerze Jana Pawła II.

Z Parafii Katedralnej wyróżniony został Krzysztof Dobaczewski, z Parafii Św. Maksymiliana Kolbe w Płocku – Zofia Zaborowska, a z Parafii w Zagrobie – Grzegorz Kowalski oraz Ewa Kolińska. Medal odebrała również Wiesława Winiarska, prezes Akcji Katolickiej Diecezji Płockiej oraz Kazimierz Cieślik – obecnie prezes honorowy Stowarzyszenia Rodzin Katolickich Diecezji Płockiej.

Projekt medalu „Benemerenti Dioecesis Plocensis" wykonał ks. kan. Andrzej Milewski, dyrektor Muzeum Diecezjalnego w Płocku. Jubileuszowy medal na awersie przedstawia wizerunek błogosławionych pasterzy płockiego Kościoła zamordowanych przez Niemców w czasie II wojny światowej w obozie koncentracyjnym KL Soldau w Działdowie: abp Antoniego Juliana Nowowiejskiego i bp. Leona Wetmańskiego.

Na rewersie okolicznościowego medalu znajdują się słowa Henryka Sienkiewicza zapisane w księdze pamiątkowej Muzeum Diecezjalnego w Płocku, które pisarz, późniejszy laureat literackiego Nobla, odwiedził w 1904 r.: *„Kościół jest stróżem przeszłości, piastunem teraźniejszości i siewcą przyszłości"*.

Te szczególne wyróżnienia wręczone będą cyklicznie. W kolejnych latach przyznawane będą corocznie, 2 maja w święto Św. Zygmunta, patrona miasta oraz kapituły katedralnej.

Czwartkowy dzień, 7 listopada był wyjątkowy jeszcze z jednego powodu. W katedrze sprawowane były I Nieszpory, przypominające o przypadającej właśnie 880. rocznicy poświęcenia najsłynniejszego płockiego kościoła. Natomiast w piątek, 8 listopada w katedrze odprawiona została Msza św. otwierająca jubileusz 950-lecia istnienia Diecezji Płockiej.

Mszy z udziałem biskupów: płockiego Szymona Stułkowskiego, pomocniczego Mirosława Milewskiego oraz seniorów: Piotra Libery i Romana Marcinkowskiego, przewodniczył metropolita łódzki kard. Grzegorz Ryś. Duchowni modlili się po raz pierwszy w intencji Piastów, którzy spoczywają w katedrze płockiej, a także w intencji wszystkich, którzy przez wieki sprawowali władzę na terenie Diecezji Płockiej, kształtując obraz Północnego Mazowsza oraz Ziemi Dobrzyńskiej. Do katedry zaproszeni zostali m.in. samorządowcy, którzy służą obecnie społeczeństwu, jak i organizują różne wymiary życia ludzi mieszkających w tej części Mazowsza.

Jubileuszowe obchody Diecezji Płockiej trwać będą do 6 stycznia 2026 roku. Z tej okazji zaplanowano wiele uroczystości. Organizowane będą one zarówno w Płocku, jak również na terenie całej diecezji. Szczególną jubileuszową pamiątką będzie 250 drewnianych krzyży. Choć nieduże – mają zaledwie 11 cm wysokości – są wyjątkowo cenne. Zostały zrobione z drewna pochodzącego z wałów obronnych grodu Mieszka I. Trafią one do wszystkich parafii Diecezji Płockiej. **BS**

700 tys. zł na sprzęt dla policjantów z Mazowsza

Co trafi do Komendy Miejskiej Policji w Płocku?

Samorząd województwa mazowieckiego przekazał blisko 700 tys. zł na zakup wyposażenia dla policjantów z terenu garnizonu mazowieckiego. Za tę kwotę dla policjantów z Mazowsza zostaną zakupione m. in. skutery wodne i drony. Ponadto przewidziano zakup 13 walizek ogólnokryminalistycznych, 6 alkomatów oraz 14 aparatów fotograficznych. Komenda Miejska Policji w Płocku dzięki tej puli wzbogaci się o jeden alkomat i dwa aparaty fotograficzne.

– Sukcesywnie wspieramy mazowiecką Policję. Tylko w tym roku władze regionu przekazały ponad 685 tys. zł Komendzie Stołecznej Policji w Warszawie na zakup m.in. skuterów wodnych czy auta do przewożenia policyjnych psów. Podpisaliśmy kolejne porozumienie na prawie 700 tys. zł, co pomoże w zakupie sprzętów i wyposażenia dla policjantów w garnizonie mazowieckim – podkreśla Adam Struzik, marszałek województwa mazowieckiego.

Archiwum

Marszałek województwa mazowieckiego Adam Struzik przekazał blisko 700 tys. zł na sprzęt dla policjantów z garnizonu mazowieckiego

Środki z budżetu województwa mazowieckiego umożliwią zakup dwóch skuterów z przyczepkami do ich holowania. Trafią one do Komendy Miejskiej Policji w Radomiu oraz Komendy Powiatowej Policji w Pułtusku. Z kolei Komenda Wojewódzka Policji z siedzibą w Radomiu otrzyma nowy dron z wyposażeniem. Ponadto przewidziano zakup 13 walizek ogólnokryminalistycznych, 6 alkomatów oraz 14 aparatów fotograficznych. Trafią przede wszystkim do komend miejskich i powiatowych Policji w regionie.

– Po raz kolejny możemy liczyć na wsparcie z Urzędu Marszałkowskiego. Za przekazane środki zostanie zakupione wyposażenie, który będzie miało znaczący wpływ na poprawę bezpieczeństwa mieszkańców Mazowsza. Sprzęt wysokiej jakości jest niezbędny, by reagować w sytuacjach zagrożenia. Zakupiony dron będzie wykorzystywany m.in. podczas poszukiwań osób zaginionych, skutery wodne pomogą policjantom zadbać o bezpieczeństwo Mazowszan nad wodą, a alkomaty przyczynią się do poprawy bezpieczeństwa na naszych drogach – zaznacza insp. Paweł Herbuś, zastępca Komendanta Wojewódzkiego Policji zs. w Radomiu.

BS

Policjanci alarmują – oszuści znów atakują w Płocku!

Telefony grozy dzwonią w środku nocy

W środę, 6 listopada tuż po północy płocczanin odebrał telefon. Mężczyzna podający się za jego syna przekonywał, że potrącił ciężarną kobietę na przejściu dla pieszych. Po chwili przekazał telefon rzekomemu funkcjonariuszowi, który oznajmił, że potrzeba pieniędzy, aby syn nie trafił do aresztu. Po tych sensacyjnych i dramatycznych zarazem informacjach przerażony ojciec spełnił wszystkie wytyczne.

- W ciągu kilkunastu minut u 74-latka pojawił się „adwokat", któremu senior przekazał gotówkę oraz złoto o łącznej wartości blisko 15 tys. złotych – mówi podkom. Monika Jakubowska z Komendy Miejskiej Policji w Płocku.

O wiele za późno okazało się, że było to perfidne oszustwo. Jak informują płoccy policjanci, to nowa metoda oszustów żerujących na seniorach. Po licznych apelach, by seniorzy uważali na podejrzane telefony, wcale się one nie skończyły. Przestępcy zaczęli dzwonić późną porą, by „wyrywać" swoje ofiary ze snu.

- Nadal otrzymujemy zgłoszenia od osób, które straciły oszczędności metodą na wypadek, na wnuczka, policjanta itp. W ostatnim czasie do oszustw dochodzi nocą. Przestępcy dzwonią późną porą, „wyrywają" ze snu, działają pod presją czasu i nie dają chwili do namysłu – dowiadujemy się w Komendzie Miejskiej Policji w Płocku.

Policjanci apelują, aby w przypadku odebrania podejrzanego telefonu, kiedy rozmówca informuje o wypadku członka rodziny i poleca przekazać pieniądze w zamian za pozytywne załatwienie sprawy, zachować czujność.

- Należy pamiętać, że oszuści wciąż modyfikują i dostosowują swoje historie do danej sytuacji i tego, czego dowiedzą się od osób, z którymi prowadzą rozmowę – podpowiadają policjanci.

Jak nie dać się oszukać?

Funkcjonariusze radzą, by w momencie, gdy ktoś – podając się przez telefon np. za krewnego, policjanta, pracownika banku itp. – będzie żądał pieniędzy, natychmiast zakończyć taką rozmowę telefoniczną! Nie działajmy też w pośpiechu, dajmy sobie czas do namysłu. Jeżeli mamy wątpliwości lub nie wiemy, jak zareagować, powiedzmy o podejrzanym telefonie komuś z bliskich (trzeba pamiętać o dokładnym odłożeniu słuchawki lub skorzystać z innego aparatu telefonicznego!).

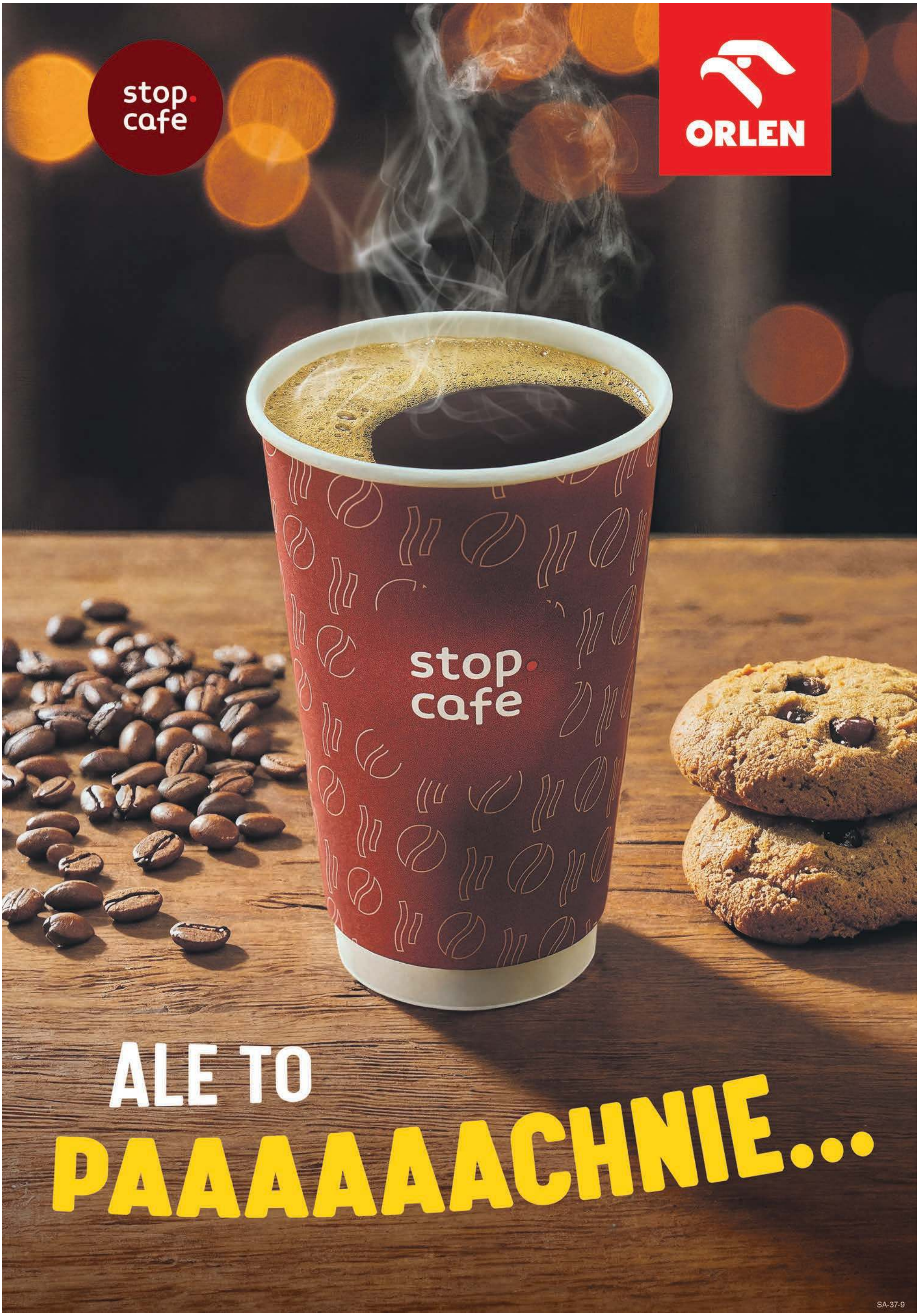
- Zawsze potwierdzajmy taką „prośbę o pomoc", kontaktując się osobiście z osobą, za którą podaje się rozmówca – wystarczy wykonać jeden telefon, aby uchronić swoje oszczędności – podpowiadają policjanci.

Pamiętajmy, by pod żadnym pozorem nie przekazywać pieniędzy osobom, których nie znamy, oraz nie wpuszczać ich do domu czy mieszkania. Nie podawajmy również haseł i loginów do bankowości mobilnej ani nie przelewajmy pieniędzy na wskazane konto bankowe.

Gdy pojawia się jakiekolwiek podejrzenie, że to może być próba oszustwa, koniecznie powiadom Policję, dzwoniąc pod numer 112.

BS

eprasa.pl b1b966a779



REKLAMA

eprasa.pl b1b966a779

Życie pisze przewrotne scenariusze w życiu aktora...

Zemsta Piotra Bały

W Teatrze Dramatycznym znów grana jest „Zemsta" Aleksandra Fredry. Komedia w czterech aktach, choć powstała blisko 200 lat temu, cały czas bawi i niczym bumerang powraca na teatralne deski, także w Płocku. Po raz czwarty w „Zemście" gra też Piotr Bała. To w pewnym sensie jego sztuka, która wyjątkową klamrą spina jego aktorską drogę.

- Pierwszy raz w „Zemście" zagrałem 30 lat temu w teatrze w moim rodzinnym Wałbrzychu. Wcieliłem się wtedy w rolę Mularza – wspomina aktor płockiej sceny.

W „Zemście" zagrał też i 25 lat temu. Tym razem płocka widownia zobaczyła go w Teatrze Dramatycznym w roli Wacława. Obecnie „Zemsta" znów jest na płockim afiszu i jest też Piotr Bała obsadzony w roli Rejenta. A do kompletu dodajmy jeszcze udział w „Zemście" w 1998 roku w olsztyńskim teatrze. Wtedy przypadła mu rola Majstra. Piotr Bała z „Zemstą" zaznajomiony jest więc bardzo dobrze. Jak sam zdradza, bardzo lubi te sztukę. *- Uważam, że mimo upływu lat „Zemsta" jest tekstem dowcipnym. Słowotwórstwo i ornamentyka stosowana przez autora, jest w stanie bawić inteligentnego widza także w naszych czasach* – tłumaczy Piotr Bała.

Jak jest z drugiej strony sceny?

A jak jest z drugiej strony sceny? Jak występuje się w takiej sztuce za pierwszym razem, a jak za czwartym, do tego w różnych rolach? Czy przy takiej klamrze można poczuć, jak się dojrzewało i zmieniało na scenie w ciągu 30 lat? *- Dojrzewanie na scenie jest nieuchronne, jedynie żal, że czas tak szybko płynie. Jestem jednak pewien, że mógłbym i dziś zagrać Wacława. Wiekowo – nie pasowałbym, ale zagrałbym go lepiej niż 25 lat temu* – przekonuje aktor.

Wielokrotnie w swojej karierze wystąpił też w „Weselu" Stanisława Wyspiańskiego. Do tej pory wziął udział w 3 realizacjach tej równie kultowej sztuki.

Niebezpiecznie jest marzyć o konkretnej roli

Ponadto na swoim koncie ma setki ról teatralnych. W teatrze mogliśmy go ostatnio zobaczyć w rolach Inspektora w ,,Gdzie jest garnitur?'', Dragana w ,,Sam, czyli przygotowanie do życia w rodzinie'', Konstantego w ,,Lekkoduchu'', Grzegorza w ,,Damach i huzarach'' oraz jako Walentego Boscika w wyreżyserowanej przeze niego samego sztuce ,,Rabenthal, albo jak przyrządzić rybę fugu''.

Piotr Bała występował też w wielu serialach telewizyjnych i filmach. Zagrał m.in. w „Klanie", „Na dobre i na złe", „W imieniu prawa". Wnikliwy obserwator zauważy go też w „Quo vadis", w „Panu Tadeuszu", „Ogniem i mieczem", a także w „Przedwiośniu".

Ostatnie wakacje aktor miał bardzo pracowite. Dzięki przerwie w sezonie teatralnym mógł zagrać w serialach „Uroczysko", „Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny", „Dzielnica Strachu", „24 h – Zaginieni". Miał okazję wykazać się aktorsko w wielu zadaniach. To daje satysfakcję, jednak nie zapewnia roli wymarzonej.

- W teatrze niebezpiecznie jest marzyć o konkretnej roli. Nieczęsto takie pragnienia mogą się spełniać. Ja miałem szczęście zagrać Stanleya w „Mayday" i „Mayday 2" u Stefana Friedmanna i była to rola, o której marzyłem. Myślałem kiedyś także o sobie jako o Rejencie w ,,Zemście'' i właśnie to się wydarzyło – mówi z zadowoleniem Piotr Bała, już od 25 lat związany z Teatrem Dramatycznym w Płocku, a ogólnie ze sceną 32 lata. W listopadzie 2022 roku, z okazji 30-lecia pracy scenicznej, otrzymał nagrodę Rajmunda Rembielińskiego przyznaną przez Płockie Towarzystwo Przyjaciół Teatru.

Przez cały ten czas był niespokojnym duchem, poszukującym własnego wyrazu artystycznego. Poza grą w teatrze i w filmach tworzył własne przedstawienia, filmy, a nawet teledyski. Stworzył np. film pt. „Wydział Teatralny". W jego produkcji zgodzili się wystąpić m. in. prezydent miasta i marszałek województwa mazowieckiego. Film pokazany został podczas otwarcia oddanego do użytku po remoncie teatru. Piotr Bała pracuje obecnie nad kolejnym obrazem. Tym razem będzie to film wspominający spektakle i ludzi związanych z płocką sceną na przestrzeni ostatnich 50 lat.

- To, że poza sceną grywam w serialach, reżyseruję albo realizuję projekty filmowe, jest jakby naturalną koleją rzeczy, ponieważ od zawsze mój zawód był moją pasją i przyjemnością, a jeżeli przy okazji można zrobić dla kogoś coś ważnego, to tylko należy się z tego cieszyć – zaznacza aktor.

Waldemar Lawendowski

Zagrałem strasznego zwyrola

Przy okazji aktorskiej drogi Piotra Bały warto wspomnieć o jeszcze jednej kwestii. Ma idealne warunki, by grać czarne charaktery. Jest też specjalistą od ról charakterystycznych. Nawet dzieci odwiedzające płocki teatr zapamiętują go na długo jako słynnego czarnego kota. *- Czarne charaktery w serialach są fajne, nie narzekam. Ostatnio w serialu ,,Dzielnica strachu" grałem strasznego zwyrola, postać nie do obrony… W teatrze również gram najróżniejsze postaci. Lubię swoje role, inaczej trudno je grać. A granie dla najmłodszych to wielka satysfakcja. Czarny kot nadal jest! Pamiętam też, kiedy w 2002 roku w ,,Królewnie Śnieżce'' dostałem rolę Królewicza, a moi koledzy grali krasnoludki. Bardzo chciałem być jednym z nich. Stało się to niedawno (przy wymianie pokoleniowej) – kolega zagrał Królewicza, a ja krasnoludka Śpioszka. I, paradoksalnie, było mi szkoda roli granej przez osiemnaście lat!* – opowiada Piotr Bała, który pomimo upływu czasu wciąż ma chęci i zapał do tego, by na scenie czy na ekranie wcielać się w kolejne role. Aktorstwo wciąż go pochłania i fascynuje. *- Jest to możliwość bycia kimś innym i świadome kontrolowanie tego. To granie na własnych emocjach. Czasem człowiek jest z natury spokojny, a przypadnie mu zagrać ekscentryka. I albo musi go odnaleźć w sobie, albo podpatrywać życie codzienne, żeby później wiarygodnie wypaść na scenie* – zdradza tajniki swojego warsztatu.

W teatrze nie tylko gra na scenie. Często też zasiada na widowni. Ostatnio po raz drugi był na „Nędznikach" w Teatrze Muzycznym w Łodzi. *- Odkąd pamiętam, lubiłem ten tytuł, a ten spektakl jest naprawdę dobry* – przekonuje aktor. Przede wszystkim zaprasza jednak do Teatru Dramatycznego w Płocku na „Zemstę", którą koniecznie trzeba zobaczyć.

Blanka Stanuszkiewicz

Nowatorski pomysł w płockiej Siedemdziesiątce

Będzie bezpieczniej, ucieszą się zapominalscy!

Elektroniczny dostęp do internetowych pokoi, elektroniczna obsługa wydawania posiłków w szkolnej stołówce – to innowacyjna, nowoczesna propozycja przygotowana przez Zespół Szkół Technicznych w Płocku. Za ten pomysł w konkursie samorządu województwa mazowieckiego szkoła otrzymała tytuł Mazowieckiego Lidera Cyfryzacji. Zespół Szkół Technicznych w Płocku wyprzedził 28 innych placówek oświatowych z całego województwa mazowieckiego.

Samorząd Województwa Mazowieckiego

ZST w Płocku zajął I miejsce w konkursie „Mazowiecki Lider Cyfryzacji". Płocka szkoła wyprzedziła 28 szkół z całego województwa mazowieckiego

Najlepsi na Mazowszu!

Przyznany płockiej Siedemdziesiątce tytuł to nagroda w konkursie samorządu Mazowsza „Mazowiecki Lider Cyfryzacji", w kategorii „Cyfrowa szkoła" (przyp. red. druga konkursowa kategoria to „Cyfrowa kultura"). Samorząd Mazowsza nagrodził szkoły i instytucje kultury za innowacyjność i wprowadzanie nowoczesnych rozwiązań. Wśród nich znalazły się: Zespół Szkół Technicznych w Płocku (I miejsce), I Liceum Ogólnokształcące im. Z. Krasińskiego w Ciechanowie (III miejsce), Zespół Szkół Technicznych im. Tadeusza Kościuszki w Radomiu (III miejsce).

Konkurs był podzielony na dwie kategorie. W kategorii „Cyfrowa szkoła" zostały nagrodzone innowacyjne rozwiązania w zakresie edukacji z wykorzystaniem narzędzi lub umiejętności cyfrowych, a w kategorii „Cyfrowa kultura" – innowacyjne rozwiązania w zakresie cyfrowej oferty instytucji kultury. Tu I miejsce otrzymało Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu z projektem „Wirtualny Spacer i Webcamera w Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu", II miejsce – Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN z projektem „Wirtualny Sztetl – portal udostępniający zasoby wiedzy o historii polskich Żydów". A miejsce III – Książnica Płocka im. Władysława Broniewskiego z projektem „E-Biblioteka: Droga do Nowoczesności".

Marszałek Adam Struzik zwraca uwagę na to, że wprowadzanie nowoczesnych rozwiązań jest konieczne nie tylko w obszarze zdrowia czy administracji, lecz także w innych podstawowych filarach życia społecznego, takich jak edukacja, kultura, sport czy turystyka. – *Na innowacyjność trzeba się otworzyć. To przyspiesza rozwój, usprawnia pracę, oszczędza czas i zasoby. W ten sposób możemy wspierać procesy nauczania czy zwiększać dostępność do wytworów kultury. Mazowieckie instytucje kultury i szkoły udowadniają, że jest to możliwe, że to działa i pomaga* – zaznacza Adam Struzik, marszałek województwa mazowieckiego.

Szkoła Cyfrowego Jutra

W tym roku tytuł „Mazowieckiego Lidera Cyfryzacji" trafił do Zespół Szkół Technicznych w Płocku oraz Muzeum Wsi Mazowieckiej w Sierpcu.

Zespół Szkół Technicznych w Płocku został doceniony za zastosowanie nowoczesnego systemu obsługi internatu. System na co dzień zapewnia komfort i bezpieczeństwo użytkowników i obejmuje elektroniczny dostęp do pokoi oraz elektroniczną obsługę wydawania posiłków. Projekt Zespołu Szkół Technicznych to pomysł na usprawnienie funkcjonowania szkoły i zwiększenie bezpieczeństwa. – *Elektroniczny dostęp do pokoi zastępuje tradycyjne klucze, które często były gubione lub zabierane podczas sporadycznych i nieprzewidywanych wyjazdów, co utrudniało dostęp do pomieszczeń pozostałym mieszkańcom danego pokoju. Nowoczesne zamki na kartę umożliwiają każdemu uczniowi posiadającemu odpowiednie uprawnienia, nadawane przez administratora, swobodne wejście do swojego pokoju i opuszczenie go bez obawy, że drzwi zostaną niezamknięte. Takie rozwiązanie zapewnia ochronę mienia uczniów oraz gwarantuje im bezproblemowy dostęp do swoich pokoi* – przedstawia korzyści płynące z wdrożenia takiego systemu ZST w Płocku. W planach jest również wdrożenie elektronicznego rejestru wejść i wyjść z internatu.

Z kolei elektroniczna obsługa wydawania posiłków usprawni codzienne planowanie i dystrybucję posiłków dla blisko 250 osób. System ten umożliwia płynne zarządzanie jadłospisem, optymalizując pracę kuchni i zapewniając oszczędne gospodarowanie produktami spożywczymi.

Bezpiecznie, wygodnie, nowocześnie

Kolejną korzyścią jest to, że system elektronicznego dostępu może być zintegrowany z innymi systemami bezpieczeństwa, np. systemem monitoringu CCTV, dane o dostępie do pokoi mogą być wykorzystywane do celów statystycznych. System może być rozszerzony o dodatkowe funkcje.

Pula nagród w konkursie wynosiła aż 170 tys. zł. Do zwycięzców trafiło po 50 tys. zł. Nagroda za zajęcie drugiego miejsca to 25 tys. zł, a trzeciego – 10 tys. zł.

rad

eprasa.pl b1b966a779

Listopadowe wydarzenia w oddziałach Muzeum Mazowieckiego w Płocku

Kręć się wrzeciono, warsztaty medytacji i nowe wystawy

16 listopada Skansen Osadnictwa Nadwiślańskiego w Wiączeminie Polskim organizuje warsztaty przędzenia na wrzecionie i kołowrotku. Ich efektem będą różnobarwne nici gotowe do tkania, dziergania na drutach czy szydełkowania, wykonane przez uczestników, z pomocą rękodzielniczki Agnieszki Niwińskiej. Tego samego dnia muzealnym oddział przy Kazimierza Wielkiego (Spichlerz) organizuje kolejne spotkanie z cyklu „Medytacja w muzeum". 28 listopada w małej sali wystaw czasowych MMP przy ul. Kolegialnej 6 zaplanowano wernisaż wystawy Krzysztofa Ryfy.

Warsztaty w skansenie odbędą się w dwóch kameralnych grupach w godz. 10:00-13:00 i 14:00-17:00. Poprowadzi je Agnieszka Niwińska, która realizuje autorskie zajęcia edukacyjne z zakresu rękodzieła tradycyjnego i artystycznego (tkactwo, filc, przędzenie, plecionkarstwo, wycinanka, kuchnia regionalna). Współpracuje od lat ze Stowarzyszeniem Akademia Łucznica, Ekologicznym Uniwersytetem Ludowym w Grzybowie, Radomską Szkołą Tradycji, Fundacją Muzyka Kresów, Stowarzyszeniem Dom Tańca. Kontynuuje rodzinne tradycje tkackie, za co została wyróżniona przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego stypendium w 2013 r. Pracowała w pracowni tkackiej ŁAD, w której tkała pasy kontuszowe oraz obrusy na krosnach żakardowych. Obecnie wytwarza tkaniny na tradycyjnych krosnach. Kontynuuje rodzinne tradycje tkackie, nigdy nie powtarza tego samego wzoru. - *W czasie spotkania zgłębimy proces powstawania przędzy wełnianej i lnianej, poznamy podstawową terminologię, którą powinna operować każda wprawna prządka, techniki przygotowywania przędzy, obsługę kołowrotka i operowania wrzecionem* – informują organizatorzy, dodając, że na etnograficznej wystawie stałej „Kultura Mazowsza w ludowej wizji świata" w Spichlerzu autorstwa kustosz Magdaleny Licy-Kaczan, w aneksie poświęconym regionowi kołbielskiemu, możemy obejrzeć fragment tkaniny kołbielskiej utkanej przez Agnieszkę Niwińską w 2015 roku.

16 listopada o godz. 11.00 Dział Etnografii Muzeum Mazowieckiego w Płocku zaprasza na „Medytację w muzeum". Będzie to praktyczny warsztat medytacji prowadzony przez Grzegorza Piaskowskiego, wykwalifikowanego nauczyciela medytacji z Płockiej Grupy Zen (Szkoła Zen Kwan Um) i autora stałej ekspozycji muzealnej „Sztuka Dalekiego Wschodu. Płockie skarby buddyjskiej Azji". W programie: instruktaż do medytacji zen dla osób, które uczestniczą po raz pierwszy lub chcą sobie przypomnieć techniki pracy z ciałem i umysłem w medytacji zazen, 20 minut medytacji w pozycji siedzącej (zazen), 5 minut medytacji chodzonej (kinhin), 20 minut medytacji w pozycji siedzącej (zazen). Osoby, które uczestniczyły w poprzednich warsztatach mogą przyjść na godzinę 11.20. Wstęp na zajęcia kosztuje 5 zł. Liczba miejsc ograniczona – obowiązują zapisy (24) 262 25 95.

28 listopada o godz. 17.00 przy Kolegialnej 6 odbędzie się wernisaż Krzysztofa Ryfy. Malarz pochodzi z Jeleniej Góry. Mieszkał i uczył się w Ostrowie Wielkopolskim (tam założył Niezależną Galerię 33). Jest absolwentem Akademii Sztuk Pięknych w Poznaniu (obecnie Uniwersytet Artystyczny im. Magdaleny Abakanowicz), pedagogiem, kuratorem wystaw, animatorem kultury. Jego wystawa w Muzeum Mazowieckim nosi tytuł „Skrawki świata": *(…) Nie rzecz w tym, że widzę tamten świat aż po horyzont, ale wyłuskam w tym widzeniu „Skrawki Świata", i czy znaczą one dla mnie tylko to, co znaczą? – zdaje się, że nie – znaczą dla każdego, kto zechce pochwycić kolor, ruch zamknięty w obrazie, jego zanikanie, migotanie – a co nazywam migotaniem utrwalonym w obrazie ? – bardzo proste – to, co powiedziałby niegdysiejszy strukturalista (ten od sztuk wszelkich) – nagły „dodatek"- taki „uśmiech Giocondy" – taki mały figiel formalny, aczkolwiek realny – spójrz na obraz – sam (sama) go znajdziesz* – zaprasza artysta.

Listopadowe zaproszenia do Muzeum Mazowieckiego zakończy koncert Dixie Company (przy Kolegialnej 6). Poznańska formacja jazzu tradycyjnego od prawie trzech dekad koncertuje na terenie Polski, Czech, Francji, Łotwy, Niemiec, Stanów Zjednoczonych, Węgier. Jest także pomysłodawcą i współorganizatorem Poznań Old Jazz Festival. Koncert 28 listopada jest częścią organizowanego przez Mazowiecki Instytut Kultury cyklu „Swing Club na Mazowszu", współfinansowanego ze środków ZAW STOART. Wstęp wolny.

mat. MMP

Agnieszka Niwińska

3 grudnia na wernisaż wystawy fotograficznej Agnieszki Traczewskiej „Kroke. Ortodoksyjni Żydzi w Krakowie" zaprasza Muzeum Żydów Mazowieckich. Autorka zdjęć jest fotografką i producentką filmów dokumentalnych, która specjalizuje się w rejestracji hermetycznego świata chasydów. Fotografie zostały wykonane podczas obchodów świąt żydowskich, modlitw w synagodze, prywatnych wydarzeń w domach rodzinnych. Te, które składają się na wystawę „Kroke. Ortodoksyjni Żydzi w Krakowie", są rezultatem piętnastu lat towarzyszenia ortodoksyjnej społeczności żydowskiej w rodzinnym mieście artystki.

(lesz)

Płockie Towarzystwo Przyjaciół Teatru w gościnie u „Horzycy"

Z aktorem Maciejem Raniszewskim o pracy w teatrze i na planie filmowym

Absolwent płockiej Małachowianki. Na Uniwersytecie Warszawskim studiował geografię. Po dwóch latach zrezygnował. Uciekł z praktyk terenowych, żeby złożyć papiery do szkoły teatralnej. Absolwent Wydziału Aktorskiego krakowskiej AST. Od dekady w zespole Teatru im. Wilama Horzycy w Toruniu. W „Mistrzu i Małgorzacie" Bułhakowa w reżyserii Łukasza Czuja gra podwójną rolę – Iwana Bezdomnego i Mateusza Lewity. Po spektaklu spotkał się z płocczanami.

Archiwum

Maciej Raniszewski na spotkaniu z PTPT w Teatrze im. Horzycy

Chociaż w liceum jeździł na spektakle Teatru Narodowego, nie przypuszczał, że zostanie aktorem. Jego talent dostrzegła polonistka Sabina Szul i zachęcała, żeby zdawał egzamin do szkoły teatralnej. - *Byłem wtedy okropnym konformistą. Liczyłem na lepszą ocenę z języka polskiego, więc obiecywałem, że będę zdawał, chociaż nie miałem takiego zamiaru. Ale, jak widać, pani profesor wykrakała mi to aktorstwo* (śmiech). *Na geografii spotkałem ludzi z Teatru Akademickiego, mocno się zaprzyjaźniliśmy. Już wiedziałem, że zmienię kierunek. Oni mnie namówili, żebym szedł na aktorstwo* – mówi Maciej Raniszewski.

