

infoPłockTV



www.infoplocktv.pl

CZYTAJ I OGLĄDAJ INFORMACJE Z TWOJEJ GMINY

SKANUJ KODY QR I OGLĄDAJ FILMY



POWIAT PŁOCKI ŻEGNA MARIUSZA BIEŃKA

BIELSK

BODZANÓW

BRUDZEŃ DUŻY

BULKOWO

DROBIN

GĄBIN

ŁĄCK

MAŁA WIEŚ

NOWY DUNINÓW

PŁOCK

RADZANOWO

SŁUBICE

SŁUPNO

STARA BIAŁA

STAROŻREBY

WYSZOGRÓD



LEKARZE CHCĄ ODEJŚĆ Z WINIAR

str. 2



ART DÉCO - UNIKATOWA WYSTAWA

str. 19



POKONA 1000 KM DLA OLI

str. 21



PKN ORLEN MA POMYSŁ NA PŁOCKIE ŚMIECI

str. 5



REGATY ORLEN CUP 2021

str. 22



14. EMERYTURA W PAŹDZIERNIKU

str. 4

Rozmowa z włodarzem

Brudzeński Park Krajobrazowy, zielone tereny turystyczne, wiele miejsc czekających nadal na odkrycie. To jedna strona gminy Brudzeń Duży. To również atrakcyjne miejsce dla osób szukających zamieszkania. Gmina cały czas się rozwija, inwestuje. Od 2010 roku jej wójtem jest Andrzej Dwojnych.

Jak w tym czasie zmieniła się gmina Brudzeń Duży?

Andrzej Dwojnych: Na to pytanie najlepiej odpowiedziałby mieszkańcy. To oni widzą najwięcej zmian. Z mojego subiektywnego postrzegania tej rzeczywistości wydaje się, że dużo. W gminie udało się osiągnąć dużo, na pewno jeśli chodzi o obszar infrastruktury, ale wiele miękkich działań, projektów. To są rzeczy, którymi możemy się pochwalić. Najistotniejszy element to inwestycje. To na pewno infrastruktura drogowa, kanalizacyjna, rozbudowujemy kwestie związane z zaopatrzeniem mieszkańców w wodę, Stacje Uzdadniania Wody, budynki dla straży pożarnych, remonty szkół. To bez wątpienia najważniejsze elementy rozwoju gminy. Ważne jest też to, że udało nam się zaktualizować bardzo mieszkańców.

Pamiętamy o uroczystościach patriotycznych, dożynkach, festynach. To ważna część życia naszej gminy.

Budżet, jakim dysponuje gmina nie jest zbyt wysoki. Zatem dzięki dofinansowaniu z różnych źródeł udaje się zrealizować się zdecydowanie więcej inwestycji, projektów.

Andrzej Dwojnych: Bez zewnętrznego dofinansowania wielu naszych pomysłów nie udało by się zrealizować. Tutaj na myśli mam infrastrukturę. Tutaj jeśli chodzi o dofinansowanie zarówno ze środków unijnych, rządowych, samorządu wojewódzkiego, marszałkowskiego, ze wszystkich tych szczebli udało nam się otrzymać dofinansowanie, albo jak w przypadku województwa mazowieckiego duże inwestycje były robione głównie drogowe, albo wspólnie

realizowane, jak z powiatem pewne przedsięwzięcia. Na pewno bez tych środków tych inwestycji byłoby dużo, dużo mniej.

Do końca roku pozostało jeszcze kilka miesięcy, ale zapewne już planujecie inwestycje na przyszły 2022 rok. Czy już teraz możemy powiedzieć na co planujecie położyć największy nacisk?

Andrzej Dwojnych: Poza rozpoczętymi inwestycjami, duży nacisk kładę na Stację Uzdadniania Wody, sieci wodociągowej, to przede wszystkim infrastruktura drogowa. Mamy w planach budowę kilku dróg lokalnych. Tu składaliśmy wnioski o dofinansowanie ze środków rządowych, cały czas także infrastruktura sportowa, także dosprzętowanie OSP. To nasze główne najważniejsze



Andrzej Dwojnych



działania na najbliższe miesiące.

Kadencja jeszcze trwa, ale czy zamierza Pan kandydować ponownie na stanowisko wójta gminy Brudzeń Duży?

Andrzej Dwojnych: Prawo mi na to pozwala, ale jest jeszcze dużo czasu. Będziemy przeprowadzać sondaże wewnętrzne i wtedy zdecyduję czy nadal moja osoba jest tą, w której mieszkańcy widzą potencjał rozwoju. Jeżeli tak, to na pewno będę się ubiegał ponownie o to stanowisko, by dalej wspólnie z mieszkańcami dla dobra gminy pracować.

Czy gmina Brudzeń Duży to dobre miejsce do wypoczynku, spędzenia wolnego czasu?

Andrzej Dwojnych: Jak najbardziej. Naszą największą wartością jest rzeka Skrwa i Brudzeński Park Krajobrazowy. Zapraszamy miłośników kajaków, rowerów. Mamy tu wiele ośrodków turystycznych, szlaków do pieszych wędrówek. Każdy znajdzie coś dla siebie. Zapraszamy. To bardzo fajna gmina, fajni mieszkańcy. Wiele wspólnie udaje nam się realizować.

Cały wywiad możecie zobaczyć skanując kod QR.

Co dalej ze szpitalem na Winiarach?

Sytuacja w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Płocku wydaje się patowa. Wypowiedzenia z pracy złożyło 22 lekarzy. Oddziały płucny, nefrologii, dziecięcy, wewnętrzny, jeśli nie dojdzie do porozumienia, zostaną zamknięte.



Stanisław Kwiatkowski

Stanisław Kwiatkowski dyrektor WSZ w Płocku: Najgorsza sytuacja jest na oddziale płucnym, bo lekarze w okresie wypowiedzenia powinni wykorzystać urlop wypoczynkowy. Oznacza to, że od 27 września nie

będzie komu pracować na tym oddziale. Do wojewody mazowieckiego złożyliśmy wniosek o wstrzymanie funkcjonowania oddziału, gdy lekarze rozpoczną urlopy. W kolejnych dniach musielibyśmy zamknąć oddział dziecięcy, nefrologię i wewnętrzny.

Tak w tej chwili wygląda sytuacja w naszej placówce. Do 27 września mamy jeszcze trochę czasu. Myślę, że uda nam się rozwiązać ten problem. Regularnie spotykamy się z lekarzami, rozmawiamy, składamy propozycje, by zmienili zdanie. Główne żądania lekarzy dotyczą podwyżki wynagrodzenia. Tak duże nie są możliwe dla nas. Dziś zaproponowałem podwyżkę o 1000 zł. To bardzo dużo dla szpitala, w ciągu roku to kwota rzędu 8 mln zł. Lekarze żądają podwyżki o około trzy średnie krajowe.

Wierzę, że jednak dojdzie do porozumienia. Obydwie strony muszą pójść na kompromis. Ja ten kompromis zrobiłem trzy kroki do przodu, czekam na odpowiedź ze strony lekarzy. Nie dopuszczam myśli, że do takiego kompromisu przed 27 września, czyli datą wstrzymania przyjęć i zamknięcia oddziału płucnego nie będzie. Jestem pełen nadziei, ale sytuacja jest bardzo trudna.

Co jeśli nie dojdzie do porozumienia? Czy pacjenci przestaną być przyjmowani na oddziały? Co z tymi, którzy w tej chwili tu są?

Stanisław Kwiatkowski: Na razie oddział funkcjonuje bez zmian, jeśli doszłoby do tego najczarniejszego scenariusza hospitalizacja pacjentów oddziału płucnego będzie zabezpieczona



w naszym szpitalu. Jestem cały czas gotowy do negocjacji. Moją propozycję lekarze otrzymali i znają, czekam na ich ruch. Najważniejsze są kompromisy.

Teraz najważniejsze jest, by zatrzymać lekarzy w placówce. W każdej chwili medycy znajdą tu pracę.

Ostatnio zgłosiła się do mnie rezydentka ze szpitala w Gdyni z chęcią pracy u nas. W ciągu trzech minut podpisałem zgodę na zatrudnienie

jej w szpitalu. Tak będzie z każdym lekarzem, który będzie chciał u nas pracować.

Wakaty w szpitalu na Winiarach są od dawna. By zachęcić do pracy szpital wspólnie z miastem przygotował mieszkania dla lekarzy, urząd marszałkowski gwarantuje stypendia dla studentów medycyny, którzy po studiach wybiorą mazowieckie placówki, w tym tą płocką.

infoPłockTV
www.infoplocktv.pl
gazeta@infoplocktv.pl

SzotMediaFilm

Wydawca: SzotMediaFilm
Redakcja: 3 Maja 18/102 09-400 Płock;
tel: 697 749 534 | biuro@szotmediafilm.pl

Redaguje zespół: Jacek Szotrowski, Paweł Brzozowski, Renata Kowalska

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych, zastrzega sobie prawo do redagowania i dokonywania skrótów oraz nie odpowiada za treść materiałów reklamowych. Wszystkie prawa zastrzeżone. Reprodukacja lub przedruk wyłącznie za pisemną zgodą wydawcy.

Płockie talenty – nowy program stypendialny

Uczniowie z dobrymi wynikami w nauce mogą liczyć na stypendium. Wraz z nowym rokiem szkolnym rusza nowy program stypendialny „Płockie talenty”.

Rada miasta na ostatniej sesji jednogłośnie przyjęła projekt uchwały dotyczący programu

stypendialnego. Uczniowie mogą otrzymać od **1000 zł do 6000 zł**. Wysokość stypendium będzie zależała od osiągnięć.

Kto będzie mógł liczyć na finansowe wsparcie ratusza?

Uczniowie, którzy najlepiej zdali

egzamin ósmoklasisty, maturę, są finalistami olimpiad przedmiotowych. Stypendium będzie przyznawane jednorazowo.

Otrzymają je uczniowie płockich szkół niezależnie od miejsca zamieszkania.

Setki osób żegnało tragicznie zmarłego Starostę Płockiego

Tłumy zgromadziły się w katedrze i przed nią, by pożegnać śp. Mariusza Bieńka. Mszy św. pogrzebowej przewodniczył bp Mirosław Milewski.

- Zapamiętam go jako człowieka szlachetnego, o wrażliwym sercu, który kochał swoją rodzinę, był oddany służbie publicznej, a jego wiara i obecność w Kościele były rzeczywistościami głęboko wpisanymi w jego serce.

Mariusz Bieniek pośmiertnie został odznaczony przez prezydenta RP Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski, a także medalem Wincentego Witosa – najwyższym

odznaczeniem PSL, medalem pamiątkowym „Pro Masovia” nadanym przez marszałka województwa mazowieckiego oraz Medalem Honorowym im. Bolesława Chomicza – w imieniu Zarządu Krajowego Ochotniczych Straży Pożarnych.

- To, co najtrudniejsze, trzeba zawierzyć Bogu i Jemu dać się poprowadzić. Ta śmierć zjednoczyła tylu ludzi najpierw w ratowaniu, potem w poszukiwaniu ciała, a teraz na pogrzebie pana starosty i w modlitwie za jego duszę. Dobrze odczytajmy ten znak i przełożmy go na nasze życie – mówił ks. Przybyłek, proboszcz

parafii Trójcy Świętej w Wyszogrodzie.

Duchowny przypomniał też słowa, które powtarzał sam Mariusz Bieniek: „**Staram się jak mogę, dopóki Pan Bóg i wyborcy mnie nie odwołają**”

Płocką katedrę i jej otoczenie wypełniły setki wiernych: rodzina i znajomi zmarłego, przedstawiciele władz państwowych i samorządowych, kilkaset pocztów sztandarowych.

Mariusz Bieniek został pochowany na cmentarzu parafialnym w Łętowie k. Płocka. Przypomnijmy, zginął tragicznie 22 sierpnia 2021 roku.



Zrealizowano inwestycję, która zapewni miastu wodę

Wodociągi Płockie zakończyły przebudowę i modernizację istniejącej od 1988 roku Stacji Uzdatniania Wody w Górach. Ta inwestycja zapewni bezpieczeństwo dostaw wody dla mieszkańców Płocka.

Przedsięwzięcie jest częścią realizowanego od 2017 roku kompleksowego programu modernizacyjnego pn. „Zapewnienie bezpieczeństwa zaopatrzenia w wodę mieszkańców Płocka”. Program opracowany na lata 2017-2026 ma na celu modernizację dwóch strategicznych stacji uzdatniania wody razem z renowacją wodociągów oraz budową studni głębinowych.

Elementem pierwszego etapu inwestycji była modernizacja SUW w Górach. Prace w tym miejscu trwały niewiele ponad rok. W tym czasie na terenie stacji powstał nowoczesny budynek, w którym zamontowano nowy układ technologiczny uzdatniania wody, oparty o klasyczny dwustopniowy

proces filtracji na biologicznych filtrach ciśnieniowych. Wysoka wydajność urządzeń pozwoli dostarczyć wodę do rozbudowujących się Gór i Ciechomic, a także, dodatkowo, na Radziwie, które do tej pory było zaopatrywane z głównej stacji przy ul. Górnej. Od teraz woda ze stacji w Górach będzie płynęła do całej lewobrzeżnej części Płocka i to bez ryzyka spadków czy braku ciśnienia wody w sieci.

- Stara stacja pracowała w systemie jeden do jednego. W momencie, gdy wyłączano energię elektryczną, nie mogliśmy dostarczać wody, ponieważ nie mieliśmy zbiorników retencyjnych. Nowa stacja w razie awarii zasilania pozwoli zaopatrywać w wodę Góry i Ciechomicę przez 24 godziny – opowiadał prezes Wodociągów Płockich Andrzej Wiśniewski.

Inwestycja kosztowała ponad 8 mln złotych.

Mostostal Płock podpisał umowę z PERN na ponad 250 mln zł



Trzeci etap rozbudowy baz paliw PERN wchodzi w decydującą fazę. W przyszłym roku powstanie siedem nowych zbiorników, zwiększą one potencjał magazynowy o 224 tys. m³.

Za ponad 250 mln zł wybuduje je konsorcjum Mostostal Płock i Mostostal Warszawa. Jak wyjaśnia PERN trzeci etap rozbudowy baz paliw spółki zakłada w pierwszej fazie budowę siedmiu nowych zbiorników magazynowych, każdy o pojemności 32 tys. m³, w trzech różnych lokalizacjach: w Bazie Paliw w Koluszkach, Bazie Paliw w Nowej Wsi Wielkiej oraz Bazie Paliw w Dębogórze.

- PERN skutecznie realizuje ambitny plan, mimo niesprzyjającego otoczenia związanego z pandemią koronawirusa. Jeśli popatrzymy na łączną pojemność zbiorników, którą udostępni spółka w przyszłym roku, to praktycznie powstaje dodatkowa baza paliw w naszym kraju, co ma kluczowe znaczenie dla naszego bezpieczeństwa energetycznego – podkreśla Piotr Naimski, Pełnomocnik Rządu do spraw Strategicznej Infrastruktury Energetycznej.

- Zwiększamy nasze zaangażowanie w realizację strategicznych projektów zbiornikowych. Po zakończeniu z sukcesem i oddanych w tym roku

inwestycjach w bazy w Rejowcu i Boronowie, przystępujemy do prac w Koluszkach, Nowej Wsi Wielkiej i Dębogórze. To duże i zaawansowane technicznie zadania, które zrealizujemy dzięki naszemu doświadczeniu, potencjałowi produkcyjnemu i wysoko wykwalifikowanej kadrze – mówi Robert Kowalski, Członek Zarządu Mostostalu Płock.