Pierwsza próba nie powiodła się. Przed kolejną przygotowywał się do egzaminów w Lart studiO. Z powodzeniem. Komisję Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej, w której zasiadały m.in. aktorka Anna Dymna i reżyserka Ewa Kutryś, przekonał, że potrafi zagrać *„nawet kosz na śmieci z duszą romantycznego poety"*. Dyplom zrobił w spektaklach: „Mroczna gra albo historie dla chłopców" Carlosa Murillo w reżyserii Iwony Kempy (pokazanym m.in. na Międzynarodowym Festiwalu Szkół Teatralnych w czeskim Brnie) oraz „Ferdydurke" Gombrowicza (reż. Magdalena Miklasz).

Po studiach trafił od razu do „Horzycy". - *Ten teatr jest niezwykły pod względem zespołu, który czasami jest jak może patologiczna, ale jednak rodzina. Poza tym to są bardzo zdolni ludzie* – podkreśla. Na toruńskiej scenie debiutował w spektaklu „Królowa ciast" Pintera. Zagrał Alcesta w „Mizantropie" Moličra, Roberta w „Bramach raju" Andrzejewskiego, Eteoklesa w sztuce „Edyp tyran" Sofoklesa, Piotra Stiepanowicza Wierchowieńskiego w „Biesach" Dostojewskiego. Wystąpił w roli tytułowej w przedstawieniu „Roberto Zucco" (reż. Lena Frankiewicz). Uważa, że ma szczęście do ciekawych postaci. - *Uwielbiałem grać Roberto. To było bardzo dobre przedstawienie, ale chyba nie do końca trafiło w gusta toruńskiej publiczności. Widzowie są często spragnieni tego teatru klasycznego, w kostiumie, bardzo szczegółowej scenografii, aczkolwiek mało już istnieje reżyserów, którzy potrafią zrobić taki teatr i zrobią go interesująco. Teatr Horzycy gra bardzo szeroko, jeżeli chodzi o gamę artystyczną. Można zobaczyć wszystko, od bajki po dramat klasyczny, dramat współczesny, nawet rodzaj eksperymentu teatralnego – teatr reportażu, są koncerty. Nie było formuły, w której bym nie zagrał.*

W 2024 roku premierę miał „Mistrz i Małgorzata", w którym kreuje role Iwana Bezdomnego i Mateusza Lewity: - *Wejście w psychikę osoby niezrównoważonej psychicznie nie jest łatwą rzeczą. Jest to coś, co wymaga poświęcenia fizycznego i dużej pracy psychicznej, ale jest to ogromne pole do popisu, do kreacji* – powiedział podczas spotkania z Płockim Towarzystwem Przyjaciół Teatru. Uważa, że nie ma jednej metody aktorstwa. Są różne szkoły, z których korzysta. - *Wybieram chwyty z różnych metod. Lubię wspierać się taką wiedzą merytoryczną, czytać książki specjalistyczne. Jeżeli mam możliwość zagrania wariata, poczytam sobie o jakichś przypadkach psychozy czy innych chorób. Ale mam też kolegów, którzy do takiej roli zabraliby się od strony fizycznej, skupili na cielesności, np. jak postać się porusza. To wszystko jest indywidualną kwestią.*

Macieja Raniszewskiego polubiła telewizja. W serialu „Korona Królów. Jagiellonowie" wcielił się w rolę rycerza Zyndrama z Maszkowic. W „Barwach szczęścia" gra niewidomego masażystę. Ważny w jego karierze był występ w filmie „Broad Peak" Leszka Dawida, inspirowanym biografią himalaisty Macieja Berbeki, który razem z Tomkiem Kowalskim, Adamem Bieleckim i Arturem Małkiem zimą 2013 roku zdobywał szczyt. Berbeka i Kowalski zginęli. - *W 2013 roku byłem na festiwalu Open'er w Gdyni, gdzie spotkałem Anię Świątek, menadżerkę Marcina Dorocińskiego. To był dokładnie ten moment, kiedy brat Berbeki, razem z Jackiem Jawieniem i rodziną Tomka Kowalskiego, pojechał do Karakorum, żeby ściągnąć ciała Maćka i Tomka z góry. Ania była mocno zainteresowana tą historią. W 2017 roku odebrałem telefon od jednego z reżyserów obsady. Okazało się, że ruszają zdjęcia do „Broad Peak", tylko odtwórcy roli Tomka Kowalskiego nie mogą znaleźć. Dzięki Ani, która skojarzyła sobie, że jestem do Tomka podobny, reżyser obsady zaprosił mnie na casting. Później dostałem tę rolę* – opowiada Raniszewski. Na planie spotkał Ireneusza Czopa (też płocczanina), który zagrał głównego bohatera. - *Większość zdjęć powstawała w Alpach pod Mont Blanc. Był taki jeden dzień zdjęciowy poświęcony na sekwencję, w której Berbeka na wysokości 8 tys. metrów kopie jamę, żeby tam spędzić noc. W sumie przebywał tam dwie doby i chyba do dzisiaj rekord nie został pobity. Pamiętam, jak Irek Czop kręcił tę scenę. Zakopali go w jamie na cały dzień. Propelery takie wielkie rozpylały śnieg, który uderzał prosto w twarz. Bardzo wiele wysiłku i poświęcenia włożył w tę rolę* - wspomina Raniszewski.

Płock odwiedza okazjonalnie, ale jeśli pozwolą mu liczne obowiązki zawodowe, przyjedzie na jubileusz Teatru im. Jerzego Szaniawskiego. Mija 50 lat od reaktywowania zawodowej sceny płockiej (jej początki sięgają 1812 roku). Na inaugurację teatru w gmachu przy Nowym Rynku aktorzy zagrali „Cud mniemany, czyli Krakowiacy i Górale" Wojciecha Bogusławskiego w reżyserii pierwszego dyrektora, Jana Skotnickiego. Jaki spektakl obejrzymy w styczniu 2025? Dyrektor Marek Mokrowiecki na razie nie zdradza tytułu.

Lena Szatkowska

eprasa.pl b1b966a779

III Sesja Młodzieżowej Rady Powiatu w Płocku

Posiedzenie pełne ciekawych propozycji

Młodzież z powiatu płockiego po raz 3. spotkała się na posiedzeniu Młodzieżowej Rady Powiatu w Płocku w kadencji 2024-2026. Radni nie tylko debatowali nad kluczowymi tematami, ale także spotkali się ze Starostą Płockim Sylwestrem Ziemkiewiczem oraz prezes Fundacji „FLZM-Młodzi Razem" Iwoną Marczak.

Za zbiorów Starostwa Powiatowego w Płocku

Sesję tradycyjnie otworzył Przewodniczący Młodzieżowej Rady Powiatu Dawid Opała. Powitał on wszystkich Radnych, a także gości: Sylwestra Ziemkiewicza – Starostę Płockiego, Waldemara Zawadzkiego – Wicestarostę, Sandrę Wąsowską – Dyrektor Wydziału Rozwoju Gospodarczego i Promocji Starostwa Powiatowego w Płocku oraz Iwonę Marczak – Prezes Fundacji „Fundusz Lokalny Ziemi Płockiej Młodzi Razem".

Na początku głos zabrał Starosta Sylwester Ziemkiewicz, który serdecznie powitał młodzieżowych Radnych. Mówił, że cieszy się z ich aktywności i dziękuje za to, że angażują się w różnego rodzaju działalności. Wyszedł również z propozycją, by jedną z inicjatyw, nad którymi pracują młodzieżowi Radni, wprowadzić w przyszłoroczny budżet Powiatu Płockiego. Ponadto Starosta życzył młodzieży dobrych obrad i owocnej dyskusji.

Za zbiorów Starostwa Powiatowego w Płocku

Prezes Iwona Marczak przedstawiła sztandarowy program swojej Fundacji, czyli „Działaj Lokalnie". Konkurs ten jest organizowany od 20 lat, od kilku wspólnie ze Starostą Płockim. Program pomaga społeczności powiatu płockiego, rozdając granty na różnego rodzaju inicjatywy. Również Młodzieżowa Rada może się zwrócić do Fundacji z prośbą o wsparcie organizowanych działań.

Następnie Radni przeszli do realizacji programu obrad. Zaczęli od dyskusji nad organizacją konkursu fotograficznego, którego inicjatywa została zapoczątkowana na II sesji Młodzieżowej Rady Powiatu Płockiego. Kolejnym punktem obrad była debata nad projektem Funduszu Sołeckiego w szkołach w powiecie płockim. Sesja zakończyła się zgłoszeniem przez Radnych pomysłów, które będą podejmowane na kolejnej sesji Młodzieżowej Rady Powiatu Płockiego.

Opr. (ek)

Materiał przygotowany we współpracy ze Starostwem Powiatowym w Płocku

Za zbiorów Starostwa Powiatowego w Płocku

Samorządowcy rozmawiali o rozwoju obszarów wiejskich

Czy mazowieckie wsie będą „smart"?

Jednym z gości XVII Mazowieckiego Kongresu Rozwoju Obszarów Wiejskich w podwarszawskim Sękocinie, na które zaprosił Marszałek Województwa Mazowieckiego Adam Struzik, był Starosta Płocki Sylwester Ziemkiewicz. Podczas kongresu przybliżono tematykę rozwoju wsi w różnych aspektach. Było zatem zarówno o kształtowaniu obszarów wiejskich, jak i o OSP.

– *Powiat płocki jest powiatem typowo rolniczym, a rozwój obszarów wiejskich jest jednym z naszych priorytetów. Dlatego nie mogło mnie tu zabraknąć* – podkreślił Starosta.

W programie kongresu było wiele wystąpień, które przybliżają kwestie rozwoju rolnictwa i obszarów wiejskich. Znawcy tematu opowiadali m.in. o makro- i mikroekonomicznych uwarunkowaniach przekształceń, o modelowych rozwiązaniach w kształtowaniu przestrzeni obszarów wiejskich w świetle idei Smart Villages, o pakcie na rzecz obszarów wiejskich, o działalności turystycznej, która jest szansą dla tych obszarów, czy o Krajowej Sieci Gospodarstw Demonstracyjnych.

Nie zabrakło również poruszenia istotnej roli, jaką na obszarach wiejskich pełnią Ochotnicze Straże Pożarne, a jednym z punktów programu kongresu było wręczenie nagród dla laureatów konkursu „Ochotnicza Straż Pożarna nie tylko ratuje, ale integruje".

- *Dziękuję za zaproszenie, za możliwość spotkania, podczas którego poruszane były tak potrzebne zagadnienia* – powiedział Starosta Sylwester Ziemkiewicz.

Opr. (ek)

Powiat Płocki
dobrze ułożony

Gąbiński samorząd z ogromnym dofinansowaniem

4 mln zł na Rogatki Żychlińskie i drogi w Górkach

Miasto i gmina Gąbin po raz kolejny pokazało, jak skutecznie potrafi pozyskiwać środki na najpotrzebniejsze inwestycje. Tym razem chodzi o 4 mln zł z „Instrumentu wsparcia zadań ważnych dla równomiernego rozwoju województwa mazowieckiego", które zostaną przeznaczone na kompleksową przebudowę kluczowej infrastruktury drogowej. W ramach prac zupełnie nową funkcjonalność zyska m.in. ul. Rogatki Żychlińskie w Gąbinie.

Umowę dotyczącą dofinansowania burmistrz Gąbina Krzysztof Jadczak podpisał z marszałkiem województwa mazowieckiego Adamem Struzikiem. Dotyczy ona wsparcia realizacji inwestycji „Kompleksowa przebudowa kluczowej infrastruktury drogowej na terenie Miasta i Gminy Gąbin". Ta niezwykle ważna inwestycja będzie polegała na przebudowie ul. Rogatki Żychlińskie w Gąbinie oraz ulic: Górnej, Łącznej, Uroczej oraz Widokowej w Górkach. Planowany koszt tego zadania wynosi 6 693 406,30 zł.

- *Inwestycja to kolejny ważny krok mający na celu poprawę jakości życia i bezpieczeństwa naszych mieszkańców* – powiedział burmistrz Krzysztof Jadczak. Ulica Rogatki Żychlińskie w Gąbinie stanowi objazd centrum miasta, jest również bezpośrednim zapleczem logistycznym dla terenu Gąbińskiej Strefy Rozwoju Gospodarczego. W pobliżu znajduje się także targowisko miejskie. Rogatki Żychlińskie zostały mocno zniszczone podczas budowy gąbińskiej obwodnicy oraz w czasie budowy sieci gazowej, dlatego też tak ważna jest ich kompleksowa przebudowa. W ramach prac zaplanowany jest także remont chodnika wraz z odtworzeniem dwóch przejść dla pieszych.

Z kolei modernizacja dróg w Górkach to nie tylko lepsza jakość życia okolicznych mieszkańców, ale także impuls do dalszych inwestycji w regionie i poprawy perspektyw rozwojowych całej miejscowości. Zadanie ma być realizowane w latach 2025-2026.

opr. (ek)

Fot. Eliza Kinalska

Fot. UMiG Gąbin

Materiał przygotowany przy współpracy z Urzędem Miasta i Gminy Gąbin

eprasa.pl b1b966a779

„Bez zmiany prawa jesteśmy bezbronni w starciu z wielką wodą”

Rozmowa z dyrektorem płockiej delegatury Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego Tomaszem Kominkiem

Samorząd Mazowsza tworzy w ramach projektu „Mazowsze bez smogu” sieć ekodoradców. Skąd pomysł na tego typu inicjatywę? Na czym polega ten projekt?

Samorząd województwa mazowieckiego realizował w tym roku ponad 20 programów wsparcia, w tym również programy skierowane do beneficjentów samorządowych, czyli gmin, miast i powiatów. Mamy też programy, które dotyczą „zielonej strony mocy”, czyli czystego powietrza, wymiany kotłów grzewczych, wsparcia nasadzeń i zadrzewienia czy tworzenia mini parków. Sieć ekodoradców mieści się właśnie w tym zakresie poszanowania oraz lansowania – w pozytywnym tego słowa znaczeniu – „zielonej strony mocy”. To jest doskonały pomysł na to, żeby w każdej gminie czy mieście, które były zainteresowane tym projektem, można było utworzyć stanowisko ekodoradcy, czyli urząd, który zajmuje się wsparciem lokalnej społeczności w kontekście informacji o tym, co daje nam na przykład wymiana kotła grzewczego ze starego, zwykłego śmieciucha na nowoczesne źródło ogrzewania, ale także pomocy w uzyskaniu dofinansowania na ten cel. To bardzo potrzebna inicjatywa, patrząc przede wszystkim na seniorów, którzy często nie mają na tyle możliwości czy umiejętności korzystania z internetu i mogą nie mieć świadomości mnogości źródeł, z których można zdobyć dofinansowanie na taką wymianę.

Ekodoradca to mobilny urzędnik, który ma wiedzę, skąd można zdobyć środki finansowe na wymianę kotła grzewczego, przeprowadzenie termomodernizacji czy generalne poprawy użyteczności budynku. Po drugie ekodoradca może dojechać do beneficjenta, do mieszkańca, który na przykład ma problem z poruszaniem się, i przedstawić mu wszelkie oferty oraz możliwości, które posiada choćby Urząd Miasta Płocka czy Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska, a także narzędzia, które pojawiają się na bieżąco. I to jest osoba, która poza przekazywaniem stosownej wiedzy i informacji jest w stanie pomóc także przy przygotowaniu kompletu dokumentów, które są potrzebne, przedstawia, jak wyglądają wnioski i opisuje, jakie dane czy informacje będą potrzebne. To naprawdę bardzo fajnie działa i w pewien sposób zespala wszystkie możliwości, które mamy. Bo przecież musimy zrozumieć, że z punktu widzenia budżetu domowego wymiana kotła grzewczego czy termomodernizacja budynku są bardzo kosztowne.

Podam tu pewien przykład. Załóżmy, że mamy piec węglowy czy na ekogroszek i chcemy go wymienić na pompę ciepła. Po pierwsze możemy zdobyć odpowiednie dofinansowanie, na przykład z Urzędu Miasta Płocka, ale możemy również zdobyć kilkanaście tysięcy złotych z innych źródeł, np. z Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Dzięki temu możemy odciążyć nasz budżet domowy o kilkadziesiąt procent.

Młodym ludziom wydaje się, że możemy sobie wszystko wyczytać w internecie i się do tego przygotować. Ale nie wszyscy mieszkańcy – zwłaszcza seniorzy – poruszają się na tyle biegle w internecie czy aplikacjach, żeby sami mogli przygotować się do takiej wymiany. Dlatego wychodząc naprzeciw oczekiwaniom i potrzebom tych osób, powstała sieć ekodoradców, czyli urzędników, którzy przyjadą na miejsce, wszystko wytłumaczą, przedstawią szeroką ofertę samorządową i pomogą wypełnić dokumenty. Tu nie ma słabych stron. Zyskujemy na tym jako społeczeństwo, bo będziemy mieli czystsze powietrze i mniej starych kotłów, które negatywnie oddziałują na środowisko i mieszkańców. Do tego mamy możliwość wsparcia rodzin poprzez różne programy. To jest świetny pomysł, żeby wspierać lokalną społeczność w proekologicznych działaniach.

Gdzie można spotkać ekodoradców?

W Płocku ekodoradztwem będą zajmowały dwie osoby w Wydziale Kształtowania Środowiska w pionie wiceprezydenta Piotra Dyśkiewicza. Są to dwie panie, które już działają, a jednocześnie cały czas się szkolą. Są to osoby sympatyczne, z dobrymi relacjami, empatią, bardzo otwarte i komunikatywne. Z ekodoradcami można się już kontaktować i umawiać spotkania poprzez Wydział Kształtowania Środowiska. Budowanie sieci ekodoradców to bardzo duży projekt unijny. Na to, żeby ten program funkcjonował w całym regionie, przeznaczono powyżej 100 milionów złotych do końca 2028 roku.

W Płocku są to dwie osoby, natomiast w gminach subregionu płockiego najczęściej można spotkać jedną osobę. Również tam ekodoradcy będą mobilni, aby mogli dojechać do mieszkańców i na szkolenia. Jako samorząd województwa poprzez jeden z naszych departamentów szkolimy te osoby, więc naprawdę warto korzystać z ich szerokiej wiedzy nie tylko w Płocku, ale również w gminach powiatu płockiego. W każdej z gmin można zasięgnąć informacji, czy taki ekodoradca już funkcjonuje.

Ostatnio uczestniczył Pan w dotyczącej bezpieczeństwa powodziowego konferencji, która odbyła się w Starostwie Powiatowym w Płocku. Byli tam m.in. przedstawiciele Wód Polskich, z którymi rozmawiali samorządowcy różnego szczebla. Jakie wnioski przyniosło to spotkanie i czy podjęto jakieś konkretne decyzje?

Korzystam z każdej sytuacji i możliwości bycia na spotkaniach, które dotyczą bezpieczeństwa powodziowego, bo od lat jestem żywo zainteresowany poprawą jakości życia mieszkańców nadwiślańskich gmin w regionie i przede wszystkim w naszym mieście. Nie trzeba mi dwa razy powtarzać takiej informacji, bo pochodzę z terenów zalewowych. W 1982 roku, w miejscu, w którym obecnie mieszkam, moi śp. dziadkowie mieli 2,5 metra wody w domu. Zawsze powtarzam, że lata 1982, 1997, 2010 i 2021 to były te momenty, kiedy albo byliśmy bardzo mocno w tym nieszczęściu, jakim jest powódź, albo otarliśmy się o nie. I co? Przez te 40 lat, gdybyśmy mogli w pewien sposób zrobić refleksyjne podsumowanie, to wcale nie jest dużo lepiej. Powiedziałbym, że w naszym kraju dziwnie podchodzi się do sytuacji powodziowych, bo nie planuje się profilaktyki i zabezpieczenia środków finansowych, które pozwalają w sposób kompleksowy podejść do rzeki, w naszym przypadku do królowej polskich rzek, czyli Wisły. Nie ma zabezpieczonych pieniędzy na pogłębianie, na odpowiednie dbanie o rzekę, tylko gdy przychodzi moment kryzysowy – powódź, to wtedy szuka się pieniędzy na pomoc powodzianom. I naród, jak zawsze, staje się bardzo aktywny, empatyczny i zrzuca się na pomoc mieszkańcom, którzy są bardzo poszkodowani. Natomiast dla mnie to jest aberracja. To jest odchylenie od logiki i wiedzy, którą posiadamy jako ludzie, którzy w pewien sposób interesują się tą tematyką.

Jako samorządowcy od lat mówicie o tym problemie, organizujecie różne spotkania, ale efektów, niestety, nie widać.

Muszę powiedzieć szczerze, że samorządy nie mają żadnej możliwości twardego oddziaływania na poprawę bezpieczeństwa na rzece. Narzędzia, które mamy, wykorzystujemy najlepiej jak się da... Natomiast, jakie my mamy narzędzia? Począwszy od 2014 r. każdego roku proszę przez Komisję Inwestycji, Bezpieczeństwa i Rozwoju Miasta, żebyśmy jako Rada Miasta wraz z prezydentem przyjmowali odpowiednie apele czy projekty uchwał intencyjnych, polegających na proszeniu odpowiednich organów o wygospodarowanie środków, które pozwolą na pogłębianie rzeki i regulację tej rzeki oraz o solidne dbanie o tę rzekę. Bardzo podobnie czyni także starosta Sylwester Ziemkiewicz.

Mateusz Wawrzyński

Mamy też możliwości zapraszania tych wszystkich służb, które zajmują się bezpieczeństwem oraz wystosowywania wspólnych wniosków. Nawet prezes Wód Polskich, który był na ostatnim spotkaniu, mówi, że jest mocno zaciekawiony, jak to się stało, że wszystkie samorządy, które dostały zaproszenie – czy to wójtowie, czy burmistrzowie – byli na tym spotkaniu po to, żeby podpisać się pod konkretnymi wnioskami do premiera, do ministra infrastruktury, do prezesa Wód Polskich, żeby zadbać o regiony nadwiślańskie.

My prochu nie odkrywamy, my tylko chcielibyśmy, żeby każdego roku Wody Polskie, uwzględniając budżet państwa na dany rok, miały środki finansowe, które pozwolą zabezpieczać przed powodziami nasz region. Chcemy, żeby Wisła była pogłębiana w sposób odpowiedni, żeby te zaległości, które powstały, zostały zlikwidowane, bo nam na tym odcinku nie grozi powódź związana z ulewami i opadami, natomiast grozi nam powódź zimowa, zatorowa. Ja już nie zadaję pytania, czy będzie powódź, tylko kiedy będzie powódź? Jeżeli nie weźmiemy się w sposób odpowiedni za tę rzekę, to nas to czeka, ponieważ kilkudniowy mróz przekraczający średnio dobową poniżej -10 stopni może spowodować u nas ogromne niebezpieczeństwo powodzi zatorowych.

Chcę powiedzieć jedną rzecz, która jest bardzo ważna. Poza środkami finansowymi, które muszą być przygotowane na wymienione cele, musi nastąpić natychmiastowa zmiana prawa. Potrzebujemy prawa, które pozwoli w sposób dynamiczny, efektywny, bez zbędnej zwłoki wprowadzać w zimę lodołamacze na Wisłę, jeżeli jest taka potrzeba, a w lato pogłębiarki, które kilkadziesiąt lat temu pracowały w sposób ciągły na naszej rzece. Dziś legislacja jest na tyle rozbuchana, że ważniejsze są elementy zgromadzenia odpowiednich przepisów prawa poprzez odpowiednie dokumenty związane z odpowiednimi decyzjami, przez co oczywiście te lelum polelum administracyjne okazuje się silniejsze niż chęć zadbania o mieszkańców. Wydaje się, że czasami nawet decyzja pozwalająca na wejście pogłębiarki na teren danej gminy to jest kilkuletnie staranie.

Czasami wydaje mi się też, że ekolodzy, którzy krzyczeli przez wiele lat, że bóbr jest ważniejszy niż mieszkaniec terenów nadwiślańskich, to też jest pewne nieporozumienie. Nie można za wszelką cenę bronić natury, w sensie kategorycznego nie pozwalania na odstrzał bobrów, w momencie, kiedy bobry niszczą wały. To nie śmieszne, bo ludzie później tworzą z tego jakieś dziwne historie, memy na social mediach. W sposób zdecydowany musimy wprowadzić ustawodawstwo pozwalające chronić ludzi oraz wzmocnić dynamikę, efektywność i szybkość działania pogłębiarek na Wiśle. Do tego potrzebne są jeszcze środki finansowe z budżetu państwa. Gdy to uzyskamy, będziemy już bliżej bezpiecznego życia na terenach nadwiślańskich. I po to właśnie było to spotkanie zorganizowane przez starostę Sylwestra Ziemkiewicza.

Czy po tym ostatnim spotkaniu widzi Pan światełko w tunelu, jeżeli chodzi o ten temat?

Widzę światełko w tunelu. Cały czas realizujemy nasze działania samorządowe, ze względu na to, że ten temat to jest nasze „oczko w głowie”. To jest jeden z priorytetów, jeżeli chodzi o bezpieczeństwo naszych mieszkańców. I dlatego tak ważne było to, że wszyscy samorządowcy, bez względu na przynależność partyjną, podpisali się pod tymi wnioskami, o których powiedziałem. Wnioskami, które dotyczą finansowania oraz zmiany legislacji, i które są skierowane do rządu, premiera, odpowiedniego ministra i Wód Polskich.

Dziękuję bardzo za rozmowę.

Eliza Kinalska

eprasa.pl b1b966a779

W Krajowym Ośrodku Zapobiegania Zachowaniom Dyssocjalnym w Gostyninie

Strajkują pacjenci

Pacjenci Krajowego Ośrodka Zapobiegania Zachowaniom Dyssocjalnym w Gostyninie rozpoczęli 5 listopada br. strajk głodowy. Wcześniej przedstawili mediom swoje oświadczenie w tej sprawie, wskazując w nim na systemowe problemy placówki.

Jak wynika ze wspomnianego oświadczenia, mieszkańcy – pacjenci KOZZD w Gostyninie uważają, że *„w całości odbyli swoje kary pozbawienia wolności, czyli de facto ukarano ich pozbawieniem wolności (izolacja postpenalna) za te same przestępstwa po raz kolejny”*. Nie godzą się na zastosowanie wobec nich prawa działającego wstecz czy zignorowanie zasady proporcjonalności, *„czyli zastosowanie jedynie takich środków, które są niezbędne dla osiągnięcia konkretnego celu, a nie stosowanie izolacji postpenalnej pod pozorem konieczności prowadzenia terapii”*.

Zaznaczają, że ustawa z 22 listopada 2013 r., która ich dotyczy, miała być znowelizowana i dostosowana do prawa krajowego i europejskiego. *„Nadal jesteśmy więźniami w tej pseudoterapeutycznej placówce bez nadziei na przyszłość”* – piszą pacjenci.

- Dlaczego chorych psychicznie miesza się w tej placówce ze zdrowymi, skoro powinni być w szpitalach? Co ze starszymi wiekiem schorowanymi ludźmi, których się tu poniewiera w przeludnionych pomieszczeniach? I jaką przyszłość mają ci, którym nie dano szansy odzyskać wolności po często wieloletnim pobycie w więzieniu? – kontynuują autorzy oświadczenia.

Stwierdzają, że ustawa o postępowaniu wobec osób z zaburzeniami psychicznymi stwarzających zagrożenie życia, zdrowia lub wolności seksualnej innych osób musi zostać zmieniona, to priorytet. Pacjenci liczyli na przykład na przegląd akt pod kątem zasadności skierowań do Gostynina. Poza tym nikt nie pyta ich *„jak było naprawdę w więzieniu”*. Stąd wniosek, że nikt nie chce, by udowadniali, że rzeczywistość była całkiem inna od tej opisanej w aktach. - *Jak inaczej przypomnieć politykom (…), że jeszcze żyjemy. Tu nie chodzi o warunki bytowe (…). Nam chodzi o przyszłość. Dajcie nam żyć, tak jak marzyliśmy podczas pobytu w więzieniu, nie zabijajcie nas za życia, nie odbierajcie resztek nadziei i nie pozostawiajcie z nienawiścią w sercach* – piszą. Dodają, że mają jeszcze rodziny, domy i chęci, i że potrafią funkcjonować w społeczeństwie.

- Nikt z nami nie rozmawia, nikt nie informuje na jakim etapie są prace związane z nowelizacją Ustawy o postępowaniu wobec osób z zaburzeniami psychicznymi stwarzających zagrożenie życia, zdrowia lub wolności seksualnej innych osób. I nikt już nie wspomina o weryfikacji skierowań do tej placówki pod kątem zasadności. Na takie traktowanie się nie godzimy – wspominają w oświadczeniu pacjenci.

Przedstawicielem prawnym w tej sprawie zgodziła się zostać prof. Monika Płatek, wykładowca z Uniwersytetu Warszawskiego.

Krajowy Ośrodek Zapobiegania Zachowaniom Dyssocjalnym w Gostyninie powstał na mocy ustawy z dnia 22 listopada 2013 r. o postępowaniu wobec osób z zaburzeniami psychicznymi stwarzających zagrożenie życia, zdrowia lub wolności seksualnej innych osób. Ośrodek dysponuje czterem oddziałami w Gostyninie oraz oddziałem zamiejscowym w Czersku. Ze względu na specyfikę ośrodka przebywają w nim osoby, które zostały określone przez przepisy prawa jako osoby *„stwarzające bardzo wysokie ryzyko dokonania czynu przeciwko zdrowiu, życiu lub wolności seksualnej innych osób”*. Do dyspozycji pacjentów jest Pracownia Terapii Zajęciowej oraz teren sportowy.

(eg)

Premiera książki „Moje fado” w Gostyninie

14 listopada (czwartek) o godz. 17.00 w Zamku Gostynińskim odbędzie się spotkanie z dr Barbarą Konarską-Pabiniak, bohaterką książki „Moje Fado”. To wyjątkowa okazja, by porozmawiać z regionalistką, historykiem teatru, nauczycielką, autorką licznych publikacji o Gostyninie i poznać jej związki z miastem.

„Moje Fado” to książka i dla miłośników biografii, i dla tych, którzy interesują się historią oraz śledzą zmiany społeczne. Dr Barbara Konarska-Pabiniak w rozmowie z Leszkiem Skierskim snuje wspomnienia o spotkanych ludziach i miejscach, opowiada o swojej fascynacji historią regionu, przemijaniu i potrzebie kultywowania pamięci o innych. - *W książce czytelnik odnajdzie również pytanie, na które bohaterka z trudem odpowiada swojemu rozmówcy, a które w pewnym momencie stawia sobie każdy z nas – „czy warto było”. Dla wielu „Moje Fado” może stać się inspiracją do refleksji nad własnym życiem oraz do spojrzenia na przeszłość z nowej perspektywy* – zapraszają organizatorzy. Wstęp na wydarzenie jest wolny.

(l.)

Uroczystość w gostynińskim szpitalu

Pamięci Wilczkowskiego i Mikulskiego

W Wojewódzkim Samodzielnym Zespole Publicznym Zakładów Opieki Zdrowotnej w Gostyninie odsłonięto tablice upamiętniające dwóch wybitnych specjalistów: prof. Eugeniusza Wilczkowskiego – budowniczego i pierwszego dyrektora szpitala oraz dra Karola Mikulskiego – pierwszego wicedyrektora tej placówki, psychiatrę, bohatera. Ponadto imię dra Karola Mikulskiego nadano szpitalnemu Pawilonowi nr 1.

Gmina Gostynin

Tablicę odsłaniał m.in. marszałek województwa mazowieckiego Adam Struzik i dyrektor placówki Katarzyna Osowicz-Szewczyk

Szpital psychiatryczny w Gostyninie ma bogatą kartę historyczno-patriotyczną. Kamień węgielny został położony 12 października 1929 r., a jego budowa finansowana była ze składek Skarbu Państwa oraz Powiatowych Związków Komunalnych II Rzeczpospolitej. 29 maja 1930 r., podczas objazdu województwa warszawskiego, budowany szpital odwiedził prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Ignacy Mościcki, który własnoręcznym podpisem zapoczątkował księgę pamiątkową Zakładu.

Otwarcie placówki miało miejsce 12 lipca 1933 r., pierwotnie był to Wojewódzki Szpital dla Psychicznie i Nerwowo Chorych. Pierwsi pacjenci trafili do szpitala w listopadzie 1933 r. Tym samym rozpoczęło się w nim leczenie osób z zaburzeniami psychicznymi i osób uzależnionych. W czasie II wojny światowej na terenie szpitala działała tajna komórka Armii Krajowej, zajmująca się gromadzeniem broni i kolportowaniem podziemnych wydawnictw. W 1942 r. z tego powodu aresztowano 27 pracowników szpitala, 3 z nich stracono, a 2 innych zmarło w więzieniach niemieckich.

Profesor Wilczkowski, autor podręczników

Jedna z odsłoniętych tablic dedykowana jest prof. Eugeniuszowi Wilczkowskiemu (1895-1957). 1 marca 1933 r. został on dyrektorem Szpitala Psychiatrycznego w Gostyninie. We wrześniu 1939 r. wziął udział w wojnie obronnej jako lekarz w stopniu porucznika w 12. szpitalu ewakuacyjnym. W listopadzie 1939 r. został po raz pierwszy aresztowany przez Niemców. 6 marca 1940 r. władze niemieckie przejęły zarząd gostynińskiego szpitala, zwalniając z go z zajmowanego stanowiska. Został ponownie aresztowany 18 marca 1942 r., za działalność w Związku Walki Zbrojnej. Wilczkowski dostał 12 lat więzienia z uzasadnieniem. Karę odbywał w Zwickau, Rawiczu i w Ostrowie Wielkopolskim. Podczas ewakuacji zbiegł podczas postoju w Krotoszynie, powrócił do Gostynina. Był pracownikiem naukowym Uniwersytetu Łódzkiego.