Podstawą działalności PERN jest składowanie paliw oraz ropy naftowej i dlatego firma stale rozwija swoją infrastrukturę magazynową. Szczególne znaczenie ma również ograniczenie w ostatnich latach działalności tzw. „szarej strefy”, w wyniku którego nastąpił znaczący wzrost obrotu paliwami w bazach paliw należących do PERN, a to z kolei przełożyło się na zwiększone zapotrzebowanie na pojemności magazynowe. Nowa infrastruktura magazynowa pozwoli także na m.in. bardziej elastyczny obrót paliwami oraz przechowywanie zapasów interwencyjnych.

reklama

Największy PARK Trampolin W PŁOCKU!

ul: Targowa 34e (wjazd od Otolińska 25)

plock@jumpplanet.pl

tel. 730 706 033

Wyskakane **URODZINKI**
lekcje **WF-U**
zajęcia z **AKROBATYKI**
zajęcia **FITNESS**
imprezy **FIRMOWE**

WWW.JUMPPLANET.PL

ZUS 14. emerytura będzie wypłacona z urzędu, a nie na wniosek

Zakład Ubezpieczeń Społecznych przygotowuje się do wypłaty czternastej emerytury. Dodatkowe roczne świadczenie zostanie wypłacone z urzędu, to znaczy nie trzeba będzie składać żadnego wniosku – przypomina Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

14. emerytura trafi do klientów ZUS wraz z wypłatami świadczeń listopadowych. Tzw. czternastka w 2021 roku wyniesie 1250,88 zł brutto. ZUS uspokaja klientów, że dodatkowe świadczenie będzie wypłacane z urzędu, to znaczy, że nie trzeba będzie składać żadnego wniosku – przypomina Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

Czternastka będzie przysługiwała osobom, które na dzień 31 października 2021 r. będą miały prawo do jednego ze świadczeń długoterminowych wymienionych w ustawie, m.in. emerytury, renty, renty socjalnej,

świadczenia przedemerytalnego.

Pełną kwotę otrzymają osoby, których świadczenie podstawowe nie przekracza 2900 zł brutto. Pozostali otrzymają czternastkę pomniejszoną zgodnie z zasadą „złotówka za złotówkę”. Na przykład jeśli pobierana emerytura wynosi 3000 zł, czternastka będzie przysługiwać w kwocie mniejszej o 100 zł.

Czternasta emerytura będzie podlegała opodatkowaniu i oskładkowaniu na ogólnych zasadach, niezależnie od tego, czy jest wypłacana w zbiegu



ze świadczeniem opodatkowanym lub zwolnionym z podatku. Co ważne, z kwoty kolejnego dodatkowego rocznego świadczenia pieniężnego nie będą dokonywane potrącenia i egzekucje.

Czternasta emerytura zostanie wypłacona dla około 9,1 mln emerytów i rencistów. W pełnej wysokości będzie przysługiwać dla około 7,9 mln świadczeniobiorców.

Czternastki nie otrzymają osoby, których prawo do tych świadczeń będzie zawieszane.

Czternasta emerytura to kolejne dodatkowe świadczenie, które zostanie wypłacone przez ZUS. W kwietniu tego roku emeryci, renciści i inni odbiorcy świadczeń długoterminowych otrzymali trzynastą emeryturę w kwocie 1250,88 zł brutto. W odróżnieniu od 14. emerytury

przysługuje ona w pełnej wysokości, bez względu na wysokość pobieranego świadczenia podstawowego.

Podstawa prawna: art. 17 ust. 2 z dnia 24 czerwca 2021 r. o zmianie ustawy o systemie ubezpieczeń społecznych oraz niektórych innych ustaw.

Piotr Olewiński
Regionalny Rzecznik Prasowy ZUS
Województwa Mazowieckiego



Rak szyjki macicy to jeden z najczęstszych nowotworów u kobiet. Wcześniej wykryty daje 99% szans na wyleczenie. Dlatego tak ważna jest

profilaktyka i badanie cytologiczne.

Wojewódzki Szpital Zespolony w Płocku wykonuje rocznie około 500

Badanie, które może uchronić nas od raka

badań cytologicznych w ramach Programu profilaktyki raka szyjki macicy. Wszystkie wykonywane są w poradni ginekologiczno-położniczej w budynku Przychodni Specjalistycznej Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego w Płocku.

- **To badanie jest całkowicie bezbolesne, a może nam uratować życie – mówi Joanna Grad, położna z Poradni.**

- **W ramach programu powinna je wykonać każda pacjentka w wieku**

od 29 do 59 lat, przynajmniej raz na 3 lata.

Jak przygotować się do badania?

- **Pacjentka powinna zgłosić się do nas nie w okresie miesiączki. Najlepiej cztery dni przed, lub cztery dni po ustąpieniu krwawienia. Również ważne jest, żeby przynajmniej na cztery dni przed badaniem nie zakładać globulek dopochwowych i nie wykonywać igrzycji – mówi położna.**

- **Badanie trwa bardzo krótko i jest bezbolesne. Polega na założeniu wziernika, tak jak przy badaniu ginekologicznym i następnie, specjalną szczoteczką, pobieramy materiał z kanału i tarczy szyjki. Później pobrany materiał jest opracowywany już pod mikroskopem i otrzymujemy wynik – dodaje Joanna Grad.**

Badania są bezpłatne, nie trzeba również posiadać skierowania. Wystarczy zapisać się dzwoniąc pod numer: 24 3646257, 58 lub 360.

reklama

Epidemia ASF nie odpuszcza

RZĄD NIC NIE ROBI!!!

Arkadiusz Iwaniak
Poseł na Sejm

LEWICA

SEJM

Jak wykorzystać śmieci? PKN ORLEN ma na to pomysł



Zarządu **PKN ORLEN**.

*- Jesteśmy nowoczesnym miastem, które stawia na rozwiązania przyjazne środowisku. Mam satysfakcję, że inicjatywna, którą jako samorząd podejmujemy wspólnie z **PKN ORLEN**, będzie mieć pozytywne znaczenie dla środowiska naturalnego i przyniesie korzyści zarówno mieszkańcom Płocka oraz regionu, jak i **PKN ORLEN** - mówi Andrzej Nowakowski, prezydent Płocka.*

Porozumienie podpisane przez **PKN ORLEN** z Miastem Płock i PGO w Płocku to pierwszy krok w kierunku zagospodarowania odpadów komunalnych z Płocka oraz okolic i wykorzystania ich do produkcji m.in. poliolefin, na które systematycznie rośnie zapotrzebowanie.

- Realizujemy projekty, w których wykorzystujemy najlepsze i najbardziej efektywne ekologicznie technologie. Chcemy zastosować je także budując nowoczesną instalację do kompleksowego recyklingu zmieszanych odpadów komunalnych pochodzących z Płocka i okolic. Instalacja projektowana będzie tak, aby funkcjonować w systemie

*zero waste, dążąc tym samym do maksymalnego ograniczenia produkcji odpadów - mówi Józef Węgrecki, Członek Zarządu **PKN ORLEN** ds. Operacyjnych.*

Inwestycja związana z budową instalacji do recyklingu odpadów komunalnych, którą analizuje **PKN ORLEN**, przyniosłaby korzyści nie tylko spółce, lecz także mieszkańcom Płocka i okolic, którzy tylko w 2020 roku wytworzyli ponad 57 tys. Mg zmieszanych odpadów komunalnych, nadających się do dalszego zagospodarowania.

Jednym z sygnatariuszy listu intencyjnego jest Przedsiębiorstwo Gospodarowania Odpadami, spółka należąca do Miasta Płock, która zajmuje się kompleksowym gospodarowaniem odpadami komunalnymi, w tym ich sortowaniem oraz przetwarzaniem frakcji organicznej.

*- Realizacja projektu wspólnie z **PKN ORLEN** i Miastem Płock zagwarantuje nam w przyszłości odbiór resztkowych odpadów kalorycznych, które zgodnie z obowiązującym prawem, nie mogą być składowane, a tym samym zmniejszy koszty, które obecnie w związku*



ORLEN

z tym ponosimy - mówi Stefan Kotlewski, Prezes Zarządu PGO.

W instalacji, której budowę analizuje **PKN ORLEN**, jednym z produktów przetwarzania odpadów byłby wodór. Dlatego projekt ten jest częścią flagowego przedsięwzięcia wodorowego **PKN ORLEN** - Hydrogen Eagle. Zakłada ono budowę hubów wodorowych w Polsce, Czechach i na Słowacji dla transportu zasilanego odnawialnymi źródłami energii oraz innowacyjnych instalacji przetwarzających odpady komunalne w zero i niskoemisyjny wodór. Projekt Hydrogen Eagle pomyślnie przeszedł etap weryfikacji przez Ministerstwo Rozwoju, Pracy i Technologii w konkursie na projekty z obszaru technologii i systemów wodorowych w ramach mechanizmu IPCEI i obecnie znajduje się na etapie notyfikacji pomocy publicznej przez Komisję Europejską.

PKN ORLEN w ramach strategii dochodzenia do neutralności emisyjnej do 2050 roku rozwija nowy obszar swojej działalności. Umożliwi on efektywne przetwarzanie odpadów komunalnych. Powstające w jego wyniku surowce byłyby wykorzystywane do wytwarzania produktów i półproduktów petrochemicznych oraz rafineryjnych w nowoczesnej i ekologicznej instalacji. Koncern podpisał list intencyjny o współpracy w tym zakresie z Miastem Płock i Przedsiębiorstwem Gospodarowania Odpadami w Płocku, które dostarczałyby odpady. Wspólnie realizowany projekt byłby pierwszym w Polsce w pełni wdrażającym zasady gospodarki obiegu zamkniętego.

*- Europejskie regulacje w zakresie ochrony środowiska traktujemy jako szansę, którą w pełni chcemy wykorzystać. Dlatego konsekwentnie realizujemy strategię **ORLEN2030**, która odpowiada na te wyzwania, jednocześnie wytyczając nam drogę do nowoczesnego, zrównoważonego biznesu. Jednym z jej podstawowych założeń jest realizacja projektów recyklingu odpadów i wdrażanie w ten sposób zasad gospodarki o obiegu zamkniętym. Dynamiczny rozwój tego obszaru naszej działalności znacząco przyczyni się do budowy wartości koncernu w długiej perspektywie, a także istotnie wpłynie na wzrost konkurencyjności i efektywności ekologicznej polskiej gospodarki - mówi Daniel Obajtek, Prezes*

Cmentarz w Dobrzykowie



Ziemia dobrzykowska to ważny historycznie fragment kraju. To tu rozegrały się jedne z ważniejszych bitew, zginęły setki żołnierzy, a także cywilów. Pamięć o wydarzeniach sprzed lat dla mieszkańców Dobrzykowa i okolic jest wyjątkowo ważna. Stąd pomysł na odnowienie mogił żołnierzy poległych m.in. we wrześniu 1939 roku.

- Napisaaliśmy projekt „Odnowienie krzyży poległych żołnierzy”. Skrzyknęliśmy się ze znajomymi, sąsiadami i zrobiliśmy to - mówi jedna z inicjatorek projektu Małgorzata Zielińska - Kowalewska.

Kolejna edycja konkursu „Czuwamy, Pamiętamy” organizowanego przez Fundację ORLEN zmotywowała młodych mieszkańców Dobrzykowa i okolic do pracy na cmentarzu.

- Pomysł polegał na odnowieniu krzyży poległych żołnierzy. Pieczę na grobach pełni Miasto i Gmina Gąbin, natomiast my społecznie

jako mieszkańcy Dobrzykowa i okolic chcieliśmy się włączyć w te działania - dodaje Małgorzata Zielińska - Kowalewska.

- To przyjemność, a nawet zaszczyt, że możemy wziąć udział w takim wydarzeniu. Bardzo się cieszę, że spotkałam tak wiele osób, z którymi możemy robić tak ważne rzeczy - zaznacza wolontariuszka Anna Sarnowska - Gocał.

Całą akcję podzielili na kilka etapów, by jak najlepiej wykonać zadanie. Do pomocy zaprosili rodzinę, przyjaciół, znajomych, strażaków.

- Najpierw przygotowaliśmy cały teren, by można było odnowić krzyże. Jest m.in. nowa trawa. Ostatnim etapem jest malowanie krzyży - opowiada Ewa Siecińska wolontariuszka.

Środki na odnowę mogił pozyskali z Fundacji ORLEN. Już dziś wiedzą, że to nie była ich ostatnia wspólna akcja.

Pasja powyżej średniej warty stypendium od Fundacji ORLEN

Trzynasta edycja programu stypendialnego Fundacji ORLEN dla dzieci i młodzieży z Płocka i powiatu płockiego rozpoczyna się dzisiaj 7 września. W zeszłym roku stypendium otrzymało 135 uczniów z najlepszymi wynikami i osiągnięciami pozaszkolnymi.

Stypendium, podobnie jak w poprzednich edycjach, skierowane jest do uczniów klas 7 oraz 8 szkół podstawowych, a także szkół ponadpodstawowych. Kandydaci ubiegający się o stypendium sportowe muszą posiadać średnią co najmniej na poziomie 4,0. Aby wnioskować w module naukowym średnia musi być wyższa - 4,75 w przypadku uczniów szkół podstawowych i 4,5 w przypadku szkół ponadpodstawowych. Dodatkowe punkty można uzyskać za udokumentowane działania społeczne.

O otrzymaniu stypendium nie decyduje jedynie wysoka średnia. Wśród wielu zdolnych uczniów największe szanse mają kandydaci posiadający nieprzeciętne osiągnięcia w nauce, sporcie, sztuce lub innych obszarach związanych z pasjami i dodatkowymi zajęciami.

- Zeszłoroczny nabór do programu stypendialnego udowodnił, że pomimo trudnej sytuacji spowodowanej pandemią, nasza młodzież konsekwentnie dąży do obranego celu i realizuje marzenia. Niezmiennie cieszymy się, że nasi stypendiści nie zapominają



również o działalności wolontariackiej, aktywnie angażując się w działania, również te wirtualne. Jesteśmy świadomi jaka ogromna siła i potencjał tkwi w tych młodych ludziach. Wierzymy, że przyznane przez nas stypendia pomogą im w staraniach w drodze do realizacji ich marzeń - mówi Marta Soluch, Członek Zarządu Fundacji ORLEN.

Wysokość miesięcznego stypendium dla uczniów szkół ponadpodstawowych wynosi 300 zł, natomiast dla szkół podstawowych - 200 zł. Roczne stypendia otrzymują kandydaci, którzy w procesie rekrutacji otrzymają największą liczbę punktów.

Program dla dzieci i młodzieży z Płocka i powiatu płockiego jest jednym z sześciu programów stypendialnych realizowanych przez Fundację ORLEN. W minionym roku stypendiści uczestniczyli w integracyjnej grze online kładącej akcent na kompetencje XXI wieku - myślenie logiczne, pracę w grupie, a także podejmowanie decyzji pod presją czasu.

Dokumenty i szczegółowe informacje oraz formularz on-line na stronie: <https://fundacja.orken.pl/PL/NaszeProgramy/ProgramStypendialny/Strony/Program-stypendialny-dla-powiatu-plockiego.aspx>



Starostwo Powiatowe w Płocku



Potwierdziły się najgorsze przypuszczenia odnośnie do zaginionego Starosty Płockiego. Mariusz Bieniek utonął w Wiśle po wypadku, do którego doszło wczesnym wieczorem 22 sierpnia 2021 roku.

W niedzielę ok. godz. 18.00 lokalne media podały informację o poszukiwaniach mężczyzny, który wypadł z łódki do Wisły na wysokości miejscowości Świniary. Po kilku godzinach było wiadomo, że chodzi o Starostę Płockiego Mariusza Bieńka.

Poszukiwania trwały kilka dni. Rodzina, przyjaciele, znajomi, współpracownicy, mieszkańcy Powiatu Płockiego – wszyscy mieli nadzieję na cud. Ten się jednak nie zdarzył.

W akcję na Wiśle zaangażowani byli strażacy z Państwowej Straży Pożarnej, druhowie z Ochotniczych Straży Pożarnych, policjanci, członkowie WOPR-u. W sumie dziesiątki osób. Na rzece pracowały łódzie i grupy nurków, w użyciu był sonar.

Wieczorem, we wtorek 24 sierpnia, w kościele parafialnym w Wyszogrodzie odprawiona została msza św. w intencji odnalezienia Starosty Płockiego.

Ciało śp. Mariusza Bieńka zostało odnalezione w środę, 25 sierpnia, ok. 2 km od starego mostu w Płocku.

Powiat Płocki pogrzebował się w żałobie

NAJMŁODSZY WŁODARZ W KRAJU

Mariusz Bieniek urodził się 20 października 1983 roku. Wraz z żoną Marią oraz dziećmi Heleną i Adamem mieszkał w Wyszogrodzie, z którym przez wiele lat był też związany zawodowo.

Jako młody chłopak – co wielokrotnie podkreślał – miał się różnych zajęć, by zarobić m.in. na studia. W 2002 r., w wieku 19 lat, dostał się na staż do Urzędu Gminy w Bodzanowie i od tego momentu rozpoczęła się jego przygoda z samorządem.