W lutym 1946 r. na terenie Szpitala dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Gostyninie rozpoczął organizację Domu Rozdzielczego dla polskich sierot przywożonych ze Związku Radzieckiego, który funkcjonował do sierpnia tego roku. Łącznie zarejestrowano w nim 4645 osób. W latach 1952-1957 pełnił funkcję konsultanta krajowego w zakresie chorób psychicznych. Był m.in. przewodniczącym Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Napisał cenione podręczniki psychiatrii. W dorobku naukowym reprezentował kierunek badań zmierzający do wykazania psychofizycznej jedności organizmu człowieka i starał się wykazać, że zaburzenia psychiczne są konsekwencją zaburzeń somatycznych i na odwrót. Zmarł i został pochowany w Łodzi.

Doktor Mikulski wybrał śmierć dla siebie

Druga z tablic przypomina dra Karola Mikulskiego (1901-1940). To wybitny psychiatra, ale też ochotnik w wojnie polsko-bolszewickiej. 1 listopada 1934 r. objął stanowisko wicedyrektora i ordynatora Szpitala dla Psychicznie i Nerwowo Chorych w Gostyninie. Był zwolennikiem psychiatrii zreformowanej, kładącej nacisk na humanitarne traktowanie pacjentów i terapię zajęciową. Wydał pionierską książkę „Krótki zarys nauki o bliźniętach”. W 1939 r. jako podporucznik dostał się do niewoli sowieckiej. Uciekł z transportu wiozącego polskich oficerów do obozu jenieckiego w Kozielsku. Powrócił do Polski, idąc pieszo nocami wzdłuż torów. Jesienią 1939 r. podjął na nowo obowiązki ordynatora szpitala psychiatrycznego.

Gdy Gostynin został włączony do Rzeszy, rozpoczęła się akcja „umacniania niemczyzny”, w ramach której okupanci niemieccy przystąpili do masowych mordów lokalnej inteligencji i „opróżniania” szpitali psychiatrycznych. Pierwsze wywózki chorych psychicznie tzw. pacjentów gminnych (za których płaciły gminy) rozpoczęły się w styczniu 1940 r. pod pretekstem transportu do innych zakładów leczniczych. W rzeczywistości chorych uśmiercano gazem spalinowym lub rozstrzeliwano w pobliskich lasach. 17 marca 1940 r. do Gostynina przyjechała komisja niemiecka, która zażądała od doktora Mikulskiego sporządzenia listy chorych „nierokujących wyzdrowienia”. Lista miała być przygotowana w ciągu 24 godzin, pod sankcją aresztowania. Mikulski, który biegle władał językiem niemieckim, wszedł z przedstawicielami komisji w ostry spór. Powoływał się na etykę lekarską i stan wiedzy medycznej, który uniemożliwia stawianie trafnych diagnoz, a tym bardziej prognoz dotyczących psychicznych schorzeń. Mikulski żądanej listy nie sporządził – 18 marca 1940 r. nad ranem popełnił samobójstwo. Jego śmierć poruszyła lokalną społeczność, a pogrzeb zgromadził tłumy.

Z inicjatywy córki Izabelli Galickiej i składek społecznych w 2010 r. ufundowano bohaterskiemu doktorowi pierwszą tablicę pamiątkową w szpitalu. W 2012 r. powstał film dokumentalny „Śmierć psychiatry. Eugenika i totalitaryzm” (w reżyserii Amelii Łukasiak i Sławomira Małoickiego, na podstawie scenariusza Magdaleny Gawin), opowiadający o jego życiu i tragicznej śmierci. W 2017 r. imię Karola Mikulskiego nadano jednej z ulic w Gostyninie.

(eg)

eprasa.pl b1b966a779

Kolejny sierpecki zabytek przejdzie remont!

Będzie kosztował blisko 7 mln złotych

Rok 2026 to termin zakończenia kolejnej bardzo ważnej sierpeckiej inwestycji. Chodzi o jeden z najbardziej rozpoznawalnych miejskich zabytków – Wieżę Ciśnień. Prace będą obejmowały rewitalizację terenów przyległych do zabytkowego Dworca PKP i budowę strażnicy.

Umowę na dofinansowanie inwestycji z budżetu samorządu województwa mazowieckiego podpisano 31 października. Sejmik Mazowsza przekazał wsparcie finansowe w kwocie 4 mln złotych. – *Wspieramy mazowieckie gminy i powiaty, dofinansowując ważne i długo wyczekiwane przez mieszkańców inwestycje. Jak pokazują nabory, jedne z największych potrzeb samorządów lokalnych dotyczą infrastruktury drogowej, m.in. budowy lub remontu dróg i chodników. Dzięki naszemu wsparciu takie inwestycje będą realizowane w regionie płockim* – podkreśla marszałek Adam Struzik.

O wielkim znaczeniu tej inwestycji dla miasta i mieszkańców mówi burmistrz Sierpca Jarosław Perzyński. – *To dla nas doskonała informacja, bo o odnowieniu tego miejsca i przywróceniu mu dawnego blasku samorząd miasta myślał już od dawna.*

Przedstawiając szczegóły inwestycji, burmistrz Sierpca wymienia, że projekt zakłada rewitalizację terenu przyległego do zabytkowego dworca kolejowego, renowację zabytkowej wieży ciśnień oraz budowę remizy strażackiej dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Sierpcu.

Realizacja powyższej inwestycji oznacza nie tylko poprawę estetyki tego rejonu miasta, ale także przywrócenie ważnej roli. Docelowo będzie tu miejsce spotkań dla dzieci, młodzieży i dorosłych mieszkańców Sierpca, a także okolic. – *Zabytkowy budynek zapewni przestrzeń do realizacji działań społecznych i kulturalnych oraz będzie miejscem wystaw małych lokalnych artystów* – wyjaśnia Jarosław Perzyński.

Obok wieży – remiza!

Projekt rewitalizacji zakłada także budowę remizy strażackiej, która stanie obok Wieży Ciśnień. – *Zagospodarowanie terenu w bezpośrednim sąsiedztwie remizy ożywi społeczną straż ratowniczo-gaśniczą wyposażoną w mundury i specjalistyczny sprzęt, zwiększając bezpieczeństwo miasta, zwłaszcza poprzez działania na rzecz ochrony życia, zdrowia, mienia i środowiska* – przedstawiają zakres prac i znaczenie ich realizacji sierpeccy samorządowcy.

To także, jak zaznacza burmistrz Perzyński, stworzenie przestrzeni publicznej dla rozwoju funkcji społecznych, kulturalnych i turystycznych. Swój budynek uzyska licząca 124 lata Miejska Młodzieżowa Orkiestra Dęta i działająca od 25 lat grupa Alizma Mażoretki MMOD OSP Sierpc. Budynek strażnicy będzie miejscem edukacji i integracji dzieci i młodzieży.

O rozpoczętej inwestycji Jarosław Perzyński mówi, że będzie ona nowym krokiem w rewitalizacji historycznych dzielnic miasta. Projekt obejmie m.in.: opracowanie dokumentacji projektowej, wykonanie robót początkowych (m.in.: robót ziemnych, fundamentów, ścian fundamentowych i ich izolacji), nadzór inwestorski i autorski, montaż okien, witryn, przeszkleń i drzwi zewnętrznych, wykończenia wewnętrzne i zewnętrzne, montaż instalacji i urządzeń technicznych, przyłączenie budynku do sieci wodociągowej i kanalizacyjnej, zagospodarowania terenu wokół budynku;, zakup podstawowego wyposażenia do funkcjonowania strażnicy MMOD OSP Sierpc. Łączna wartość zadania to blisko 6 600 000 zł. Samorząd województwa mazowieckiego na realizację inwestycji przekazał prawie 4 mln zł. Termin realizacji projektu przewidziany jest na 2026 r.

Projekt dla zadania „Rewitalizacja terenów przyległych do dworca PKP w tym wieży ciśnień wraz z budową strażnicy" przygotowała Pracownia Architektoniczna Królikowski i Jaworski S.C.

Sierpecka inwestycja jest jedną z kilku, jakie samorząd województwa mazowieckiego wsparł w ramach programu „Mazowsze dla równomiernego rozwoju". W czwartek, 31 października marszałek Adam Struzik podpisał umowy z beneficjentami. W ich ramach na wsparcie inwestycji w regionie płockim samorząd województwa przeznaczył 25,6 mln złotych. Obejmują one między innymi: remonty i budowy dróg, termomodernizacje budynku urzędu czy – tak jak w Sierpcu – rewitalizację zabytkowych obiektów i budowę strażnicy.

Program „Mazowsze dla równomiernego rozwoju" to jeden z najważniejszych i cieszących się największym zainteresowaniem programów wsparcia realizowanych przez samorząd województwa. Gminy i powiaty mogą ubiegać się o dofinansowanie zadań kluczowych dla zrównoważonego rozwoju całego regionu.

rad

FB Jarosław Perzyński Burmistrz Miasta Sierpca

W Rościszewie będzie miejsce dla maluchów

Gmina Rościszewo otrzymała ponad milion złotych dofinansowania w ramach programu „Aktywny Maluch". Dzięki temu powstanie pierwszy w gminie „Klub Malucha". Będzie gotowy w 2026 roku. Przygotowanych zostanie 15 miejsc dla dzieci w wieku do 3 lat.

Gmina Rościszewo jest jedną z 30 mazowieckich gmin, które dołączyły do programu „Aktywny Maluch". W 21 z nich będą nowe miejsca w żłobkach, a w 9 kolejnych gminach dzienni opiekunowie (program resortowy – „Pierwszy dzienny opiekun w gminie"). Łącznie kwota podpisanych pod koniec października umów z samorządami wynosi ponad 43 mln zł. Jak poinformował wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski, podpisane w październiku (29.10.2024 r.) umowy oznaczają 20-procentowy spadek liczby „białych plam" na Mazowszu, jeśli chodzi o zapewnienie miejsc opieki dzieciom w wieku do 3 lat. Wojewoda zaznaczył także, że cały czas będą prowadzone prace zachęcające kolejne samorządy do organizowania takich miejsc. A w ramach programów umowy podpisały jednostki, w których dotychczas nie była dostępna żadna instytucjonalna forma opieki nad dziećmi.

Umowę z wojewodą mazowieckim wójt gminy Rościszewo Jan Sugajski wraz ze skarbnikiem gminy Agnieszką Przybułkowską podpisali 29 października br. W uroczystym podpisaniu umów udział wzięła także wiceminister rodziny, pracy i polityki społecznej Aleksandra Gajewska. – *Umowa dotyczy programu „Aktywny Maluch" na lata 2022-2029. Gmina Rościszewo uzyskała dofinansowanie w wysokości 1 028 041,60 zł, co umożliwi utworzenie 15 nowych miejsc w „Klubie Malucha" w Rościszewie* – poinformował Jan Sugajski, wójt gminy Rościszewo.

Jak zaznacza Jan Sugajski, realizacja programu zapewni ogromne wsparcie dla pracujących rodziców. Żłobek będzie mieścił się w zakupionym przez gminę budynku, którego parter będzie przeznaczony na potrzeby Domu Dziennego Pobytu Seniorów, a piętro na potrzeby żłobka. – *Na ukończeniu są prace związane z przygotowaniem projektu. Najpewniej jeszcze w tym roku wyłonimy wykonawcę. Prace remontowe dwukondygnacyjnego budynku powinny ruszyć na początku przyszłego roku. Ich zakres będzie obejmował także dobudowanie klatki schodowej z windą* – powiedział wójt gminy Rościszewo, dodając, że lokalizacja żłobka w sąsiedztwie gminnego przedszkola pozwoli stworzyć w jednym miejscu oświatowy kompleks dla najmłodszych mieszkańców gminy.

Realizacja projektu zaplanowana jest na pięć lat. Jak podkreśla Jan Sugajski, gmina będzie chciała go kontynuować w kolejnych latach. – *Na razie startujemy z tym projektem, ale jest już pozytywny oddźwięk wskazujący na to, że jest zapotrzebowanie na tego rodzaju wsparcie na terenie gminy. Oczywiście obserwujemy i będziemy obserwowali, analizowali także gminne dane demograficzne. Muszę powiedzieć, że tu widzimy pozytywny trend, co pozwala przypuszczać, że miejsca takie jak „Kluby Malucha" będą cieszyły się w kolejnych latach zainteresowaniem i będą potrzebne* – powiedział Jan Sugajski.

rad

Spacerkiem po gminach

Bielsk

W kościele pw. św. Stanisława BM w Ciachcinie zakończono prace konserwatorsko-restauratorskie. W ramach prac specjalistyczna firma AM-BIM Sylwester Szczutowski z Boryszewa odnowiła nawę główną kościoła. Renowację udało się przeprowadzić dzięki wsparciu z Rządowego Programu Odbudowy Zabytków w wysokości 450 000 zł.

Bodzanów

Oficjalnie zakończono modernizację pomieszczeń świetlicy wiejskiej w Bodzanowie. Inwestycja objęła roboty budowlane w pomieszczeniach świetlicy, kuchni i łazienki oraz zakup sprzętu AGD oraz mebli. Na realizację zadania samorząd otrzymał wsparcie finansowe w wysokości 199 994 zł z programu „Mazowsze dla lokalnych centrów integracyjnych 2024".

Brudzeń Duży

Wójt poinformował, że 10 grudnia w godz. 9.00-14.00 na placu przy Urzędzie Gminy odbędzie się nieodpłatna zbiórka folii rolniczych. W ramach zbiórki możliwy będzie odbiór: folii rolniczych, worków po nawozach oraz typu „big bag".

Bulkowo

Rozpoczęły się prace związane z budową kanalizacji sanitarnej na osiedlu mieszkaniowym w miejscowości Osiek. Zgodnie z harmonogramem prace mają się zakończyć w grudniu.

Drobin

Burmistrz Grzegorz Szykulski podpisał umowę z firmą Infrastruktura BUD-59 Sp. z o. o. na realizację kolejnej inwestycji. Firma wykona przebudowę drogi gminnej nr 290527W w miejscowości Kozłowo.

Gąbin

Młoda mieszkanka Dobrzykowa mistrzynią świata w karate tradycyjnym! Hania Stasiak ma zaledwie 9 lat, a już osiąga ogromne sukcesy w zawodach krajowych i międzynarodowych. Z młodą zawodniczką spotkał się burmistrz Krzysztof Jadczak, który rozmawiał z nią o dotychczasowych osiągnięciach i planach na przyszłość.

Gostynin

Podczas sesji Rady Gminy odbyło się uroczyste wręczenie wyróżnień i nagród przyznawanych przez wójta gminy. Podczas posiedzenia uhonorowano będących mieszkańcami gminy zawodników za osiągnięte w 2023 roku wysokie wyniki sportowe we współzawodnictwie międzynarodowym lub krajowym oraz trenerów zasłużonych w osiągnięciu tych wyników.

Gozdowo

Koło Gospodyń Wiejskich Gozdowo zakupi dodatkowe wyposażenie zaplecza. Na ten KGW otrzymało wsparcie finansowe z budżetu samorządu województwa mazowieckiego w kwocie 5600 zł.

Kutno

W Szkole Podstawowej nr 2 im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Kutnie odbyła się Międzyszkolna Liga Strzelecka Ligi Obrony Kraju o Mistrzostwo Szkół Podstawowych Kutna. W klasyfikacji zespołowej zwyciężyli uczniowie ze Szkoły Podstawowej nr 4 im. Mikołaja Kopernika.

eprasa.pl b1b966a779

Spacerkiem po gminach

Łąck

Wójt Iwona Sierocka wręczyła powołanie na stanowisko Dyrektora Centrum Kultury, Rekreacji i Sportu w Łącku – został nim Tomasz Nowacki.

Mała Wieś

Na terenie gminy trwają zabiegi pielęgnacyjne 181 drzew oraz akcja założenia 6 wiązań elastycznych na terenie parku zabytkowego w Małej Wsi. Prace pielęgnacyjne prowadzone są za zgodą Mazowieckiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków. Projekt został dofinansowany ze środków WFOŚiGW w wysokości 112 260 zł.

Mochowo

Kwotę 7 tysięcy złotych przeznaczy Koło Gospodyń Wiejskich w Bendorzynie na zakup wyposażenia kuchni. Środki na ten cel przekazał samorząd województwa mazowieckiego w ramach programu wsparcia dla KGW.

Nowy Duninów

Z inicjatywy wójta Karola Gutkiewicza oraz przewodniczącego Rady Gminy Andrzeja Pietrzaka udało się pozyskać ryby, które w przyszłości poprawią stan stawu w Nowym Duninowie i pozwolą m.in przywrócić równowagę biologiczną. Wśród ryb znalazły się m.in. odpowiednie gatunki amura, które przyczynią się do procesu oczyszczania zbiornika.

Pacyna

Na terenie gminy prowadzona jest ankietyzacja mieszkańców, mająca na celu identyfikację gospodarstw domowych zagrożonych wystąpieniem zjawiska ubóstwa energetycznego. Ankietyzację prowadzi firma Ekodialog. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie www.pacyna.mazowsze.pl.

Raciąż

Trwają ostatnie prace na ulicach Wnorowskiego, Dobrzańskiego i Zielińskiego. Kostka została położona już niemal w całości. Zamontowane zostały też lampy hybrydowe. W tej lokalizacji wybudowano łącznie niemal 352 metry nowej nawierzchni.

Radzanowo

Wójt podpisał umowę na opracowanie planu ogólnego dla gmina Radzanowo. Wykonawcą projektu będzie konsorcjum firm DELTA PARTNER Sp. z o. o. z Bielska-Białej oraz Stowarzyszenie Wspierania Inicjatyw Gospodarczych DELTA PARTNER z Cieszyna. Przedsięwzięcie opiewa na kwotę ponad 220 tys. zł.

Rościszewo

Stowarzyszenie „Nasza Gmina Rościszewo" otrzymało 7 tys. złotych wsparcia z budżetu samorządu województwa mazowieckiego. Fundusze przeznaczone są na doposażenie Stowarzyszenia w niezbędny sprzęt.

Sanniki

Do 2 grudnia mieszkańcy mogą składać wnioski do planu ogólnego Miasta i Gminy Sanniki. Szczegółowe informacje na ten temat można znaleźć na stronie www.sanniki.pl.

Sierpc

W Szkole Podstawowej w Borkowie Kościelnym odbyły się uroczystości z okazji piątej rocznicy nadania placówce imienia Jana Pawła II. Rocznicowe uroczystości zakończył występ Zespołu Artystycznego Wojska Polskiego.

Przekażą 5 mln zł na pomoc w usuwaniu skutków powodzi

Mazowsze solidarne z Dolnym Śląskiem

Sejmik Mazowsza przekaże 5 mln zł samorządowi województwa dolnośląskiego na usuwanie skutków wrześniowej powodzi. Porozumienie z władzami województwa dolnośląskiego podpisał już zarząd województwa mazowieckiego.

Tegoroczna powódź w południowo-zachodniej Polsce spowodowała wiele zniszczeń, z którymi będą musiały zmierzyć się władze lokalne. Sejmik Mazowsza zdecydował więc o wsparciu samorządu województwa dolnośląskiego w odbudowie zniszczonej infrastruktury drogowej i kolejowej. Co ważne, podobne wsparcie na początku przyszłego roku ma otrzymać województwo opolskie.

O tym, jak ważna jest solidarność z polskimi regionami, mówi marszałek Adam Struzik. – *Tragiczne skutki powodzi dotknęły przede wszystkim województwa dolnośląskie i opolskie. Zwróciły się one do nas z prośbą o wsparcie. Podczas sesji Sejmiku 22 października zdecydowaliśmy o przekazaniu 5 mln zł na odbudowę infrastruktury drogowej na Dolnym Śląsku* – wyjaśnia marszałek.

Ważna pomoc dla powodzian

W trakcie powodzi ucierpiały szczególnie Ziemia Kłodzka i subregion jeleniogórski. Została uszkodzona m.in. infrastruktura drogowa zarządzana przez samorząd województwa – 10 mostów oraz ok. 50 km dróg wojewódzkich na kilkunastu odcinkach. Straty oszacowano na około 650 mln zł.

– *Jako samorząd województwa dolnośląskiego pomagamy samorządom lokalnym w naszym regionie, które zostały poszkodowane przez powódź. Liczy się każde wsparcie, współpraca i zaangażowanie. To właśnie marszałek województwa mazowieckiego Adam Struzik był pierwszym, który zadeklarował pomoc finansową na usuwanie skutków powodzi. Bardzo doceniamy ten gest solidarności Mazowsza z mieszkańcami Dolnego Śląska, który pokazuje, że w trudnych momentach samorządy polskich regionów mogą na siebie liczyć* – podkreśla Paweł Gancarz, marszałek województwa dolnośląskiego.

Pieniądze zostaną przeznaczone na usunięcie osuwisk nasypu i umocnienie odwodnienia oraz przebudowę i odbudowę zniszczonych przepustów na linii kolejowej 317. Zostaną usunięte skutki powodzi w ciągu drogi wojewódzkiej nr 297 na odcinku Brunów – Lwówek Śląski. Prace obejmą też drogę wojewódzką nr 392 na odcinkach Zelazno – Lądek Zdrój oraz Stronie Śląskie – Bystrzyca Kłodzka, gdzie zostaną awaryjnie zabezpieczone oraz odtworzone skarpy i korpus drogowy.

Podobne roboty będą przeprowadzone na drodze wojewódzkiej nr 383 na odcinku od skrzyżowania z drogą wojewódzką nr 381 w miejscowości Jedlina-Zdrój do Olszyńca. Zostanie też wykonane awaryjne zabezpieczenie drogi wojewódzkiej nr 381 od skrzyżowania w kierunku miejscowości Dworki do skrzyżowania w kierunku miejscowości Sokolec.

Opr. (ek)

Ważna inwestycja w gminie Brudzeń Duży

Droga w Turzy Małej po modernizacji

Zakończyła się inwestycja, na którą z niecierpliwością czekali mieszkańcy Turzy Małej.

Umowa na wykonanie prac remontowych została podpisana na początku lipca tego roku. Realizacja przedsięwzięcia była możliwa dzięki wsparciu finansowemu samorządu województwa mazowieckiego, który przekazał gminie Brudzeń Duży kwotę 1 mln 150 tys. zł.

Prace były prowadzone na 1250-metrowym odcinku drogi gminnej w miejscowości Turza Mała. Oprócz drogi powstała infrastruktura towarzysząca. Zgodnie z przewidywaniami prace zostały zrealizowane w tym roku. Wykonawc robót było PRD Lipno.

Zadowolenia z zakończenia prac nie kryje wójt gminy Brudzeń Duży Michał Twardy. Podkreśla on rolę zarówno władz samorządowych Mazowsza z marszałkiem Adamem Struzikiem, jak i sołtys Turzy Małej Jolanty Kowalskiej.

(jac)

Profil FB wójta gminy Brudzeń Duży Michała Twardego

Zakończyła się modernizacja drogi w Turzy Małej

Druhowie mają powody do zadowolenia

Wielka feta z MAN-em w Proboszczewicach

Jednostka Ochotniczej Straży Pożarnej w Proboszczewicach ma powody do zadowolenia. Właśnie wzbogaciła się o nowy, średni samochód ratowniczo-gaśniczy marki MAN TGM-320. Z tej okazji przygotowano wielką fetę z racami i tortem. A przyjazd wozu na teren jednostki świętowali nie tylko druhowie! Samochód trafił do jednostki w środowy wieczór, 30 października.

Nowy sprzęt jest doskonale wyposażony i z pewnością przyda się w codziennej służbie ratowników. - *Samochód jest wyposażony w zbiornik wody o pojemności 4000 litrów oraz zbiornik środka pianotwórczego o pojemności 400 litrów, a jego automatyczna skrzynia biegów zapewnia komfort i wydajność w trakcie akcji ratunkowych* – mówi Dariusz Dąbrowski, prezes OSP Proboszczewice.

Zabudowę pojazdu wykonała firma SZCZĘŚNIAK Pojazdy Specjalne. Całkowity koszt zakupu to: 1 369 605,00 zł. Zakup został sfinansowany dzięki wsparciu z różnych źródeł. Blisko 630 tys. zł przekazał Urząd Gminy w Starej Białej. Samorząd Województwa Mazowieckiego dorzucił 150 tys. zł. Ze Skarbu Państwa (MSWiA) wpłynęło 480 tys. zł, a Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej 100 tys. zł. Warto również wspomnieć o darowiźnie w wysokości 10 tys. zł, przekazanej przez firmę Modular System.

- *Chcielibyśmy serdecznie podziękować wszystkim, którzy przyczynili się do realizacji tego przedsięwzięcia, w tym naszym sponsorom oraz instytucjom, które udzieliły wsparcia finansowego* – dziękują druhowie z OSP w Proboszczewicach. Wdzięczni są również za obecność w środowy wieczór gościom, a szczególnie mieszkańcom i sympatykom, którzy wzięli udział w tym wydarzeniu.

Miłym gestem było również pojawienie się na spotkaniu zaprzyjaźnionych jednostek. Były to OSP Stara Biała, OSP Sikórzu, OSP Brwilno, OSP Bronowo Zalesie, OSP Kamionki, OSP Dziarnowo oraz OSP Wyszyna.

Jak przekonują strażacy z Proboszczewic, to dla nich wyjątkowy dzień. - *Nasza jednostka OSP zrealizowała ważny krok w kierunku poprawy bezpieczeństwa i efektywności działań ratunkowych. Cieszymy się, że będziemy mogli jeszcze skuteczniej służyć społeczności, a nowy pojazd z pewnością pomoże w naszych działaniach!* – podkreśla Dariusz Dąbrowski.

BS

OSP Proboszczewice

Są środki dla kół gospodyń wiejskich

Chodzi o „bonusy frekwencyjne"

Trwa nabór wniosków skierowany do kół gospodyń wiejskich z gmin, w których frekwencja w ubiegłorocznych wyborach parlamentarnych przekroczyła 60 proc. O tzw. bonusy, które wynoszą 5 tys. zł, można się ubiegać do 29 listopada 2024 r. w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa.

Wsparcie mogą otrzymać koła gospodyń wiejskich, które posiadają osobowość prawną, a jeśli jej nie mają, muszą uzyskać wpis do rejestru. Oprócz tego siedziba tych organizacji musi się znajdować na obszarze gminy, w której frekwencja w wyborach do Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej przeprowadzonych 15 października 2023 r. wyniosła powyżej 60 proc. Ubiegające się o tzw. bonus koło powinno mieć nadany numer identyfikacyjny w ewidencji producentów i nie może być w stanie likwidacji.

Wysokość pomocy wynosi 5000 zł na jedno koło i będzie wypłacana niezwłocznie po wydaniu decyzji na wskazany przez nie rachunek bankowy. Nabór trwa do 29 listopada 2024 r. i prowadzą go biura powiatowe ARiMR. Formularz wniosku należy pobrać ze strony internetowej agencji i dostarczyć: osobiście do placówki, drogą pocztową lub za pośrednictwem platformy ePUAP czy usługi mObywatel na stronie gov.pl.

Opr. (ek)

eprasa.pl b1b966a779

Samorządowcy rozmawiali z Wodami Polskimi

Co z pogłębianiem Wisły i naprawą wałów?

Jednym z najpoważniejszych wyzwań dla mieszkańców powiatu płockiego jest zagrożenie powodziowe. Dotyczy ono aż siedmiu z piętnastu gmin powiatu. Ze względu na wagę tematu oraz coraz częstsze anomalie pogodowe spowodowane zmianami klimatu w Starostwie Powiatowym w Płocku została zorganizowana konferencja poświęcona bezpieczeństwu powodziowemu.

W spotkaniu wzięli udział radni powiatowi, przedstawiciele Komendy Miejskiej Policji, Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej, wójtowie gmin powodziowych oraz przedstawiciele Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie – Wiceprezes PGW WP Jacek Jarząbek, Dyrektor Regionalnego Zarządu Gospodarki Wodnej w Warszawie Artur Rychlewski, Z-ca Dyrektora Departamentu Ochrony przed Powodzią i Suszą PGW Wody Polskie Krzysztof Chęć, Dyrektor Zarządu Zlewni we Włocławku Piotr Feliniak oraz Kierownik Wydziału Koordynacji Ochrony przez Powodzią i Suszą RZGW w Warszawie Barbara Tańska. Gospodarzem spotkania był starosta płocki Sylwester Ziemkiewicz.

Przedstawiciele PGW WP omówili działania i prace, które obecnie są realizowane na obszarze Zbiornika Włocławskiego. Na bieżąco realizowane są przeglądy wałów, udało się również nawiązać współpracę z Generalną Dyrekcją Dróg Krajowych i Autostrad w zakresie prac w pasie drogowym drogi krajowej nr 62, przebiegającej wzdłuż koryta Wisły (prace związane z przepustami). Obecnie PGW WP jest na etapie uzyskiwania pozwoleń na bagrowanie Zbiornika Włocławskiego, które na większą skalę ma się rozpocząć jesienią 2025 roku. Łączne wydobycie rumoszu wyniesie 2 685 400 m3, z czego na samym odcinku Dobrzyków-Gmury-Radziwie zamierza się wydobyć około 1,8 mln m3. Bagrowanie realizowane będzie ponadto w rejonie Kępy Polskiej, Rakowa i Drwał oraz punktowo na odcinkach pomiędzy Płockiem a Duninowem.

Warto nadmienić, że pojemność Zbiornika Włocławskiego określa się na 370 mln m3, z czego rumosz stanowi obecnie około 19% pojemności zbiornika, czyli 70 mln m3.

Przedstawiciele PGW WP zaznaczają, że największym problemem w skutecznym działaniu są przewlekłe procedury legislacyjne, m.in. zawiłe procedury uzyskiwania zgód, uzgodnień i pozwoleń, utrudnienia z wywożeniem rumoszu poza obręb wałów (w polskim prawie rumosz z dna Wisły określony jest jako odpad, zatem jego wywożenie czy wykorzystanie jest obwarowane wieloma ograniczeniami). Drugim ważnym czynnikiem są poważne ograniczenia finansowe na prace przeciwpowodziowe. Istotnymi elementami są również ograniczenia związane z ochroną środowiska oraz brak odpowiedniego sprzętu w Zarządzie Zlewni.

Samorządowcy z kolei zwracali uwagę na niedostateczny nakład prac, które są realizowane w zakresie bagrowania, które skutkują regularnym wzrostem ilości rumoszu w zbiorniku, a zatem wypłycaniem go i zmniejszaniem ilości wody, jaką będzie mógł przyjąć w przypadku chociażby obfitych opadów czy spływu wód z górnego biegu Wisły. Dużym problemem jest pozostawianie samorządów samym sobie w przypadku działań doraźnych, cyklicznie mających miejsce na obszarze m.in. gminy Słubice. Kwestią powracającą od wielu lat jest również budowa slipów na wałach na odcinku Wyszogród – Płock.

Samorządowcy zwracali również uwagę na konieczność podjęcia działań na Słupiance i Mołtawie – występujące tam regularnie cofki tworzą zagrożenie równie poważne co Wisła. Fakt, że Wisła nie przerwie wałów wiślanych nie oznacza, że woda nie wedrze się od strony tych wezbranych rzek, zalewając znaczne obszary gmin. Zauważono ponadto, że istnieje konieczność opracowania spójnej koncepcji działań przeciwpowodziowych dla całego odcinka Zbiornika Włocławskiego, które umożliwią sprawne przeciwdziałanie zagrożeniu. Jako przykład podano fakt, iż przerwanie wałów w rejonie Młodzieszyna spowoduje zalanie całej Doliny Iłowsko-Dobrzykowskiej aż do granic Płocka.

W efekcie spotkania zdecydowano się zawrzeć porozumienie pomiędzy poszczególnymi samorządami a PGW WP, które określać będzie nie tylko intencje, ale wiążące zakresy działań i zobowiązań stron do przeprowadzenia w określonym czasie, które stanowić może istotny element w działaniach na rzecz poprawy bezpieczeństwa powodziowego w powiecie płockim.

Opr. (ek)

Starostwo Powiatowe w Płocku

W konferencji wzięli udział samorządowcy, służby oraz „Wody Polskie"

Znamy laureatów konkursu „Mazowieckie Barwy Wolontariatu"

Są wśród nich wolontariusze z naszego regionu!

Właśnie poznaliśmy wyniki XIV edycji konkursu „Mazowieckie Barwy Wolontariatu". Wśród laureatów i wyróżnionych znalazły się także płockie organizacje i wolontariusze. Chodzi o sołtyskę Bodzanowa Kingę Witkowską, „Mańkowski Team" oraz drużynę Wolontariatu Senioralnego Stowarzyszenia na Rzecz Wspierania Aktywności Seniorów AS.

Celem konkursu jest nagrodzenie najaktywniejszych wolontariuszy oraz ukazanie dobrych praktyk współpracy, a przede wszystkim zachęcanie mieszkańców Mazowsza do podejmowania aktywności wolontariackiej. W tym roku kapituła oceniła 97 zgłoszeń w czterech kategoriach: wolontariat młodzieży (38), wolontariat dorosłych (37), wolontariat seniorów (13), kategoria specjalna – organizator wolontariatu (9). W tegorocznej edycji konkursu wyłoniono w 4 kategoriach, z podziałem na wolontariat indywidualny i wolontariat grupowy, 7 laureatów i 13 wyróżnionych.

Laureatką w kategorii „wolontariat indywidualny dorosłych" została sołtyska Bodzanowa Kinga Witkowska. To kobieta-torpeda, która pojawia się tam, gdzie potrzebna jest pomoc. Przede wszystkim żona i matka dwóch chłopców, od urodzenia mieszkanka Bodzanowa. Zanim została sołtysem, jej starania doprowadziły do utworzenia w bodzanowskim przedszkolu sali integracji sensorycznej. Sala dziś cieszy się dużym zainteresowaniem dzieci, które mogą realizować zajęcia wczesnego wspomagania rozwoju. Jest przykładem osoby, która poprzez swoją działalność społecznikowską i wolontariat przyczynia się do realnych zmian w swojej miejscowości, dając jednocześnie inspirację dla innych do podejmowania działań na rzecz dobra wspólnego.