Po odbyciu półrocznego stażu został referentem, a po trzech latach – kierownikiem Wydziału Rozwoju

w UG w Bodzanowie. Jednocześnie, korzystając z pilotażowego programu rządowo-unijnego Leader+, zaangażował się w tworzenie Lokalnej Grupy Działania „Razem dla Rozwoju”, której celem było i jest wspieranie rozwoju obszarów wiejskich. W 2006 r. został prezesem tej organizacji i był nim do dziś.

W 2007 r. ówczesny Burmistrz Miasta i Gminy Wyszogród zaproponował mu objęcie stanowiska swojego zastępcy. W 2010 r., po decyzji Burmistrza o przejściu na emeryturę, Mariusz Bieniek wystartował w wyborach na to stanowisko. Wybory te wygrał, zostając najmłodszym włodarzem w kraju. Miał wtedy 27 lat.

W 2014 r. ubiegał się o reelekcję – również z dużym sukcesem. W tym samym roku Rada Powiatu Płockiego wybrała go również na Starostę Płockiego, a on postanowił przyjąć to wyzwanie.

W swojej pracy szczególnie mocno angażował się w kwestie dotyczące integracji z Unią Europejską i rozwoju obszarów wiejskich. Remontował drogi powiatowe, skutecznie walczył z bezrobociem, zacieśniał relacje z organizacjami pozarządowymi, angażował się w sprawy prospołeczne.

Prywatnie pasjonował się sportem, szczególnie piłką nożną, lubił gotować. Starął się również znaleźć czas na literaturę poświęconą psychologii oraz zagadnieniom związanym z zarządzaniem i ekonomią.

CIERPLIWIE, PRZYJAŹNIE, PO PARTNERSKU

W grudniu 2017 roku poradnik samorządowy „Gospodarz” poświęcił Staroście Mariuszowi Bieńkowi kilkunastonicowy artykuł.

Przypomnijmy chociaż fragment.

„- Bliska jest mi idea New Public Management, czyli zarządzania publicznego po nowemu. Tradycyjna administracja publiczna, postrzegana najczęściej przez pryzmat nieprzystępnego urzędu i znudzonych urzędników, powinna być zastąpiona efektywnym zarządzaniem. Starosta, prezydent czy burmistrz musi być menedżerem, skupionym przede wszystkim na realizacji potrzeb społeczeństwa – podkreśla Mariusz Bieniek.

Koncepcję tę zaczął wdrażać już jako Burmistrz, przyświeca mu ona również od samego początku bycia Starostą Płockim, którym został w 2014 roku. Propozycja zarządu powiatowego PSL, by to właśnie on objął stery dowodzenia Powiatem Płockim, była dla niego niemałym zaskoczeniem.

- Rozumiem członków zarządu, którzy chcą chyba postawić na nowocześniejsze spojrzenie na samorząd, ale to też duża odpowiedzialność – mówił w rozmowie z lokalnymi mediami.

Tłumaczył, że ma spore zobowiązania wobec Wyszogrodu (drugą kadencję na Burmistrza wygrał tam w cuglach), czuł się rozdarty. Podjął jednak wyzwanie, zresztą Rada Powiatu nie miała żadnych wątpliwości, by wybrać go na Starostę.

Od tej pory urząd coraz bardziej otwiera się na ludzi, pod gabinetem Starosty od rana ustawiają się kolejki interesantów, a on przyjmuje każdego z uśmiechem na ustach. Cierpliwie, przyjaźnie, po partnersku.

- Od tego tu jestem – twierdzi.”

I jeszcze wypowiedź Starosty Mariusza Bieńka zawarta w końcówce artykułu:

„- Powiat Płocki jest dla wszystkich - młodych i starszych, profesorów i rolników, zdrowych i chorych, wierzących i niewierzących. Każdy



człowiek jest dla nas tak samo ważny i na każdym tak samo nam zależy.”

kolegę i wspaniałego Człowieka. Jest nam trudno, nie potrafimy powstrzymać łez. Wiemy, że musimy nadal



DO ZOBACZENIA, SZEFIE...

Jednym z ulubionych cytatów Mariusza Bieńka były słowa Wacława Potockiego: „Dobre drzewo dobrym się owocem okrywa, dobry człowiek z dobrych czynów poznawany bywa.”

Każdy, kto Go znał, nie ma wątpliwości, że Starosta Mariusz Bieniek był bardzo dobrym człowiekiem. Życzliwym, uprzejmym, pogodnym, kulturalnym, uczynnym. Takim, który w blizim zawsze szukał przede wszystkim pozytywnych cech. Nie osądzał, nie dzielił ludzi na lepszych i gorszych. Był po prostu dobry.

Dzisiaj my, współpracownicy Pana Starosty, czujemy się sierotami, zostawionymi niespodziewanie przez naszego Szefa, ale też przyjaciela,

pracować najlepiej, jak umiemy – dla naszych mieszkańców i całego Powiatu Płockiego. Tak, jak uczył nas Pan Starosta Mariusz Bieniek.

Ale jest nam ciężko, Szefie...

Rodzinnie i bliskim Pana Starosty składamy najszczerze wyrazy współczucia, choć żadne słowa nie wyrażą smutku, jaki mamy w sercach i nie ukoją łez najbliższych... Zapewniamy o naszej modlitwie i gotowości wsparcia w tych trudnych chwilach.

„Umarłych wieczność dotąd trwa, dokąd pamięć im się płaci.”

Wisława Szymborska

Starostwo Powiatowe w Płocku





Gmina Bielsk

Festiwal Rozmaitości dla Jagódki

Z myślą o małej Jagódce Urząd Gminy Bielsk i Gminny Ośrodek Kultury w Bielsku zorganizowali piknik charytatywny „Festiwal Rozmaitości”. Dla każdego przygotowano mnóstwo atrakcji. Była dmuchana zjeżdżalnia, malowanie buzi, zaplatanie warkoczków, zabawa z animatorem, przejażdżki autami tj. Audi

kabriolet, Fiat 126; przejazd bryczką, popcorn, wata cukrowa, lemoniada, bigos, kielbaska z ogniska, chleb ze smalcem i z ogórkiem, loteria fantowa, a także wystawa zbroi rycerskiej i akcesoriów militarnych.

Najważniejszym zadaniem Festiwalu Rozmaitości była zbiórka



GOK w Bielsku



GOK w Bielsku

pieniędzy na leczenie Jagódki. Udało się zebrać 4589,44 zł.

Organizatorzy dziękują wszystkim darczyńcom i ofiarodawcom za przekazane rzeczy na sprzedaż, wszystkim osobom, które tego dnia pomagały w organizacji pikniku oraz tym, którzy zupełnie bezinteresownie świadczyli różne usługi na rzecz zbiórki pieniężnej dla Jagódki (np. oprawa muzyczna, zaplatanie warkoczków, przejażdżki bryczką, autami czy też wystawy).



GOK w Bielsku

Remont drogi Bielsk - Ułtowo

Na terenie gminy kolejna inwestycja drogowa. Tym razem to remont drogi Bielsk - Ułtowo. Prace powinny rozpocząć się wkrótce.

- Otrzymaliśmy dofinansowanie z tzw. FOGR, czyli Funduszu Ochrony Gruntów Rolnych - 120 tys. zł plus własne środki, bo jesteśmy już po przetargu. Najkorzystniejsza oferta wynosiła 250 tys. zł, podpisaliśmy już umowę z firmą. Wkrótce rozpoczną się prace.

Jest to ważny ciąg komunikacyjny dla gminy, bo to nie tylko droga potrzebna mieszkańcom Ułtowa, ale również innym z Kleniewa, Jaroszewa. To będzie skrót dojazdu również do Bielska - mówi wójt gminy Bielsk Józef Jerzy Rozkosz.

W ramach prac droga zostanie utwardzona, na odcinku około 1100 metrów położone zostanie kruszywo betonowe.



Gmina Bodzanów

Narodowe Czytanie Bodzanów 2021

11 września 2021r. Biblioteka Centrum Kultury w Bodzanowie we współpracy z Urzędem Gminy zorganizowała X Jubileuszowe Narodowe Czytanie. Tegoroczna odsłona odbyła się w świetlicy w Cieślach.

„Moralność pani Dulskiej” Gabrieli Zapolskiej, bo taki utwór był czytany w całej Polsce, to dramat, którego premiera odbyła się w 1906r. w Krakowie. Sztuka grana także podtytułem „tragifarsa

kołtuńska”. Dlatego też w minionych latach mogliśmy zobaczyć tę sztukę w odsłonach komediowych albo dramatycznych. Jest wielowymiarowa nie tylko w swoim gatunku ale przede wszystkim w obrazie, mentalności i charakterze swoich bohaterów.

W naszym czytaniu w rolę bohaterów wcielili się mieszkańcy naszej gminy. Co roku chcemy zaangażować jak najwięcej osób ponieważ sama



Urząd Gminy Bodzanów



Urząd Gminy Bodzanów

akcja jest tego warta ale i obcowanie z tekstem daje dużo satysfakcji i pobudza do twórczego działania.

W rolach głównych wystąpili:

- Dulski - Bogusława Bartczak (Kierownik GOPS w Bodzanowie)
- Dulski - Waldemar Niedzielski (Radny Gminy Bodzanów)
- Juliasiewiczowa - Beata Chojnacka (Z-ca dyrektor Szkoły Podstawowej w Bodzanowie)
- Zbyszko - Paweł Bogiel (Radny Powiatu Płockiego)
- Hanka - Justyna Marcinkowska

(Koło Gospodyń Wiejskich „Wesołe Babeczki”)

- Hesja - Anna Lejk-Klimczewska (nauczyciel Szkoła Podstawowa w Miszewie)
- Mela - Nikola Garlej (uczenica Szkoły Podstawowej w Cieślach)
- Lokatorka - Aneta Ciosek (bibliotekarz Biblioteka Centrum Kultury w Bodzanowie)
- Tadrachowa - Barbara Jachura (w zastępstwie za Marię Kowalczyk)

Słowo wstępne i przedstawienie postaci zaprezentował Wójt Gminy

Bodzanów pan Jerzy Staniszewski, który co roku wspiera Narodowe Czytanie i czynnie uczestniczy w ogólnopolskiej akcji.

Tekst opracowała i merytorycznie wsparła całe przedsięwzięcie mgr. Grażyna Rybicka, która scharakteryzowała utwór i przybliżyła postać Gabrieli Zapolskiej.

Na zakończenie uczestnicy mogli zakupić egzemplarze „Moralności pani Dulskiej” wraz z okolicznościami pieczęcią pamiątkową, którą co roku po odpowiednim zarejestrowaniu się, otrzymujemy z kancelarii Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej.

Kino pod chmurką w Miszewie Murowanym

Wieczorna sobota 11 września 2021r. była dla mieszkańców Miszewa możliwością spędzenia go w gronie rodzinnym podczas seansów filmowych zaproponowanych przez Bibliotekę Centrum Kultury w Bodzanowie, Urząd Gminy Bodzanów oraz ks. Proboszcza Parafii pw. Św. Anny w Miszewie Murowanym.

Widzowie mogli wybrać dwie propozycje: „Cudowny chłopiec” - film

familijny, dobry wstęp dla dzieci i młodzieży na rozpoczęcie roku szkolnego, uczący tolerancji i wrażliwości na drugiego człowieka. Drugi film to „Przełęcz ocalałych” - romantyczny, wzruszający z refleksją, czy można wygrać wojnę nie używając broni?

Całość projektu dofinansowana została dzięki wsparciu Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych przy Urzędzie Gminy Bodzanów oraz ks. Piotrowi Gostomskiemu.



Urząd Gminy Bodzanów



Gmina Brudzeń Duży

Dożynki Gminy Brudzeń Duży w Sobowie

Dożynki Gminne rozpoczęła uroczysta msza święta odprawiona przez księdza Piotra Ruszczyńskiego, proboszcza parafii pw. św. Hieronima na placu przed siedzibą OSP, z udziałem orkiestry z Sobowa i zespołu Boczek Chelmońskie. W trakcie mszy obecne były poczty sztandarowe gminnych jednostek OSP. Na scenę wniesiono także chleb i wieniec dożynkowy przygotowany przez mieszkańców Sobowa. Przed rozpoczęciem mszy chwilą ciszy upamiętniliśmy tragicznie zmarłego śp. Mariusza Bieńka Starostę Płockiego.

Piękny i barwny obrzęd dożynkowy został przygotowany przez Regionalny

Zespół Pieśni i Tańca „Boczek Chelmońskie” z Kocierzewa Południowego. Zespół działa już 47 lat i pochodzi z miejscowości, w której urodził się malarz Józef Chelmoński.

Kulminacyjnym momentem dożynek był ceremoniał dzielenia chleba, który w tym roku ze względu na pandemię koronawirusa odbył się tylko symbolicznie na scenie. W imieniu nas wszystkich chlebem dzielili się: ksiądz Piotr Ruszczyński, Andrzej Dwojnych Wójt Gminy, Tadeusz Borowicki Przewodniczący Rady Gminy, Starostowie Dożynek: Bożena i Jarosław Wnukowscy, Radni: Michał Wrześniewski i Tomasz Krankiewicz,

Sołtysi: Agnieszka Gerwatowska, Elżbieta Dudzic i Agnieszka Potalska i w imieniu Marszałka Mazowieckiego Agnieszka Sulkowska. Głos zabrali Andrzej Dwojnych, Tadeusz Borowicki, Agnieszka Sulkowska i Marcin Piotrowski Radny Powiatowy.

Gościem naszych Dożynek był także Lech Dąbrowski Przewodniczący Rady Powiatu Płockiego.

W programie artystycznym wystąpiła orkiestra z Sobowa i Koło Emerytów i Rencistów „Sami Swoi”. Później publika bawiła się przy występach artystów disco-polo Arka Kopaczewskiego, zespołów Eratex i Medium,



Urząd Gminy w Brudzeniu Dużym

gdzie zwłaszcza ten drugi porwał do tańca.

Podczas dożynek dużo atrakcji kulinarnych przygotowały panie z Kół Gospodyń Wiejskich z Sobowa,

Główny i Brudzenia Małego. Te pierwsze realizowały projekt „Bendzwały i sójki na talerzu – Smaki Mazowsza o których nie można zapomnieć...”, a drugie Święto Pieczonego Ziemniaka w Gminie Brudzeń Duży.



Gmina Bulkowo

Przebudowa drogi gminnej w miejscowości Nowy Podleck

Gmina Bulkowo aplikowała również o środki z Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w ramach Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg na 2022 rok na realizację zadania pn.: „Przebudowa drogi gminnej nr 290420W w miejscowości Nowy Podleck Etap 2”. Wartość kosztorysowa robót to **1 017 605,76 zł brutto**, a maksymalne możliwe dofinansowanie wynosi 80% kosztów kwalifikowalnych. Projekt zakłada modernizację odcinka drogi o długości 1 582,20 m, nawierzchni bitumicznej, szerokości 3,5 m, przeznaczonej do ruchu w obu kierunkach wraz z mijankami, z wykonaniem obustronnych poboczy z mieszanki kamiennej. Odwodnienie drogi będzie polegało na wykonaniu jednostronnego rowu odprowadzającego wody opadowe. Realizacja zadania będzie również obejmować wykonanie chodnika przy figurze z kostki brukowej betonowej.

Planowana jest także wycinka drzew i krzewów z pasa drogowego, usunięcie karp oraz dokonanie nasadzeń zastępczych w pasie drogowym. Ponadto projekt uwzględnia wykonanie oznakowania pionowego:

znaki nakazu, zakazu, ostrzegawcze i informacyjne oraz przeniesienie istniejącego przystanku autobusowego w nową lokalizację, co przyczyni się do poprawy bezpieczeństwa ruchu drogowego. Czekamy na rozstrzygnięcie.



Urząd Gminy Bulkowo

Projekt zdalnego nauczania

Gmina Bulkowo przystąpiła do projektu pn. „Mazowiecki program przygotowania szkół, nauczycieli i uczniów do nauczania zdalnego” w 2021 r. Pod koniec sierpnia br. Gabriel Graczyk – Wójt Gminy Bulkowo wraz z Zastępcą Skarbnika – Aliną Strzelczak podpisali aneks do umowy partnerstwa z Urzędem Marszałkowskim Województwa Mazowieckiego. Z terenu gminy dofinansowanie otrzymała Szkoła Podstawowa im. Marii Konopnickiej w Bulkowie.