Kinga Witkowska jest pomysłodawczynią II Bodzanowskiego Meczu Towarzyskiego „Gramy dla Oli", podczas którego odbyła się zbiórka na leczenie dla chorej na złośliwy nowotwór Oli. Była również koordynatorką sztabu Operacji Czysta Rzeka w Bodzanowie i odegrała kluczową rolę w mobilizacji lokalnej społeczności do działania na rzecz ochrony rzeki Mołtawy. Zachęcając mieszkańców Bodzanowa do działania, organizuje spotkania „Meliski u sołtyski". Zawsze gotowa do pomocy, bezinteresownie angażuje swój czas i energię.

Wyróżnienie w kategorii „wolontariat grupowy dorosłych" otrzymał „Mańkowski team". Tworzy go pięć wolontariuszek: Ewa Jankowska, Wioletta Kamińska, Katarzyna Zielińska, Małgorzata Kwasiborska oraz Jolanta Mielczarek. Panie są zawsze pomocne, empatyczne, troskliwe i gotowe, aby wysłuchać i wesprzeć dobrym słowem i czynem. „Mańkowski Team" to kobiety, które dobrowolnie angażują się w różne działania na rzecz osób i instytucji, nie oczekując żadnego poklasku. Cały zespół wyróżnia empatia, odpowiedzialność i zaangażowanie w realizację akcji skierowanych do osób potrzebujących.

W kategorii „wolontariat grupowy seniorów" laureatem została Drużyna Wolontariatu Senioralnego Stowarzyszenia na Rzecz Wspierania Aktywności Seniorów AS. To grupa 60 osób, pełnych energii i empatii, która od lat z oddaniem angażuje się w działania na rzecz lokalnych społeczności w województwie mazowieckim. Ich działalność wykracza poza standardowe formy wsparcia. To osoby, które nie tylko pomagają w codziennych aktywnościach, ale także budują więzi międzypokoleniowe, promując aktywność i integrację społeczną (np. Kawiarenka dla Seniora, pracownia świeczkarska). Wolontariusze organizują i uczestniczą w licznych wydarzeniach, zarówno charytatywnych, jak i edukacyjnych, wpływając na życie setek osób rocznie (tj. 30 wizyt miesięcznie w domach seniorów, inicjatywa Asystent Seniora – wolontariusze pomagają osobom starszym, chorym w codziennych zadaniach, takich jak zakupy, spacery czy wizyty u lekarza).

Dzięki ich wsparciu seniorzy czują się bardziej zaangażowani w życie społeczne, a młodsze pokolenia uczą się, jak ważne jest wsparcie i współpraca. Wolontariusze Stowarzyszenia nie tylko dostarczają realnej pomocy, ale tworzą także przestrzeń, w której każdy, niezależnie od wieku, może czuć się potrzebny i doceniany. Ich działania są wzorem dla innych, pokazując jak solidarność i współpraca mogą pozytywnie wpływać na całe społeczności. Każdego dnia zmieniają życie innych na lepsze.

Laureata w kategorii „Nagroda mieszkańców Mazowsza" poznamy na uroczystej gali konkursu, która odbędzie się 5 grudnia. **Opr. (ek)**

Skup i sprzedaż zbóż

Również z przeznaczeniem na gorzelnie. Płatne gotówką.

tel. 518 048 715

SA 49

Spacerkiem po gminach

Słubice

Gmina zakupiła fabrycznie nowy autobus szkolny. Zakup był możliwy dzięki dofinansowaniu z programu samorządu Mazowsza „Autobusy dla mazowieckich szkół". Autobus to pojazd marki Iveco Bus, typ Crossway Line, przeznaczony do przewozu 41 osób oraz kierowcy, a także przystosowany do przewozu osób niepełnosprawnych.

Słupno

Już niedługo rozpocznie się budowa kolejnego etapu Arkadii Mazowieckiej – Przebudowa drogi gminnej Płock – Rydzyno wraz z infrastrukturą. Szacowany koszt to ponad 7,8 mln zł. Gmina pozyskała na ten cel dofinansowanie z samorządu województwa mazowieckiego w wysokości 4 mln zł.

Stara Biała

Podczas ostatniej sesji Rady Gminy radni podjęli uchwały w sprawie obniżenia średniej ceny skupu żyta, przyjmowanej jako podstawa obliczenia podatku rolnego na rok 2025 na obszarze gminy oraz w sprawie określenia wysokości stawek podatku od środków transportowych na rok 2025. W związku z tym wysokość podatku rolnego oraz podatku od środków transportu pozostaną na takim samym poziomie jak w tym roku.

Staroźreby

Na terenie gminy przeprowadzono kolejne kontrole jakości spalin kominowych. Pracownicy przeprowadzili ponad 50 kontroli, w których wykryto trzy przypadki nieznaczne przekroczenia norm.

Szczawin Kościelny

Zakończyła się budowa siłowni plenerowej w sołectwie Helenów I – Helenów II – Jesionka. Projekt był współfinansowany ze środków samorządu województwa mazowieckiego w ramach Mazowieckiego Instrumentu Aktywizacji Sołectw.

Szczutowo

Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich w Blinnie będzie realizowało program wsparcia rozwoju gospodyń aktywnych społecznie. Na ten cel z budżetu samorządu województwa mazowieckiego KGW otrzymało wsparcie finansowe w kwocie 7 tys. złotych.

Wyszogród

Uczniowie ze Szkoły Podstawowej w Wyszogrodzie wzięli udział w zajęciach poprowadzonych przez funkcjonariuszy z Komendy Miejskiej Policji w Płocku. Tematem spotkania było m.in. bezpieczeństwo na drodze, przemoc rówieśnicza i hejt.

Zawidz

Katarzyna Rajkowska (SLKS Olimpijczyk Jeżewo) do medalowej kolekcji dodaje kolejny. Tym razem bardzo utytułowana zawodniczka (tenis stołowy) wygrała turniej WTT Youth Contender w Kolumbii.

Żychlin

W piątek, 15 listopada o godz. 18.00 odbędzie się koncert Zespołu Pieśni i Tańca Ziemi Kutnowskiej. Będzie miał on miejsce w sali widowiskowej Żychlińskiego Domu Kultury. Darmowe bilety można odebrać w sekretariacie ŻDK.

(ek), rad

eprasa.pl b1b966a779

KGW OD KUCHNI

W Kole Gospodyń Wiejskich Zamość

Tu panie i panowie stawiają na gotowanie!

Niezliczone godziny rozmów, wspólnych wyjazdów, wzajemnego pomagania i gotowania – to piękna codzienność pań i panów działających w Kole Gospodyń Wiejskich Zamość (gmina Rościszewo). Jak mówią, magnesem przyciągającym do tej liczącej blisko 90 osób drużyny są właśnie ludzie – życzliwi, otwarci, empatyczni, którzy zawsze starają się pomóc w potrzebie.

KGW „Zamość"

Wspólne wyjazdy i zwiedzanie to nieodłączna część działaności KGW „Zamość"

Działającemu od maja 2019 roku KGW Zamość przewodniczy Grzegorz Krasecki. W trakcie kilku lat dołączyło do niego kilkadziesiąt osób, a dziś w kole działa 87 pań i panów. – *Działalność w kole dla większości z nas jest częścią naszego życia. Niemal codziennie kontaktujemy się osobiście bądź telefonicznie, żeby planować, co będziemy robić, jak pozyskać środki na realizację dalszych zamierzeń, z kim nawiązać współpracę. Oczywiście wspólne spotkania to czas relaksu, śmiechu i rozmów* – mówi Małgorzata Krasecka z KGW Zamość.

Tu są ludzie z pomysłem!

Koło tworzą ludzie zawsze uśmiechnięci, z pomysłem na dalsze działania, otwarci, szczerzy, bezkonfliktowi. Jak sami podkreślają, są zaangażowani we wspólne dobro, jakim jest KGW.

Świetny klimat koła i moc pomysłów to zasługa tego, że chętnie garną się do niego młodzi ludzie. – *Z rozmów z członkiniami innych kół wynika, że dużą trudność sprawia zachęcenie młodych ludzi do zaangażowania się w działalność, jaką zajmuje się KGW. U nas nie ma takiego problemu, ponieważ członkami koła są ludzie w różnym wieku – od 18 do 80 lat. W naszych spotkaniach chętnie uczestniczą młodzież i dzieci* – opowiada o działalności koła Małgorzata Krasecka.

Jak słyszymy w KGW, dużo można mówić o wspólnej działalności, która jest dla wszystkich bardzo ważna. Dlatego jest też traktowana i pielęgnowana jak własne dziecko, bo starsi mogą przekazać młodszym wiele cennej wiedzy i doświadczeń. Pokazać, jak ważne jest wykonanie pewnych czynności metodami prób i błędów. – *Dostrzegam wtedy, jak oni czują się potrzebni, kiedy młodzi ludzie słuchają i uczą się od nich. Młodzi natomiast pokazują sąsiadce z naszego KGW, jak obsłużyć telefon* – opowiada o wspólnym pomaganiu Małgorzata Krasecka.

To wspólne działanie widać na każdym kroku. Tak też było, kiedy KGW otrzymało od władz gminy budynek, który miał praktycznie tylko same mury. Wtedy wszystkie prace członkowie wykonali sami. Ogromne zaangażowanie mieszkańców jest widoczne przy każdym projekcie i przedsięwzięciu. Począwszy od takich prac jak remonty, przygotowanie pikników, wspólnych wyjazdów, robienie wieńca dożynkowego czy sprzątanie wioski czy placu zabaw.

KGW to nie tylko gotowanie

Działający w KGW Zamość zgodnie przyznają, że obecnie KGW to nie tylko gotowanie. – *Nasze koło brało udział w różnego rodzaju akcjach. Organizowaliśmy spotkania z policją, żeby zwiększyć świadomość społeczną na temat stosowania odblasków po zmroku, a także z radcą prawnym w sprawie rent, emerytur i ubezpieczeń* – opowiada Małgorzata Krasecka.

Oczywiście nie może zabraknąć gotowania. Młode pokolenie specjalizuje się w pieczeniu ciast, natomiast doświadczone członkinie wykonują własnoręcznie pyszne pierogi, kluski szaraki z twarogiem. Popisowymi daniami są bigos przygotowywany przez przewodniczącego Grzegorza Kraseckiego i zupa zalewajka gotowana przez doświadczone panie.

Cebulę zawsze obiera Gośka, mięso kroi Iwona, a ziemniaki obiera Wiesława

Wszystkie wydarzenia w KGW Zamość to okazja do wspólnego gotowania i bycia razem. – *Spotykamy się i gotujemy. Gdy dania są już przygotowane, to wszystkie z nas ich próbują i doradzają: „może troszkę soli dodamy", „a ja bym dodała jeszcze cebuli", kolejna mówi: „dodajmy pieprzu i będzie dobre". I tak powstają nasze dania. Jest u nas tak, że cebulę zawsze obiera Gośka, mięso kroi Iwona, a ziemniaki obiera Wiesława, kluski robi Sabina, a bałagan przy gotowaniu – druga Gośka* – mówi pani Małgorzata.

Doświadczone członkinie lepią pierogi, młodsze przyglądają się, podpowiadają, co można zmodyfikować.

KGW „Zamość"

KGW „Zamość" tworzą ludzie zawsze uśmiechnięci i z pomysłami do działania

W KGW Zamość stawia się na dania przygotowywane własnoręcznie, z miłością do gotowania. A jakie to tradycyjne potrawy? – *Dania tradycyjne są proste, ale smaczne i przygotowane z dobrej jakości mięsa, warzyw z własnego ogrodu, a nie z półproduktów* – mówią panie z KGW Zamość.

Marzenia się spełniają

Ważnym aspektem działalności koła jest pomoc finansowa. – *Bez wsparcia koła nie mogłyby tak prężnie się rozwijać. Nasze bardzo dużo zrobiło dzięki dofinansowaniom. Otrzymałyśmy dofinansowania z ARIMR i Urzędu Marszałkowskiego. Duże środki pozyskujemy również z własnej działalności, sprzedając swoje produkty. Nie mieliśmy nic, a teraz mamy świetlicę z dobrze wyposażoną kuchnią i piękną salą. Sięgając pamięcią do 2018 roku, kiedy zrodził się pomysł założenia KGW, w najśmielszych marzeniach nie myślałam, że dziś będziemy mieli taką cudowną świetlicę. Dzięki ludziom z naszego małego Zamościa udało się tyle osiągnąć, bo jedna osoba nic nie zdziała, musi być porozumienie i chęć, żeby zrobić coś nie dla siebie, ale też dla dobra wszystkich* – opowiada pani Małgorzata.

Najbliższe plany to dokończenie altany z zadaszeniem wejścia do świetlicy. Ten projekt wykonuje miejscowy stolarz – bez gratyfikacji pieniężnej, który wykonał też wszystkie meble dla KGW tylko za cenę materiałów. Kolejny plan to położenie kostki wokół budynku. – *Z całą pewnością mogę powiedzieć, że nasze KGW jest miejscem łączącym pokolenia i integrującym mieszkańców. Zorganizowaliśmy wiele wspólnych wyjazdów jedno- i kilkudniowych – były to góry, termy, Licheń, Skansen, Podlasie, Święta Lipka, Bieszczady. Wzięło w nim udział 40 osób w różnym wieku. Współpracujemy ze Stowarzyszeniem „Nasze Ostrowy", Stowarzyszeniem ZielonoMi, Stowarzyszeniem Ekstremalnie Ekologiczni. Zrealizowaliśmy wspólnie wiele projektów, nie sposób wymienić je wszystkie. Były to m.in. spływy kajakowe, tańce, teatr, kino, opera, basen, robienie w drewnie lampek, desek, tworzenie kompozycji kwiatów w szkle i inne. Wielu z nas pierwszy raz było w górach, na termach czy w teatrze* – potwierdza siłę wspólnego działania Małgorzata Krasecka.

Teresa Radwańska-Justyńska

Publikacja sfinansowana ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego

SAMORZĄDU WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO 25. lat

Mazowsze dla kół gospodyń wiejskich

eprasa.pl b1b966a779

Jak pomagać dzieciom i młodzieży w kryzysie psychicznym?

O wsparciu zdrowia psychicznego, zakresie i sposobach pomagania młodym ludziom rozmawiamy z psycholog Anetą Przedlacką-Studniak

W ostatnich tygodniach temat zdrowia psychicznego młodych ludzi jest bardzo mocno nagłaśniany (październik jest miesiącem zdrowia psychicznego – przyp. red.). Kwestię pomocy dzieciom i młodzieży podejmowano w wielkich kampaniach społecznych prowadzonych przez samorządy, szkoły, poradnie. Złe samopoczucie, napięcia emocjonalne, rozdrażnienie, problemy z koncentracją, depresja – to coraz częstszy problem u 14-, 15-, 16-latków. Jak pomagać młodym ludziom będącym w kryzysie psychicznym?

Dodam, że to problem, który dotyka nie tylko 15-16-latków. Kiedyś było tak, że przypisywano depresję czy zaburzenia lękowe dzieciom w wieku 15+. Niestety, teraz ten wiek obniża się i dotyczy już nawet małych dzieci poniżej 10. roku życia. Zatem musimy też zwrócić uwagę na te mniejsze dzieci, które też być może są w kryzysie psychicznym.

Czy ogólnopolskie kampanie społeczne są jakąś formą pomocy? Sygnałem dla rodziców i opiekunów, że trzeba dbać o zdrowie psychiczne? Być może trzeba jeszcze przełamywać temat tabu, podnosić świadomość społeczną?

Duże społeczne kampanie to dobra dla wszystkich forma sygnalizowania i zwracania uwagi na ten ogromny problem. Po pierwsze takie kampanie destygmatyzują zaburzenia psychiczne. Po drugie – normalizują ich postrzeganie, pokazując, że w nas wszystkich może być jakiś lęk czy depresja. Bardzo ważne jest to, żebyśmy mieli świadomość, że problemy psychiczne mogą dotknąć każdego. Kolejna ważna kwestia jest taka, że kampanie zwracają uwagę młodym ludziom na to, że trzeba się zgłaszać po pomoc. I o tę pomoc warto prosić, szukać jej.

To także przekaz, aby przestać się wstydzić. Bo często strach przed oceną opinii publicznej i wstyd hamują przed skorzystaniem z pomocy.

Generalnie nasze społeczeństwo, chyba szczególnie chłopcy, jest wychowane tak, że trzeba sobie radzić samemu. Otóż wiemy, że nie zawsze człowiek sam sobie da radę. I trzeba zgłosić po pomoc.

Gdzie najpierw szukać tej pomocy?

Dobrze by było, żeby tę pierwszą pomoc oferowali rodzice w domu, ale – jak wiemy – czasami tak nie jest i wtedy młodzi muszą zgłaszać się po prostu do dorosłych ze swojego środowiska. I byłoby dobrze, gdyby w tym przypadku byli to nauczyciele albo specjaliści zatrudnieni w szkole, czyli osoby, które dzieci, młodzież znają i przed którymi nie boją się otworzyć.

Co jest dla rodzica niepokojącym sygnałem? Bo może być tak, że dziecko boi się powiedzieć, może nie umie nazwać swojego stanu, ale już potrzebuje wsparcia i pomocy.

Myślę, że tu główny nacisk trzeba kłaść na szeroko rozumianą zmianę. Jeżeli rodzice albo osoby z najbliższego otoczenia widzą, że nastąpiła zmiana w zachowaniu, w emocjach, w myśleniu, w postawie, w poglądach, to już jest sygnał do tego, żeby zacząć się tym interesować.

Czasami mogą być to bardzo subtelne zmiany, które jednak wskazują już na początek jakiegoś problemu, prawda?

Tak. I nie ma jednego wzoru, takiego, że mówimy – tu jest wszystko spełnione i to jest kryzys psychiczny. Każdy z nas jest inny, w związku z tym każdy z nas zupełnie inaczej przeżywa te trudności, problemy. Tym bardziej, jeśli to dotyczy małych dzieci, u których nie ma jeszcze takiej otwartości na to, żeby powiedzieć, co się z nimi dzieje, nazwać te uczucia i poprosić o pomoc. Tego możemy bardziej oczekiwać u nastolatków, chociaż też nie jest to regułą.

Czyli na przykład izolacja, nadmierna nerwowość to sygnały, które mogą niepokoić rodziców?

Tak. To także labilność emocjonalna, porzucenie wszelkich zainteresowań, odseparowanie się od wszystkiego, co do tej pory nam sprzyjało, dawało poczucie przyjemności. Niepokojące jest zaangażowanie i zwrócenie uwagi, energii młodych osób na świat cyfrowy. To wszystko powinno osobom dorosłym zapalać lampkę, że dzieje się coś nie tak, że nastąpiła jakaś zmiana. Zmiana, która jest czymś spowodowana.

Nie zawsze potrafimy dostrzec ten moment czy przełamać w tym temacie barierę z własnym dzieckiem.

Tak i nie ma się czego wstydzić, że rodzic po prostu też nie wie. Specjalista nie ocenia kompetencji wychowawczych. My staramy się pomóc i razem z rodzicem napisać wspólny plan wspierający młodego człowieka.

Czyli od czego zaczynamy?

Przede wszystkim musimy znaleźć własną gotowość na to, żeby dziecku pomóc. Z doświadczenia wiem, że czasami trudność nie polega na udzielaniu dziecku pomocy, tylko tkwi w przekonaniu rodzica, że to dziecko potrzebuje tej pomocy. I tutaj toczę wielkie batalie z rodzicami, żeby przełamać opór samego rodzica w kwestii tego, żeby dziecko poszło do psychologa, już nie mówiąc o wizycie u psychiatry.

To też jest częsty dylemat: psycholog czy psychiatra?

Wizyta u psychologa jest wskazana, gdy odczuwane są trudności, kiedy jest potrzeba poukładania sobie w głowie pewnych rzeczy. Gdy są samookaleczenia, gdy dziecko powie, że ma myśli samobójcze albo że podjęło jakąś myśl samobójczą, wtedy potrzebna jest wizyta u lekarza psychiatry. Nie można absolutnie bagatelizować wszelkiego rodzaju samouszkodzeń, wyrywania włosów z głowy, gryzienia się czy nawet po prostu odchudzania. Jeśli widzimy zaburzenia w jedzeniu, to już powinno nam dawać sygnał, że jest to samouszkodzenie ciała. I jako rodzice nie możemy na to pozwolić.

I tu widać, jak wielkim sprzymierzeńcem w rozwiązywaniu problemu jest szybkie działanie.

Mateusz Wawrzyński

Dokładnie tak. Bo to, że dany epizod depresyjny pójdzie w niepamięć, nie oznacza, że on nie wyjdzie znowu na powierzchnię i nie wróci ze zdwojoną siłą. Nie wiemy, kiedy ta bomba wybuchnie. Tak więc trzeba gasić małe pożary i nie dopuścić do tego, żeby ten pożar naprawdę wybuchł, bo to później kończy się hospitalizacją i, niestety, leczeniem farmakologicznym.

Od czego zależy to, czy rodzic da odpowiednie wsparcie?

To zależy od więzi emocjonalnej, która wykształciła się między rodzicem a dzieckiem. Jeżeli ona jest mocna, to naturalnie dziecko powierzy swoje tajemnice czy jakieś trudności. Może nie wszystkie, ale rodzic będzie intuicyjnie podążał za tym, czego dziecko potrzebuje. Ludzie w młodym wieku potrzebują bycia zrozumiałym przez społeczeństwo i potrzebują też zrozumieć siebie. Więc to od postawy dorosłych zależy, czy damy im to wsparcie. A wsparcie to szeroko pojęte działania. To przecież nie tylko muszą być jakieś interwencje, rozmowy poukładane według planu. To może po prostu być zwykłe bycie, przytulenie, pozwolenie na odniesienie porażek, pozwolenie na posiadanie własnych myśli czy emocji. To też jest wsparcie. Jeżeli rodzic nie czuje się w tym temacie dobrze, bo nie każdy ma gotowość niesienia pomocy najbliższej osobie, to zachęcam do skorzystania z pomocy specjalistów szkolnych.

Jaką wskazówkę dać rodzicom, żeby umiejętnie wspierali dziecko, aby rzeczywiście rozwiązać problem?

Zawsze przytaczam taką metaforę, że dziecko ma świadomość tego, że jest gdzieś schowany klucz do jego problemów. Tylko potrzebuje od nas, dorosłych, wsparcia w poszukiwaniu tego klucza. I nie chodzi o to, żebyśmy mu dali ten klucz, przynieśli i powiedzieli: „proszę, to twój klucz". Bo nie chodzi o to, by przejść za dziecko jego drogę, tylko by mu w tej drodze towarzyszyć. Aby miało poczucie zrozumienia, bo młodzi ludzie najbardziej oczekują od nas bycia autentycznym, szczerym i przede wszystkim chcą być zrozumiani.

To jest trudne.

Bardzo trudne, bo mamy swoje emocje, swoje schematy myślenia, swoje działania, nawyki. Wobec tego gdzieś tam musimy się z tym zmierzyć. Zawsze powtarzam rodzicom, że żeby pomagać, trzeba też najpierw zaopiekować się sobą. I też nie bójmy się o tym mówić, że wsparcia potrzebują nie tylko nasze dzieci. W zmaganiu się z trudnościami wychowawczymi wsparcia potrzebują także rodzice. Ale także chcę zwrócić uwagę na to, żeby pamiętać, że tym młodym ludziom też jest trudno, oni mają naprawdę duży chaos w głowie. Czyli trzeba się postawić w ich roli, przypomnieć sobie siebie sprzed lat. Przecież chcemy ocalić swoje dziecko i trzeba mu dać dobrą atmosferę emocjonalnego wsparcia w domu.

Trzeba tu zasygnalizować, jak ważne jest to, że ogromną rolę odgrywa umiejętność, świadomość tego, że należy nauczyć się pomagania samemu sobie.

Zawsze powtarzam, że żeby nawiązać relacje z innymi, trzeba nawiązać relacje z samym sobą. I my uczymy się tego do końca życia. Ale jeżeli nie powiemy sobie stop, nie przegadamy pewnych rzeczy sami ze sobą (jeżeli jest potrzeba, to idziemy po pomoc do terapeuty, do psychologa), to nie mamy szansy bycia autentycznymi. A młodzi ludzie, tak jak wcześniej powiedziałam, są na to bardzo wyczuleni. Jeżeli nauczymy się regułek z książek i je powiemy, to oni natychmiast to wyczują. Więc miejmy świadomość tego, że w naszym życiu pojawiają się też porażki. Nie bójmy się ich, analizujmy je, nawet przyznajmy się własnym dzieciom, że je ponieśliśmy, jak i do trudności i emocji, które my sami przeżywamy.

I tu kolejna ważna kwestia, aby w sytuacji, gdy pojawia się jakiś problem wychowawczy, rodzice nie postrzegali tego w kategorii rodzicielskiej, wychowawczej porażki, wstydu.

Dokładnie. Czasami jest tak, że rodzice ze wstydu nie chcą wyjść z tą trudnością poza dom. A jak mają pomóc dziecku nauczyciele, którzy na co dzień obcują z uczniem, jeśli nie znają istoty problemu? Wobec tego już na samym początku, kiedy dziecko idzie do tej szkoły, powinna być nawiązana pozytywna relacja z rodzicami, z opiekunami, żeby jak najlepiej móc towarzyszyć dziecku w całym rozwoju. Nie tylko edukacyjnym, ale także społecznym, w sprawach związanych z odnoszonymi sukcesami, poczuciem szczęścia, radości, przechodzenia przez wszystkie rzeczy, których doświadczają młodzi ludzie.

Emocje nie mają ram, są zaskakujące, nieprzewidywalne. Czy zatem jest jakieś emocjonalne ABC, które w relacjach rodzic-dziecko powinno się przewijać, pojawiać, aby pomagać nam uniknąć pewnych trudnych sytuacji, ale także przejść przez te, które zaistnieją?

I znowu wracamy do punktu wyjścia, czyli więzi i relacji między rodzicem a dzieckiem. Jeżeli jest ona bardzo bliska, oparta na zaufaniu, aktywnym słuchaniu, szczerości, daje przyzwolenie na bycie samodzielnym, autonomicznym, to każda emocja wspólnie przeżywana jest dobra. Natomiast jeżeli ta więź jest bardzo płytka, nie tworzy atmosfery do rozwoju dziecka, to każda emocja w takim przypadku rodzica jest porażką. Bycie autorytetem buduje się przez lata. Nie ma tak, że przeczytamy encyklopedię emocji i będziemy wszystko wiedzieli. Intuicja, nasze doświadczenie, a przede wszystkim chęć pomocy i wsparcia, bycia razem – to jest najważniejsze.

Dziękuję za rozmowę.

rad

eprasa.pl b1b966a779

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.

KAWIARNIE

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

MECHANIK SAMOCHODOWY

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

PIZZERIE

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

PUBY I KLUBY

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

SZEWCY

ul. Bielska 16, tel. 663-367-251
ul. Lachmana 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. Kochanowskiego 35, tel. 518 700 440
Oskar, Al. Kobylińskiego 32, tel. 364-80-40
Primavet, ul. Jana Pawła II 86, tel. 263-44-74
Przychodnia weterynaryjna POLIVET, ul. Krzywoustego 2B, tel. 366-75-95
Wibrys, ul. Hubalczyków 6, tel. 266-94-10

GOSTYNIN

MIEJSKIE CENTRUM KULTURY, ul. 18 Stycznia 2, tel. 235-22-95, 235-34-47

MECHANIK SAMOCHODOWY

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

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

Sierpc: Apteki w powiecie sierpeckim nie pełnią dyżurów całodobowych. Apteka pełniąca w danym dniu dyżur jest czynna do godz. 22.00 (do 21.00 w niedziele). Od 12.11 do 14.11 – ul. Braci Tułodzieckich 10 (8.00 – 19.00, dyżur: 20.00 – 22.00); 15.11 – ul. Traugutta 1 (8.00 – 22.00); od 16.11 do 18.11 – ul. Matejki 1C (sob. i pon. 8.00 – 22.00; niedz. dyżur: 14.00 – 21.00).

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.

Aktualizacja: 04.01.2024 r.

eprasa.pl b1b966a779

Najważniejsza tłumaczka literatury anglojęzycznej przyjeżdża do Płocka

Opowie o tajnikach pracy i o książce „Rodzina Netanjahu”

Uznana tłumaczka Aga Zano będzie gościć w Płocku. Opowie o pierwszym polskim wydaniu powieści Joshuy Cohena „Rodzina Netanjahu”. Książka ta zdobyła Nagrodę Pulitzera w 2022 roku. Spotkanie odbędzie się w ramach cyklu LiterAkcje w czwartek, 14 listopada o godz. 18.00 w Płockim Ośrodku Kultury i Sztuki im. Themeronów (ul. Jakubowskiego 10). Wstęp wolny.

Joshua Cohen to jeden z najważniejszych współczesnych pisarzy amerykańskich, autor o wyraźnym głosie i charakterystycznym stylu. Jego twórczość charakteryzuje się erudycyjnym podejściem, błyskotliwą ironią oraz wyczuciem współczesnych realiów politycznych i kulturowych. Cohen urodził się w 1980 roku w Atlantic City i dorastał w żydowskiej rodzinie. W swoim dorobku ma wiele książek, m.in. powieści „Witz” oraz „Book of Numbers”, w których również zgłębia złożoności tożsamości żydowskiej. Jego książka „Rodzina Netanjahu” została wyróżniona prestiżową Nagrodą Pulitzera w kategorii fikcji, co podkreśla jej wyjątkową wartość literacką.

„Rodzina Netanjahu” to nie tylko fikcyjna opowieść o spotkaniu dwóch różnych żydowskich światów, ale także brawurowa analiza tożsamości, polityki i historii. Akcja powieści rozgrywa się zimą 1960 roku, gdy Bencjon Netanjahu – ojciec późniejszego premiera Izraela, Benjamina Netanjahu – odwiedza Rubena Bluma, amerykańskiego profesora historii. Zderzenie ideologiczne, ale i kulturowe pomiędzy zasymilowanym amerykańskim Żydem a wojującym syjonistą staje się punktem wyjścia do rozważań o roli przeszłości w kształtowaniu przyszłości oraz o współczesnym rozumieniu żydowskiej tożsamości.

Spotkanie poprowadzi Aga Zano, która jest autorką przekładu powieści na język polski. Zano to jedna z najważniejszych tłumaczek literatury anglojęzycznej w Polsce. Pracowała m.in. nad twórczością Sylvii Plath, Bernardine Evaristo, JM Coetzee’ego, Sebastiana Barry’ego oraz Anny Burns. Jest laureatką Poznańskiej Nagrody Literackiej oraz była nominowana do Nagrody Prezydenta Miasta Gdańska za Twórczość Translatorską im. Tadeusza Boya-Żeleńskiego. Dzięki jej przekładom polscy czytelnicy mogą sięgnąć po najnowsze i najbardziej uznane dzieła światowej literatury. Podczas spotkania Aga Zano podzieli się swoimi doświadczeniami z pracy nad przekładem powieści, opowie o wyzwaniach związanych z oddaniem skomplikowanego humoru Cohena oraz omówi, jak różne aspekty kultury i tożsamości przeplatają się w powieści. Wydarzenie jest otwarte dla wszystkich miłośników literatury, zarówno tych zainteresowanych twórczością Cohena, jak i tych, którzy chcieliby dowiedzieć się więcej o tajnikach pracy tłumacza literackiego.

BS

POKiS

Sztuczna inteligencja w płockiej Siedemdziesiątce

W grafice komputerowej i sublimacji

Już po raz drugi Stowarzyszenie Przyjaciół Siedemdziesiątki – w ramach grantu uzyskanego w konkursie grantowym przeprowadzonym przez Fundację „Fundusz Grantowy dla Płocka” – wspólnie z Zespołem Szkół Technicznych w Płocku zorganizowało warsztaty z nowych technologii dla młodzieży z Płocka.

Tematem warsztatów była „Sztuczna inteligencja w grafice komputerowej i sublimacji”. Zajęcia odbyły się w październiku 2024 roku. Koordynatorem projektu ze strony Stowarzyszenia była jego sekretarz Agnieszka Stańczyk-Jabłońska, a ze strony szkoły – Joanna Szatkowska.

- Projekt skierowany był do młodych ludzi interesujących się amatorsko grafiką komputerową, która ma umożliwić rozwój zainteresowań i pasji młodych ludzi, a których tematyka i treści nie są uwzględnione w podstawach programowych w szkole. Zajęcia miały ułatwić dostęp do nowych technologii młodzieży, która z powodu braku funduszy na opłatę udziału w organizowanych stacjonarnie warsztatach z zakresu grafiki z AI lub ze względu na utrudniony dostęp do profesjonalnego oprogramowania i profesjonalnych płatnych platform wykorzystujących sztuczną inteligencję zmuszona jest rezygnować z własnego rozwoju – tłumaczy Agnieszka Stańczyk-Jabłońska.

Na zajęciach uczestnicy nauczyli się projektować w oparciu o sztuczną inteligencję z wykorzystaniem różnych profesjonalnych platform i profesjonalnego oprogramowania graficznego. Nauczyli się także trafnie formułować komendy, aby uzyskać oczekiwany charakter grafiki z wykorzystaniem profesjonalnego oprogramowania graficznego.

W dalszej części warsztatów uczestnicy poznali tajniki wykorzystania sztucznej inteligencji w projektowaniu graficznym na potrzeby druku sublimacyjnego. Efektem warsztatów były wydruki przygotowanych projektów na różnorodnych podłożach – koszulkach, torbach i kubkach. Warsztaty miały charakter bardziej zaawansowany niż te obecne na rynku edukacyjnym.