Realizacja przedmiotowego zadania będzie polegała na zakupie niezbędnego oprogramowania umożliwiającego naukę zdalną. Szkoły, które przystąpiły do projektu w 2021 r. otrzymają: zestawy komputerowe, laptopy, drukarkę, projektor multimedialny, urządzenie wielofunkcyjne, monitor interaktywny. Uczniom, którzy nie posiadają możliwości uczestniczenia w zdalnych zajęciach lekcyjnych, zostanie zapewniony dostęp do internetu. Dla nauczycieli i uczniów zostaną



zorganizowane szkolenia z zakresu prowadzenia nauki w formie zdalnej przy użyciu zakupionego w ramach projektu sprzętu i oprogramowania. Wniosek Gminy Bulkowo zajął 14 miejsce na liście rankingowej z wynikiem 89,13 punktów na 100 punktów możliwych do uzyskania. W kolejnej fazie projektu planowany jest zakup e-podręczników do nauki języka angielskiego.

reklama

tel. (24) 263 70 28
tel. 694 863 767
tel. 600 883 087

godziny otwarcia:
pn - pt. 8.00-19.00, sob. 8.00-14.00

**STACJA
KONTROLI
POJAZDÓW**

Przeglądy rejestracyjne pojazdów (okresowe)

**PROMOCJA
UPOMINEK
DLA KAŻDEGO
KLIENTA!**

www.wigma-autonaprawa.pl

ul. Wołodyjowskiego 3
Nowe Gulczewo

WIGMA

AUTO-SERWIS

GEOMETRIA KÓŁ - KLIMATYZACJA
WYMIANA OPON - NAPRAWY BIEŻĄCE
POMOC DROGOWA - HOLOWANIE



Miasto i Gmina Drobin

Strażacy z Łęgu Probostwa dołączyli do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego

Jednostka Ochotniczej Straży Pożarnej w Łęgu Probostwie została włączona do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego. Właśnie podpisano porozumienie w tej sprawie. Porozumienie zostało zawarte pomiędzy Komendantem Miejskim Państwowej Straży Pożarnej w Płocku st. bryg. Grzegorzem Padzikim, Miastem i Gminą Drobin reprezentowaną przez Krzysztofa Wielca Burmistrza Miasta i Gminy Drobin oraz OSP Łęg Probostwo reprezentowaną przez Prezesa Piotra Ozóg i Naczelnika Piotra Turbaczewskiego. Wybór OSP Łęg Probostwo nie był przypadkowy i wynikał z dużego zaangażowania i wyteżonej pracy jej członków. Wejście w struktury systemu jest prestiżowe i stanowi wyróżnienie dla OSP za jej dotychczasową działalność. Dodajmy, aby znaleźć się w systemie trzeba spełnić szereg

wymogów m.in. te dotyczące wyszkolenia strażaków oraz sprzętowe. Spośród 49 członków jednostki wyszkolonych jest 16. Oprócz kursu podstawowego część naszych strażaków ma również przeszkolenie m.in. z zakresu udzielania kwalifikowanej pierwszej pomocy,

kursy techniczne, kierowania ruchem czy współpracy z Lotniczym Pogotowiem Ratunkowym. Do tego dochodzi również aktywność jednostki, czyli liczba wyjazdów z kilku ostatnich lat. Strażacy z OSP Łęg Probostwo są drugą jednostką OSP z terenu miasta i gminy Drobin.



Urząd Miasta i Gminy Drobin

Rządowe dofinansowanie programu Maluch+

Miasto i Gmina Drobin otrzymała kolejne środki z programu Maluch+. To prawie 25 000 zł na zagwarantowanie miejsc dla 26 najmłodszych mieszkańców. Przypomnijmy, program Maluch+ wspiera rozwój instytucji opieki nad dziećmi w wieku do lat 3 – żłobków, klubów dziecięcych i dziennych opiekunów. Beneficjenci programu mogą otrzymać

dofinansowanie do tworzenia i funkcjonowania miejsc opieki. Maluch+ jest programem rocznym. Celem programu Maluch+ jest zwiększenie dostępności terytorialnej i finansowej miejsc opieki w żłobkach, klubach dziecięcych i u dziennych opiekunów dla wszystkich dzieci, w tym dzieci niepełnosprawnych oraz wymagających szczególnej opieki.



Miasto i Gmina Gąbin

W Gąbinie ruszył nowy projekt

W Gąbinie rozpoczął swoją działalność Klub seniora. Będzie tu realizowany projekt „Dobra pora na aktywnego seniora”.

W ramach Klubu Seniora zostaną zorganizowane zajęcia dla uczestników: ruchowe; manualne; muzyczne; kulinarne; komputerowe; florystyczne; spotkania konsultacyjne: poradnictwo prawne z psychologiem, dietetykiem, kardiologiem; wieczorki taneczne; wyjazdy całodienne; do teatru; do kina; na basen. Do udziału w projekcie zaproszono również opiekunów faktycznych osób niepełnosprawnych, którzy zostaną objęci wsparciem w postaci szkoleń. Dodatkowo utworzona wypożyczalnia sprzętu pielęgnacyjnego i wspomagającego spowoduje wzrost samodzielności osób niesamodzielnych.

- Z seniorami spotykamy się często, sami zaproponowali, by stworzyć dla nich miejsce, gdzie będą mogli

spotkać się, spędzić czas, zrobić coś. I to jest właśnie odpowiedź na potrzeby naszych seniorów – zaznacza Krzysztof Jadczyk burmistrz miasta i gminy Gąbin.

Projekt jest realizowany przez Miasto i Gminę Gąbin, w ramach Osi Priorytetowej IX. Wspieranie włączenia społecznego i walka z ubóstwem Działania 9.2. Usługi społeczne i usługi opieki zdrowotnej Poddziałania 9.2.1. Zwiększenie dostępności usług społecznych w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Mazowieckiego na lata 2014-2020 i jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego, i będzie realizowany do 31 sierpnia 2023 r. Projekt jest skierowany do osób w wieku 60+, zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz opiekunów faktycznych osób niepełnosprawnych z terenu Miasta i Gminy Gąbin.

Odwodnienie na Osiedlu Pisarzy - II etap



Urząd Miasta i Gminy Gąbin

Już wkrótce na Osiedlu Pisarzy w Gąbinie rozpocznie się realizacja II etapu budowy odwodnienia. 9 września podpisana została umowa na wykonanie inwestycji.

W ramach zadania wybudowana zostanie sieć kanalizacji deszczowej obejmująca swoim zasięgiem osiedlowe ulice. Położonych zostanie łącznie prawie kilometr rur PCV o różnej średnicy. Wybudowane zostaną studzienki rewizyjne z kręgów żelbetowych oraz studzienki ściekowe

zaś finalnie wybudowana infrastruktura połączona zostanie z powstałym wcześniej systemem odprowadzania wód. Takie rozwiązanie umożliwi efektywne odwodnienie osiedla i zabezpieczy posesje i domy przed zalewaniem, zwłaszcza w okresie intensywnych opadów i roztopów.

Koszt inwestycji to **938 517,59 zł**. Za realizację zadania odpowiedzialna jest Przedsiębiorstwo Budowlano-Produkcyjne Trakt Bobrzak Teclaw Spółka Jawna.

Projekt dofinansowany ze środków Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych. Wraz z budową I etapu realizacja zadania, który wynosił **511.434,00 zł**, całkowity koszt budowy odwodnienia na Osiedlu Pisarzy wyniesie około **1,5 mln zł**.

Przewidywany termin realizacji inwestycji to przełom roku 2021/2022 o ile warunki pogodowe umożliwią prace w terenie w pełnym zakresie i zaplanowanym tempie.

reklama

WYNAJEM BUSÓW

9-OSOBOWE BUSY DO WYNAJĘCIA

KONKURENCYJNE CENY!

TEL. 783-079-217



Gmina Łąck

Zdalne nauczanie ze środków unijnych



Placówki oświatowe z terenu powiatu płockiego otrzymują sprzęt potrzebny do zdalnego nauczania. Podpisano umowę pomiędzy Urzędem Marszałkowskim, a Gminą Łąck. Tym samym gmina dołączyła do realizacji przez samorząd Mazowsza unijnego programu przygotowania szkół, nauczycieli i uczniów do nauczania zdalnego. Obecnie jego wartość wynosi już ponad **55 mln zł**. Dzięki unijnemu dofinansowaniu do szkoły w Łącku zostaną dostarczone

nowe urządzenia i oprogramowanie, w tym stanowiska komputerowe, urządzenia wielofunkcyjne, monitory interaktywne, laptopy, projektory oraz moduły i programy edukacyjne. Uczniowie bez dostępu do sieci otrzymają internet mobilny. Odbędą się również szkolenia oraz zdalne instruktaże, dzięki którym nauczycielom i uczniom będzie łatwiej wykorzystywać sprzęt, a także przygotować się do ewentualnego kolejnego okresu nauki zdalnej.



Gmina Mała Wieś

Pożegnanie Lata

W dniu 12.09.2021 r. na terenie Gminnego Centrum Kultury MultiOsada w Małej Wsi zorganizowany został Gminny Piknik na Zakończenie Lata. Dzięki wielu atrakcjom, zabawom i smakołykom dla dzieci, udało się wytworzyć niesamowitą rodzinną atmosferę, która na długo pozostanie w naszych wspomnieniach. Piknik rozpoczął od powitania wszystkich przybyłych gości i ogłoszenia kilku ważnych informacji. Organizatorzy poinformowali o znajdującym się w budynku MultiOsady punkcie szczepień, w którym można było przyjąć szczepionkę Johnson&Johnson oraz możliwości spisania się przy pomocy Rachmistrzów w punktach spisowych Narodowego Spisu Powszechnego,

które utworzone zostały również w budynku MultiOsady. Część artystyczną rozpoczęto od występu Dj. Sprężynki, który zaprezentował swój wokal muzyczny w żartobliwy i przystępny dla dzieci sposób. Zaprosił również dzieci z rodzicami do wspólnych zabaw i animacji. Następnie na scenie pojawił się iluzjonista Karol Sanetti, który zaprezentował niesamowite sztuczki. Talent pana Karola wprawił oglądających w zachwyt i zdumienie, a otrzymane brawa, były tego dowodem. Po pokazie scenicznej nasz iluzjonista prezentował iluzję z bliska, czarując sztuczkami oraz swym urokiem osobistym zebrał na placu mieszkańców Naszej Gminy. Kolejną atrakcją, która czekała na uczestników festynu był

Cenny zabytek Mazowsza w Łącku

Gmina Łąck pozyskała środki na remont kaplicy pałacowej. Środki pochodzą z budżetu samorządu Mazowsza. Na ten cel samorząd przeznaczył ponad **12 mln zł**. W sumie uda się wyremontować aż 154 obiekty, z czego 25 w regionie płockim. Wśród zabytków, które w tym roku otrzymają dofinansowanie z budżetu Mazowsza znalazła się kaplica pałacowa w Łącku. Jak zaznacza marszałek Adam Struzik władze Mazowsza widzą ogromny sens tego typu inwestycji.

– Blisko 200 wniosków z prośbami o dotacje na łącznie 27 mln zł – te liczby potwierdzają, że wciąż jest wiele do zrobienia, ale też jest chęć do pracy i zaangażowanie właścicieli obiektów. To jest nasze bezcenne dziedzictwo kulturowe, które jako Mazowszanie, jako



ludzie szanujący kulturę, tradycję naszego regionu powinniśmy chronić, z myślą o potomnych – dodaje marszałek.

Gmina Łąck otrzyma **50 000 zł** dofinansowania na remont kaplicy pałacowej pw. św. Piotra i Pawła w Łącku. Certyfikat „Cenny zabytek Mazowsza”

przyznawany jest przez samorząd województwa mazowieckiego. Odznaczone nim zabytki to obiekty, które otrzymały dofinansowanie z budżetu Mazowsza oraz mają wyjątkowe dla naszego regionu znaczenie historyczne, kulturalne i architektoniczne.



MultiOsada w Małej Wsi

namiot profilaktyczny, skierowany do szerokiego grona odbiorców: dzieci, młodzieży oraz osób dorosłych. Jej głównym celem było podkreślenie istoty szczepień w kontekście nabywania zbiorowej odporności. Animatorzy urozmaicili dzieciom zabawy poprzez gry zespołowe i kulę bumperball. Każdy z uczestników został obdarowany balonami, bransoletkami odbłaskowymi z treściami promującymi szczepienia oraz rozdano

worki z napisem „Myślę pozytywnie” i kolorowanki profilaktyczne. W tym wyjątkowym dniu nie zabrakło, również malowania twarzy, afrykańskich warkoczy balonowych cudów oraz zabaw z ulubionymi przez wszystkich postaciami z bajek- Myszka Minnie i Miki.

Piknik zakończył Wójt Gminy Mała Wieś Pan Zygmunt Wojnarowski, dziękując wszystkim obecnym za

wspólnie spędzony czas, życząc zdrowia na zbliżające się jesienne dni. Organizatorami Rodzinnego Pikniku na zakończenie Lata w Gminie Mała Wieś było Gminne Centrum Kultury MultiOsada w Małej Wsi, Urząd Gminy Mała Wieś oraz Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Ewa Grzelak
dyrektor GCK MultiOsada
w Małej Wsi

Półkolonie letnie w Gminie Mała Wieś

Mazowiecka Izba Rolnicza wspólnie z Wójtem Gminy Mała Wieś Panem Zygmunt Wojnarowskim zorganizowała półkolonie dla dzieci z terenu Gminy Mała Wieś. Kierownikiem półkolonii była Pani Izabela Jeznach, a wychowawcami kolonijnymi Dyrektor GCK MultiOsada w Małej Wsi Pani Ewa Stefaniak i Animator Kultury GCK MultiOsada Pani Paulina Stępka. Turnus półkolonijny trwał dziesięć dni od 13 do 26 sierpnia 2021 r. i wzięło w nim udział 35 dzieci rolników z terenu Gminy Mała Wieś. Uczestnikom zapewniono transport do i z miejsca organizowanych zajęć, wyżywienie, a także opiekę wychowawców kolonijnych,

którzy czuwali nad bezpieczeństwem dzieci. Ponadto przygotowano interesujący sportowo-rekreacyjny program półkolonii, podczas realizacji którego, dzieci nie mogły się nudzić. Uczestnikom półkolonii zapewniono liczne atrakcje m.in. zwiedzanie ZOO, seanse filmowe, zajęcia na basenie, kręgielni czy w parkach rozrywki. Gmina Mała Wieś, jako jedna z nielicznych z terenu powiatu płockiego organizuje półkolonie letnie dla dzieci rolników dzięki wieloletniej współpracy z Mazowiecką Izbą Rolniczą.

Ewa Grzelak
dyrektor GCK MultiOsada
w Małej Wsi



MultiOsada w Małej Wsi



Gmina Nowy Duninów

Pożegnanie Piotra Kijka

23 sierpnia 2021 r. rano dotarła do nas tragiczna wiadomość o nagłej śmierci oddanego i doświadczonego samorządowca - Radnego Rady Gminy Nowy Duninów Piotra Kijka.