Pozwoliły one wzbogacić posiadane już umiejętności z zakresu grafiki komputerowej, przyniosły młodym ludziom wsparcie w doskonaleniu umiejętności społecznych, integracji emocjonalnej, poprawę umiejętności współpracy, przeciwdziałały wykluczeniu społecznemu. - *Chodzi o kompetencje, które nie dezaktualizują się wraz ze zmieniającą się rzeczywistością i pozwalają na łatwą adaptację do nowego otoczenia. Umiejętności te przyczynią się również pośrednio zarówno do zwiększenia zatrudnienia, jak i do podniesienia jakości świadczonych usług w przedsiębiorstwach, w których zostaną zatrudnieni młodzi mieszkańcy Płocka. Warto dodać, iż dla wielu osób, które początkowo traktowały grafikę komputerową i druk cyfrowy hobbystycznie, dziedziny te staną się główną ścieżką rozwoju zawodowego* – dodaje Agnieszka Stańczyk-Jabłońska.

Praca w małych grupach była swoistym treningiem relaksacyjnym, gdyż poprzez realizację pasji warsztaty doprowadziły do redukcji wszelkich napięć u uczestników. Były to zajęcia, podczas których bez obaw można było rozwijać swoje zainteresowania.

Archiwum

Uczestnicy warsztatów

Materiał przygotowany we współpracy z ZST „Siedemdziesiątka”

Dołączcie do Zaczytanego Mazowsza

Biblioteki kontra sztuczna inteligencja?

Biblioteka Pedagogiczna w Płocku oraz Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka im. Komisji Edukacji Narodowej w Warszawie zapraszają na Konferencję Mazowieckich Bibliotek Pedagogicznych. Wydarzenie odbędzie się pod hasłem: „Zaczytajmy Mazowsze – Mazowieckie Biblioteki Pedagogiczne inspirują”. Do udziału w konferencji organizatorzy zapraszają nauczycieli, bibliotekarzy i wszystkich zainteresowanych nowoczesnymi formami edukacji czytelniczej i medialnej.

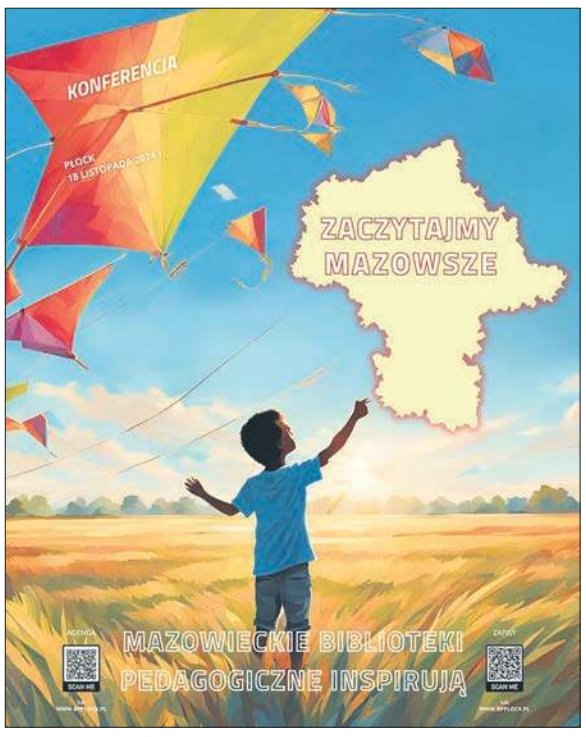
Wydarzenie odbędzie się 18 listopada 2024 r. w auli Muzeum Mazowieckiego w Płocku. – *Uczestnicy będą mieli okazję wysłuchać inspirujących prelekcji dotyczących roli bibliotek w erze dezinformacji i sztucznej inteligencji, znaczeniu bibliotekarza we współczesnym świecie oraz czytania jako klucza do zdobywania kompetencji przyszłości. Będzie również mowa o bibliotecznych podcastach, grach i regionalizmie w bibliotece. Wystąpienia przygotowane zostały przez praktykujących nauczycieli bibliotekarzy ze wszystkich bibliotek działających na terenie województwa mazowieckiego: Ciechanowa, Ostrołęki, Radomia, Siedlec, Warszawy i Płocka. Z pewnością interesujący okaże się wykład o rewolucji 5.0 i rosnącej wartości humanistów w świecie AI Edyty Plich – ekspertki, autorki materiałów dydaktycznych PWN, edukatorki i doradczyni zawodowej* – mówi Agnieszka Olczyk, dyrektor Biblioteki Pedagogicznej w Płocku.

Jedną z prelegentek podczas konferencji będzie Edyta Plich – działaczka społeczna, założycielka i dyrektorka Towarzystwa Inteligentnej Młodzieży. Edyta Plich jest także prezeską Fundacji Wspierania Młodzieży w Nauce Edico, polonistką, nauczycielką, specjalistką w zakresie zarządzania zasobami ludzkimi. Jest również współautorką Alternatywnej Listy Lektur, opracowanej z myślą o zainteresowaniu dzieci i młodzieży czytelnictwem.

Honorowy patronat nad konferencją objęli: Adam Struzik – Marszałek Województwa Mazowieckiego i Wioletta Krzyżanowska – Mazowiecki Kurator Oświaty. Patronat medialny nad wydarzeniem sprawuje „Biblioteka w Szkole” – czasopismo i portal dla nauczycieli bibliotekarzy. Partnerem konferencji jest Muzeum Mazowieckie w Płocku.

Zgłoszenia elektroniczne i program wydarzenia dostępne są na stronie Biblioteki Pedagogicznej w Płocku: www.bpplock.pl.

rad



eprasa.pl b1b966a779

PRACA BIUROWA

Firma transportowa zatrudni osobę z doświadczeniem w branży spedycyjnej jako Lidera Sekcji w dowolnym miejscu w Polsce. Tel. 519-311-277.
2192664

PRACA DODATKOWA

Poszukuję pracy od 8.00 do 16.00, rozważę każdą propozycję. Podejmę pracę przy osobie starszej, ale nie mam doświadczenia. 696-135-193.
2195554

Propozycje prac w domu, po szczegóły + zgłoszenia pisz na maila: pracewdomu@interia.pl
2193318

PRACA FIZYCZNA

Chcesz dołączyć do szerokiego zespołu jednej z największych firm sektora logistycznego? Wystarczy, że zadzwonisz! Czekamy właśnie na Ciebie! Praca w Płocku jako magazynier na nocnej zmianie, tel. 883-771-556.
2176147

Poszukuję zbrojarzy i cieśli szalunkowych do pracy w Belgii. Warunki pracy: stawka: od 18,91 euro/h brutto, polska umowa o pracę. Bez języka obcego. Wszystko zorganizowaliśmy dla Ciebie: transport, zakwaterowanie i opiekę, polskojęzyczny koordynator. Tel. 662-130-140.
2191970

Praca w Holandii, w magazynie ciepłym, pakowanie zamówień. Zapewniamy zakwaterowanie, ubezpieczenie, transport i polskiego koordynatora. Kontakt: +48533282372, rekrutacja@pramer.pl. Wszystkie aktualne oferty sprawdź na: www.pramer.pl
2195592

Zatrudnimy monterów ze zdolnościami mechanicznymi (obsługa wciągników łańcuchowych, poziomowanie urządzeń, transport pionowy, klucz dynamometryczny). Praca na terenie Elektrociepłowni - Ostrołęka. Zainteresowane osoby zapraszam do kontaktu: 606 849 137.
2172646

PRACA KIEROWCA

Firma transportowa zatrudni przewoźników posiadających sam ciągnik siodłowy lub zestaw ciągnik z naczepą. Kraj i bliska zagranica. Termin płatności 7 dni, stałe kontrakty z dużymi firmami, lekkie ładunki, trasy w kółkach. Gwarantowana praca cały rok. Tel. 519-311-277.
2192666

Zatrudnię kierowcę kategorii C+E w ruchu krajowym z co najmniej rocznym doświadczeniem, firanka, ciągnik siodłowy marki Scania R 2012 r. Praca pn-pt, weekendy wolne, stałe wynagrodzenie (7500 zł do ręki). Baza Płock. Tel. 791-979-176.
2193549

Zatrudnię kierowcę kategorii C+E w ruchu krajowym z co najmniej rocznym doświadczeniem, firanka, ciągnik siodłowy marki Scania R, 2012 r. Praca pn-pt, weekendy wolne, stałe wynagrodzenie. Baza Płock. Tel. +48 791 979 176.
2117890

PRACA NA BUDOWIE - REMONTY

3N Solutions poszukuje brygadzisty do anty-korozji, systemy p-poż. oraz usługi hydrodynamiczne na terenie PKN ORLEN. Wymagane doświadczenie, znajomość procedur, samodzielność. Oferujemy stabilne zatrudnienie. Kontakt: brompala@3ns.com.pl
2194930

Brygadzista 3N Solutions w ramach współpracy z PKN Orlen. Realizujemy zabezpieczenia antykorozyjne, systemy przeciwpożarowe oraz usługi hydrodynamiczne. Wymagane doświadczenie, znajomość procedur, samodzielność (kat. B) brompala@3ns.com.pl, 600036380.
2194932

Monter rurociągów - Płock. Firma Nafto S.A., ul. Igołomska 30, 31-983 Kraków, www.nafto.pl, tel.: 532-103-657.
216785
9

PRACA POZOSTAŁE

Możliwość zarabiania dodatkowych pieniędzy przez internet i otrzymywania ciekawych nagród dzięki wypełnianiu płatnych ankiet. ankiety@ankiety.net.pl Płatne ankiety opinie to panel badawczy zrzeszający ponad 120 tysięcy uczestników. www.ankiety.net.pl
2175849

Praca w domu przy komputerze. https://www.facebook.com/epracadom
2194697

URZĄD PRACY
Miejski Urząd Pracy w Płocku

- **Inżynier budowy** – z wykształceniem wyższym (mechanika, budownictwo, inżynieria środowiska), min. 1-rocznym doświadczeniem w nadzorze nad pracownikami na budowach lub warsztatach, mile widzianym doświadczeniem w przemyśle rafineryjno-petrochemicznym, znajomością rysunku technicznego, znajomością prawa budowlanego, obsługą programów MS Project oraz znajomością języka angielskiego w stopniu średnio zaawansowanym;
- **Specjalista do spraw zakupów** – z wykształceniem wyższym o kierunku: zarządzanie projektami, transport, logistyka, ekonomia, prawo; rocznym doświadczeniem w zawodzie; dobrą znajomością języka angielskiego; rocznym doświadczeniem przy realizacji zakupów w strukturach korporacyjnych, znajomość SAP w module MM będzie dodatkowym atutem, umiejętnością prowadzenia negocjacji, budowanie dobrych relacji z klientami;
- **Operator NDT** – z wykształceniem średnim zawodowym o kierunku: elektrycznym, mechanicznym, informatycznym; minimum 2-letnim stażem pracy; uprawnieniami NDT stopień 2 (VT, RT, PT, UT, MT) lub alpinistyczne; znajomością obowiązujących norm technicznychl i przepisów; mile widzianymi uprawnieniami UTT, ADR, PWHT;
- **Monter instalacji sanitarnych** – z wykształceniem zawodowym, rocznym doświadczeniem w zawodzie i prawem jazdy kat. B;
- **Malarz-piaskarz** – z możliwością przyuczenia;
- **Pracownik budowlany** – z 3-letnim doświadczeniem w zawodzie;
- **Instruktor terapii zajęciowej w pracowni wielobranżowej** – kierowca – z wykształceniem średnim kierunkowym lub wyższym pedagogicznym bądź pokrewnym i prawem jazdy kat. B;
- **Kasjer - sprzedawca** – z możliwością przyuczenia.

** Oferty ważne na 8 listopada 2024, 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

- **Monter instalacji sanitarnych** – mile widziane doświadczenie w branży budowlanej;
- **Pracownik ds. obsługi technicznej** – wykształcenie zawodowe/średnie, mile widziane doświadczenie w obsłudze urządzeń scenicznych lub akustycznych, prawo jazdy kat. B, dokładność i sumienność, dyspozycyjność;
- **Guzikarka/dziurkarka** – umiejętność obsługi guzikarki/dziurkarki;
- **Szwaczka** – umiejętność obsługi stebnówki płaskiej;
- **Sprzedawca** – doświadczenie w sprzedaży, umiejętność obsługi kasy fiskalnej i terminala płatniczego, umiejętność obsługi komputera, komunikatywność;
- **Logopeda / neurologopeda** - 1 rok doświadczenia, wykształcenie wyższe o kierunku logopedia lub neurologopedia, zaświadczenie o niekaralności; umiejętność współpracy w grupie, kreatywność, umiejętność pracy z dziećmi;
- **Fizjoterapeuta** - 1 rok doświadczenia, wykształcenie wyższe o kierunku fizjoterapia, zaświadczenie o niekaralności;
- **Pracownik biurowy** – wykształcenie średnie, umiejętność obsługi komputera.

** Oferty ważne na 7 listopada 2024, 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 b1b966a779

Światowy Tydzień Przedsiębiorczości po raz siedemnasty

„Przedsiębiorczość dla każdego”

Od 18 do 24 listopada odbędzie się 17. edycja Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości (Global Entrepreneurship Week) w Polsce. Tegoroczna edycja, realizowana pod hasłem „Przedsiębiorczość dla Każdego”, ma na celu promowanie idei przedsiębiorczości dostępnej dla wszystkich – niezależnie od wieku, wykształcenia czy lokalizacji. W Polsce wydarzenie organizowane jest przez Fundację Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości, a Urząd Miasta Płocka, jak co roku, wspiera i koordynuje organizację wydarzeń na terenie miasta.

Światowy Tydzień Przedsiębiorczości to inicjatywa międzynarodowa, która od 2008 roku jednoczy miliony uczestników w ponad 200 krajach i przyciąga wszystkich, którzy stawiają swoje pierwsze kroki w biznesie, jak i doświadczonych przedsiębiorców oraz liderów wielu branż. – *Przedsiębiorczość to sposób myślenia i działania, dostępny dla każdego – niezależnie od wieku, wykształcenia czy miejsca zamieszkania. Chcemy, aby każdy, kto czuje potrzebę zdobywania wiedzy i przedsiębiorczego działania, mógł skorzystać z naszego wsparcia. Jak co roku, dzięki zaangażowaniu Koordynatorów Regionalnych, przygotowaliśmy szeroką ofertę wydarzeń w całej Polsce. Przez lata naszej działalności pokazaliśmy, że przedsiębiorczość nie jest zarezerwowana wyłącznie dla wielkich korporacji, a my od lat jesteśmy tu po to, by inspirować, wspierać i mobilizować ludzi do działania* – podkreśla Karolina Tądel, prezes Fundacji Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości w Polsce.

Światowy Tydzień Przedsiębiorczości w Płocku pełen będzie ciekawych, inspirujących warsztatów i szkoleń.

W tym roku Światowy Tydzień Przedsiębiorczości w Płocku otworzy, przy udziale władz miasta, Płockie Forum Gospodarcze organizowane we współpracy z Izbą Gospodarczą Regionu Płockiego. Wydarzenie odbędzie się w Akademii Mazowieckiej i dotyczyć będzie problemu migracji. Podczas tegorocznego Forum funkcjonować będzie także Strefa Eksperta, w której przedstawiciele instytucji okołobiznesowych np. Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, Urzędu Skarbowego, Sanepidu, Państwowej Inspekcji Pracy i Urzędów Pracy, będą do dyspozycji uczestników i udzielą zainteresowanym wstępnych konsultacji.

Pierwszy dzień Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości zakończy Płocka Akademia Przedsiębiorczości i Innowacyjności – webinarem dotyczącym finansowania i rozwoju innowacji własnej działalności. Zakład Ubezpieczeń Społecznych zorganizuje dwa webinary oraz dyżur telefoniczny, podczas którego specjaliści przybliżą funkcjonalności obsługiwanych przez ZUS platform elektronicznych. Kolejne dwa szkolenia zorganizuje Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica w Płocku – jedno skierowane do nauczycieli przedszkolnych oraz klas I-III szkół podstawowych, drugie dotyczące cyberbezpieczeństwa w sieci. Do wzięcia udziału w webinarach dotyczących zarządzania finansami zaprasza platforma Wychowanie Finansowe, a o biznesie w perspektywie stylu myślenia przedsiębiorcy opowiedzą eksperci z GrowthZone. Odpowiadając na rozwój technologii.

Płocki Park Przemysłowo-Technologiczny zorganizuje konferencję pt. „AI w akcji – Nowe możliwości w Twoich rękach”. Politechnika Warszawka zachęca natomiast do wzięcia udziału w warsztatach „Zawody przyszłości”, a Miejski Urząd Pracy do odwiedzania punktu konsultacyjnego, który będzie działał w Strefie Eksperta podczas otwarcia Światowego Tygodnia Przedsiębiorczości w Płocku, a także w siedzibie MUP.

Izba Gospodarcza Regionu Płockiego zorganizuje (oprócz Płockiego Forum Gospodarczego) śniadanie biznesowe dla przedsiębiorców, mające przybliżyć możliwości pozyskania funduszy unijnych oraz wsparcia z programów EURES.

Na stronie internetowej https://tydzienprzedsiebiorczosci.pl/ można rejestrować się do udziału w wydarzeniach za pomocą platformy Konfeo. Szczegóły wydarzenia dostępne będą na fanpage'u wydarzenia: www.facebook.com/STPPlock.

Opr. (jac)

Prowadzisz działalność usługową lub handlową?

Weź udział w konkursie

Urząd Miasta Płocka zaprasza płockich przedsiębiorców do udziału w konkursie „Szyld z klasą 2024”. Organizatorzy chcą nagrodzić najładniejsze szyldy, podnoszące estetykę przestrzeni miasta.

Propozycje do miana najlepszego szyldu mogą zgłaszać osoby, które prowadzą w Płocku działalność w lokalach handlowo-usługowych dostępnych bezpośrednio z przestrzeni publicznej. - *Zgłaszane szyldy powinny znajdować się na budynku, w którym jest zlokalizowany taki lokal. Co ważne, zgłaszane szyldy mogą przyjmować różne formy, ale muszą być zgodne z obowiązującą w Płocku uchwałą krajobrazową oraz informować o działalności prowadzonej na danej nieruchomości* – wyjaśniają organizatorzy konkursu.

Warunkiem udziału w konkursie jest wypełnienie karty zgłoszenia i jej przesłanie drogą elektroniczną na adres estetyka@plock.eu lub jej złożenie w Biurze Obsługi Klienta w Urzędzie Miasta Płocka (wejście od ul. Zduńskiej, stanowisko Architektura i Urbanistyka). Zgłoszenia można składać do 25 listopada.

Od 26 listopada do 10 grudnia zespół do spraw estetyki miasta dokona przeglądu zgłoszonych szyldów, a następnie je oceni, biorąc pod uwagę m.in. czytelność przekazu, jakość wykonania, pomysłowość, kreatywność, a także jak dany szyld komponuje się z elewacją, na której jest umieszczony.

Ogłoszenie wyników konkursu i uroczyste wręczenie dyplomów nastąpi 11 grudnia. Zwycięski szyld otrzyma tytuł „Szyld z klasą 2024”, a zdjęcia nagrodzonych szyldów posłużą do stworzenia płockiego katalogu dobrych praktyk w zakresie ekspozycji szyldów. - *Konkurs na najładniejszy szyld roku 2024 to kolejne działanie podejmowane przez władze miasta na rzecz poprawy jakości przestrzeni publicznej. Za pośrednictwem tego konkursu chcemy wypromować skuteczne i oryginalne rozwiązania w zakresie projektowania i komponowania szyldów reklamowych, a jednocześnie zwrócić uwagę na wpływ reklam na estetykę otaczającej nas przestrzeni* – dodają organizatorzy konkursu.

Szczegóły konkursu dostępne są w regulaminie. Dodatkowych informacji udzielają pracownicy Referatu Rewitalizacji i Estetyzacji Miasta – tel.: 24 367-17-68, 367-14-53, e-mail: estetyka@plock.eu.

Przed zgłoszeniem szyldu do konkursu warto zweryfikować jego zgodności z Płocką Uchwałą Krajobrazową, czyli Uchwałą Nr 381/XXII/2020 Rady Miasta Płocka z dnia 27 sierpnia 2020 r. w sprawie ustalenia zasad i warunków usytuowania obiektów małej architektury, tablic reklamowych i urządzeń reklamowych oraz ogrodzeń, ich gabarytów, standardów jakościowych oraz rodzajów materiałów budowlanych, z jakich mogą być wykonane na obszarze Miasta Płocka (tj. Dz. Urz. Woj. Mazow. z dnia 19.04.2023 r. poz. 4916). Można to zrobić w prosty sposób, korzystając z dedykowanej tej uchwale stronie www.puk.plock.eu.

Opr. (jac)

Fundacja ORLEN dla Pomorza wesprze działania na rzecz Bałtyku

Nowy program grantowy

„Bałtycki Grant Bioróżnorodności” to nowy program grantowy Fundacji ORLEN dla Pomorza, którego celem jest wsparcie działań na rzecz ochrony różnorodnych form życia, gatunków i ekosystemów w wodach Morza Bałtyckiego oraz zwiększanie świadomości społecznej na temat znaczenia ochrony środowiska Bałtyku. Całkowita pula grantów to 4 mln zł, a wnioskodawcy mogą ubiegać się nawet o 500 000 zł na inicjatywy, przyczyniające się do ochrony bioróżnorodności Bałtyku.

Konkurs grantowy skierowano do organizacji pozarządowych (NGO's), instytucji naukowych i badawczych, jednostek samorządu terytorialnego i urzędów miast, szkół, stowarzyszeń i fundacji oraz wszelkiego rodzaju organizacji społecznych.

– *Ograniczanie wpływu na środowisko to jeden z filarów strategii Zrównoważonego Rozwoju Grupy ORLEN. Fundacja ORLEN dla Pomorza, jako jeden z celów swojej działalności postawiła sobie wsparcie ochrony bioróżnorodności, ze szczególnym uwzględnieniem Morza Bałtyckiego. Program „Bałtycki Grant Bioróżnorodności” jest rozszerzeniem dotychczasowego portfolio naszych działań, dzięki któremu - oprócz działań na rzecz społeczeństwa, kultury, zdrowia i bezpieczeństwa - mocno zaangażujemy się w inicjatywy na rzecz ochrony i zachowania środowiska naturalnego, wspierając też lokalne społeczności w działaniach ekologicznych. Zachęcamy do składania wniosków* – mówi Anna Oczoś, prezes zarządu Fundacji ORLEN dla Pomorza.

W ramach programu „Bałtycki Grant Bioróżnorodności” wnioskodawcy będą mogli pozyskać środki na dofinansowanie w pięciu kategoriach. Pierwszą z nich jest ochrona bioróżnorodności Morza Bałtyckiego – w tym regeneracja kluczowych siedlisk, zachowanie lokalnych populacji rzadkich gatunków chronionych lub zagrożonych wyginięciem oraz zachowanie żywych zasobów morskich. Ponadto, minimalizacja wpływu inwazyjnych gatunków na lokalne ekosystemy, a także ograniczanie negatywnego wpływu działalności człowieka na bioróżnorodność.

Grantami wspierane będą również monitoring i badania naukowe, przyczyniające się do lepszego zrozumienia ekosystemów Morza Bałtyckiego, identyfikacji zagrożeń i opracowywania nowych strategii jego ochrony. Na dofinansowanie mogą również liczyć wszelkie technologiczne innowacje w zakresie ochrony środowiska Bałtyku, związane z minimalizacją zanieczyszczenia, poprawą stanu plaż oraz redukcją połowów.

Kolejną kategorię stanowią wszelkie inicjatywy służące promocji zrównoważonego rozwoju i ograniczaniu negatywnego wpływu działalności człowieka na środowisko morskie. Na wsparcie mogą też liczyć działania w zakresie edukacji ekologicznej, służące dalszemu zwiększaniu społecznej świadomości na temat znaczenia bioróżnorodności Morza Bałtyckiego oraz w zakresie ochrony środowiska morskiego – ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży z Pomorza.

Wnioski do programu można składać online – w okresie od 1 listopada 2024 do 31 stycznia 2025 roku, za pośrednictwem strony: **https://fundacjadlapomorza.orlen.pl/pl**.

Zostaną rozpatrzone do 28 lutego, a do 7 marca 2025 roku poznamy listę podmiotów, którym będą przyznane granty.

Misją Fundacji ORLEN dla Pomorza jest wszechstronna działalność społeczna, wnosząca pozytywny wkład w rozwój lokalnych społeczności i środowiska. Fundacja działa od blisko 10 lat, szczególnie w miejscach, w których swoją aktywność prowadzą spółki Grupy ORLEN. Wspiera projekty sportowe dla dzieci i młodzieży. Angażuje się w inicjatywy promujące kulturę, sztukę oraz dziedzictwo narodowe. Przeznacza też środki na działalność społeczną, ochronę i promocję zdrowia oraz naukę i edukację, a także bezpieczeństwo publiczne i bezpieczeństwo ruchu drogowego.

Fundacja ORLEN dla Pomorza

Opr. (kw)

eprasa.pl b1b966a779

HOROSKOP

BARAN (21 marca – 19 kwietnia)

Ognista duszo, wkrótce światło księżyca odsłoni przed tobą tajemnicę, którą dotąd skrywały mroczne siły. Wiedz, że decyzja, którą masz podjąć, będzie kluczem do przełamania pradawnej klątwy, wiszącej nad twoim rodem. Przygotuj się, bowiem już wkrótce czeka cię próba serca i umysłu, która pozwoli rozbłysnąć twojej odwadze i przyciągnąć dusze, które pragną twego ognia.

BYK (20 kwietnia – 20 maja)

Moc ziemi tętni w tobie i w nadchodzących dniach usłyszysz jej szept w sercu lasu lub rytmie deszczu. Wizje ujawniają przed tobą drogę, na której znajdziesz to, co dawno temu zgubiłeś — wewnętrzny spokój i siłę do działania. Wzmocnij się, gdyż tylko wtedy nadejdzie czas odrodzenia i będziesz gotów stanąć przed wyzwaniem, które zawiedzie cię ku nowym horyzontom.

BLIŹNIĘTA (21 maja – 20 czerwca)

Wibracje świata czekają, by cię ponieść. Choć twoje myśli są rozszczepione, już niedługo nadciągnie wieść, która skupi twój umysł na jednym celu. Strzeż się jednak zaklęć zawiści wokół, bo fałszywy przyjaciel spróbuje cię zatrzymać w pół kroku. Wysłuchaj tylko własnej intuicji, gdyż prowadzi cię ona ku zwycięstwu, które przyćmi nawet twoje najśmielsze sny.

RAK (21 czerwca – 22 lipca)

Wielkie wody przyszłości kipią od emocji, które wkrótce cię pochłoną. Z głębin wyłoni się dawne pragnienie, od którego próbowałeś uciec, lecz ono przyjdzie w nowej formie. Przygotuj się, bo los szykuje dla ciebie spotkanie, które rozbudzi w tobie ukryte moce i pozwoli odnaleźć bezpieczeństwo w ramionach tych, którym kiedyś ufałeś. Niech serce prowadzi cię na tej drodze, bo tylko ono zna drogę powrotną.

LEW (23 lipca – 22 sierpnia)

Czas twojego przebudzenia jest blisko. Słońce wysyła ci wezwanie, a jego blask sprawi, że zobaczysz prawdziwą naturę tych, którzy stoją u twojego boku. Nadchodzi okazja, by objawić światu swoją siłę i charyzmę, lecz nie zapominaj o tych, którzy wiernie ci towarzyszą. W tych dniach przyciągniesz do siebie sojuszników, którzy będą cenić twój blask i wspierać twój marsz ku chwale.

PANNA (23 sierpnia – 22 września)

Zbliża się czas, gdy wyjdziesz z cienia i odkryjesz swe prawdziwe powołanie. Wizje pokazują, że twój umysł nabierze jasności, a chaos zniknie, pozostawiając tylko to, co naprawdę ważne. Nie bój się odrzucić przeszłości, gdyż wkrótce czeka cię nowe wyzwanie, które rozwinie twoje talenty i przyniesie zasłużone uznanie. Oczekuj nadejścia informacji, które zmienią twoje postrzeganie rzeczywistości.

WAGA (23 września – 22 października)

Gwiazdy szepczą o równowadze, której szukasz od lat. W nadchodzących dniach los przygotował dla ciebie niespodziankę, która przyniesie ukojenie i harmonię w relacjach z innymi. Sprawiedliwość, którą nieustannie nosisz w sercu, zostanie nagrodzona, a wizje wskazują, że przybędzie ktoś, kto pomoże ci osiągnąć spokój. Pozwól się prowadzić sercu i intuicji — znajdź w nich swój wewnętrzny kompas.

SKORPION (23 października – 21 listopada)

Mroczne moce, które trzymasz w ukryciu, wkrótce odnajdą ujście. Przed tobą tajemne spotkanie, które ujawni sekrety skrywane głębiej, niż kiedykolwiek sądziłeś. Pamiętaj, że to, co się odsłoni, jest darem i jednocześnie próbą – bądź gotów przyjąć tę prawdę i wznieść się ponad własne obawy. Nadchodzi czas, by poznać siebie na nowo, w pełni swej siły.

STRZELEC (22 listopada – 21 grudnia)

Świat wzywa cię na przygodę, lecz tym razem podróż odbędzie się głęboko w twojej duszy. W zakamarkach duszy pokazują się wizje, że na horyzoncie pojawi się mentor lub przewodnik, który wesprze cię w rozwikłaniu nurtujących cię zagadek. Czas niepewności minie, gdy pozwolisz sobie zaufać mądrości, którą ten ktoś ofiaruje, otwierając drzwi do nowego etapu życia.

KOZIOROŻEC (22 grudnia – 19 stycznia)

Mistrzu stabilności, czuję drganie ziemi pod twoimi stopami – nadchodzi zmiana, która wstrząśnie twoim fundamentem. Pozornie nieistotna decyzja nabierze znaczenia, przynosząc ci szansę na osiągnięcie szczytu, o którym skrycie marzyłeś. Dostrzeżesz nowych sprzymierzeńców i możliwości, ale musisz zaufać swojej sile, by ruszyć naprzód z pełnym przekonaniem.

WODNIK (20 stycznia – 18 lutego)

Wizje ujawniają twoją przyszłość, czeka cię czas pełen kreatywności i eksploracji nieznanych dróg. Błysk geniuszu, który w tobie kiełkuje, wkrótce wybuchnie, przyciągając do ciebie osoby, które wspólnie stworzą coś niezwykłego. Nie bój się wychodzić poza schematy, bo to właśnie twoje unikalne spojrzenie na świat zapoczątkuje rewolucję w twoim życiu.

RYBY (19 lutego – 20 marca)

Marzycielu, twoje intuicyjne moce będą silniejsze niż kiedykolwiek. Wizje pokazują, że to, czego pragniesz, jest bliżej niż myślisz, lecz musisz sięgnąć głęboko w swe pragnienia, by je przywołać. Przyszłość odsłoni przed tobą nowe inspiracje i możliwości, szczególnie w kręgu osób o podobnym duchu. Pozwól sobie uwierzyć w siłę swoich snów, a zobaczysz, jak los spełni to, co od dawna nosisz w sercu.

ZUS odpowiada na pytania czytelników

Przemysław Siemieniak

Dyrektor Oddziału ZUS w Płocku

Moja córka w połowie grudnia kończy 12 miesięcy. Chcę wystąpić o świadczenie „Aktywni rodzice w pracy". Oboje z mężem pracujemy na etatach. Czy świadczenie „Aktywny Rodzic" otrzymam za grudzień w pełnej wysokości?

Jeśli państwa dziecko nie będzie uczęszczać do żłobka, przedszkola, klubu dziecięcego i nie będzie pod opieką dziennego opiekuna, nabędą państwo prawo do świadczenia „Aktywni rodzice w pracy". Warunek łączny i indywidualny aktywności zawodowej państwo spełniają. Miesięczna kwota świadczenia jest niepodzielna, to oznacza, że za grudzień otrzyma pani całą kwotę świadczenia, tj. 1500 zł.

Mój syn jest funkcjonariuszem i nie płaci składek do ZUS-u. Czy będzie miał prawo do świadczenia „Aktywni rodzice w pracy" na dziecko w wieku 2 lat? Wnukiem zajmuję się na przemian z drugą babcią.

W przypadku funkcjonariuszy, żołnierzy zawodowych, sędziów i prokuratorów, którzy zgodnie z obowiązującymi przepisami w okresie pełnienia służby nie są objęci obowiązkiem ubezpieczeń społecznych, niepodleganie ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowym z tytułu wykonywania pracy na podstawie stosunku służbowego uznaje się za równoważne z opłacaniem składek na ubezpieczenia emerytalne i rentowe od podstawy, której łączna wysokość wynosi 100% minimalnego wynagrodzenia za pracę. Oznacza to, że:

- każdy rodzic samodzielnie wychowujący dziecko, zatrudniony jako funkcjonariusz służb mundurowych, a także jako sędzia lub prokurator, będzie spełniał warunek aktywności zawodowej i będzie mógł się ubiegać o świadczenie aktywni rodzice w pracy;
- każdy rodzic wychowujący dziecko wspólnie z drugim rodzicem, zatrudniony jako funkcjonariusz służb mundurowych, a także jako sędzia lub prokurator, będzie spełniał warunek aktywności zawodowej i będzie mógł się ubiegać o świadczenie, pod warunkiem, że drugi rodzic będzie także aktywny zawodowo na odpowiednim poziomie.

Mam wnuczkę, która ma 1 rok i 8 miesięcy, chodzi do żłobka. Do końca roku córka ma na nią przyznany rodzinny kapitał opiekuńczy. Co miesiąc otrzymuje po 1000 zł. Opłata za żłobek to kwota około 700-800 zł. Jakie świadczenie będzie dla mojej córki najkorzystniejsze i kiedy powinna złożyć wniosek?