Poznałem Piotra w 1998 roku, gdy wkraczał na drogę samorządową. Jako 30 letni młody człowiek miał głowę pełną pomysłów i nieprzeciętną odwagę, by zmieniać świat. Nie ten wielki, niedostępny wówczas, ale nasz lokalny świat, najbliższy jemu i jego rodzinie. Tamte i kolejne lata nie były łatwe dla samorządu i dla Piotra osobiście. Z własnego doświadczenia wiem, że połączenie pracy zawodowej, społecznej, życia rodzinnego i zachowanie w tym wszystkim sensownych proporcji, jest bardzo trudne. Piotrowi udawało się znaleźć środek, ale tym samym życie jego wypełnione było po brzegi działaniem. Przez prawie dwie dekady nie

tylko zasiadał przy wspólnym z radnymi Rady Gminy stole, ale przede wszystkim wspólnie i intensywnie z nami pracował, dzielił się pomysłami, czasem spierał. Bo trzeba o Piotrku powiedzieć jedno - z uporem walczył o to, żeby w Soczewce i jej okolicy działo się dużo dobrego. To Piotr jest współtwórcą dzisiejszej Soczewki i gminy Nowy Duninów szerzej. Tak jak chciał - żyje się tu wygodnie, a samo otoczenie, choć uważał, że ciągle wymaga poprawy, przyciąga nie tylko turystów, ale także nowych mieszkańców. Zapisał się tym samym w Kronikach naszej gminy jako jej budowniczy. Zajmowały go jednak sprawy nie tylko te duże, jak budowa infrastruktury, ale najmniejsze choćby, trudne, ludzkie zdarzenia. Nie każdemu może zdołał pomóc, ale wiercie mi na słowo - zawsze próbował. Z waszymi - sąsiadów - kłopotami mierzył się

osobiście i jako Radny Rady Gminy Nowy Duninów pukał do wszystkich drzwi, żeby wam pomóc. Taki pozostanie w naszej pamięci i sercach: odważny, otwarty, ale przede wszystkim serdeczny i życzliwy. Mierzmy się dziś z wielkim bólem po jego stracie. Nie pojmujemy DLACZEGO, ale też jako chrześcijanie wierzymy, że to nie jest koniec Twojej/ Naszej wspólnej drogi, Piotrze. Zapewniamy Cię, że pozostaniemy u boku Twoich najbliższych. Ciebie będziemy wspierali modlitwą i serdecznym wspomnieniem. Byłeś i pozostajesz jednym z nas - samorządowcem i społecznikiem zrodzonym na tej ziemi i jej służącym, najwinniejszym z przyjaciół, serdecznym kolegą i dobrym sąsiadem. Spoczywaj w pokoju.

Mirosław Krysiak
wójt gminy Nowy Duninów



Piotr Kijek

Kolejne środki od samorządu Mazowsza

Już wkrótce 36 kół gospodyń wiejskich i innych organizacji pozarządowych z regionu płockiego zakupi nowe artykuły gospodarstwa domowego, sprzęt multimedialny czy stroje ludowe. Wśród nich są te działające na terenie gminy Nowy Duninów. W realizacji projektów pomogą środki z budżetu województwa. Jak wskazuje marszałek Adam Struzik, koła gospodyń wiejskich pielęgnują lokalne tradycje, organizują wydarzenia, są szczególną przestrzenią współpracy i działania.

- Z przekazanego dofinansowania skorzystają gospodynie aktywne społecznie, czyli prawdziwe liderki lokalnych wspólnot. To osoby i grupy, które mają wiele różnorodnych umiejętności i talentów, a ponadto potrafią zmotywować innych do działania - dodaje.

Maksymalne dofinansowanie, jakie mogła uzyskać jedna organizacja, to **5 tys. zł.** Z gminy Nowy Duninów otrzymały je Koło Gospodyń Wiejskich „Nadwiślanki” w Popłacinie

na projekt - „Smakolyki i cudeńka wyrabiamy, mieszkańców do skorzystania zapraszamy!”, a także Stowarzyszenie „Nasze Lipianki” na „Kulinarną sztukę dla mamy, taty, babci, dziadka, wnuczki i wnuka”. Celem konkursu jest wsparcie aktywności na wsi i rozwój lokalnych społeczności.

Kolejne wsparcie trafi do szkoły podstawowej w Nowym Duninowie. Tym razem w ramach unijnego programu przygotowania szkół, nauczycieli



i uczniów do nauczania zdalnego. Dzięki unijnemu dofinansowaniu do szkoły zostaną dostarczone nowe urządzenia i oprogramowanie, w tym stanowiska komputerowe, urządzenia wielofunkcyjne, monitory interaktywne, laptopy, projektory oraz moduły i programy edukacyjne.

Uczniowie bez dostępu do sieci otrzymają internet mobilny. Odbędą się również szkolenia oraz zdalne instruktaże, dzięki którym nauczycielom i uczniom będzie łatwiej wykorzystywać sprzęt, a także przygotować się do ewentualnego kolejnego okresu nauki zdalnej.



Gmina Radzanowo

Wymiana urządzeń grzewczych na terenie gminy

Tak jak zaplanowano, w gminie Radzanowo w miesiącach wakacyjnych trwały prace związane z wymianą urządzeń grzewczych. Remont instalacji obejmował budynki: Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Rogozinie, Szkoły Podstawowej i Samorządowego Przedszkola w Radzanowie oraz Urzędu Gminy w Radzanowie.

W placówce oświatowej w Rogozinie prace polegały na demontażu istniejącej instalacji, modernizacji kotłowni, montażu niezbędnych urządzeń oraz przyłącza gazowego. Całość robót wykonano zgodnie z zasadami i przepisami bhp, ppoż. i sztuką budowlaną, a pieczę nad inwestycją sprawowali branżowi inspektorzy nadzoru. Budynek zostanie podpięty do istniejącej sieci gazowej. Zadanie opiewa na kwotę nieco ponad **100 tys. zł.**

Kompleks obejmujący szkołę podstawową i przedszkole w Radzanowie

również zyskał nowe źródło ciepła tj. gaz płynny. Tam dostosowano w każdym z budynków pomieszczenia niezbędne na potrzeby nowych kotłowni. W obiektach docelowo zamontowano kotły gazowe wraz z osprzętem oraz dostosowano istniejące instalacje do nowego źródła ciepła. Na zewnątrz usytuowano 3 zbiorniki na paliwo płynne. Dwa z nich zasilać będą Szkołę Podstawową wraz z halą sportową, a trzeci placówkę przedszkolną. Środki finansowe na tę inwestycję w wysokości **500 tys. zł** pochodziły z programu przeciwdziałania skutkom Covid-19. Aktualnie zadanie jest na etapie odbiorowym.

Wymiana systemu ogrzewania nastąpi także w budynku Urzędu Gminy w Radzanowie. Podobnie jak w opisanych wyżej zadaniach zaadaptowano pomieszczenie na montaż kotła. Na działce zainstalowano zbiornik naziemny na gaz płynny. Prace montażowe i budowlane są aktualnie

w toku. Wartość zadania wynosi nieco ponad **140 tys. zł.**

Powyższe inwestycje uznawane były za priorytetowe i niezbędne do wykonania w roku bieżącym z uwagi na ich proekologiczny charakter - ich wdrożenie oznacza bowiem likwidację trzech najbardziej zanieczyszczających źródeł ciepła na terenie gminy Radzanowo.



Urząd Gminy w Radzanowie



Urząd Gminy w Radzanowie



Gmina Słubice

Inauguracja roku szkolnego 2021/2022 oraz 1 września

1 września odbyło się uroczyste rozpoczęcie roku szkolnego 2021/2022. W Szkole Podstawowej im. Ojca Świętego Jana Pawła II w Słubicach w inauguracji roku szkolnego wziął udział Wójt Gminy Słubice – Jacek Kozłowski wraz z Przewodniczącym Rady Gminy Słubice – Sławomirem Januszewskim.

Podczas uroczystego apelu, uczniowie, Rada Pedagogiczna, Rada Rodziców oraz Dyrekcja szkoły pożegnali odchodzącą na emeryturę, była dyrektorka i wieloletnią pedagog – Panią Barbarę Gołaszewską.

Po zakończeniu uroczystości, delegacja Samorządu Uczniowskiego,

Ochotniczej Straży Pożarnej w Słubicach oraz Wójt Gminy z Przewodniczącym Rady Gminy złożyli wiązanki, zapalili znicze na grobach Nieznanego Żołnierza cmentarza parafialnego w Słubicach, upamiętniając 82 rocznicę wybuchu II wojny światowej.



Urząd Gminy w Słubicach



Urząd Gminy w Słubicach



Urząd Gminy w Słubicach

reklama

INSTALACJE C.O. Z DOTACJĄ



CIEPŁO I WODA W TWOIM DOMU

- artykuły hydrauliczne,
- instalacje sanitarne i CO,
- kotły olejowe, gazowe i węglowe,
- rekuperatory,
- instalacje solarne,
- pompy ciepła,
- przyłącza wod-kan,
- przydomowe oczyszczalnie,
- usługi mini-koparką,
- usługi koparko-ładowarką.

Zakład Handlowo Usługowy
Sylwester Stawicki
Rogatki Gostynińskie 3a
09-530 Gąbin
tel.: 24 231 44 12
kom.: 604 128 711
kontakt@prostawicki.pl
www.prostawicki.pl





Gmina Słupno

Nowy program pomocy dla mieszkańców

Gmina Słupno realizuje projekt Centrum Usług Społecznych. Głównym celem projektu jest zwiększenie dostępności nowych usług społecznych na terenie gminy w dotąd nie realizowanych obszarach. W wyniku przeprowadzenia diagnozy potrzeb wśród mieszkańców Gminy Słupno zdiagnozowano obszary wymagające wsparcia. To blok wsparcia rodziny. Zaplanowano zajęcia dla 15 rodzin w tym 30 rodziców oraz dla 30 dzieci w wieku 6-15 roku życia. To m.in. utworzenie Placówki Wsparcia dla Dzieci i Młodzieży z siedzibą w świetlicy w Wykowie. Realizowane tu będą zajęcia z zakresu: poradnictwa lub terapii pedagogicznej oraz zajęcia animacyjne oraz zajęcia w zakresie pomocy w nauce z przedmiotów: matematyka, język polski, język angielski. Utworzona zostanie również grupa wsparcia dla rodzin z dziećmi. Tu zajęcia będą

dotyczyć m.in. problematyki poprawy kompetencji i większej świadomości siebie jako rodzica. Udzielane będą również usługi specjalistyczne z zakresu: poradnictwa i/lub terapii logopedycznej poradnictwa i/lub terapii psychologicznej, poradnictwa i/lub terapii taktynnej i/lub integracji sensorycznej i/lub indywidualnych zajęć z zakresu rehabilitacji ruchowej dla dziecka. W ramach tego bloku organizowane będą również obiady dla seniora z dowozem do domu oraz animacje w środowisku lokalnym. Kolejnym blokiem zajęć realizowanym w ramach projektu będą zajęcia dla osób niepełnosprawnych. Tu w ramach grupy wsparcia dla rodzin z dziećmi z niepełnosprawnościami zaplanowano warsztaty. Obejmują one zajęcia w zakresie stresu osoby obciążonej obowiązkiem opieki nad osobą zależną,



gops.slupno.eu

technik radzenia sobie ze stresem, mechanizmu współzależnienia. Ponadto warsztaty obejmują zajęcia w zakresie technik relaksacji, form organizacji odpoczynku, oraz zajęcia relaksacyjne. Odbędzie się także turnus rehabilitacyjny obejmujący zapewnienie co najmniej 2 zabiegów rehabilitacyjnych

dziennie dla każdego uczestnika turnusu. W ramach programu przygotowano także blok specjalistycznego poradnictwa zdrowotnego i działań profilaktycznych, m.in. zaplanowano szczepienia ochronne przeciw grypie, szczepienia ochronne przeciw HPV. Leki dla seniora – bony

na leki o wartości 300 zł każdy. Będzie także blok usług wsparcia o charakterze społecznym i zawodowym, m.in. kursy zawodowe, wsparcie doradcy zawodowego, czy trenera budżetowego. Szczegóły dotyczące programu w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Słupnie.

Tylko do końca września mamy czas na spis

Tylko do końca września możemy wziąć udział w spisie. Jeśli nie dopełnimy tego obowiązku grozi nam kara – nawet do 5 tys. zł.

Jak wypełnić obowiązek spisowy?

Najprostszą i najwygodniejszą metodą jest samodzielne wypełnienie formularza na stronie <https://spis.gov.pl>. Logujesz się podając identyfikator PESEL lub przez profil zaufany. Formularz możesz wypełnić dla wszystkich osób, z którymi mieszkasz (np. małżonek, dzieci). Do wypełnienia formularza nie musisz się specjalnie przygotowywać, ale miej pod ręką swój numer PESEL (i domowników, jeśli wypełniasz ich formularze). Jeśli mieszkasz w domu jednorodzinnym, przypomnij sobie, w którym roku budynek został oddany do użytkowania.

- Dotychczas ten obowiązek wypełniło 62% mieszkańców gminy, natomiast jeśli chodzi o zasób mieszkaniowy to 56%. Spis trwa już ponad 5 miesięcy. Zachęcamy, by nie

odkładać tego obowiązku do ostatniego dnia września. Osoby, które nie spiszają się mogą spodziewać się kar, do 5 tysięcy złotych – mówi Agnieszka Ruclak zastępca wójta gminy Słupno.

Dla osób, które chcą się spisać dostępnych jest kilka możliwości. Spis przez telefon. Ta metoda to odpowiednia opcja dla osób, które nie mają komputera z Internetem i które wolą mieć wsparcie rachmistrza. Wystarczy zadzwonić na Infolinię Spisową 22 279 99 99 i postępować zgodnie z komunikatami. Jeśli w najbliższym czasie będziesz w urzędzie gminy, możesz skorzystać z pomocy przeszkolonej osoby. Można to zrobić podczas spotkań sołeckich, lub przez internet na stronie spis.gov.pl. Podczas tegorocznego spisu powszechnego informacje zbierane są również przez rachmistrzów spisowych. Jeśli skontaktuje się z nami rachmistrz, nie możesz odmówić mu przekazania danych! Wypełnienie formularza z rachmistrzem przebiega bardzo sprawnie i bezpiecznie.



Spis Powszechny to:





Gmina Stara Biała

Święto plonów



Msza św, dzielenie chleba, podziękowania za plony, ale także mnóstwo innych atrakcji. Gmina Stara Biała świętowała dożynki. Program była bardzo bogaty i każdy znalazł coś dla siebie. Święto plonów rozpoczęła msza święta w kościele w Starej Białej. O muzyczną oprawę zadbała Gminna Orkiestra Dęta. Były też pocztę sztandarowe z OSP w Starej Białej, Dziarnowie i Kamionkach.

- Dzisiaj to wy, rolnicy jesteście naszymi bohaterami. Dobrze wiecie, że nie wystarczy wiedza, nawozy, maszyny. Wiecie, że potrzebne jest coś więcej. Nikt tak jak rolnicy nie jest tak blisko z Bogiem - mówił w homilii proboszcz ks. Zbigniew Kaniecki.

Poświęcił także dożynkowe kosze przygotowane przez mieszkańców Białej i dożynkowy chleb. Dalsza część dożynkowych uroczystości odbyła się na terenie „szkółek” w Białej. Minutą ciszy uczczono pamięć tragicznie zmarłego starosty płockiego, Mariusza Bieńka. Podczas oficjalnej części wójt Sławomir Wawrzyński oraz przewodnicząca Rady Gminy Stara Biała, Małgorzata Lewandowska powitali gości. Byli wśród nich m.in. przewodniczący Rady Powiatu w Płocku, Lech Dąbrowski, powiatowi i gminni radni.

- Rolników jest coraz mniej, bo to się bardzo dynamicznie zmienia, ale jest ta tradycja od wieków bardzo ważna również dla nas. Cieszymy się, że udało nam się zorganizować dożynki po rocznej przerwie, w okrojonym zakresie, ale udało nam się tu spotkać, docenić pracę rolników, ale przede wszystkim im za to podziękować - mówił Sławomir Wawrzyński wójt gminy Stara Biała.

Nowością na dożynkach było poświęcone zboże, które można było zabrać ze sobą do domu.

- To ma oczywiście wymiar symboliczny. Dzielimy się po to, by w przyszłym roku móc się ponownie cieszyć. Taka piękna tradycja. To jest

także okazja do spotkania szczególnie ważna po tym trudnym okresie kiedy nie mogliśmy się spotykać - mówiła Małgorzata Lewandowska przewodnicząca Rady Gminy Stara Biała.

Tradycyjnie natomiast było dzielenie się chlebem. Mieszkańców częstowały nim władze gminy, ale także starostowie dożynek. Po części oficjalnej przyszedł czas na zabawę. O coś dla ciała zadbały koła gospodyń wiejskich. Stoły uginały się od smakołyków przygotowanych przez panie. Była również gorąca grochówka dla każdego. Swoje stoisko miała także działająca na terenie gminy pasieka sadowskich. Atrakcji nie brakowało dla najmłodszych jak i nieco starszych. Sporym zainteresowaniem cieszył się pokaz strongmanów i organizowane przez nich konkursy z nagrodami. Dla dzieciaków przygotowano dmuchańce, ale nie tylko. O dobrą zabawę zadbały także jednostki OSP z terenu gminy. Było również miasteczko „Świadomy kierowca”.

Na gminnej imprezie nie mogło zabraknąć najmłodszych artystów. Na scenie prezentowała się Gminna Orkiestra Dęta, Białe Wilki, a także dzieciaki z grupy TULIP. O muzyczny akcent zadbała grupa 25 Hours.

Zmiany w budżecie

Na XXVI sesji Rady Gminy Stara Biała, radni jednogłośnie podjęli decyzję m.in. o zmianach w budżecie gminy. Tym samym zdecydowali np. o zwiększeniu wydatków na drogi o ponad 900 tys. zł.

Sesja, która odbyła się w czwartek, 9 września, rozpoczęła się od uczczenia minutą ciszy pamięci tragicznie zmarłego starosty płockiego, Mariusza Bieńka.

W trakcie sesji radni zajmowali się głównie uchwałami związanymi z finansami gminy i wyrażeniem zgody na przejęcie przez gminę gruntów w kilku miejscowościach. Jeśli chodzi o sprawy finansowe to radni zdecydowali o zmianach w budżecie na ten rok. Zgodzili się na propozycję wójta, aby m.in. zwiększyć o 600 tys. zł środki przeznaczone na rozbudowę drogi gminnej w miejscowościach Bronowo - Zalesie i Nowe Trzepowo. Teraz ta inwestycja zamknie się kwotą nieco ponad 2,5 mln zł. Radni zdecydowali także o dołożeniu 150 tys. zł na budowę pętli autobusowej w Mańkowie. Po tej zmianie inwestycja będzie kosztować ponad 320 tys. zł.

- Musieliśmy zwiększyć środki na te inwestycje, bo te, które planowaliśmy pierwotnie okazały się zbyt niskie w postępowaniach przetargowych. Niestety prace związane

z budową dróg i infrastruktury drogowej znacznie w ostatnim czasie zdrożały. Aby znalazł się wykonawca naszych inwestycji musieliśmy dołożyć pieniędzy - tłumaczy wójt Sławomir Wawrzyński.

Radni zdecydowali również o przeznaczeniu 100 tys. zł na budowę drogi gminnej w Maszewie, a także 70 tys. zł na poprawę bezpieczeństwa ruchu drogowego na dwóch przejściach dla pieszych w Nowej Białej. Chodzi o przejścia na skrzyżowaniu dróg Nowa Biała-Mańkowo i Nowa Biała-Maszewo Duże. Na to przedsięwzięcie gminie udało się zdobyć dofinansowanie z Funduszu Dróg Samorządowych w wysokości ponad 43 tys. zł. Natomiast o 200 tys. zł radni zwiększyli kwotę na wydatki przeznaczone na odszkodowania wypłacane na rzecz osób fizycznych z tytułu przejęcia gruntów pod budowę dróg gminnych.

Radni podjęli także aż sześć uchwał związanych z przejęciem przez gminę gruntów. Chodzi o grunty w Maszewie, Maszewie Dużym, Nowej Białej, Starych Proboszczewicach, Wyszyńie.

W zdecydowanej większości chodzi o przejęcie przez gminę gruntów pod drogi.

Grzegorz Szkopek

reklama

Top Market

PSS Zgoda w Płocku

Jesteśmy dla Was od 1870 roku



Top Market

Jesteśmy dla Was od 1870 roku!



Blżej, taniej, lepiej!



Gmina Staroźreby

Dożynki parafialne

5 września 2021 roku odbyło się parafialne Święto Plonów w Staroźrebach. Dożynki Parafialne - Święto Dziękczynienia za tegoroczny chleb. Podziękowanie Bogu za urodzaje, a ludziom za ich ciężką pracę. W uroczystościach brali udział przedstawiciele władz samorządowych Gminy, radni, sołtysi, grupy parafialne, orkiestra gminna, Akcja Katolicka, asysta procesyjna, służba liturgiczną ołtarza, druhowie OSP ze Staroźreb i Bromierza oraz licznie zebrani parafianie i goście. Wieńce dożynkowe wykonali mieszkańcy Staroźreb

Hektarów i Bromierza Wsi. Mszy świętej przewodniczył i Słowo Boże wygłosił Ks. Proboszcz Krzysztof Zakrzewski. Okolicznościowe słowo do rolników i zgromadzonych wygłosił Wójt Gminy Staroźreby Pan Kamil Groszewski. Na koniec uroczystości Mieszkańcy Gminy zostali poczęstowani chlebem pochodzącym z rodzimej piekarni Państwa Rosiaków. Cała uroczystość przebiegała wśród pięknej dekoracji dzieła Pani Agnieszki Gajewskiej.

Urząd Gminy w Staroźrebach



Urząd Gminy w Staroźrebach



Urząd Gminy w Staroźrebach



Urząd Gminy w Staroźrebach

W nowy rok szkolny po remoncie



Urząd Gminy w Staroźrebach

W Zespole w Staroźrebach końcówi dobiegł remont. Uczniowie Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Staroźrebach od 1 września cieszą się i korzystają z wyremontowanej pracowni informatycznej. Zakres prac obejmował podwieszenie sufitów, założenie gładzi i nowej podłogi, pomalowane zostały również ściany i zakupione nowe wyposażenie pracowni w postaci sprzętu komputerowego. Zakupione komputery nowszej generacji ułatwiają pracę i naukę. Ponadto na holu Zespołu Szkolno-Przedszkolnego założone zostały nowe płytki.

Urząd Gminy w Staroźrebach



Urząd Gminy w Staroźrebach



Gmina i Miasto Wyszogród

WFOS w Wyszogrodzie

16 sierpnia w Wyszogrodzie odbyło się podpisanie umów z Wojewódzkim Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie, w którym uczestniczyli wójtowie i burmistrzowie powiatu płockiego i sierpeckiego oraz przedstawiciele parafii, a także parlamentarzyści okręgu płockiego: Pan Minister Maciej Małecki Poseł na Sejm RP, Pan Marek Martynowski Senator RP, Pan Marek Ryszka Prezes WFOŚiGW w Warszawie, Pani Marlena Mazurska Kierownik Delegatury Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego w Płocku, Pani Magdalena Grodecka Dyrektor Wydziału Zamiejscowego WFOŚ w Płocku.

Pani Iwona Gortat Burmistrz Gminy i Miasta Wyszogród wraz ze Skarbnikiem Panią Bogumiłą Laskowską w obecności Barbary Dominikiewicz Przewodniczącej Rady Gminy i Miasta Wyszogród podpisała umowy na realizację kolejnych ważnych zadań, które będą realizowane na terenie Miasta Wyszogród:

- „Zabiegi pielęgnacyjne drzew oraz uzupełnienie nasadzeń w Wyszogrodzie”
- „Stworzenie ścieżki edukacyjno-przyrodniczej w Wyszogrodzie”

Urząd Gminy i Miasta Wyszogród



Urząd Gminy i Miasta Wyszogród



Urząd Gminy i Miasta Wyszogród

Kolejna inwestycja zakończona

Gmina i Miasto Wyszogród zakończyła kolejną ważną i wyczekiwaną inwestycję, którą była przebudowa drogi gminnej o długości 1667 mb. w miejscowości Słomin.

Przebudowa drogi wykonana została dzięki dofinansowaniu z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg.

Oficjalny odbiór, a tym samym otwarcie drogi miało miejsce w dniu 30 sierpnia 2021r, w którym brali udział: Minister Maciej Małecki, Burmistrz Gminy i Miasta Wyszogród Iwona

Gortat, Sekretarz Gminy i Miasta Wyszogród Wioletta Dobrowolska, Dyrektor Biura Poselskiego Maciej Małecki Michał Orliński oraz przedstawiciele sołectwa Słomin – Radny Marcin Sielczak oraz Sołtys Marzena Kołakowska, a także wykonawca inwestycji Marcin Głuchowski – firma Drog-Bet.

Użytkownicy inwestycji mogą już korzystać z nowej od wielu lat wyciekawianej nawierzchni asfaltowej.

Urząd Gminy i Miasta Wyszogród



Urząd Gminy i Miasta Wyszogród

Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica w Płocku czeka na Ciebie

Zmieniające się trendy na rynku edukacyjnym są kwestią w pełni naturalną. Co pewien czas dochodzi do nasycenia rynku pracy określonymi profesjami. Jest to odczuwalne także w Szkole Wyższej im. Pawła Włodkowica Płocku, ale chodzi o to, by uczelnia potrafiła to dostrzec i dostosować swoją ofertę edukacyjną do zmieniającego się rynku pracy. Włodkowic na bieżąco analizuje i uzupełnia swoją ofertę, by zaspokoić aktualne zapotrzebowanie pracodawców. Ścisłą współpracą z biznesem w tym zakresie to rzecz niezwykle istotna. Dodatkowo wartym podkreślenia jest fakt, że Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica w Płocku to uczelnia o profilu praktycznym. Jej absolwenci to osoby w pełni przygotowane do funkcjonowania na rynku pracy. Ukończenie praktycznych studiów to podstawa stabilnej przyszłości, a podjęcie studiów zaocznych to znakomite rozwiązanie dla osób, które jednocześnie chcą pracować, zdobywać wykształcenie i zasmakować życia studenckiego. W dzisiejszych czasach podejmujący zatrudnienie nie są zmuszeni do rezygnacji ze swoich marzeń o zdobyciu wykształcenia wyższego.

Oprócz ciekawych kierunków Uczelnia oferuje swoim studentom rozbudowany system stypendialny. W roku 2020 przekazała naszym studentom **stypendia na łączną kwotę ponad 3 milionów zł** (3 098 640 zł). Mogą oni skorzystać także z licznych

rabatów i ratalnego systemu opłat czesnego. Jest to doskonałe rozwiązanie odciążające budżet domowy.

- Proces rekrutacji trwa. Naszą ofertę kierujemy zarówno do tegorocznych maturzystów, jak i osób, które z różnych względów musiały mieć przerwę w edukacji – powiedziała Małgorzata Mosińska, Dyrektor Biura Promocji.

Tegoroczna oferta Szkoły Wyższej im. Pawła Włodkowica w Płocku to 5 kierunków licencjackich, jeden inżynierski i 3 magisterskie uzupełniające. Uczelnia posiada w swojej ofercie także studia jednolite pięcioletnie na kierunku Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna. Dla osób posiadających już dyplom proponuje blisko 60 zakresów studiów podyplomowych.

Różnorodność oferty powoduje, że ciężko wskazać kierunek, który cieszy się największym zainteresowaniem. Włodkowic ma wielu kandydatów zarówno na Administrację, Pedagogikę, czy Informatykę, Wychowanie fizyczne, jak i na Bezpieczeństwo narodowe oraz Zarządzanie. Dużym zainteresowaniem cieszą się również studia jednolite pięcioletnie na kierunku Pedagogika przedszkolna i wczesnoszkolna. Z pewnością na szczególne zaakcentowanie zasługują nowe specjalności przygotowane na ten rok akademicki: na studiach



wlodkowic.pl

licencjackich: Bezpieczeństwo informacji, Profilaktyka i interwencja kryzysowa, Trener przygotowania motorycznego oraz na studiach magisterskich: Terapia pedagogiczna z elementami pedagogiki Montessori. Trzeba podkreślić, że Włodkowic jako uczelnia praktyczna stawia na dużą ilość zajęć pozawykładowych. Dla przykładu na kierunku Informatyka na zajęciach z przedmiotu Podstawy programowania robotów wykorzystywany jest robot przemysłowy Kuka.

Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica w Płocku wspiera także osoby niepełnosprawne w procesie studiowania. Kampus SWPW jest dostosowany do ich potrzeb. Na uczelni funkcjonuje Pełnomocnik Rektora ds. osób z niepełnosprawnościami oraz punkt obsługi osób niepełnosprawnych, w ramach którego odbywają się

dyżury psychologa, doradcy edukacyjnego, asystenta dydaktycznego dla osób z niepełnosprawnościami oraz specjalisty od technologii wspierających. Do dyspozycji studentów oddano m.in. schodolazy i przenośną walizkową pętlę indukcyjną dla osób niedosłyszących. Na terenie kampusu Włodkowica zamontowano system nawigacyjno-informacyjny wspierający osoby niewidome i słabowidzące. Studenci Włodkowica mają także możliwość bezpłatnego wypożyczenia sprzętu do osób niepełnosprawnych.

Dla niezdecydowanych Uczelnia przygotowała bardzo ciekawą opcję. Mogą oni zadzwonić bezpośrednio do Doradcy edukacyjnego, który wesprze w wyborze kierunku studiów, pomoże określić właściwą drogę edukacyjną. Usługa ta jest całkowicie bezpłatna.

Kontakt z doradcą edukacyjnym możliwy jest pod numerem telefonu: **661 121 122** w godz. 8:00 – 18:00.

- To rozwiązanie, które funkcjonuje u nas już od kilku lat i świetnie się sprawdza. Jest to forma wsparcia dla naszych przyszłych studentów – podsumowuje Dyrektor Mosińska.

Tak więc wszystkich zainteresowanych szczegółową ofertą Włodkowica zapraszamy do kontaktu z doradcą edukacyjnym pod numerem telefonu **661 121 122** oraz na naszą stronę internetową **www.wlodkowic.pl**. Czekają na Państwa specjaliści ds. rekrutacji, którzy wesprą zarówno w procesie decyzyjnym, jak i rekrutacyjnym, tel. **24 366 41 00, 366 41 50, rekrutacja@wlodkowic.pl**

Ognisty lis z bambusowych gajów



Panda mała jest jednym z najpiękniejszych zwierząt eksponowanych w płockim Ogrodzie Zoologicznym. W Nepalu nazywana jest „Nigalya ponya”, co w tłumaczeniu oznacza „pożeracz bambusa”, a w Chinach, z powodu ubarwienia sierści wołają na nią „Huo hu”, czyli „ognisty lis”. To urocze zwierzę, które swoim wyglądem budzi zachwyt zwiedzających. W każdą trzecią sobotę września (w tym roku 18) obchodzimy Międzynarodowy Dzień Pandy Małej.

Hari i Laya

Obecnie na wybiegu w płockim ZOO możecie podziwiać parę pand małych - czteroletniego samca Hari, który z urodzenia jest Brytyjczykiem pochodzącym z Welsch Mountain ZOO w Walii i dość młodą jeszcze samicę Layę urodzoną 19.06.2020 r. w Parc Animalier d'Auvergne we Francji. Pandy małe dojrzewają w wieku około 1,5 roku, a więc mamy nadzieję, że Laya i Hari już niedługo zostaną

rodzicami.

Drapieżnik, który woli być wege...

W naturze dieta pandy małej jest niezwykła jak na drapieżnika i składa się głównie z młodych pędów bambusa (w naturze nawet do 95%), liści innych roślin, różnych owoców, owadów, drobnych kręgowców i jaj ptaków. Zimą, kiedy inne pożywienie jest trudno dostępne, zwierzę żywi się praktycznie tylko bambusem.

Aby utrzymać ciepłotę ciała i pokryć zapotrzebowanie energetyczne panda mała stosunkowo dużo śpi, najchętniej w słońcu. Dziennie zjada około 5,5 kg bambusa i liści innych roślin.

Co jedzą pandy w płockim Zoo?

Nasze pandy otrzymują dziennie 2 posiłki, w skład których wchodzi produkty zawierające zarówno błonnik, jak i pełnowartościowe białko, witaminy i składniki mineralne. W codziennej diecie mają marchew, banany, jabłka, gruszki, kiwi, gotowany ryż, ser biały, jajko na twardo i kiełki roślin. Co kilka dni dostają łyżkę miodu, winogrona i paprykę. Od wiosny do jesieni posiłki są wzbogacane sezonowymi owocami i warzywami (morele, czereśnie, brzoskwinie, melon, ogórek, pomidor, brokuł), mieszaną traw zielonych oraz młode pędy bambusa, który od kilkunastu lat rośnie na terenie naszego Zoo.