Jeśli opłata za żłobek jest mniejsza niż wypłacany rodzinny kapitał opiekuńczy, to dla pani córki najkorzystniejszym rozwiązaniem na ten moment będzie pobieranie RKO do końca roku, a w styczniu złożenie wniosku o świadczenie „Aktywnie w żłobku", gdzie kwota dofinansowania wyniesie do 1500 zł. Gdyby córka taki wniosek złożyła w październiku, to straciłaby na tym.

Jestem z mężem po rozwodzie, mamy dwoje dzieci – jedno ma 14 miesięcy, a drugie 24 miesiące. Jest to dziecko z poprzedniego małżeństwa mojego męża. Nie pracuję, zajmuję się domem i dziećmi. Czy przysługują mi jakieś świadczenia z nowego programu „Aktywny Rodzic"?

Może pani ubiegać się o świadczenie „Aktywnie w domu" na jedno dziecko, na drugie też, o ile nie wykorzystała pani na nie 12 tys. zł w ramach rodzinnego kapitału opiekuńczego.

Gala wręczenia nagród już 16 listopada

Znamy laureatów konkursu „O Liść Dębu"

Jury XXXVI edycji Ogólnopolskiego Konkursu Poetyckiego im. Władysława Broniewskiego „O LIŚĆ DĘBU" ogłosiła laureatów najlepszych wierszy. Główna nagroda Prezydenta Miasta Płocka „Liść Dębu" pojedzie do Warszawy. Otrzymał ją Krzysztof Kwintkiewicz.

Na konkurs wpłynęło 121 zestawów wierszy. Oceniło je jury w składzie: krytyk literacki, badacz polskiej poezji współczesnej prof. dr hab. Piotr Śliwiński, poetka, redaktorka miesięcznika „Dialog" Barbara Klicka, dyrektor Książnicy Płockiej im. Władysława Broniewskiego dr Joanna Banasiak oraz poeta Maciej Woźniak.

Przyznano następujące nagrody i wyróżnienia: I Nagroda Prezydenta Miasta Płocka „Liść Dębu" – Krzysztof Kwintkiewicz (godło „CELL BLOCK TANGO"), II – Ewelina Kuśka z Jastrzębia Zdroju (godło „Szczaw"), III nagroda – Tomasz Smogór z Kłodzka (godło „nafciarz"). Wyróżnienia: Mirosław Kowalski z Mysłowic, Artur Boratczuk z Boleszkowic, Janusz Pyziński z Dębicy. Wyróżnienie Stowarzyszenia Bibliotekarzy Polskich Oddział w Płocku dostała Katarzyna Zając z Ozimka. Wyróżnienie za wiersz o tematyce płockiej – Marcin Krzysztof Roszkowski z Sochaczewa. Wyróżnienie Dyrektora Książnicy Płockiej w kategorii limeryku – Artur Kozłowski z Ząbkowic Śląskich. Ponadto w tomie pokonkursowym znajdą się wiersze: Mileny Gojny-Zbierowskiej z Chorzowa, Tadeusza Dejneckiego z Płocka, Jerzego Fryckowskiego z Dębnicy Kaszubskiej, Luizy Wilczyńskiej z Łodzi, Artura Maciaka z Warszawy.

Gala wręczenie nagród odbędzie się 16 listopada o godz. 17.00 w sali koncertowej szkoły muzycznej. Bezpłatne wejściówki można odbierać w Książnicy od 6 listopada. W programie: wręczenie nagród, turniej jednego wiersza, koncert Jacka Bończyka z zespołem w składzie: Konrad Wantrych (piano) oraz Wojciech Gumiński (kontrabas). Artysta zaśpiewa piosenki Wojciecha Młynarskiego.

(lesz)

ZOO w Płocku ogłosiło konkurs

Ktoś czeka na wasze kartki świąteczne

Do 29 listopada można wysyłać prace na konkurs plastyczny ogłoszony przez płockie ZOO. Zadanie do wykonania to kartka świąteczna. *- Stwórz kartkę pocztową, która zostanie wysłana do przyjaciół i partnerów płockiego ZOO w zbliżające się Święta Bożego Narodzenia* – zachęcają organizatorzy.

Do udziału w konkursie organizatorzy zapraszają dzieci i młodzież w wieku od 3 do 13 lat. Praca powinna nawiązywać do tematyki świąt oraz zawierać elementy związane z płockim ZOO i jego mieszkańcami. Technika wykonania prac plastycznych jest dowolna, wykluczone są jednak prace przestrzenne. Wymagany format to pojedyncza kartka o maksymalnej wielkości A4.

Prace należy dostarczyć listownie lub osobiście, od poniedziałku do piątku, w godzinach 7.00-15.00. Podajemy adres: Miejski Ogród Zoologiczny w Płocku Sp. z o.o., ul. Norbertańska 2, 09-402 Płock.

Każdy uczestnik może złożyć maksymalnie jedną pracę konkursową, która po zakończeniu konkursu pozostaje własnością organizatora konkursu. Nie dopuszcza się prac zbiorowych. Jury wyłoni jedną zwycięską pracę, która zostanie wykorzystana do opracowania okolicznościowej kartki świątecznej. Przewidziane są również wyróżnienia. Nagrodami w konkursie będą m.in. karty wstępu do ZOO oraz nagrody rzeczowe.

Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi w grudniu. Szukajcie wyników na stronie internetowej Ogrodu Zoologicznego – www.zoo.plock.pl. Tu również znajdziecie jego regulamin.

Macie pytania? Dzwońcie pod nr telefonu 24 366 05 17 lub 24 366 05 18. Można też wysłać e-mail z pytaniem na adres: konkurs@zoo.plock.pl.

BS

eprasa.pl b1b966a779

ŻYCZENIA

W tym tygodniu imieniny obchodzą:

12 listopada – Renata, Witold,
13 listopada – Mikołaj, Stanisław,
14 listopada – Agata, Serafin,
15 listopada – Artur, Leopold,
16 listopada – Edmund, Gertruda,
17 listopada – Grzegorz, Waleria,
18 listopada – Tomasz, Roman.

***

Jest w roku taki dzień,
w którym smutki idą w cień,
więc z okazji tego dnia
posłuchaj, co ci życzę ja:
Dużo zdrowia i radości,
szczęścia w życiu i miłości,
moc najpiękniejszych wrażeń
i spełnienia wszystkich marzeń.
Walerii Kornackiej
przesyłają siostry.

***

Drogi Grzesiu, z okazji twoich
urodzin i imienin życzę ci,
by zdrowie dopisywało
przez długie lata,
by szczęście cię nie opuszczało
(i to każdego dnia).
By miłość w twej rodzinie
zawsze była,
a radość z sukcesów zawodowych
zawsze ci towarzyszyła.
Mężowi **Grzegorzowi**
przesyła Danuta.

***

Dzień urodzin się już zbliża,
więc życzenia tobie ślę.
Aby wszystko się spełniło,
o czym marzysz, o czym śnisz.
By pogodnie mijały sny,
z głębi serca życzę ci.
Dużo szczęścia i radości,
sto lat życia, mało złości.
Dni spokoju pełnych wygód,
dużo słońca wielu przygód!
Agatce życzą Asia, Ola i Małgosia.

***

Takie to szczere, proste życzenia
składam w dniu twego urodzenia:
wiele uśmiechów, a mało żałości,
długich lat życia w szczęśliwości,
dobrego zdrowia i pomyślności,
jak najmniej smutków,
dużo radości,
dużo przygód, morza wrażeń,
moc słodyczy, nic goryczy,
Tego tobie, drogi **Witku**,
Ewelina życzy!

***

Ukochana córeczko,
życzymy ci, aby marzenia,
które skrywasz
na dnie twojego serca,
doczekały się spełnienia!
Korzystając z okazji
twojego święta,
przesyłamy ci również
garść nadziei i wiary w siebie,
aby dały ci one siłę
do pokonywania trudności,
jakie pojawiają się
w codziennym życiu.
Najdroższej córce **Zuzannie**
z okazji 18. urodzin
przesyłają rodzice.

(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**

Będzie służyła m.in. uczniom klas mundurowych

W Smardzewie powstała wirtualna strzelnica

W budynku gminnym w Smardzewie (gm. Staroźreby) powstała wirtualna strzelnica. Została ona stworzona w specjalnie do tego celu przygotowanym i zaadaptowanym pomieszczeniu. Na ten cel gmina pozyskała dofinansowanie w wysokości 139 584,76 zł ze środków Ministerstwa Obrony Narodowej.

Strzelnica jest kompletnym, multimedialnym, przenośnym, strzeleckim systemem szkolno-treningowym, opracowanym na potrzeby rynku cywilnego na bazie systemów wojskowych. Nie podlega ona obrotowi koncesyjnemu i przeznaczona jest dla uczniów szkół prowadzących działalność dydaktyczno-wychowawczą w dziedzinie obronności państwa.

- *Wirtualna strzelnica wyposażona jest w cztery karabinki i cztery pistolety z funkcjami wyzwalania strzału. System multimedialny strzelnicy umożliwia animację prowadzenia szkoleń z różnych odległości, do tarcz i obiektów w wirtualnej przestrzeni oraz w różnych porach dnia, przy zmiennych warunkach atmosferycznych* – mówi wójt gminy Staroźreby Kamil Groszewski. - *Dostęp do wirtualnej strzelnicy będą posiadać uczniowie klas mundurowych i oddziałów przygotowania wojskowego, młodzież szkolna, członkowie organizacji pozarządowych prowadzących działalność o charakterze proobronnym oraz funkcjonariusze formacji uzbrojonych niewchodzących w skład Sił Zbrojnych z terenu powiatu płockiego* – wyjaśnia.

Zajęcia odbywać się będą każdorazowo pod opieką przeszkolonego nauczyciela. Ze strzelnicy można korzystać w godzinach 8.00 – 22.00.

Strzelnica przeznaczona jest do nauki i doskonalenia umiejętności w zakresie:

- bezpiecznego posługiwania się bronią, w tym manualnej jej obsługi;
- celowania z wykorzystaniem różnych rodzajów celowników mechanicznych i kolimatorów o „małych" powiększeniach;
- ćwiczeń w obserwacji – wykryciu, rozpoznaniu i identyfikacji celów;
- prowadzenia celnego ognia z różnych postaw, na różnych odległościach, w tym do celów ruchomych, ukazujących się przy zmiennych warunkach oświetleniowych i ograniczonej widoczności;
- wspólnego wykonywania zadań strzeleckich o różnym stopniu skomplikowania.

Zadanie dofinansowano ze środków państwowego funduszu celowego. Dotacja celowa została sfinansowana ze środków Ministerstwa Obrony Narodowej. Całkowity koszt utworzenia strzelnicy to 174 480,95 zł, wartość dofinansowania wynosi 139 584,76 zł.

Opr. (ek)

fb Wójt Gminy Staroźreby Kamil Groszewski

Koncert na dwa chóry w Gąbinie

17 listopada w kościele pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Gąbinie odbędzie się koncert muzyki sakralnej. Wystąpią Chór Miasta i Gminy Gąbin pod kierunkiem Sławomira Gałczyńskiego, Chór Państwowej Szkoły Muzycznej I i II st. w Kutnie pod kierunkiem Joanny Domagały i Justyny Ozdowskiej, dyrektor PSM dr hab. Jarosław Domagała oraz młody utalentowany pianista Maciej Domagała.

Chór Miasta i Gminy Gąbin działa od 2011 roku. Powstał z inicjatywy burmistrza Krzysztofa Jadczaka oraz dyrektora Szkoły Muzycznej I st. w Gąbinie Jarosława Domagały. Funkcjonuje w strukturach organizacyjnych Szkoły Muzycznej I stopnia w Gąbinie. Skupia kilkudziesięciu miłośników śpiewu i muzyki, zainteresowanych uczestnictwem w działalności kulturalnej. Występuje podczas różnorodnych koncertów na terenie Ziemi Gąbińskiej, uczestniczy w miejskich i gminnych imprezach jak „Gala Noworoczna", „Dni Gąbina" i „Święto Niepodległości". Chór wystąpił wielokrotnie z utworami muzyki sakralnej w kościołach w: Gąbinie, Dobrzykowie i Płocku.

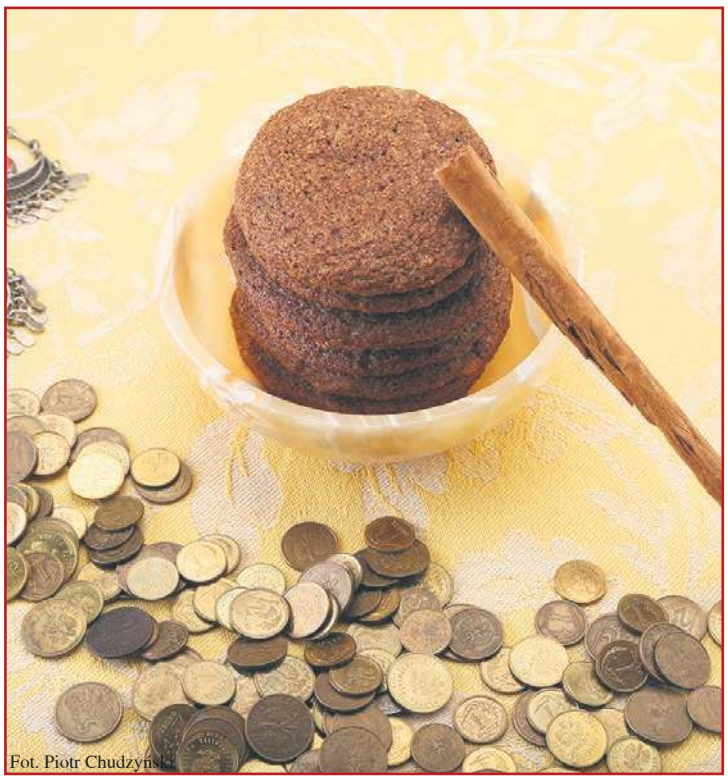
Maciej Domagała urodził się w 2008 r. w Kutnie. Jest laureatem wielu konkursów pianistycznych, m.in. I miejsca w Konkursie Pianistycznym Warszawskiego Towarzystwa Muzycznego im. Stanisława Moniuszki „Warszawski Chopin" (2023), I miejsca na I Ogólnopolskim Konkursie Pianistycznym dla dzieci i młodzieży „Fortepian Paderewskiego" (2023), II miejsca na III International Chopin Piano Competition Wiedeń 2021. Uczestnik XIX Międzynarodowego Forum Pianistycznego „Bieszczady bez granic" Sanok 2024, (wykonanie koncertu fortepianowego z Lwowską Orkiestrą Kameralną „Akademia"). Uczy się w klasie fortepianu dra hab. Jarosława Domagały. Koncert rozpocznie się o godz. 17.00. Wstęp wolny.

(l.)

NIE TYLKO KULINARNE WĘDRÓWKI PO POLSCE

Wyprawy po korzenie

W XVI wieku, gdy przyprawy były cenniejsze od złota, świat wyruszył na wyścig w poszukiwaniu tych aromatycznych skarbów. Wyprawy korzenne przyczyniły się do odkrycia nowych lądów, wytyczenia szlaków handlowych i powstania kultur kulinarnych, które znamy dziś. Cynamon z Cejlonu, gałka muszkatołowa z Wysp Banda (części Archipelagu Malajskiego) czy pieprz z Indii – te egzotyczne przyprawy, pełne intensywnych aromatów, dotarły do Europy, zmieniając jej kuchnię i obyczaje. Wyprawy korzenne miały również ogromne znaczenie polityczne. Holendrzy, Portugalczycy i Brytyjczycy walczyli o monopol na dostawy tych orientalnych składników, próbując kontrolować rynek przypraw. Wartość przypraw wiązała się nie tylko z ich smakiem, lecz także z wiarą, że działają leczniczo, stanowiąc nawet antidotum na dżumę i inne choroby. Cynamon zyskał sławę jako naturalny lek – średniowieczne receptury często opisywały jego właściwości lecznicze, w tym wsparcie trawienia, działanie rozgrzewające i antyseptyczne. Co interesujące, współczesne badania potwierdzają te zalety, wskazując choćby na jego korzystny wpływ na poziom cukru we krwi. Warto więc w chłodniejszych miesiącach częściej sięgać po dania z dodatkiem cynamonu, czerpiąc z jego właściwości zdrowotnych i rozgrzewającego aromatu.



Fot. Piotr Chudzyński

Aromatyczne ciastka korzenne

Skład:

- 2 szklanki mąki;
- 200 g masła;
- 1/4 szklanki melasy lub miodu;
- 1 szklanka cukru;
- 1 duże jajko;
- 1/4 łyżeczki mielonego cynamonu;
- 1 i 1/2 łyżeczki mielonego imbiru;
- 1/2 łyżeczki mielonych goździków;
- 1/4 łyżeczki soli;
- cukier trzcinowy do obtoczenia ciastek.

Wykonanie:

Do miski przesiewamy mąkę, następnie dodajemy sól, sodę, cynamon, imbir i goździki. W drugiej misce ucieramy na puszystą masę masło ze szklanką cukru. W dalszej kolejności dodajemy jajko oraz melasę, całość miksujemy na wolnych obrotach, aż wszystkie składniki się połączą w jednolitą masę. Wówczas stopniowo dodajemy mąkę. Na talerz wsypujemy cukier trzcinowy. Łyżką nabieramy ciasto i w dłoniach formujemy z niego kulkę. Kolejno obtaczamy kulki w cukrze i układamy na wyłożonej papierem blasze do pieczenia, w odstępach ok. 7 cm. Ciastka pieczemy w piekarniku rozgrzanym do 170 st. C przez ok. 15 minut. Ciastka podczas pieczenia rosną, a następnie opadają. Upieczone są płaskie i mają charakterystyczne pęknięcia na powierzchni.

Melasę, słodką i gęstą substancję powstałą jako produkt uboczny produkcji cukru z trzciny lub buraków, często pomija się w kuchni, mimo że skrywa niezwykły potencjał kulinarny. Jej smak jest głęboki, lekko karmelowy, czasem z nutami korzennymi, co czyni ją idealnym dodatkiem do rozmaitych dań – zarówno słodkich, jak i wytrawnych. Dawniej melasa była popularnym słodzikiem, szczególnie w regionach, gdzie cukier był trudno dostępny lub zbyt drogi. Dziś wraca do łask, wpisując się w trend powrotu do naturalnych składników o wysokiej wartości odżywczej. Melasa to nie tylko słodycz, lecz także zdrowie – zawiera cenne minerały, takie jak żelazo, wapń i magnez. Świetnie sprawdza się jako dodatek do marynat, nadając mięsom wyjątkowego koloru i głębokiego smaku. W kuchni roślinnej używana jest jako baza do sosów BBQ lub dodatek do pieczonych warzyw, podkreślający ich naturalną słodycz. Współcześnie melasa jest nieodłącznym elementem wielu wypieków – od pierników po ciasteczka korzenne, gdzie jej karmelowy smak dodaje głębi.

dr Izabela Chudzyńska
etnolog, antropolog jedzenia

eprasa.pl b1b966a779

ZAŁÓŻ KONTO NA STRONIE TP

DLA FIRM I OSÓB PRYWATNYCH

KORZYŚCI:

✓ DARMOWE
OGŁOSZENIE DROBNE
na stronie www

✓ DARMOWA WIZYTÓWKA
TWOJEJ FIRMY

ZALOGUJ SIĘ NA STRONIE WWW.TP.COM.PL
LUB PRZEZ PROFIL NA FB

STATYSTYKI:
PONAD 13 MLN ODSŁON, PONAD MILION UŻYTKOWNIKÓW

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń

eprasa.pl b1b966a779

DOFINANSOWANIE ŻŁOBKA Z PROGRAMU AKTYWNY MALUCH 2022-2029 ORAZ ŚRODKÓW ZKPO

Fundusze Europejskie | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | KRAJOWY PLAN ODBUDOWY

Dofinansowane przez Unię Europejską – NextGenerationEU

"Budowa Kompleksu Kulturalno-Oświatowego wraz z Gminną Biblioteką Publiczną, Przedszkolem i Żłobkiem w miejscowości Staroźreby"

W związku z uczestnictwem w realizacji Krajowego Planu na rzecz Odbudowy i Zwiększenia Odporności (KPO) Gmina Staroźreby otrzymała **dofinansowanie w kwocie łącznej 2 830 377,60 zł z przeznaczeniem na utworzenie 40 nowych miejsc opieki nad dziećmi w wieku do lat 3,** dofinansowane w ramach programu Aktywny Maluch 2022-2029.

Realizacja zadania polega na wybudowaniu Kompleksu Kulturalno-Oświatowego wraz z Gminną Biblioteką Publiczną, Przedszkolem i Żłobkiem, z czego żłobek o powierzchni 414 mkw., będzie stanowił ok. 1/6 całego budynku i będzie zlokalizowany na parterze z oddzielnym wejściem. Ponadto w budynku pomieści się przedszkole dla 200 dzieci oraz nowoczesna biblioteka wraz z czytelnią.•
Zasadnicza część prac, wykonywanych w ramach zadania, będzie polegać na:
budowie żłobka zgodnie z zasadami uniwersalnego projektowania, tj. wykonywaniu obiektu budowlanego w określonym miejscu.
Dofinansowanie żłobka **z programu Aktywny Maluch 2022-2029.**
Inwestycja ta jest finansowana z dotacji i środków własnych gminy bez udziału jakichkolwiek kredytów czy pożyczek.

#FunduszeEuropejskie #NextGenerationEU

SA-71-6

STIHL

PROMOCJE JESIENNE

~~899,-~~ 799,-

Najniższa rekomendowana cena detaliczna z ostatnich 30 dni przed obniżką 899 PLN

STIHL MS 162

SKARPETY I CZAPKA STIHL TIMBERSPORTS®

STIHL MS 212

Teraz z prowadnicą STIHL TIMBERSPORTS®

Rekomendowane ceny detaliczne. Promocja cenowa obowiązuje od 1.08. do 30.11.2024 r. Promocja na dodatki obowiązuje od 7.09. do 30.11.2024 r. lub do wyczerpania zapasów.

WIĘCEJ U DEALERÓW STIHL LUB NA WWW.STIHL.PL

SA-18-2

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 14/WNG-II-ZG/2024 z dnia 28.10.2024 r. nieruchomości Skarbu Państwa przeznaczonych do dzierżawy.

SA-3-40

Zakład Pogrzebowy

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

www.frydrysiak.pl/

Stanisław Frydrysiak

35 lat

Rok założenia 4 lutego 1989

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-8-1

eprasa.pl b1b966a779

ANTYKI / KOLEKCJE

MILITARIA I MUNDURY

Kupię odznaczenia, odznaki, medale, stare ordery wojskowe. Tel.: 694-972-047.
1795457

OBRAZY SZTUKA UŻYTKOWA

Nowoczesne malarstwo abstrakcyjne na zamówienie to doskonały sposób na wyrażenie swojej indywidualności i wzbogacenie wnętrza. Maluję obrazy abstrakcyjne na zamówienie klientów. Milena Olesińska, tel. 601-698-355; www.iobrazy.com.pl.
2128547

Obrazy ręcznie malowane na zamówienie: pejzaże, portrety, kopie obrazów. Milena Olesińska, 601-698-355, milenaolesinska@wp.pl, www.iobrazy.com.pl.
1605962

Portrety w rysunku na papierze, na zamówienie, ze zdjęć, wykonane ołówkiem lub kredkami pastelowymi - czarno-białe lub wielokolorowe. Niskie ceny, szybki termin realizacji zleceń. Milena Olesińska, 601-698-355; www.iobrazy.com.pl.
1627285

DOM I OGRÓD

OGRÓD

Cięcie, wycinka drzew, żywopłotów, koszenie trawy, pielęgnacja zieleni. Profesjonalnie i tanio! Płock, Gostynin i okolice. Tel. 695-238-997.
1682303

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

OPAŁ

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

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

EDUKACJA

KURSY / WARSZTATY / SZKOLENIA

Pracownik biurowy – kurs z certyfikatem na platformie szkoleniowej Centrum szkoleń MG-edu. Więcej na: www.mg-edu.pl tel. 663 904 349.
2029502

Specjalista ds. kadr i płac to Twoja wymarzona praca? Dołącz do kursu na platformie szkoleniowej Centrum szkoleń MG-edu. Szczegóły: www.mg-edu.pl telefon 663 904 349.
2029504

ELEKTRONIKA / AGD

AUDIO

Pioneer CDJ-3000 Multi-Player / Pioneer DJM-A9 DJ Mixer / Pioneer DJM-V10-LF / Pioneer DJM-S11 / Pioneer CDJ-2000NXS2 / Pioneer DJM-900NXS2 / Pioneer XDJ-XZ / Pioneer XDJ-RX3 / Pioneer OPUS-QUAD. Gadgethousltd@gmail.com.
1438390

POZOSTAŁE

Grzech nie skorzystać, www.taniertv.pl.
2118943

TELEFONY I AKCESORIA

Apple iPhone 15 Pro 128 GB = 700 EUR, iPhone 15 Pro Max 256 GB = 800 EUR, iPhone 15 128 GB = 530 EUR, iPhone 15 Plus 128 GB = 560 EUR, iPhone 14 Pro 128 GB = 550 EUR, iPhone 14 Pro Max 128 GB = 580 EUR, iPhone 14 128 GB = 400 EUR, iPhone 14 Plus 128 GB = 430 EUR. Gadgethousltd@gmail.com.
1554475

Apple iPhone 16 Pro Max, iPhone 16 Pro, iPhone 16, iPhone 16 Plus, iPhone 15 Pro Max, iPhone 15 Pro, iPhone 15, iPhone 15 Plus, iPhone 14 Pro Max, iPhone 14 Pro, iPhone 14, iPhone 14 Plus, Samsung Galaxy S24 Ultra , Samsung Galaxy S24
2172048

Samsung Galaxy S23 Ultra 5G 256 GB = 530 EUR, Samsung Galaxy S23 5G 128 GB = 420 EUR, Samsung Galaxy S23 5G 128 GB = 420 EUR, Apple iPhone 14 Pro 128GB = 600 EUR, iPhone 14 Pro Max 128GB = 630 EUR, iPhone 14 128GB = 450 EUR. Kontakt: rbtelectt@gmail.com.
1438835

MODA

UBRANIA

Internetowa Galeria Handlowa oferuje wszystkie oferty i usługi, które są w galeriach stacjonarnych. Zakupy, szeroka oferta sklepów - np. z odzieżą, biżuterią, żywnością, RTV/AGD, meblami, lekami, akcesoriami i karmami dla zwierząt, usługi telekomunikacyjne. Wszystko pod adresem: http://internetowagaleriahandlowapl.okazje-miesiaca.pl.
1644774

Marynarka wełniana, ciemnoszara, firmy Próchnik, na 182 cm wzrostu, użyta tylko raz, stan idealny, jeszcze z fabrycznie zszytymi kieszeniami, na podszewce, wykonana bardzo starannie w każdym szczególe, elegancka, cena: 150 zł. Tel. 507-694-505.
1856221

MOTORYZACJA

CZĘŚCI I AKCESORIA

**AKUMULATORY A G M.
Najlepsze marki, najniższe ceny. Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej).
603-685-664.**
1774827

**AKUMULATORY,
Płock, Graniczna 20D (dojazd od Otolińskiej).
603-685-664.**
584027

OPONY I FELGI

**Sprzedam komplet kół zimowych (opony na alufelgach) w dobrym stanie.
Rozmiar: 225/60/R17.
Z czujnikami ciśnienia. Pasują do suwów Hyundai Tucson oraz bliźniaczej Kia Sportage. Dobremu klientowi dołożę gratis oryginalne, z materiału dywaniki do Hyundai Tucson.
Płock, Podolszyce Południe, tel. 603-931-021.**
2195914

SAMOCHODY CIĘŻAROWE

Skup aut ciężarowych. Przykładamy wielką wagę do tego, by zapewnić naszym Klientom obsługę na najwyższym poziomie. Dlatego wypowiadamy OC w dniu zakupu. Tel. 690-930-063. Zapraszamy do kontaktu!
1989368

MUZYKA / ROZRYWKA / SPORT

INSTRUMENTY

Korg Pa5X, Korg Pa4X, Korg PA-1000, Yamaha Genos 76-Key, Yamaha PSR-SX900, Yamaha Montage 8 - 88-key, Roland FANTOM-8, Roland JUPITER-X, Pioneer CDJ-3000, Pioneer DJ DJM-A9, Pioneer CDJ 2000NXS2, Pioneer DJM 900NXS2, Pioneer DJ DJM-V10-LF. Gadgethousltd@gmail.com.
1438401

SPRZĘT MUZYCZNY

Pioneer CDJ-3000 Multi-Player / Pioneer DJM-A9 DJ Mixer / Pioneer DJ DJM-V10-LF Mixer / Pioneer DJM-S11 / Pioneer CDJ-2000NXS2 / Pioneer DJM-900NXS2 / Pioneer XDJ-XZ DJ System / Pioneer XDJ-RX3 DJ System / Pioneer OPUS-QUAD / Pioneer DJ DDJ-FLX10. Gadgettplanetltd@gmail.com.
1466823

Pioneer XDJ-RX3, Pioneer XDJ-XZ, Pioneer OPUS-QUAD, Pioneer DDJ-FLX10, Pioneer DDJ-1000, Pioneer DDJ-1000SRT, DDJ-REV7, Pioneer CDJ-3000, Pioneer DJ DJM-A9, Pioneer CDJ-2000NXS2, Pioneer DJM-900NXS2. Gadgethousltd@gmail.com.
1438387

SPRZĘT SPORTOWY

Pulsar Thermion Duo DXP50, THERMION 2 LRF XP50 PRO, THERMION 2 LRF XG50, Thermion 2 XP50, PULSAR TRAIL 2 LRF XP50, Pulsar Merger LRF XP50, Pulsar Accolade 2 LRF XP50 PRO, Helion 2 XP50 Pro, Pulsar Axion 2 LRF XG35, Pulsar Krypton XG50. Gadgettplanetltd@gmail.com.
1438392

NIERUCHOMOŚCI

DOMY

Emerytowany nauczyciel akademicki udostępni dom w okolicach Płocka osobom, które chcą żyć w zdrowych warunkach poza miastem. Tel: 600 021 309 (po godz. 21).
2192595

Kupię domek letniskowy nad jeziorem, w okolicy Płocka (do 50 km) najchętniej z linią brzegową lub blisko jeziora. 509-185-181.
2195124

Sprzedam dom w miejscowości Stare Chabowo, 5 km od Drobina i 40 km od Płocka, razem z działką, która wynosi razem z domem 10986 m2, powierzchnia użytkowa domu wynosi 230 m2, idealny dom na siedlisko, ponieważ znajduje się przy krajowej drodze nr 10. Tel. 507-173-247.
2193282

DZIAŁKI

Działki budowlane niedrogo sprzedam, Drobin. 883-480-333.
2193594

GARAŻE / PARKINGI

Kupię garaż. 513-541-512.
1811787

MIESZKANIA

Mieszkanie 2-pokojowe usytuowane 5 min pieszo od Akademii Mazowieckiej, 10 min pieszo od Politechniki Warszawskiej i Wyższej Szkoły Włodkowica, przy głównej arterii miasta. Lokal jest bardzo dobrze skomunikowany w 4-piętrowym bloku na osiedlu w Płocku. Tel. 692-708-184.
2193246

Noclegi, pokoje, kawalerki. Tel. 530 193 825.
2189493

Pokoje pracownicze, parking od 35 zł, mieszkania. Tel.: 536 519 599.
2189494

Pokój z aneksem 30 m kw. na wsi. 695-807-435.
2195135

Prywatnie kupię mieszkanie w Płocku do 65m2. Mieszkanie może być do remontu ale też i po remoncie. Jeśli posiadasz taki lokal na sprzedaż albo może wiesz kto chce sprzedać, proszę o kontakt pod nr tel. 695 610 287.
1945985

Sprzedam mieszkanie 39 m2 w Wyszogrodzie. Mieszkanie w bloku, do remontu. Tel. 697-716-736.
2193527

Szukam mieszkania do zakupu: do remontu lub po remoncie, z problemami prawnymi, z zadłużeniami (spółdzielnia/komornik), zamiana na inne mieszkanie. Jeżeli chcesz sprzedać mieszkanie lub masz jakiś problem finansowy związany z lokalem, zadzwoń 697-896-072.
2188772

ROLNICZE

CIĄGNIKI ROLNICZE

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

GIEŁDA ZWIERZĄT

SKUP TRZODY I BYDŁA

PŁATNOŚĆ W 3 DNI LUB GOTÓWKA
odbiór z gospodarstwa
"AGROL", Adam Dymkowski
Goszczyce Poświętne 7
09-130 Baboszewo
**kom. 511 492 526
tel. 23 661 20 45**
SA-9

Sprzedam cielaki, prosiaki. 511-809-853.
2195122

MASZYNY ROLNICZE

Kupię rozsiewacz wapna rcw-3 łańcuchowy w oryginale, może być do remontu lub na części. Tel. 606-550-489.
2194352

Kosiarka dyskowa Krone 2800 cv ciągana, ładny stan, 2005 r., garażowana, lekka, na ciągnik, małe zapotrzebowanie mocy, maszyna oryginał, najlepsza firma z kosiarek. Tel. 609-372-586.
2192111

**AKUMULATORY
do pojazdów rolniczych.
Najniższe ceny,
Płock, Graniczna 20D
(dojazd od Otolińskiej).
603-685-664.**
1774836

Butle tlen-acetylen z wózkiem, kowadło 187 kg z podestem, smarownica pneumatyczna, podnośnik do skrzyni biegów, próbnik wtryskiwaczy, wózek paletowy, imadła, stół probierczy mirkoz do pomp wtryskiwaczy, wiertarka stołowa wsa 25 ws 15. Tel. 606-416-482.
2193117