Gatunek wyjątkowy i unikalny

Pandę małą posiada w swojej kolekcji ponad 300 instytucji (ogrodów zoologicznych i centrów ochrony). Uczestniczą one w programie hodowlanym, który ma pomóc w przetrwaniu tego zagrożonego wyginięciem gatunku. Chroniąc pandę małą chronimy światowe dziedzictwo przyrody i globalną

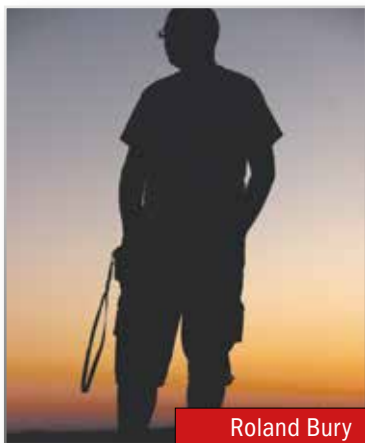
bioróżnorodność, ponieważ gatunek ten jest jedyny w swoim rodzaju ze względu na swoje zachowania, specjalizację pokarmową („roślinozęrn drapieżnik”), wymagania środowiskowe, a także na brak żyjących gatunków pokrewnych. Panda mała jest żyjącym reliktem przeszłości, tzw. żywą skamieniałością tzn. nie ma bliskich żyjących krewnych.

Niesamowita gimnastyczka

Środowiskiem życia tego gatunku są przedgórza Himalajów - lasy iglaste, liściaste i rododendronowe, ale zawsze z podszytem bambusowym. Panda mała to śpioch. Ponad połowę dnia przesypia, najczęściej w gałęziach drzew. Jest aktywna głównie wieczorem i o świcie. To zwinna, nadrzewna akrobatka z cechami ułatwiającymi jej poruszanie się po gałęziach np. ogon pomaga w utrzymaniu równowagi, ostre pazury zwiększają przyczepność do gałęzi, podszewy łap porośnięte futrem oraz tzw. „fałszywy kciuk” tj. specjalna kość wyrastająca z nadgarstka, dzięki której panda ma pewniejszy chwyt umożliwiający jej nawet szybkie poruszanie się po drzewie głową w dół.

Magdalena Kowalkowska
ZOO Płock

Mosiele Africa. Longisz i Namniak



Roland Bury

Wnikliwi czytelnicy tego cyklu zauważyli że lipcowy tekst cyklu Mosiele Afryka kompletnie nie odpowiadał filmowi, który mogli zobaczyć po zeskanowaniu kodu QR. Cóż musiało tak być, bo lipcowy film przygotowywany na początku miesiąca nie mógł się ukazać do momentu naszego kolejnego wylotu do Tanzanii. Ci co go widzieli to wiedza dlaczego. Dla tych co nie wiedzą, spieszę z wyjaśnieniami. Otóż w filmie tym opowiadałem o swoich planach wzięcia ślubu w masajskiej wiosce. Całość miała być tajemnicą dla mojej małżonki oraz dla naszych towarzyszy podróży.

Dziś po powrocie mogę powiedzieć (a może raczej napisać) – udało się. Wszystko się udało. Zarówno sam ślub jak i dochowanie tajemnicy.



29 lipca dwoje Mzungów wzięło ślub w Makuyuni - masajskiej wiosce w zachodniej Tanzanii. Ślub oczywiście był symboliczny ale z zachowaniem całego masajskiego obrządku. Zostaliśmy zabrani do „swoich” domów, przedstawieni swoim „masajskim matkom” i przebrani w ślubne stroje. Mnie nadano imię Longiszu – co oznacza „ten, który posiada dużo krów” a moja żona została Namniak – czyli „ta, co błogosławi”.

Wszystko odbyło się zgodnie z obyczajem. Oczywiście musiałem podarować mamie Namniak krowę (symbolicznie jedną). Normalnie to oscyluje w granicach 5-9 krów. Co ciekawe cena (czyli ilość krów) zależy nie od piękności Panny Młodej lub innych jej przymiotów ale od zamożności Pana Młodego. Jak stać go na więcej, to podarowuje matce Panny Młodej więcej. Jest to taki swego rodzaju „podatek liniowy”. Dzięki temu każdego mężczyznę stać na zamążpójście. A dlaczego w ogóle „posag” daje się w krowach. Cóż dla Masajów to właśnie ilość posiadanych krów jest statusem bogactwa. A ponadto matka Panny Młodej oddaje córkę – osobę, która się nie opiekuje, która pomaga jej w gospodarstwie, która stanowi pewnego rodzaju zabezpieczenie na starość (że będzie się miał kto nią opiekować, kiedy ta nie będzie już w stanie pracować). Po bliższym

poznaniu życia w takiej wiosce i głębszym zastanowieniu ma to sens. Tym bardziej, że Panna Młoda wychodząc za mąż ma obowiązek dbać o swój dom i opiekować się matką swojego męża. I wszelkie rodzinne sprawy „załatwiać” z mamą Pana Młodego. Tak mówi tradycja.

W tym miejscu taka dygresja, bo już wiele osób mnie o to pytało. Nie, nie wiozłem ze sobą ani polskiej krowy, ani polskiej kozy do Afryki. Wcześniej (w kwietniu) została ona kupiona na masajskim targu, przez właściciela lokalnego biura podróży, który nam całą podróż organizował, i żyła sobie w tej wiosce czekając na nasze przybycie. Potem moja krowa została rytualnie zabita byśmy my (Państwo Młodzi oraz cała wioska) mogli świętować. Ponieważ dla niektórych widzów pokazanie całego rytuału uboju mogłoby być zbyt drastyczne (tym bardziej że ceremoniał przewiduje picie świeżej krwi bezpośrednio z rozciętej szyi krowy), to powiem tylko, że krowa jest zabijana naprawdę szybko (poprzez przecięcie rdzenia kręgowego) i w możliwie jak najbardziej humanitarny sposób.

Potem podzielono mięso – nam jako nowożeńcom przypadły najlepsze kawałki – dostaliśmy steki, które upieczone na ognisku zjadaliśmy ze smakiem. Niestety, z kozą już tak dobrze nie było. Tu przypadły nam też te najlepsze części. Ale to co według Masajów najlepsze dla nas było niezjadliwe. Cóż to takiego? Twarda skóra ze słoniny. Pamiętajmy - jedzenie w Afryce służy przede wszystkim zaspokojeniu podstawowych potrzeb, zapewnieniu energii potrzebnej do przeżycia. A coż tej energii ma najwięcej? Tłuszcz. Ponieważ koza ma czystego, czerwonego mięsa stosunkowo mało, to dostaliśmy to

co stanowi miejscowy przysmak. Twardą (cholernie twardą) skórę z przypieczoną słoniną. Naprawdę, nie dało się tego zjeść – mimo najszczerzych chęci i długotrwałych prób. Całość popijaliśmy piwem miodowym. Jednak amatorów pilsa napój ten z pewnością by nie zadowolił. Mętne, ciepłe, lekko sfermentowane, ze słodkawym posmakiem było serwowane z 20-to litowego wiadra łyżką wazową. Po dwóch kubkach przeszliśmy na wodę.

Tańce, śpiewy i zabawa trwały do późnych godzin nocnych (wszak było co świętować – każdy w wiosce zjadł sytą, mięsną kolację, popił miodowym piwem i na dodatek na koszt mzungów). Ach, życie.

Po wszystkim rozłożyliśmy śpiwory przed chatką, którą dostaliśmy na te noc, gdyż widok który zaserwowało nam niebo było cudnym prezentem dla nowożeńców. Całkowite ciemności, krystalicznie przejrzyste powietrze, brak jakichkolwiek chmur... Dostaliśmy miriady gwiazd i rozciągniętą od horyzontu po horyzont Drogę Mleczną. Różnokolorowe mgławice (brązowe, zielonkawe, niebieskawe), sierp księżycy, miriady gwiazd i nocne odgłosy sawanny. Cudo, poezja, bajka, Afryka!

Longiszu

PS
250 USD. Tyle kosztuje krowa (i koza).
Cała reszta – bezcenna.



Grzyby, grzyby, grzyby...

Późne lato i wczesna jesień to sezon grzybowy i raj dla amatorów grzybobrania. Chyba każdy z nas zna smak grzybów marynowanych, w śmietanie oraz niesamowity aromat grzybów suszonych. Z grzybów możemy wyczarować również kotlety, które są alternatywą dla mięsa, a także doskonałym pomysłem na wigilijną kolację. Super pomysłem jest również pasta grzybowa, którą można wykorzystać do przyprawiania zupy, sosu ale także do posmarowania kanapki.

Grzyby to faktycznie rośliny bardzo smaczne. Należy zachować jednak niezwykłą ostrożność podczas ich zbierania. Zbierajmy tylko te, które znamy i których jesteśmy pewni. W razie jakichkolwiek wątpliwości warto zwrócić się po pomoc do najbliższej stacji sanitarno-epidemiologicznej.

„CORAZ LEPSZE” życzą Smaczne...

Kotlety grzybowe



Składniki:

- 50 dkg grzybów
- 1 duża cebula
- 2 bułki kajzerki
- 2 jajka
- 1 szklanka mleka
- 100g bułki tartej
- sól, pieprz

Grzyby oczyścić i uduścić w całości, po czym odsączyć. Bułkę namoczyć w mleku, odcisnąć i zmielić wraz z grzybami. Dodać przyprawy, podsmażoną cebulkę, jajka i bułkę tartą.

Masa powinna być tak gęsta, by można było formować kotleci, które trzeba obtoczyć w bułce tartej i smażyć.

Pasta grzybowa

Składniki:

- 1,5 kg ugotowanych grzybów
- 2 cebule
- 1 marchew
- 4 ząbki czosnku (można mniej)
- 100 ml oleju
- 2 łyżki koncentratu pomidorowego (można pominąć)
- 1 łyżka cukru
- 1 łyżka majeranku
- 3 liście laurowe
- sól, pieprz



Grzyby ugotować dokładając liście laurowe i potem dokładnie podsmażyć. Marchew obrać i zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Czosnek posiekać, a cebule pokroić w drobną kostkę i zeszklić na patelni dodając pod koniec czosnek. Odstawić do wystygnięcia.

Grzyby oraz warzywa zmielić i przełożyć do garnka. Doprawić cukrem, solą i pieprzem. Gotować na wolnym ogniu często mieszając, by pasta się nie przypaliła, a woda dobrze odparowała. Dodać majeranek i opcjonalnie koncentrat pomidorowy i gotować jeszcze 10 minut.

Gorącą pastę nakładać do słoików. Pasteryzować 15 min.

Kwestia odpowiedzialności, a 13 zamordowanych z Bodzanowa

Piątek, 18 września 1942 roku, godzina 17. Na placu targowym w Bodzanowie, koło cmentarza, czeka liczna grupa polskiej ludności spędzonej tu przez niemiecką żandarmerię. Zajeżdża kilka wojskowych ciężarówek oraz samochodów osobowych. Po chwili wychodzi z nich 13 Polaków, przywiezionych z Płocka w asyście uzbrojonych oddziałów niemieckich.



Michał Korwin-Szymanowski

Na miejscu jest też kat „zasłużony” w mordowaniu Polaków - Hartmuth Pulmer, szef gestapo z Płocka, to jego „robota”. Polacy mają związane ręce drutem, za plecami. Przed nimi stoi szubienica. Do jej konstrukcji posłużyło drewno z misyjnego krzyża z Bulkowa, symboliczne. Odmienienie niż w wypadku trzy tygodnie wcześniejszej zbrodni w Słupnie, tu stryczki skazanym mieli zakładać sołtysi okolicznych wsi - Polacy, oni też mieli usuwać stołki spod nóg skazanych.

Spośród 13 zamordowanych pięciu to mieszkańcy Bodzanowa, ośmiu pozostałych - mieszkańcy innych miejscowości w rejencji ciechanowskiej. Wszyscy skazani zaangażowani byli

w działalność opozycyjną. Po egzekucji Niemcy zakopują ciała w zbiorowej mogile na cmentarzu żydowskim w Chodkowie. Ekshumowano je po wojnie. Sąsiedzi pamiętali, na nieoznaczonej mogile stawiano kwiaty, białe-czerwone.

Józef Szelański, sołtys Bodzanowa, to jeden z bohaterów tej smutnej historii. Przykład tego jak zachować człowieczeństwo w czasach zezwierzęcenia. Odmówił udziału w zbrodni, pobito go, po pół roku zmarł w wyniku otrzymanych obrażeń.

Egzekucja podobna w przebiegu do wielu innych, do których dochodziło na Mazowszu w 1942 roku, miała na celu zastraszenie polskiej ludności, złamanie ducha sprzeciwu, woli walki. Ciężko bada się zbrodnie niemieckie z okresu wojny, łatwo popada się w pewną rutynę. Człowiek obojętnieje na opisy cierpienia. Niełatwo zachować pamięć o indywidualnym wymiarze każdej zbrodni, gdy mamy ich setki tysięcy. A przecież każdy z tych 13 miał kogoś kogo zostawił. Żonę, dzieci, rodziców, przyjaciół.

W trakcie rozpoczętego w 1971 roku postępowania prokuratura niemiecka w Giessen wszczęła sprawę wobec szefa gestapo H. Pulmera. Wszczęcie postępowania było możliwe dzięki dostarczeniu przez Główną Komisję Badania Zbrodni

Hitlerowskich w Polsce materiałów dowodowych. Ostatecznie po dwóch miesiącach aresztu, w listopadzie 1973 roku, sąd postanowił zwolnić H. Pulmera. Ex szef gestapo uniknął odpowiedzialności karnej za swoje czyny. W 1976 roku sprawę ostatecznie zamknięto, w 1978 roku w wieku 70-lat H. Pulmer zmarł.

W trakcie oglądanych przeze mnie meczów reprezentacji różnych krajów Europy widziałem w ostatnich miesiącach zwyczaj kłęknięcia podczas hymnu. W ten sposób piłkarze w imieniu swoich państw,

przepraszają za zbrodnie kolonializmu. 4 czerwca br. władze niemieckie ogłosiły, że wypłacą odszkodowanie za ludobójstwo w Namibii (taki kraj w Afryce). Niemcy zapłacą Namibii 1,1 mld euro odszkodowania za popełnione w tym kraju ludobójstwo. Sprawa dotyczy wymordowania i wykorzystania nawet 100 tys. rdzennych mieszkańców kraju podczas krwawego powstania z lat 1904-1908. To bardzo dobrze, że narody biorą odpowiedzialność za swoje okrucieństwa z przeszłości.

Pytanie ile euro dostaną Polacy za 13 zamordowanych z Zakrzewa,

14 z Rościszewa, 20 ze Słupna, a ile za 40 profesorów lwowskich, a ile za 1793 zamordowanych w Palmirach, a ile za 800 tysięcy polskich obywateli wyznania mojżeszowego zagazowanych w Treblince, a ile za...

Nie oczekuję odpowiedzi, nie namawiam do zemsty, nie żalę się, ale często myślę o tym, gdzie jako Polska byśmy byli, gdyby nie śmierć tych milionów polskich obywateli i czy jeszcze kiedyś ktoś za to odpowie.

Michał Korwin-Szymanowski



Dbajmy o siebie jesienią

Mimo, że pandemia wprowadziła w naszym życiu wiele zmian, to najbliższe trzy miesiące upłyną nam pod znakiem jesieni. Warto przez najbliższe tygodnie zatrzymać letnie, gorące i słoneczne dni po prostu dbając o siebie. Zarówno większe jak i zupełnie drobne działania czy czynności pomogą nam cieszyć się także tą porą roku.

Aktywność fizyczna to fundament, który pomoże nam cieszyć się dobrym zdrowiem, ale także zrzucić

zalegające jeszcze zbędne kilogramy uzbierane w czasie pandemii. Nie trzeba od razu zapisywać się na siłownię czy fitness. Chociaż to super pomysł jeżeli mamy czas i możliwości na regularne ćwiczenia. Zaczynamy od małych kroków - dosłownie.

Na codzienne i małe zakupy wybierajmy się pieszo zamiast autem. Jeżeli raz czy dwa razy dziennie możemy zejść po schodach zamiast korzystać z windy to włączmy to do naszych codziennych zwyczajów.

Dajmy się przyjaciołom i znajomym zapraszać na weekendowe rowerowe wypadki do miasta - nawet na te najkrótsze czy najbliższe. A jeżeli nie możemy rozstać się z ukochanym samochodem, to pojedźmy w sobotę czy niedzielę na przykład na grzyby i przypomnijmy sobie jak pachnie i wygląda jesienny las. A gdyby udało się namówić dwójkę czy trójkę znajomych na poranne czy wieczorne spacerki z kijkami po pobliskim parku czy skwerze byłoby to zbawienne dla naszego organizmu. Pamiętajmy, aby aktywność fizyczną zwiększać stopniowo i dostosowywać do rosnących możliwości swojego organizmu. Róbmy ewolucję, a nie rewolucję.