Czyszczalnia Petkus, żmijka zasypu pionowa do czyszczalni, ładowacz Tur c-330, agregat uprawowy 4,20 Unia Grudziądz, silnik Perkins, przyczepa d-732 wywrotka Autosan, pług 4-skibowy Unia, opony 16,9-34, 18,4-34. Tel. 606-416-482.
2193115

Kosiarka dyskowa Krone 283 na centralnym zawieszeniu, na przedni tuz, wałek w komplecie, nowszy typ, w pełni sprawna, tanio - 7800 zł, tel 609-372-586.
2192110

Ładna owijarka samozaładowcza Elho 2011 r., niskie podwozie, przedni załadunek, folia 75, oryginalny stawiacz bel, można podłączyć do prasy bezpośrednio, w oryginale, nie spawana, transport w cenie. Tel. 609-372-586.
2192113

Pług 3 Kverneland vd 100, nowszy typ, regulacja pierwszej skiby, hydraulicznie odkładnie duże 16, regulacja szerokości orki, wieża 160, stan dobry, lekki, na ciągnik, możliwy transport. Tel. 609-372-586.
2195000

Pług 3-skibowy Vogel noot, obrotowy, zabezpieczenia, resor jak kverneland, wymienione zużyte elementy na nowe, tanio. Tel. 609-372-586.
2192080

Pług 3+1 Kuhn Master 120, jak Huard, regulacja szerokości orki, zabezpieczenia kolkowe, słabe odkładnie. Tel. 609-372-586.
2194999

Pług 3+1. Kuhn huard 91 r., obrotowy, nowszy, już na jednej ramie, liniowanie, zabezpieczenia kołkowe, ładny, nie spawany, gumowe kółko, przedpłużki, okazja. Tel. 609-372-586.
2192079

Pług 4 Kverneland eg100 vario, zabezpieczenia resorowe, wzmocnione liniowanie, przedpłużki gumowe, kółko, wieża 160, stan dobry. Tel. 609-372-586.
2192083

Pług Naud 3-skibowy, super stan, mało używany, jak nowy, regulacja szerokości orki od 120 cm do 140 cm, zabezpieczenia kołkowe. Tel. 609-372-586.
2192085

Siewnik talerzowy 6-rzędowy Monosem, rozsuwany hydraulicznie, podsiew mikroelementów, 2002 rok, garażowany, oryginał, tani transport. Tel. 609-372-586.
2194998

Sprzedam cyklopa T 214/3 Z 1996 r. Sprawny. Widły i łyżka w komplecie. Okolice Płocka. Tel. 510-473-786.
2192598

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń

eprasa.pl b1b966a779

Sprzedam Zetora 5211; dwukółkę samochodową bez dokumentów. 609-141-064.
2192679

Wyprzedaż - kombajn Droningborg 4000 s oryginał, rok 1989, cały czas w jednych rękach, bezawaryjny, silnik super, zero dymku na hydrostacie, heder 3,80, mało pali, okazja 55300 zł. Tel. 733-333-573.
2192077

Zgrabiarka Kuhn 2003 r. dwu-karuzelowa robi 2 wałki lub grabi do jednej strony. Stan dobry, ładna, skrętne koła. Kosiarka dyskowa Krone 2800 cv, ciągana na kolach, 2005 r., lekka, na ciągnik. Tel. 609-372-586.
2194997

PRODUKTY ROLNE

Kupię topolę. 607-860-978.
2192588

Obornik koński - sprzedam lub najchętniej wymienię na słomę. Możliwość załadunku. Juryszewo. Tel. 504-106-205.
2124625

Sprzedam wapno nawozowe węglanowe i węglanowo-magnezowe. Wapno podnosi odczyn pH gleby i powoduje przyrost plonu nawet o około 25%. Sprzedaż bez pośredników. Dowóz na terenie całego kraju. Wystawiam fakturę VAT. Więcej informacji pod numerem tel. 603 404 131.
1961654

USŁUGI I FIRMY

FINANSOWE

Bezpieczne pożyczki hipoteczne dla firm i rolników z prywatnego funduszu pod grunty rolne, nieruchomości komercyjne oraz mieszkalne, bez weryfikacji baz, umowa notarialna, wpis tylko w dział IV księgi wieczystej, RRSO od 28% rocznie, tel. 577-873-616.
2044319

Biuro rachunkowe Twoja Księgowa oferuje kompleksowe usługi księgowe, kadry, ZUS, VAT - pełna księgowość, książka przychodów, ryczałt. Pomagamy założyć działalność, księgowość online, odbiór dokumentów. Zapraszamy do współpracy. Tel. 796 820 112.
2125276

Finansowanie dla przedsiębiorców i rolników - szybko i bezpiecznie! Potrzebujesz wsparcia finansowego? Oferujemy pożyczki dla przedsiębiorców i rolników, zarówno z banków, jak i prywatnych kapitałów. Tel. 731-531-144.
1979469

Oferujemy pozabankowe finansowanie dla każdej firmy, rolników oraz osób z dochodem, na rozpoczęcie działalności, bez sprawdzania baz bankowych, liczenia zdolności kredytowej, z zadłużeniami ZUS i US, bez wykluczania branż. Tel. 731-531-144. Finansowanie na inwestycje fi
2192451

Pożyczki bez zbędnych pytań. www.euro.strefa-ofert.pl
2185583

Pożyczki prywatne bez bik. Pomagamy spłacić zadłużenia z pożyczek pozabankowych i zamienić je na pożyczkę prywatną! Mimo opóźnień w spłacie i rejestracji w bazie KRD! Akceptujemy umowy o pracę na czas określony, umowy zlecenie, umowy o dzieło. monikaiwona20@wp.pl
2193262

Zajmujemy się finansowaniem przedsiębiorców i rolników - bankowo i z prywatnego kapitału. Oferujemy pożyczki, pod zabezpieczenie hipoteka na nieruchomości, finansowanie dla każdej firmy, rolników, na rozpoczęcie działalności, bez sprawdzania baz bankowych, liczenia zdolności kredytowej, z zadłużeniami ZUS i US, bez wykluczania branż. Tel. 731-531-144.
1684406

Zapraszamy do skorzystania z usług księgowo-kadrowych nowo otwartego Biura Rachunkowego w Sierpcu. Świadczymy usługi z zachowaniem najwyższych standardów. Konkurencyjne ceny - skontaktuj się z nami i przekonaj się sam! Tel. 781-726-111.
1684755

FOTOGRAFIA

Zdjęcia do dokumentów w Płocku? Zdjęcia do dowodu, paszportu, e-legitymacji, prawo jazdy i ponad pół tysiąca innych dokumentów z 98 krajów! Najwyższej jakości oprogramowanie dbające o 100% zgodności z wymaganiami urzędowymi. Grodzka 6, lokal 3. Tel. 503-575-831.
2187049

INFORMATYCZNE

Czy prowadzisz biuro rachunkowe i szukasz niezawodnych narzędzi do zarządzania kadrami oraz księgowością? Mamy dla Ciebie doskonałą ofertę na programy Gratyfikant GT OPEN i Rewizor GT OPEN! Tel. 530-303-355.
1984467

Kompleksowa opieka nad stroną WordPress. Tel. 794-252-817.
2193750

Streamline, międzynarodowe zarządzanie płacami. Tel. 530-303-355.
1955974

Wsparcie dla oprogramowania Comarch, Wapro, InsERT – zapewniamy pełną obsługę techniczną, naprawy i aktualizacje Twojego oprogramowania księgowego. +48 530 303 355.
2167684

POZOSTAŁE

Badania psychologiczne kierowców. Kierowców zawodowych, kandydatów na kierowców kat C,D,E, kierowców pojazdów uprzywilejowanych, instruktorów i egzaminatorów nauki jazdy, kandydatów na instruktora nauki jazdy. Rejestracja: tel. 505-030-921.
2177353

Biuro Detektywistyczne Exigo Quality. Podejmujemy się zleceń o wysokim stopniu ryzyka, jak i tych z pozoru banalnych. Znajdujemy rozwiązania tam, gdzie inni ich nie dostrzegają. Nasi detektywi są do Państwa dyspozycji: tel. 731 303 700 lub 570 701 916.
1621896

System rejestracji czasu pracy www.k2-cms.eu. Prosta aplikacja mobilna, która pozwoli w prosty sposób na ewidencję czasu pracy. Tel. 663-970-022.
2194131

Szkolenia BHP online. BHP Consulting, mstawicka@pogotowiebhp.com.pl, tel. 603454105, Płock, ul. Dworcowa 42. Możliwość zakupu szkoleń znajdziesz w naszym sklepie: https://pogotowiebhp.com.pl/szkolenia-okresowe-BHP
2195024

Usługi detektywistyczne w Płocku, Warszawie, Gdańsku. Zbieranie dowodów zdrady, przygotowanie do sprawy rozwodowej i innych spraw sądowych. Profesjonalnie i dyskretnie. Kontakt: www.detektywas24.pl, tel.: 780-780-537.
1817960

Wywóz starych mebli. Opróżnianie mieszkań, sprzątanie strychów, piwnic, działek. Czyścimy chałupy do zer.a Utylizacja. Najtaniej w mieście. Tel. 502188459.
2193893

Zapraszamy do naszego zakładu naprawa sprzętu foto i video, posiadamy bogate doświadczenie oraz niekłamaną pasję do sprzętu elektronicznego. Gwarantujemy zadowolenie! Tel. 574-254-031. FOTO CENTRUM tel. 574-254-031 www.fotocentrumkatowice.pl
2195267

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).
1741440

REMONTOWO - BUDOWLANE

BALUSTRADY
nierdzewne,
łącznie ze szkłem i drewnem
www.boyk.pl, 691-96-96-69
Sa 10

Docieplenia budynków, struktury, malowanie, elewacje. 504-22-40-40.
2128705

Kompleksowo wykonamy remont łazienki. Szpachlowanie, malowanie wewnątrz i na zewnątrz. Montaż paneli podłogowych. Montaż instalacji elektrycznych. Montaż instalacji hydraulicznych. Inne prace wykończeniowe. Zapraszamy do współpracy. Pozdrawiam, Sebastian. Tel. 739-511-468.
2185717

Oferujemy usługi w zakresie: szpachlowania; malowania wewnątrz i na zewnątrz; montażu paneli podłogowych, montażu instalacji elektrycznych, montażu instalacji hydraulicznych, układania glazury i terakoty; montażu kabin prysznicowych, umywalek, sedesów i inne. Tel.: 739 511 468.
2128063

Oferuję wykonanie: świadectw charakterystyki energetycznej budynków, audytów energetycznych budynków, obmiarów powierzchni użytkowej, inwentaryzacji budowlanych. Zapraszam do współpracy: biuroinzbud00@gmail.com. Tel. kom.: 600 077 590.
1748978

Prace wykończeniowe, takie jak gładzie, malowanie, zabudowy poddaszy, sufity podwieszane, ścianki działowe murowane i gk, tapetowanie, podłogi i inne prace wykończeniowe. Zapraszam. Tel. 792-806-751.
2116274

SERWISOWE

Szybkie pożyczki dla inwestorów lub na użytek własny, do indywidualnego wniosku już dziś. Pieniądze otrzymasz natychmiast, aby uzyskać więcej informacji. stribrnyjan54@gmail.com
2195821

Domowe naprawy telewizorów. Tel. (24) 263 66 17, 501 061 587.
1935196

SPRZĄTANIE

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

TRANSPORTOWE

Przeprowadzki Kompleksowe, lokalnie, krajowo, fachowi tragarze, dostarczamy opakowania do prawidłowego przenoszenia mienia. Wywóz starych mebli, Do zobaczenia w niedługim czasie. Tel. 502-188-459.
2193892

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

Tragarze: pomoc, wnosimy, znosimy wszystko. Posiadamy wszystkie niezbędne narzędzia do wykonania zadania. Przyjeżdżamy na podany adres i zamykamy temat pozytywnie. Tel. 502-188-459.
2116839

ZWIERZĘTA

GOSPODARSKIE

Sprzedam jałoszkę 6-tygodniową. Jałoszka jest zdrowa, ładnej budowy, więcej informacji udzielę telefonicznie: 513-861-340.
2192764

PSY

Gończe Polskie - rodowodowe szczeniaki z doświadczonej hodowli, po przeglądzie hodowlanym - gotowe do odbioru. Tel. 23 696-13-53 lub 507-043-473, godz. wieczorne.
2188551

Sprzedam rodowodowe ZKwP szczeniaki rasy Gończy Polski - gotowe do odbioru. Tel. (23) 696-13-53, cena 1700 zł. Zapraszam do odwiedzin naszej hodowli. Tel. 23 696-13-53.
2185648

Szczeniaki rasy Gończy Polski, rodow., z hodowli myśliwskiej, z 20-letnią praktyką hodowlaną rasy, tel. 23 696-13-53. Więcej: http://www.gonczypolski-relaks.vanti.pl/rotaparkwelski2024.html
2118041

Zapraszam do skorzystania i bezpłatnego dodania pupila do Internetowego spisu Reproduktorów rasy Gończy Polski na stronie: „Relaks Hulaj Dusza" - gonczypolski - relaks.vanti.pl/reproduktory_gonczy_polski.html, tel.: 507-694-505.
1751358

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

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

OGŁOSZENIE
o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

Na podstawie art. 17 pkt 1 Ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2024r. poz. 1130) zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Starożreby Uchwały Nr 46/IX/2024 z dnia 23 września 2024 r, w sprawie przystąpienia do sporządzenia **Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obrębu geodezyjnego Góra Wieś**.

Jednocześnie na podstawie art. 39 ust. 1 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 2024 r. poz. 1112) zawiadamiam o przystąpieniu do sporządzania strategicznej oceny oddziaływania na środowisko do w/w planu.

Zainteresowani mogą składać wnioski do planu miejscowego i strategicznej oceny. Wnioski należy składać na piśmie w Urzędzie Gminy Starożreby, 09-440 Starożreby, ul. Płocka 18 lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres **gmina@starozreby.pl** w terminie do dnia 13 grudnia 2024 r., na formularzu zgodnym z rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13.11.2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. poz. 2509). Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy.

Odnosząc się do art. 8a *ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym* i zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 rozporządzenia 2016/679 (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*. Więcej informacji odnośnie obowiązku informacyjnego dot. RODO znajduje się na stronie https://starozreby.pl/

SA-71-7

OGŁOSZENIE
o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego

Na podstawie art. 17 pkt 1 Ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2024r. poz. 1130) **zawiadamiam** o podjęciu przez Radę Gminy Gostynin Uchwały Nr 581/LIII/2023 z dnia 30 listopada 2023 r., w sprawie przystąpienia do sporządzenia **Miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, obejmującego obszar części wsi Huta Nowa i Żuzinów, gmina Gostynin.**

Jednocześnie na podstawie art. 39 ust. 1 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 2024 r. poz. 1130) zawiadamiam o przystąpieniu do sporządzania strategicznej oceny oddziaływania na środowisko do w/w planu.

Zainteresowani mogą składać wnioski do planu miejscowego i strategicznej oceny. Wnioski należy składać na piśmie w Urzędzie Gminy Gostynin, 09-500 Gostynin, ul. Rynek 26 lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres ug@gminagostynin.pl w terminie do dnia 13 grudnia 2024r., na formularzu zgodnym z rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13.11.2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. poz. 2509). Wniosek powinien zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy.

Odnosząc się do art. 17a *ustawy z dnia 27 marca 2003r. 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-17-9

Redakcja nie odpowiada za treść zamieszczonych ogłoszeń

eprasa.pl b1b966a779

33. Trinidad Alfonso Zurich Valencia Half Marathon 2024

Pokazali się Płocczanie

Biegacze Stowarzyszenia Płock Biega No Age Limit zaliczyli swoją kolejną przygodę biegową w Walencji, startując w 33. Trinidad Alfonso Zurich Valencia Half Marathon 2024.

Archiwum Klubu

Płocka ekipa po biegu w Walencji

Trinidad Alfonso Valencia Half Marathon to jedna z najlepszych imprez biegowych na świecie. Półmaraton Valencia jest jednym z najszybszych na świecie. Wyścig organizowany przez SD Correcaminos Athletics Club – jak zawsze w wielkim stylu, z rekordową liczbą uczestników i widzów, akredytacją Silver Label IAAF i atmosferą, której nie ma szans znaleźć nigdzie indziej na świecie – to wydarzenie, w którym tysiące uczestników (w tym wielu najlepszych sportowców świata) biegnie wyjątkową trasą, z linią mety w Mieście Sztuki i Nauki.

„Ciudad del Running, Miasto Biegania" – taki przydomek od lat nosi Walencja, w której wystartował półmaraton zapowiadający kolejne, znakomite wyniki. Bieg charakteryzuje się płaską, szybką trasą, a także szeroką, mocną stawką biegaczy na każdym poziomie. Wśród gwiazd znalazły się między innymi Kenijka Agnes Ngetich czy Etiopka Tsigie Gebreselama (1:05:14), czwarta zawodniczka mistrzostw świata w półmaratonie. Zbliżony rekord życiowy ma także Niemka Konstanze Klosterhalfen (1:05:41), a wynik ten uzyskała w swoim debiucie w 2022 roku, w Walencji.

W biegu mężczyzn wystartował Yomif Kejelche z Etiopii – z rekordem życiowym 57:41. Jego życiówka w półmaratonie to trzeci wynik w historii, a została ustanowiona rok temu, oczywiście w Walencji, gdzie zajął drugie miejsce. W pierwszej dziesiątce najlepszych zawodników w historii półmaratonu siedmiu z nich swoje rekordy biło właśnie w tym mieście. Kejelcha traci do rekordu świata Jacoba Kiplimo 10 sekund.

W tegorocznym biegu wystartowała także ogromna grupa mocnych zawodników wywodzących się z bardziej amatorskiego biegania. Na starcie stanęło łącznie 28 tys. biegaczy z wielu krajów świata, podzielonych na strefy startowe według podanych wcześniej, prognozowanych czasów.

W stawce było siedmioro biegaczy Stowarzyszenia Płock Biega No Age Limit: Dariusz Łomnicki, Bogdan Makowski, Zbigniew Woszczak, Jolanta Woszczak, Monika Jaroszewska, Roman Jaroszewski i Krzysztof Frączkowski. Bieg cieszył się dużym zainteresowaniem zawodników z Polski – na starcie stanęło w sumie 300 biegaczy z naszego kraju.

Przed biegiem w Walencji organizatorzy głośno zapowiadali, że chcą odzyskać rekord świata w półmaratonie, który od 2021 roku należał do Lizbony. Jak powiedzieli, tak zrobili. Etiopczyk Yomif Kejelcha finiszował z wynikiem 57:30 i o sekundę poprawił dotychczasowy najlepszy wynik. Być może rekord byłby bardziej okazały, gdyby nie deszczowa aura.

- *Odzyskaliśmy rekord świata, który Lizbona zabrała nam o jedną sekundę. I my odzyskaliśmy go o sekundę. Jesteśmy już bardzo blisko granic możliwości. Pomimo trudnych warunków pogodowych udało nam się ustanowić nowy rekord świata. To kolejny historyczny dzień, choć nie do końca spodziewany. Walencja potwierdza swoją pozycję jako miasto biegania, z deszczem czy bez* – podsumował zawody Paco Borao, szef Sociedad Deportiva Correcaminos, które organizuje biegi w Walencji.

Równie emocjonująco przebiegał bieg kobiet, w którym w głównej roli wystąpiła Kenijka Agnes Ngetich. Co prawda 23-latka dopiero debiutowała na dystansie półmaratonu, ale organizatorzy głośno mówili o tym, że jej ambicje sięgają rekordu świata. Faworytka finiszowała z wynikiem 1:03:03. Tym samym rekord świata Etiopki Letesenbet Gidey z 2021 roku – wynoszący 1:02:52 – pozostał nietknięty.

Prezes Stowarzyszenia Płock Biega No Age Limit Bogdan Makowski bardzo pozytywnie ocenia start swoich zawodników. - *Zgłosiliśmy się prawie rok temu, a zapisy trwały tylko kilka dni i lista została zamknięta. To były dla nas bardzo udane zawody, wszyscy pobiegli według wcześniej ustalonych i zakładanych wyników*.

Czasy płocczan: Darek Łomnicki (1:33:58) zajął 4562. miejsce w kat. open i 3. miejsce w swojej kategorii wiekowej wśród zawodników z Polski; Zbigniew Woszczak (1:46:52) – 10 547. miejsce w kat. open i 1. miejsce w swojej kategorii wiekowej wśród zawodników z Polski; Roman Jaroszewski (1:54:11) – 12 888. miejsce w kat. open; Monika Jaroszewska (1:54:23) – 12 984. miejsce w kat. open i 1. miejsce w swojej kategorii wiekowej wśród zawodników z Polski; Jola Woszczak (1:57:23) – 15 368. miejsce w kat. open i 1. miejsce w swojej kategorii wiekowej wśród zawodników z Polski; Krzysztof Frączkowski (1:58:34) – 16 845. miejsce w kat. open; Bogdan Makowski (2:5:23) – 18 773. miejsce i 1. miejsce w swojej kat. wiekowej wśród zawodników z Polski.

Walencja to piękna, słoneczna, gościnna kraina. - *Aż trudno nam teraz uwierzyć, że jeszcze w niedzielę biegaliśmy po ulicach tego pięknego miasta, wśród tysięcy radosnych, dopingujących nas kibiców, a niespełna dwa dni później miasto i region nawiedził kataklizm. Prowincje Hiszpanii zmagają się ze skutkami powodzi, jak południe Polski miesiąc temu. My wróciliśmy szczęśliwie do domu, ale wiele osób zostało odciętych od komunikacji na wiele dni. Solidaryzujemy się z zalanymi prowincjami Polski, Hiszpanii i innych państw. Takie zdarzenia uświadamiają mi, jak kruche jest nasze życie i jak należy celebrować każdy przeżyty dzień* – podsumował wyjazd do Walencji Bogdan Makowski.

Jol.

15 listopada o godz. 11.00 w sali PTW przy ul. J. Kawieckiego 1A

Płocka Sztafeta Olimpijska – 2024

Już w najbliższy piątek, 15 listopada w sali gimnastycznej Płockiego Towarzystwa Wioślarskiego w Płocku (ul. Juliusza Kawieckiego 1A) odbędzie się „Płocka Sztafeta Olimpijska – 2024". Planowane otwarcie imprezy – godzina 11.00.

PTW Płock

Podczas imprezy zostanie odsłonięta tablica pamięci Grzegorza Stellaka – brązowego medalisty Igrzysk Olimpijskich, trzykrotnego Olimpijczyka, wicemistrza świata, wielokrotnego mistrza Polski w wioślarstwie. Grzegorz Stellak po zakończeniu kariery sportowej dał się poznać jako trener medalistów mistrzostw świata i mistrzów Polski, był prezesem zarządu Płockiego Towarzystwa Wioślarskiego i członkiem Zarządu Polskiego Związku Towarzystw Wioślarskich. Był Członkiem Honorowym Płockiego Towarzystwa Wioślarskiego, Płockiego Klubu Olimpijczyka i Polskiego Związku Towarzystw Wioślarskich.

Sponsorem „Płockiej Sztafety Olimpijskiej – 2024" jest ORLEN SA, partnerami: Prezydent Miasta Płocka i Płockie Towarzystwo Wioślarskie.

Zawody mają na celu wyłonienie najlepszych sztafet w kategorii dziewcząt i chłopców wśród młodzieży ze szkół podstawowych. Rywalizację rozpocznie o godz. 11.20 sztafeta dziewcząt szkół podstawowych – 4 x 200 m, na godz. 11.40 zaplanowano pokazowy bieg VIP-ów na 200 m, potem o medale walczyć będą: zawodniczki wyczynowe, chłopcy ze szkół podstawowych, zawodnicy wyczynowi. O godz. 12.30 wystartują sztafety szkół specjalnych, a dziesięć minut później rozpocznie się pokazowy bieg osób niepełnosprawnych. Na godz. 12.50 zaplanowano wręczenie wyróżnień Płockiego Klubu Olimpijczyka, a na godz. 13.00 – wręczenie nagród.

Od godz. 13.20 powalczą o medale zawodnicy wyczynowi. Najpierw młodziczki na 1500 m, o godz. 13.30 – juniorki młodsze 15-16 lat, juniorki 17-18 lat, seniorki – 2000 m, o godz. 13.45 – młodzicy – 1500 m, godz. 13.55 – juniorzy młodsi 15-16 lat, juniorzy 17-18 lat – 2000 m, godz. 14.10 – seniorzy – 2000 m, a o godz. 14.20 przewidziano wręczenie nagród.

Mastersi wystartują o godz. 15.00. Rywalizację rozpoczną sztafety kobiet, potem mężczyzn i sztafety mikst. Na godz. 16.00 zaplanowano wręczenie nagród, a tuż potem spotkanie integracyjne grupy mastersów,

Kibice, którzy będą dopingować zawodników, są mile widziani.

Jol.

Zapraszamy na trybuny

Piłka nożna

3. liga, 17. kolejka, 16 listopada godz. 12.00:

Wisła II Płock – GKS Bełchatów.

Pozostałe spotkania: Victoria Sulejówek – Świt Nowy Dwór Mazowiecki, Jagiellonia II Białystok – Pelikan Łowicz, ŁKS Łomża – Stomil Olsztyn, Unia Skierniewice – Polonia Lidzbark Warmiński, Lechia Tomaszów Mazowiecki – Legia II Warszawa, Warta Sieradz – Sokół Aleksandrów Łódzki, Broń Radom – Wigry Suwałki, GKS Wikielec – Mławianka Mława.

Piłkarze rozegrają w weekend przedostatnią w rundzie jesiennej kolejkę 3. ligi. Ostatnią zaplanowano na 23 i 24 listopada, a wznowienie rozgrywek w rundzie wiosennej – 1 marca 2025 roku.

5. liga mazowiecka, 15. kolejka, 16 lub 17 listopada:

Narew 1962 Ostrołęka – Delta Słupno, KS Łomianki – Mazur Gostynin, Marcovia Marki – Wkra Żuromin, Huragan Wołomin – PAF Płońsk, Sokół Serock – Żbik Nasielsk, Polonia II Warszawa – Nadnarwianka Pułtusk, Drukarz Warszawa – Bug Wyszków. Kasztelan Sierpc zakończył rundę jesienną przed tygodniem, w 15. kolejce – pauzuje.

Piłka ręczna

Liga Mistrzów, 8. kolejka, 21 listopada godz. 18.45:

Veszprem HC – ORLEN Wisła, Fuchse Berlin – Dinamo Bukareszt,

20 listopada godz. 20.45: Eurofarm Pelister – Fredericia Handbold, Sporting Lizbona – PSG.

Drużyny rozegrają pierwszą kolejkę rundy rewanżowej fazy grupowej. W tym roku zespoły walczące o punkty w Lidze Mistrzów będą miały jeszcze dwie kolejki do rozegrania, 28 i 29 listopada oraz 4 i 5 grudnia.

Superliga mężczyzn, 7. kolejka, 13 listopada godz. 18.00:

Zagłębie Lubin – ORLEN Wisła Płock.

Obie drużyny rozegrają zaległe spotkanie. Po tym meczu będzie wiadomo, która drużyna zajmie fotel lidera.

11. kolejka, 16 listopada: ORLEN Wisła – Energa Kalisz.

Liga centralna kobiet, 6. kolejka, 16 listopada:

SMS ZPRP I Płock – Handbaltic Gdynia.

1. liga mężczyzn, 8. kolejka, 16 listopada:

UMKS Trójka Ostrołęka – ORLEN Wisła II Płock, SPR Pabiks Pabianice – MKS Mazur Sierpc, KS Warszawianka – SMS ZPRP Płock.

Piłka siatkowa

2. liga, 16 listopada:

KPS Płock – Lotnik Łęczyna.

Jol.

eprasa.pl b1b966a779

Ten rok był dla mnie wyjątkowy

Z Leszkiem Jarosińskim – prezesem UKS Judo Kano Płock, trenerem i zawodnikiem judo – rozmawia Jola Marciniak

Jesteś aktualnie jednym z nielicznych płockich zawodników, którzy startują w kategorii masters w zawodach międzynarodowych i stają na podium, czyli zdobywają medale. Czy ta kategoria zalicza się do wyczynowych, czy do amatorskich?

Teraz jest to już normalna kategoria. Kiedyś była trochę pół na pół, powiedzmy, amatorska. Natomiast w tej chwili jest w pełni profesjonalna, taka sama jak kategoria seniorów, juniorów, juniorów młodszych. W kategorii masters startują zawodnicy kadry Polski seniorów. Po dwuletniej karencji przechodzą na kategorię masters i startują w zawodach. To są ci sami zawodnicy, którzy startują w mistrzostwach Europy, świata. Walczymy wtedy na naszych matach w Polsce albo w Europie, tak jak ostatnio podczas Pucharu Europy.

Powiedziałam, że jesteś jednym z nielicznych, którzy zdobywają medale. To prawda?

Tak, w tej chwili oprócz mnie jest jeszcze jeden zawodnik, z mojego klubu. Startuje w kategorii M1, w tej najmłodszej. Na przestrzeni lat było tylko kilku mastersów, którzy startowali tak dorywczo i później zniknęli w Płocku. Ja trzymam się już 21 lat – od 2004 roku – i to dobrze.

Domyślam się, że w najbliższym czasie nie zamierzasz rezygnować, kończyć kariery?

Nie, w tej chwili to jest fantastyczne środowisko mastersów. Razem startujemy, wspieramy się. Atmosfera na zawodach to jest coś niesamowitego, zarówno w Polsce, jak i na turniejach międzynarodowych, na które jeździmy już pełną drużyną. Mamy wsparcie Polskiego Związku Judo, mamy swojego prezesa, przedstawiciela w Polskim Związku Judo od kategorii masters. Teraz już wszystko jest w pełni profesjonalnie zorganizowane. Jesteśmy zgłaszani do Pucharów Europy, mistrzostw Europy, mistrzostw Świata przez Polski Związek Judo. Więc jest to profesjonalna kategoria i naprawdę warto poświęcić czas, siły i startować, żeby osiągać takie sukcesy.

To pochwal się w takim razie, czy ten rok dorzucił do Twojej kolekcji kolejne medale?

Ten rok był dla mnie jest wyjątkowy. Zaczęło się w marcu wygraną w turnieju międzynarodowym w Gliwicach. Specjalnie się przygotowywałem – praktycznie od listopada, gdy skończyłem poprzedni sezon startem w Berlinie – kondycyjnie i technicznie. Był Puchar Europy (mój pierwszy) w Warszawie, w którym zająłem trzecie miejsce. Niesamowite emocje, bo kolega wygrał te zawody i dzięki temu we dwóch staliśmy na podium i słuchaliśmy Mazurka Dąbrowskiego. Polecam każdemu. Naprawdę warto. Człowiek jest dumny z tego, że jest Polakiem. W mistrzostwach Słowacji wygrałem walki, zająłem drugie miejsce, wywalczyłem srebrny medal. Później były mistrzostwa Polski, w których zdobyłem brązowy medal i ostatnie zawody, Puchar Europy w Chorwacji, na przepięknej wyspie Hvar, gdzie wywalczyłem złoto. I to była taka wisienka na torcie.

Powiedz coś więcej o rywalizacji, dużo masz przeciwników w swojej kategorii wiekowej?

To zależy. Na mistrzostwach Europy jest nas 16-19. Na Pucharach Europy w granicach 5-6. Na mistrzostwach Polski 4-5-6. To zależy od przygotowania każdego z nas, od stanu zdrowia, od kwestii rodzinnych, zawodowych. Nie jest łatwo być mastersem. Będąc dorosłym człowiekiem ma się mnóstwo obowiązków, a trzeba w to wpleść jeszcze treningi, starty i przetrzymać całe przygotowania, być gotowym na zawody.

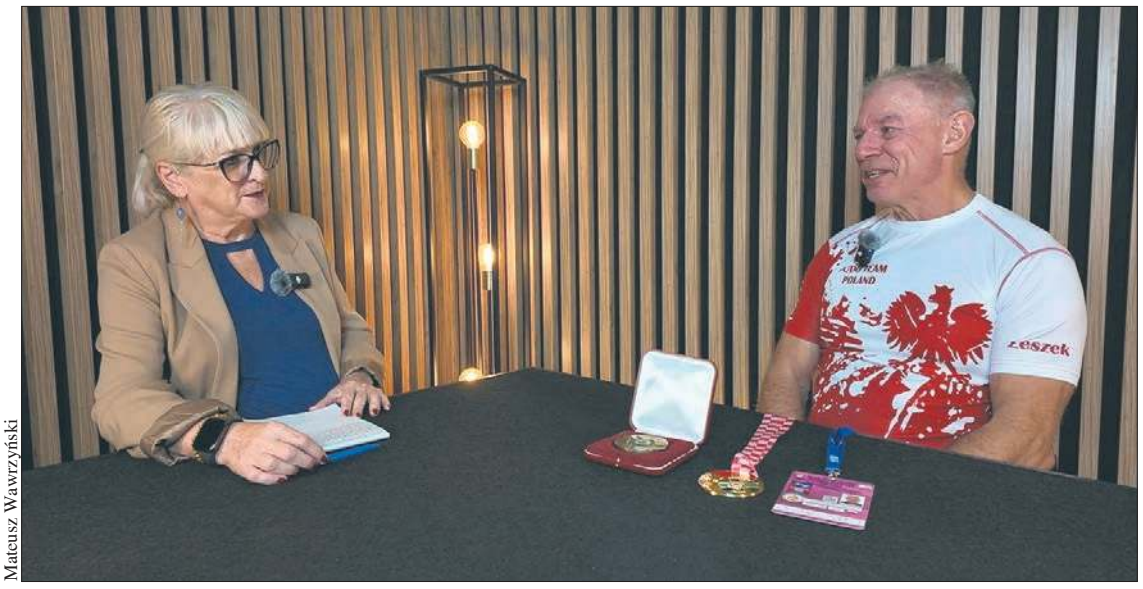
Czy to oznacza, że jesteście w takim jednym kręgu, że jest was maksymalnie kilkunastu i spotykacie się na tych zawodach, w swojej kategorii przez cały rok?

Mastersów w Europie jest bodajże 1500. To nie jest klub znajomych, którzy się spotykają na macie. We francuskim Lyonie, gdzie w styczniu rozgrywany jest jeden z ważniejszych turniejów masters, startuje 600-700 zawodników. Tam ciężko jest się zgłosić, bo wolne miejsca znikają momentalnie. W mistrzostwach Europy startuje 1000 zawodników. Ale ważne jest jeszcze to, by mieć pieniądze na taki wyjazd. Nie każdego stać, by polecieć do Las Vegas na mistrzostwa świata, gdzie jest już zgłoszonych 1200 zawodników. Więc to są olbrzymie zawody, olbrzymia konkurencja i jeśli ktoś myśli, że można po prostu przyjść sobie ot tak, poćwiczyć, bo jestem zdrowy i sprawny, to grubo się myli. W takiej sytuacji od razu odpada się z turnieju.

To rzeczywiście trochę mnie zaskoczyłeś, bo stale rozmawiamy o tym, że dzieci i młodzież nie chcą trenować, nie chcą się zajmować żadnym sportem, a tutaj wychodzi na to, że ten ciężar spadł na weteranów, że ich jest teraz najwięcej.

Tak, na Mistrzostwach Polski Masters jest dużo więcej zawodników niż na Mistrzostwach Polski Seniorów, w których mogą startować jeszcze juniorzy, bo tam startuje 120 do 140 osób, a u nas od 180 do 250. Tak że my jesteśmy teraz taką wiodącą kategorią w polskim judo, nie umniejszając oczywiście wynikom naszej kadry, w której zawodnicy i zawodniczki zdobywają medale mistrzostw Europy, mistrzostw świata, różnych Grand Prix, pucharów świata. Ale jeśli chodzi o liczebność, to tak jak mówię – starsi zawodnicy kadry Polski przechodzą do mastersów i dalej kontynuują karierę. Wiadomo, że z wiekiem podnosi się wytrzymałość, siła, natomiast znika szybkość, która jest decydująca w kategorii seniorów. Dlatego gdy seniorzy przechodzą do nas, mogą się dalej rozwijać na swoim poziomie, gdzie nie potrzeba już takiej dużej szybkości, jak w kategorii seniorów. Walki w mastersach z zawodnikami z Francji, z Japonii, ze Stanów Zjednoczonych, z Hiszpanii są na tym samym poziomie, na którym oni walczyli w kadrze Polski, jeżdżąc mistrzostwa Europy czy mistrzostwa świata.

Powiedz, bo nigdy nie rozmawialiśmy na ten temat, jak to się stało, że zostałeś judoką? Chyba nigdy o tym nie mówiłeś...


Mateusz Wawrzyński

To jest dość zabawna historia. Ale wtedy, kiedy miała miejsce, nie była taka zabawna. Chodziłem do Szkoły Podstawowej nr 16 i w klasie mieliśmy dwie grupy chłopców. Jedna grupa rozrabiaków i druga taka trochę spokojniejsza, w której ja przewodziłem. Z grupy rozrabiaków jeden z kolegów zapisał się na karate. I kiedyś przyłożył mi tak porządnie w nos na korytarzu. Zaskoczył mnie i uderzył. Od razu przestraszył się trochę tego, co zrobił, bo rozkwasił mi nos. Ja tak ogarnąłem siebie, poszedłem do pielęgniarki, opatrzyłem się, nie powiedziałem nikomu, co się stało, natomiast miałem już w głowie, że żeby być równorzędnym dla niego przeciwnikiem, muszę zacząć coś trenować. Ponieważ on chodził na karate, ja zapisałem się na judo. I po roku szanse się wyrównały. Ja do tej pory trenuję judo, a jeśli chodzi o mojego kolegę, to lepiej nie wspominać tego wydarzenia.

W Płocku judo jest obecne już od ponad 50 lat. Jaka jest w tej chwili sytuacja w klubach? Jak to wygląda?

Kiedyś był tylko jeden klub, w którym byliśmy zrzeszeni. Był to potężny klub, bo w okresie szczytowym mieliśmy 10 grup. Trenowało u nas prawie 500 zawodników, zawodniczek. Średnio w roku zdobywaliśmy 3-4 medale na mistrzostwach Polski w kategorii chłopców i w kategorii dziewcząt. Byliśmy jednym z potężniejszych klubów w Polsce. Natomiast w 2003 roku odłączyłem się od MMKS Jutrzenki Płock i założyłem UKS Judo Kano. Po mnie powstał UKS Eliot, później UKS Judo Sensei Płock, prowadzony przez Łukasza Smorzewskiego. Powstał też UKS Sakura, prowadzony przez Krzysztofa Masztakowskiego. Dzisiaj mamy trzy działające kluby: prowadzony przeze mnie UKS Judo Kano, UKS Judo Sensei i UKS Sakura, W trzech klubach trenuje ponad 300 zawodników, bo sam Sensei ma ich ponad 150. Mniej więcej zrzeszamy około 400 zawodników w trzech klubach i jesteśmy jedną z najbardziej licznych dyscyplin sportowych w Płocku. Przychodzą do nas piłkarze nożni, piłkarze ręczni, ci mali – w kategorii młodzików, rodzice przyprowadzają swoje dzieci, żeby się nauczyły „padać". Bo to jest największy problem, tego brakuje w zajęciach z piłką. Przychodzą do nas dzieci z lekkiej atletyki, z gimnastyki. Judo jest bardzo wszechstronne. Zakres zajęć w judo jest oparty o gimnastykę, akrobatykę, zajęcia koordynacyjne, dlatego wszyscy przychodzą do nas.

Wspomniałeś, że to rodzice przyprowadzają dzieci na zajęcia judo. Nie ma tak, że dzieci same pomyślą o tym, że to może być fajna dyscyplina sportowa?

Czasem się zdarza, w czasie nauki w szkole średniej. Przychodzą do nas sami zawodnicy, którzy chcą coś poznać na zasadzie, że widzieli MMA, brazylijskie Jiu-Jitsu, chcą jeszcze zobaczyć judo i poznać tę dyscyplinę sportu. A później zostają, bo u nas jest naprawdę fajna atmosfera na treningach. Natomiast jeśli chodzi o młodsze dzieci, to, jak wspomniałaś, obecność rodzica na początku jest obowiązkowa. Natomiast później, kiedy dziecko wejdzie już w grupę i zobaczy, jaka to jest fajna zabawa, to już samo przychodzi.

A co daje judo takiemu młodemu człowiekowi, który jeszcze nie bardzo wie, co ze sobą zrobić?

Przede wszystkim współpraca w grupie. Dzieci są w tej chwili mocno wyobcowane. Widzimy to na treningach, gdy przychodzi osoba początkująca, taki 6-/8-latek, 9-latek – nie wie, jak zareagować na większą grupę. Stoi w kąciku i patrzy takimi dość przerażonymi oczami, co tu się dzieje. Na początku ćwiczenia są bardzo proste, ale nie ma relacji z innymi dziećmi. Dopiero później, z treningu na trening, dzieci bardzo szybko się adaptują i nawiązują wspólne więzi, tak jak kiedyś było na podwórkach. To w tej chwili jest na salach treningowych, gdzie dzieci się kolegują, lubią, wspierają. Robimy różne ćwiczenia w grupach, podczas których jedna grupa rywalizuje z drugą, więc zawiązują się więzi między zawodnikami. Ćwiczenia są w parach. To też pozwala dziecku ogarnąć później takie relacje w szkole. Już nie mówiąc o tym, że są prymusami na lekcjach wychowania fizycznego, bo po pierwszym roku treningu nasi zawodnicy, praktycznie wszyscy, w każdym wieku, są wychwytywani przez nauczycieli, wuefistów do wszelkich zawodów, ponieważ są najlepsi w szkołach. Miałem przypadek trzecioklasisty, który grał w kosza, mając metr dziesięć, z ósmoklasistami, bo był najlepszy. Nie wierzyłem w to, co słyszę. Ale tak jest. Na judo mamy mnóstwo ćwiczeń koordynacyjnych, gimnastycznych, akrobatycznych – i to owocuje później tym, że dziecko bardzo dobrze się „wywija", jak za dawnych dobrych czasów.

A co daje dorosłemu człowiekowi, choćby Tobie, judo?

Przede wszystkim dużo zdrowia. Oczywiście nie można przesadzać, nie można się zakatować. Trzeba znać ten umiar między wysiłkiem fizycznym a odpoczynkiem, regeneracją. Reagować na jakieś drobne kontuzje. Ale przede wszystkim judo daje dużo zdrowia. Gdy przychodzę na zajęcia z dziećmi, to się resetuję i przechodzę w inny świat. Dzieciaki na treningu dają bardzo dużo pozytywnej energii. Natomiast ja sam, gdy w okresie świątecznym mam 2-3 tygodniową przerwę, naprawdę odczuwam jakieś tam naciągnięcia, bóle, zaczyna się wszystko odzywać z takich podstawowych rzeczy. Ale gdy zaczynam w styczniu treningi, wszystko mija jak ręką odjął.

Mówisz, że bardzo dużo dzieci trenuje judo. Powiedz, czy doczekamy się kiedyś mistrzostwa Polski albo przynajmniej medalu na MŚ seniorów?

Myślę, że tak. W moim klubie jest kilka utalentowanych osób. W tym roku, o ile się nie mylę, płoccy zawodnicy już zdobyli dwa medale Pucharu Europy w kategorii juniorów i juniorek, także mistrzostwo Polski. To jest ciężka droga. Żeby coś osiągnąć, trzeba naprawdę mnóstwa wyrzeczeń, pięć treningów w tygodniu, wyjazdów na zawody, na kadrę. Trzeba naprawdę dużo poświęcić, żeby zdobyć taki medal.

eprasa.pl b1b966a779

Na półmetku fazy grupowej Ligi Mistrzów

Kiepski początek ORLEN Wisły

Pierwsza część fazy grupowej Ligi Mistrzów już za nami. Wszystkie drużyny rozegrały po siedem spotkań. Najwięcej punktów w grupie A mają: Veszprem HC i PSG. Wygląda na to, że to mistrzowie Węgier i Francji wywalczą sobie automatyczny awans do ćwierćfinału. A co z mistrzem Polski?

ORLEN Wisła w tej edycji rozgrywek nie radzi sobie najlepiej. Podobnie jak przed rokiem kibice liczyli na znacznie lepsze występy, a co za tym idzie – na zdobycie większej liczby punktów. Jak wiadomo, Nafciarze wygrali tylko jeden mecz, zdobyli zaledwie dwa punkty i zajmują dopiero przedostatnie miejsce w tabeli grupy A. Nie tak to miało wyglądać...

Przypomnijmy, że ORLEN Wisła czekała 12 długich lat na sukces. Po zdobyciu złotego medalu mistrzostw Polski i Pucharu Polski nastąpiło wzmocnienie drużyny. Na początku sezonu 2024/25 do dwóch trofeów płocczanie dorzucili trzecie – wywalczony w łódzkiej Atlas Arenie Superpuchar.

Właśnie to czwarte z rzędu zwycięstwo nad Industrią Kielce, już w nieco zmienionym składzie, miało dać drużynie szansę na dobre występy w Lidze Mistrzów. Tak się jednak nie stało. Rozczarowanie, przynajmniej na kilka tygodni, dał wynik już pierwszego meczu. 11 września, tuż po zdobyciu Superpucharu, ORLEN Wisła pojechała do Lizbony, by o pierwsze punkty powalczyć ze Sportingiem.

Mecz był wyrównany tylko do 17. min i wyniku 9:9. Potem były świetne cztery minuty w wykonaniu rywali, którzy zdobyli cztery kolejne bramki i w 20. min, po rzucie karnym Orri Forkelssona, na tablicy był wynik 13:9. Z płockiej strony karnego nie rzucił Michał Daszek, za to ze zdobycia gola cieszył się Mamadou Gassama i było już 14:9. Co prawda na przerwę Nafciarze schodzili tylko z trzema bramkami straty, ale tuż po wznowieniu gry gospodarze dorzucili trzy gole i na tablicy widniał wynik 20:14.

Płocczanie od razu zmniejszyli rozmiary porażki do wyniku 20:17 w 37. min, ale na niewiele się to zdało, bo w 53. min rywale wyszli na prowadzenie 30:23 i spokojnie dograli mecz do końca, zdobywając dwa punkty.

Dodajmy, że w poprzedniej edycji Ligi Mistrzów nie grała drużyna Sportingu, a FC Porto. Jak się jednak okazało, Portugalczycy mocno urośli w siłę i bez względu na to, która to drużyna, ORLEN Wisła nie ma szans na zwycięstwo na wyjeździe.

Potem Nafciarze zagrali dwa mecze w swojej hali i nie da się ukryć, że oczekiwania, przynajmniej przed pojedynkiem z Dinamem Bukareszt, były ogromne.

Niestety, mecz z zespołem z Bukaresztu zakończył się porażką 26:28, podobnie jak ten z PSG – wynik 23:24 i punkty „zabrane" przez gości. Kibiców najbardziej bolało to, że brakowało niewiele, by spotkania zakończyły się innym wynikiem, ale zadecydowały końcówki pojedynków, w których skuteczniejsi okazywali się rywale.

ORLEN Wisła bez punktów

Po trzech seriach ORLEN Wisła była bez punktów, za to dziwiły drużyny zajmujące najwyższe miejsca w tabeli grupy A. W fotelu lidera zasiadał Sporting, a na drugim miejscu było Dinamo. Płocczanie byli na szóstej pozycji, która gwarantowała awans do fazy pucharowej, ale powodów do radości bynajmniej nie było. Także po 4. kolejce, czyli po meczu z Fuchse w Berlinie. Nafciarze znowu przegrali spotkanie w samej końcówce. W 60. min bramkę na 24:24 zdobył Tim Cokan, lecz ostatnie 17 sekund pojedynku rywale rozegrali koncertowo i tuż przed ostatnią syreną zdobyli zwycięskiego gola. Jego autorem był Jerry Tollbring.

Pojedynek z Fuchse został rozegrany tuż przed ligowym meczem z Industrią. Rywale przyjechali do ORLEN Areny pewni swego i choć byli mocno osłabieni, wierzyli w zwycięstwo. Dobrze pamiętali mecz z 11 marca, pojedynek o 1. miejsce w tabeli Superligi poprzedniego sezonu i dość sensacyjną wówczas wygraną 34:29.

Tym razem jednak triumfowała ORLEN Wisła, pokonując w „świętej wojnie" odwiecznego rywala 29:25. O tym, co działo się po meczu, nie będziemy wspominać. Wystarczy tylko przypomnieć, że Komisarz Ligi ukarał trenerów i zawodników obydwu drużyn zakazem występu w meczach krajowych rozgrywek. Czy kara była słuszna? To już temat na inne rozważania.

D. Ossowski

Pierwsze i jedyne na razie punkty

Na fali zwycięstwa z Industrią ORLEN Wisła wygrała pojedynek 5. kolejki Ligi Mistrzów z Eurofarmem Pelister 28:16, a tydzień później pojechała do Danii, by tam zagrać z wicemistrzem tego kraju – Fredericią Handbold Klub.

Mecz z duńskim zespołem przejdzie chyba do historii jako najbardziej obciachowa porażka w dziejach spotkań Ligi Mistrzów. ORLEN Wisła robiła wszystko, by nie wygrać tego spotkania i... to się udało. Na koniec pojedynku na tablicy widniał wynik 28:25, a rywale zdobyli w ten sposób swoje pierwsze w historii punkty nie tylko w Lidze Mistrzów, ale w ogóle w europejskich pucharach. My za to straciliśmy Michała Daszka, który doznał w tym meczu kontuzji i został wyeliminowany z gry na kilka tygodni.

Na koniec pierwszej połowy fazy grupowej ORLEN Wisła zmierzyła się z Veszprem. Byli wśród kibiców optymiści, którzy wierzyli, że podopieczni trenera Sabate są w stanie powtórzyć swój wyczyn z 7 grudnia 2023 roku, kiedy to Nafciarze wygrali 37:30.

Tym razem sztuka ta się nie udała, płoccy szczypiorniści przegrali 24:27, choć w 41. min zdobyli kontaktową bramkę na 14:15, a w 58. min na tablicy był wynik 23:25. Końcówka znowu jednak należała do rywali.

Runda rewanżowa fazy grupowej ruszy 20 i 21 listopada. ORLEN Wisła rozpocznie rywalizację od wyjazdu do Veszprem i raczej trudno liczyć w tym miejscu na punkty.

Jol.

Tabela po 7. kolejkach wygląda następująco:

drużyna	punkty	bilans bramkowy
1. Veszprem	12	230-201
2. PSG	12	226-221
3. Dinamo Bukareszt	10	226-210
4. Sporting Lizbona	9	226-198
5. Fuchse Berlin	6	226-223
6. Eurofarm Pelister	3	166-198
7. ORLEN Wisła Płock	**2**	**177-184**
8. Fredericia Handbold	2	192-234

„Trafiaj do celu, zamiast być celem"

Dart w Emilianowie

Na łamach „Tygodnika Płockiego" pisaliśmy często o dyscyplinie sportu, która 25 lat temu zyskiwała coraz więcej zwolenników, czyli o darcie. Wówczas na terenie Płocka i Gostynina prężne działały kluby darta. Minęło ćwierć wieku i powstał pomysł, by powrócić do tej dyscypliny. Wspólnie z ówczesnymi darterami została podjęta decyzja o stworzeniu darterskiego klubu na terenie powiatu gostynińskiego.

Powstał nowy klub sportowy – DART CLUB H99. Nazwa pochodzi od ówczesnej nazwy klubu „Harlem" w Gostyninie, gdzie odbywały się pierwsze turnieje darterskie, i roku 1999 – kiedy gostynińscy darterzy zaczynali grać.

„Trafiaj do celu, zamiast być celem" to pierwsze wydarzenie zorganizowane przez Dart Club H99, którego celem była promocja aktywności sportowej, czyli gry w darta, zamiast sięgania po używki. Zadanie pn. „Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym" było współfinansowane ze środków Gminy Gostynin (tryb Małych Grantów).

Uczestnicy wysłuchali prelekcji na temat tego, że warto wybierać sport, a nie alkohol czy narkotyki, bo sport pozwala przede wszystkim na bycie z innymi i rozwijanie swoich pasji, uczy regularnej pracy, treningów, które potem pozwalają osiągać sukcesy.

W czasie eventu klub przedstawił także historię tej dyscypliny sportu na Mazowszu – „25 lat – od prekursorów do juniorów, czyli jak historia zatoczyła koło". Warto dodać, że na łamach „Tygodnika Płockiego" towarzyszyliśmy darterom i opisywaliśmy zawody z ich udziałem.

Wśród gości eventu byli: wójt Gminy Gostynin Renata Kędzierska, starosta powiatu gostynińskiego Andrzej Krzewicki, dyrektor Szkoły Podstawowej w Emilianowie Kinga Ilska-Bylińska. Również goście spróbowali swoich sił przy tarczy, oddając celne i wysoko punktowane rzuty.

Warto również dodać, że w niedzielnym turnieju, wśród wielu uczestników, brali udział także potomkowie prekursorów tego sportu. Wśród najlepszych darterów ponownie ukazały się nazwiska: Węclewski (Antek, syn Rafała), Kacprzak (Ania, córka Michała i Zuzia, bratanica), Papiernik (Szymon, syn Waldemara).

Zapraszamy na turnieje

15 listopada o godz. 18.00 Dart Club H99 zaplanował dwa równoległe, otwarte dla wszystkich turnieje „Wielkiego powrotu darta na Ziemię Gostynińską". Wydarzenie odbędzie się w restauracji „Leśna Chata" przy ul. Floriańskiej 21 w Gostyninie.

Spotkanie ma formułę otwartą, a organizator przewidział udział do 48 osób w kategorii open (seniorzy + juniorzy) i do 16 w kat. kobiet.

Klub serdecznie zaprasza wszystkich na premierowy event. Szczegóły wydarzenia znajdują się u organizatora na Facebooku – Dart Club H99.

Jol.

Archiwum organizatora

eprasa.pl b1b966a779

Dzień Niepodległości

Szanowni Czytelnicy wezmą do rąk najbliższy numer Tygodnika nazajutrz po Narodowym Święcie Niepodległości, ale ten tekst powstaje oczywiście wcześniej. Nie wiem jaki będzie przebieg wydarzeń z tym świętem związanych. Od wielu lat koncentrują się one wokół Marszu Niepodległości, organizowanego przez środowiska konserwatywno – narodowe. Po pewnych perturbacjach w tym roku będzie podobnie. Pojawia się zatem pytanie, czy przebieg marszu będzie bardziej przypominał te z ostatnich lat, czy te wcześniejsze, którym towarzyszyły rozmaite „incydenty"? Cóż, są powody do niepokoju! Tak się bowiem składa, że w ostatnich dniach trwają w naszym pięknym kraju protesty policjantów, znane pod nazwą akcji „Lucyna". Imię patronki wzięło się stąd, że protest polega na masowym korzystaniu ze zwolnień z pracy, czyli korzystaniu z popularnego L4.

I to jest kłopot, bo „zabezpieczenie" Marszu Niepodległości wymaga zaangażowania co najmniej kilku tysięcy funkcjonariuszy. A tu taki bigos… Trzeba na gwałt zmobilizować odpowiednie siły do zwalczania zorganizowanych grup przestępczych, niosących transparenty z hasłami godzącymi w polską rację stanu, czyli nasze członkostwo w Unii Europejskiej, dozgonną przyjaźń i bezwarunkowe wsparcie dla wschodniego sąsiada, toczącego nierówną walkę z naszym odwiecznym wrogiem oraz przywracanie w naszej umęczonej ośmioletnimi rządami poprzedniej ekipy ojczyźnie praworządności, metodami „demokracji walczącej". Na domiar złego wynik wyborów prezydenckich u najważniejszego sojusznika bez wątpienia oznacza, że środowiska konserwatywno – narodowe w naszym pięknym kraju nabrały wiatru w żagle…

Marsz Niepodległości skończy się tak czy inaczej, ale pytanie o polską niepodległość dziś i w przyszłości pozostanie. Czym więc jest owa niepodległość? Według najwyższego autorytetu naszych czasów, czyli Wikipedii to „pojęcie z zakresu politologii: cecha państwa lub narodu, które nie zależą pod względem politycznym od innego państwa lub narodu. I tu Wikipedia zawodzi. Na hasło „względy polityczne" odpowiada, że nie ma takiej strony. Przyjmijmy zatem ostrożnie, że niepodległość to stan, w którym organy władzy państwowej podejmują decyzje niezależnie od nacisków (bezpośrednich lub pośrednich) władz innych krajów. W tym sensie nasze państwo było niepodległe w czasach panowania dynastii Jagiellonów na przykład. A dziś?

Jerzy Ogonowski

FELIETONY

Ogonowski | Kopeć

Trump po raz drugi

Za pierwszej swojej kadencji Donald Trump niechlubnie zapisał się w pamięci wielu Polaków, w tym polonii amerykańskiej, podpisując słynną ustawę oznaczoną kryptonimem „447", w myśl której Departament Stanu naszego najważniejszego sojusznika zobowiązywał się do pilnego kontrolowania, czy wywiązujemy się jak należy z postanowień Konferencji Terezińskiej, w myśl której po blisko 80 latach od zakończenia II wojny światowej wciąż musimy „spłacać te żydowskie długi" (cytat z „Lalki" Prusa, gdyby się ktoś pytał) na sumę ponad 60 miliardów dolarów z tytułu tzw. „mienia bezdziedzicznego", pozostawionego tu przez starszych braci w wierze, po których nie pozostał żaden dziedzic, a na które zyskowny skok zaplanowały żydowskie gangi rezydujące w Stanach Zjednoczonych i kto tam wie, gdzie jeszcze. Nie ma dla nich znaczenia, że wciąż jesteśmy krajem na dorobku, że niedomaga oświata, służba zdrowia, policja, wojsko. Kto wie, czy nie spłacamy tego, współfinansując wojnę na Ukrainie. Oczywiście Trump jako wielki miłośnik Polski i Polaków mógł zablokować tę niesprawiedliwą ustawę, ale tego nie zrobił, mimo usilnych próśb środowisk polonijnych. Trudno mu to wybaczyć, a kiedy się pamięta jeszcze, że w roli ambasadora swojego przepotężnego niegdyś kraju, którego świetność w ostatnich latach mocno przybladła, zainstalował w Warszawie tę szurniętą babę z bujną czupryną, to sympatia do niego jeszcze bardziej słabnie.

A mimo to środowiska prawicowe dostają spazmatycznych orgazmów na samo nazwisko Trumpa, licząc być może na to, że za te 60 miliardów spłacanych tak przykładnie, a kto wie, czy nie z nawiązką, pomoże zrekonstruować rząd w Warszawie, żeby nie dopuścić do sfinalizowania tych wszystkich rozliczeń starych nieudaczników, których się podjął rząd nowych nieudaczników, ale które na razie realizuje tak opieszale, jakby się czegoś obawiał. No cóż, pożyjemy, zobaczymy, jaki wpływ na losy naszego niedorozwiniętego wciąż bantustanu, skolonizowanego przez bogatszych i mądrzejszych, będzie miała druga kadencja 47. prezydenta USA, nowego pryncypała zarządzających Polską szlachciurów, którym się wydaje, że są wyłącznymi panami naszego życia i śmierci i mogą bez pytania nas o zdanie strącać rosyjskie rakiety nad Ukrainą w obronie majątków, jakie tam posiada rodzina 46. prezydenta USA. Z dwojga złego – żydofila i przeambitnej aborcjonistki i depopulacyjnej genderystki – lepszy pierwszy. Przynajmniej mniej głupot będzie się szerzyło po świecie. Chyba na czas pojęli to zwykli Amerykanie, stąd taki wynik, smutno musi być tylko papieżowi Franciszkowi, który tak kochał proaborcyjnego Bidena.

Korzyść z wyniku Trumpa polega też na tym, że zdemaskowane zostały te wszystkie demokratyczne instytucje (sondażownie i wolne media), które stoją na straży wolności słowa w najcudowniejszym ustroju politycznym w kosmosie, a tak naprawdę łżą jak najęte, nie za darmo oczywiście, tylko za pieniądze potężnych kapitalistycznych pryncypałów, którzy nie skąpią grosza na swe cele, wśród których wyróżnia się radykalna depopulacja świata poprzez popularyzację zachowań służących „zdrowiu reprodukcyjnemu", które akurat na tym polega, żeby jak najskuteczniej przeszkodzić zapłodnieniu. Kamala miała w tym względzie rewolucyjne plany, podrasowane miliardami dolarów amerykańskich przedsiębiorców (może Kościół wreszcie zrozumie, gdzie kryje się jego największy przeciwnik), które zostały w porę zatrzymane. Pewnie nie na długo. Trump zresztą może nie dożyć inauguracji swojej drugiej kadencji, jak miał w ogóle nie dożyć wyborów. Do rozpoczęcia „naprawy naszego kraju", którą zapowiada 47. prezydent USA, pozostały jeszcze pełne dwa miesiące. Siły, które zainwestowały w Kamalę miliardy, aby ten kraj psuć nadal, a wraz z nim Europę i Polskę, mogą próbować skutecznie mu w tym przeszkodzić. Mogą to równie skutecznie zrobić po rozpoczęciu kadencji. Tak więc zapowiadają się ciekawe czasy.

Wiesław Kopeć

** Informujemy, że redakcja nie musi się utożsamiać z poglądami zawartymi w felietonach. W tym gatunku dziennikarskim ich autorzy wyrażają własne zdanie.*

Adwokat radzi

Zakaz zastępowania umowy o pracę umową cywilnoprawną

Nierzadko zdarza się, że pracownicy są zatrudniani na podstawie umowy zlecenia, czyli umowy cywilnoprawnej, mimo że charakter wykonywanych przez nich czynności mógłby zostać uznany za stosunek pracy. Pracownicy powinni wiedzieć, że umowa zlecenia różni się zasadniczo od umowy o pracę i nie może polegać na wykonywaniu tożsamych obowiązków. Oczywistym bowiem jest, że pracownik zatrudniony na umowę o pracę ma więcej praw i przywilejów związanych z zatrudnieniem.

Czym charakteryzuje się umowa zlecenie?

Kwestie umowy zlecenia reguluje Kodeks Cywilny, w art. 734, który stanowi, że: „Przez umowę zlecenia przyjmujący zlecenie zobowiązuje się do dokonania określonej czynności prawnej dla dającego zlecenie". Jedyną cechą wspólną umowy zlecenia i umowy o pracę jest to, że są to umowy starannego działania. Pracodawcy przy umowie zlecenia nie obowiązują żadne przepisy dotyczące obowiązkowych urlopów wypoczynkowych czy też okresy wypowiedzenia. W przypadku umowy zlecenia nie występują takie cechy jak podległość, kierownictwo, czas i miejsce wykonania zlecenia.

Czym charakteryzuje się umowa o pracę?

Przepisy dotyczące zawierania umów o pracę zawarte zostały w Kodeksie Pracy. Zgodnie z art. 25 § 1 Kodeksu Pracy: umowę o pracę zawiera się na czas nieokreślony lub na czas określony. Z kolei na charakterystyczne cechy stosunku pracy wskazuje art. 22 § 1 Kodeksu Pracy, który stanowi, że: „Przez nawiązanie stosunku pracy pracownik zobowiązuje się do wykonywania pracy określonego rodzaju na rzecz pracodawcy i pod jego kierownictwem oraz w miejscu i czasie wyznaczonym przez pracodawcę, a pracodawca – do zatrudniania pracownika za wynagrodzeniem". Nadto w artykule tym ustawodawca wprost wskazał, że nie jest dopuszczalne zastąpienie umowy o pracę umową cywilnoprawną przy zachowaniu warunków wykonywania pracy, określonych w art. 22 § 1 Kodeksu Pracy, a zatrudnienie w warunkach określonych w art. 22 § 1 Kodeksu Pracy jest zatrudnieniem na podstawie stosunku pracy, bez względu na nazwę zawartej przez strony umowy.

W przypadku umowy o pracę, w przeciwieństwie do umowy zlecenia, pracownikowi przysługują wszelkie świadczenia, takie jak: urlop wypoczynkowy, urlop macierzyński, itp. Nadto pracownik, dzięki przepisom prawa pracy podlega ochronie, a mianowicie ochronie podlega wynagrodzenie pracownika, a także czas pracy, albowiem pracownik, co do zasady, nie może pracować więcej, niż wynika to z przepisów. Dodatkowo pracownicy zatrudnieni na umowę o pracę mają zapewniony okres wypowiedzenia, za który powinni otrzymać wynagrodzenie.

Elementy stosunku pracy

Przepisy dokładnie określają elementy, które sprawiają, że dany stosunek prawny jest stosunkiem pracy. Pracownik musi wykonywać określony rodzaj pracy na rzecz danego pracodawcy, przy czym umowa o pracę to umowa starannego działania. Pracownik jest zatem zobowiązany do dokonywania określonych czynności, a nie do osiągnięcia konkretnego rezultatu.

Praca musi być wykonywana pod kierownictwem pracodawcy, co oznacza, że pracownik musi stosować się do wszystkich poleceń i instrukcji, które wydaje mu pracodawca. Wszystkie czynności wykonywane przez pracownika muszą być wykonywane w wyznaczonym przez pracodawcę miejscu i czasie. Ponadto za pracę należy się pracownikowi wynagrodzenie.

Kiedy umowa zlecenia może zostać uznana za umowę o pracę?

Kwalifikacja danej umowy jako relacji pracowniczej lub cywilnoprawnej dokonywana jest na podstawie oceny okoliczności zawarcia i wykonywania danej umowy, interpretacji przepisów prawnych regulujących te obszary oraz postanowień zawartych przez strony umów.

Przede wszystkim wykonywana praca musi nosić cechy stosunku pracy, o którym mowa w art. 22 Kodeksu Pracy, a zatem: stałe miejsce i godziny pracy, wykonywanie pracy w podporządkowaniu organizacyjnym i służbowym, bezwzględny wymóg osobistego świadczenia pracy, wykonywanie pracy za wynagrodzeniem i ciągłość świadczenia. Jeżeli, pomimo zatrudnienia na umowę zlecenia, wykonywane przez pracownika czynności spełniają wspomniane wymagania, może się okazać, że jest to stosunek pracy.

Co należy zrobić, aby ustalić, że umowa zlecenia jest umową o pracę?

Jeżeli zleceniobiorca uważa, że charakter wykonywanych przez niego czynności odpowiada umowie o pracę powinien wystąpić do sądu pracy z pozwem o ustalenie istnienia stosunku pracy. Takiemu pracownikowi przysługują także inne roszczenia, jak np.: żądanie wypłaty odszkodowania z tytułu niezgodnego z prawem rozwiązania umowy o pracę, zasądzenie ekwiwalentu za niewykorzystany urlop wypoczynkowy, czy odprawy pieniężnej w związku z wypowiedzeniem umowy o pracę z przyczyn niedotyczących pracowników. Pracownik może także domagać się wynagrodzenia za pracę w godzinach nadliczbowych oraz po zakończeniu pracy wydania świadectwa pracy.

Dane Kancelarii:
Adwokat Marta Wach
Kancelaria Adwokacka
ul. Tadeusza Kościuszki 1/207
09 – 400 Płock
strona www.kancelariawach.pl
kontakt: 606 225 243
biuro@kancelariawach.pl

eprasa.pl b1b966a779

Mazowsze » dla straży pożarnych »

MAZOWSZE MA

DZIELNYCH STRAŻAKÓW

SEJMIK WOJEWÓDZTWA POMAGA W ZAKUPIE SPRZĘTU STRAŻACKIEGO

więcej o programach wsparcia na mazovia.pl

Materiał przygotowany we współpracy z Urzędem Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego

eprasa.pl b1b966a779