Jesień to bogactwo smacznych i bogatych w witaminy i inne cenne dla naszego organizmu pierwiastki polskich owoców i warzyw. Wykorzystajmy najbliższe tygodnie właśnie do tego, aby jeść jak najwięcej sezonowych lokalnych owoców. Pomysłom nikomu nie trzeba podpowiadać - znamy je doskonale chociażby z dzieciństwa czy młodości. Zastępujemy cukier słodkimi owocowymi przekąskami. Dodajmy świeże

owoce do porannych płatków z mlekiem, pieczonego placka czy po porostu wyciskajmy soki z warzyw i owoców.

Jeżeli dysponujemy czasem warto także przygotować domowe dżemy, powidła, przetwory czy marynaty, aby móc cieszyć się niepowtarzalnym smakiem „domowej produkcji” zarówno w jesienne jak i zimowe dni. Wybierajmy produkty od małych i lokalnych producentów. Zyskujemy gwarancję, że były one produkowane bez chemii, a jednocześnie wspieramy polskie małe rodzinne biznesy. Polecajmy znajomym rzetelnych i dobrych producentów z najbliższej okolicy.

Jeżeli słodkości to nasza słabość zamieńmy cukier na miód. W tym przypadku także najlepiej z pobliskiej pasieki. Miksujmy smaki miodu tak jak lubimy. Pamiętajmy, aby miodu czy syropu domowej produkcji nie dodawać do gorącej herbaty czy wody, bo tracą wszystkie cenne dla naszego organizmu składniki. Jeżeli szklankę czy kubek możemy utrzymać w dłoni to oznacza, że temperatura napoju pozwala na dodanie miodu

czy soku, które zachowają wszystkie swoje zdrowotne właściwości.

Zamiast tabletek z magnezem kupmy solidnego dziadka do orzechów i dużą porcję orzechów włoskich. Laskowe możemy nabierać sami przy okazji naszych wizyt w lesie. Warto także pamiętać o migdałach, ale je kupimy już bez pestek (skorupek) gotowe do schrupania.

Warto - zwłaszcza w okresie pandemii COVID - wspomóc odporność swojego organizmu przed grypą wszelkimi dostępnymi sposobami. Osobom z grup ryzyka rekomendujemy przyjęcie szczepionki, która znacząco zmniejszy ostre zachorowania i ewentualne powikłania pogrypowe. Wszyscy pozostali powinni stosować „bombę witaminową” i dużo aktywności w maksymalnych dawkach, które będą odpowiednie dla naszego organizmu. Pamiętajmy, że dobrą pogodę i polską złotą jesień każdy z nas nosi w sobie. I to tylko od nas zależy jaka pogoda i zdrowie będą nam towarzyszyły tej jesieni.

(rek)



Zachwycający świat art déco

Czerwony kabriolet z 1926 roku, „Martwa natura” Łempickiej, kino Odeon, puderniczka Tiffany’ego, szkło Baccarata i porcelana Rosenthala, czyli art déco w najlepszym, najbardziej luksusowym i wyszukany wydaniu na nowej wystawie Muzeum Mazowieckiego w Płocku.



Wystawa zatytułowana „Sztuka dwudziestolecia międzywojennego – art déco” zachwyca rozmachem, nowoczesnością i nastrojem. Jest unikatem w skali kraju – jedyną w Polsce wystawą stałą poświęconą sztuce tego okresu i prezentacją największej w kraju kolekcji art déco. Wystawa „Sztuka dwudziestolecia międzywojennego – art déco” dedykowana jest pamięci prof. Ireny Huml – wybitnej polskiej historyczki sztuki, która wspierała ideę wystawy art déco w Płocku. Ekspozycję można oglądać w historycznym sercu miasta, przy ul. Kolegialnej 6, w zabytkowej kamienicy wyremontowanej i zaadaptowanej dzięki wsparciu z budżetu samorządu województwa mazowieckiego oraz środków unijnych. W sumie na odtworzenie i rewaloryzację zabytkowego budynku, przebudowę przynależnych oficyn oraz aranżację pomieszczeń dla ekspozycji stałych – „Sztuka dwudziestolecia międzywojennego – art déco” i „Wielcy Płocczanie – Themersonowie” zarząd województwa przeznaczył ponad 28,8 mln zł, kolejne 3,4 mln zł pochodziło ze środków unijnych w ramach RPO WM 20214-20.

- Ekspozycja liczy w tym momencie ok. 1,8 tys. obiektów. Udało się nam pozyskać wspaniałe komplety mebli, ceramikę, rzemiosło artystyczne oraz naszą perłę, „Martwą naturę” Tamary Łempickiej. Koncentruje się na przejawach polskiego art déco, ale uwzględnia też europejskie i światowe przykłady. Cieszymy się niezmiernie, tym bardziej, że otwarcie tej wyjątkowej ekspozycji odbywa się w naszym roku jubileuszowym. Muzeum Mazowieckie w Płocku kończy w tym roku 200 lat - mówi dyrektor Muzeum Mazowieckiego w Płocku, Leonard Sobieraj.

Jak to wszystko wygląda? Na parterze kamienicy zwiedzających powita miasto nocą z architekturą rysowaną świetlnym mappingiem, mini kino Odeon i oryginalne auto z epoki – Jowett z 1926 roku, umieszczone na okrągłej platformie. Ekspozat ufundował PKN ORLEN. We wnętrzach – niemieckim, francuskim i polskim – prezentowane są meble, szkło, ceramika, tkaniny, lampy, malarstwo i rzeźba. W domu mody podziwiać można kolekcję strojów, w sklepie jubilerskim – biżuterię, m.in. puderniczkę

Tiffany’ego i kolczyki w etui Cartiera. W gabinecie prezesa banku – kolekcję papierów wartościowych i numizmatów.

Ekspozycję pierwszego piętra otwiera aranżacja mieszkania polskiej inteligencji lat 30-tych XX wieku – zwiędzić tu można pokój wielofunkcyjny i jadalnię, kuchnię oraz sypialnię. Zobaczyć można również kilimy zaprojektowane przez czołowych artystów polskiego międzywojnia.

Pierwsze piętro to także galeria designu, w której oglądać można bogatą kolekcję szkła cenionych polskich hut takich jak: Niemen, Zawiercie, Hortensja, Krosno oraz zagranicznych wytwórni: Lalique’a, Baccarata, Braci Daum. Zbiory metalu reprezentowane są przez wyroby firm warszawskich, europejskich czy amerykańskich. Ceramika to z kolei wyroby z Ćmielowa, Pacykowa, wytwórni śląskich, oraz porcelana zagraniczna z serwisami i figurkami Rosenthala na czele.



W części poświęconej malarstwu prezentowane będą portrety autorstwa awangardowych polskich artystów: Zbigniewa Pronaszki, Witkacego i Leona Chwistka, także akt kobiecy belgijskiego malarza Leona de Smeta i portret damy z pieskiem Jana Rudnickiego. Perłą kolekcji jest dar PKN Orlen – „Martwa natura” Tamary Łempickiej, ikony minionych lat 20. i 30. XX w. światowego formatu,

której malarstwo jest kwintesencją stylu art déco.

Nawiązaniem do sukcesu polskich artystów na Wystawie Światowej w Paryżu w 1925 r. jest Sala Tożsamości, czyli wydzielona przestrzeń z polskimi dziełami inspirowanymi folklorem, a także tymi zdradzającymi wpływy kubizmu i funkcjonalizmu. Tu zobaczyć będzie można m.in. projekty Zofii Stryjeńskiej i Julii Keilowej.

Uzupełnieniem wystawy są ekrany z informacjami o sztuce międzywojnia, ścianka do selfie w stylu art déco i lustro, w którym będzie można „przymierzać” stroje z epoki.

„Sztuka dwudziestolecia międzywojennego – art déco” powstała dzięki wsparciu finansowemu organizatora Muzeum Mazowieckiego w Płocku – Samorządu Województwa Mazowieckiego.

Kandydaci, pamiętajcie o dokumentach!

Zaledwie do 17 września trwa rekrutacja na studia w **Mazowieckiej Uczelni Publicznej w Płocku**. Kandydaci, którzy zdecydują się na studia w pierwszej kolejności powinni zarejestrować się na stronie Internetowej Rejestracji Kandydatów (IRK).

Osoby, które widzą swoją przyszłość na przykład: w administracji, pracy socjalnej, położnictwie czy pedagogice specjalnej powinny złożyć komplet wymaganych dokumentów w nieprzekraczalnym terminie do **17 września 2021 r.** Teczki można wysłać pocztą lub wrzucić do przygotowanej urny w budynku uczelni na Placu Dąbrowskiego 2 (obok wieży ciśnień). Osoby, które zalogowały się w systemie IRK podczas pierwszej tury rekrutacji, ale nie zdążyły wysłać na czas dokumentów, mogą to zrobić podczas rekrutacji uzupełniającej.

Co czeka na pierwszorocznych studentów w nadchodzącym roku akademickim?

Zajęcia rozpoczną się 1 października, natomiast uroczysta inauguracja zaplanowana jest na 8 października 2021 r. początek o godz. 11.00. Wydarzenie odbędzie w auli uczelni przy ul. Gałczyńskiego 28. Po raz pierwszy studenci pierwszego roku (zarówno pierwszego jak i drugiego stopnia studiów) zostaną objęci programem stypendialnym pn. „Grant na start”. Program ma na celu zachęcenie do studiowania w Mazowieckiej Uczelni Publicznej w Płocku kandydatów z wysokimi wynikami i przekonać najlepszych maturzystów, że warto studiować w Płocku. Granty w wysokości 5000 zł rocznie otrzyma sześciu studentów z „Mazowieckiej”. Grant finansowany z budżetu miasta Płocka.

Ważnym elementem Mazowieckiej Uczelni Publicznej w Płocku jest, która zlokalizowana jest w budynku na Pl. Dąbrowskiego 2 i posiada ponad 54 tys. woluminów. W roku akademickim 2020/2021 uczelnia zakupiła ponad 1500 książek i prenumerowała

58 tytułów czasopism. Ostatni rok akademicki to także czas transformacji czytelnicy. Dzięki wdrożeniu systemu RFID czytelnicy mogą korzystać ze zbiorów udostępnianych w tzw.

wolnym dostępie. Dodatkowo uczelnia zakupiła innowacyjny, profesjonalny skaner EDS ALPHA oferujący najwyższą jakość obrazu, łatwość obsługi i wysoką wydajność.

O tych i wielu innych zaletach Mazowieckiej Uczelni Publicznej w Płocku dowiedzie się ze strony internetowej www.mazowiecka.edu.pl



Mazowiecka Uczelnia Publiczna w Płocku

Modna dieta „Okno żywieniowe”

Intermittent Fasting (IF) to sposób odżywiania, polegający na przyjmowaniu pożywienia tylko przez określony czas w trakcie dnia lub tygodnia. Przez pozostałe godziny należy powstrzymać się od jedzenia. Jest to naprzemienne stosowanie „okna żywieniowego” oraz ścisłego postu, które ma doprowadzić do osiągnięcia szczupłej, wyrzeźbionej sylwetki.

Dieta IF zdobyła tak dużą popularność głównie dlatego, że pojawiło się wiele dobrych opinii na temat jej skuteczności. Okazało się, iż faktycznie, jest to dieta, pozwalająca na dość sprawną redukcję tkanki tłuszczowej, o czym przekonali się sportowcy na redukcji.

Dieta IF nie narzuca specjalnych zasad żywienia, co oznacza, że można jeść wszystko, co się lubi. Należy pamiętać, iż ten tryb żywienia w dalszym ciągu zachęca do spożywania posiłków zbilansowanych, pełnych wartości odżywczych, jednak nie jest to regułą. Jednak, aby uzyskać dobre efekty, w dalszym ciągu należy przestrzegać określonej liczby kalorii, dobranej wedle indywidualnego zapotrzebowania.

Dieta intermittent fasting może być stosowana w kilku wariantach.

TRF

TRF to wersja diety IF, którą należy stosować codziennie. Początkowo

można zacząć od podziału 14/10 – wtedy post trwa 14 godzin, a okno żywieniowe 10 godzin. Gdy przyjdzie czas na post, to nie spożywamy jedzenia. Dozwolone jest tylko przyjmowanie płynów bez cukru czy tłuszczu.

ADF

W przypadku wariantu ADF w diecie IF rozdzielamy post z godzinami przeznaczonymi na jedzenie. Jednak w tym przypadku stosujemy dobowy wymiar czasowy. Oznacza to, że przez jeden lub dwa dni jemy normalnie, a następną dobę ograniczamy liczbę spożywanych posiłków do jednego. Po prostu kierujemy się zasadą przyjmowania 20-25% dziennego zapotrzebowania kalorycznego. Wtedy tak samo, jak w przypadku TRF możemy spożywać płyny.

Wśród najczęściej podkreślanych zalet diety IF jest pobudzenie metabolizmu, co pozwala na szybsze zredukowanie tkanki tłuszczowej. W ten sposób faktycznie mamy szansę na utratę zbędnych kilogramów. Poza tym



osoby, korzystające z diety IF zaznaczają, że ten sposób odżywiania skutecznie oduczył je podjadania między posiłkami.

Dieta Intermittent Fasting jest bardzo specyficzna, dlatego nie zaleca się jej wszystkim. Najczęściej z tego typu żywienia korzystają osoby aktywne, które z jakichś powodów nie mogą

spożywać posiłków przez większą część dnia. Osoby, prowadzące nieregularny tryb życia wybierają IF, ponieważ dzięki temu nie muszą pamiętać o regularnych posiłkach.

Post przerywany odradzany jest:

- kobietom w ciąży i karmiącym;

- osobom, które ciężko pracują fizycznie;
- osobom, cierpiącym na cukrzycę;
- dzieciom i młodzieży;
- osobom z problemami hormonalnymi i schorzeniami nerek oraz wątroby.

Mgr inż. Agnieszka Kisielewska-Żuławnik
Specjalista ds. żywienia i dietetyki

Chcesz schudnąć?

- Konsultacje dietetyczne
- Indywidualne diety
- Analiza składu ciała
- Dieta w chorobach metabolicznych
- Wykłady i warsztaty w zakresie zdrowego żywienia dla firm, szkół i przedszkoli

Zadzwoń: 606 313 442

www.poradniazywieniowa.com.pl
facebook.com/poradniaplock



Chcesz być wyższa? Odpowiednie ubranie to załatwi! Sposoby na wydłużenie sylwetki

Chyba każda z nas ma jakąś koleżankę, która chciałaby być wyższa. A pewnie duża część z nas chciałaby mieć smukłe, długie nogi, bo natura nas takimi nie obdarzyła. Dlatego dziś powiem Wam o sposobach na to jak optycznie wydłużyć całą sylwetkę, a także nogi.

wizualnych odcień dla naszego oka, tym większe szanse, że będziemy odbierane na niższe.

Wydłużenie sylwetki uzyskamy przez noszenie różnych nakryć głowy. Do nich należą kapelusze (szczególnie te z wysokim rondem), turbany, a także fascynatory czy ozdobne, biżuteryjne opaski czy wianki. Nawet fryzury, przy których nasze włosy są ułożone w jakiś sposób w górę np. wysokie kucyki sprawiają, że sylwetka będzie „wyciągnięta” do góry. Noszenie zbyt długich ubrań oraz zbyt dużych akcesoriów np. torebek w stosunku do proporcji naszej sylwetki będzie ją obciążać i wizualnie „wbijać” w ziemię, dlatego np. długie i oversizowe marynarki obecne teraz w trendach

niestety nie będą sprzyjały wydłużeniu sylwetki, a wręcz przeciwnie. Trikiem, który sprawi, że będziemy się wydawać wyższe (i smuklejsze) jest stosowanie w stylizacjach linii pionowych. Może się to odnosić oczywiście do ubrań w pionowe paski, jednak to zależy od ich grubości i ułożenia. Szczególnie paski na obcisłych bluzkach i spodniach mogą się nie sprawdzić, dlatego trzeba je stosować uważnie. Poza tym, gdy szukam odpowiednich ubrań dla klientek tworząc dla nich np. szafy kapsułowe lub szafy na nowy sezon widzę, że pionowe paski na ubraniach nie są często stosowane przez producentów ubrań, dlatego trudniej je kupić. Jednak pionowe linie w stylizacjach możemy uzyskać też przez noszenie ubrań, które swoim fasonem je stworzą m.in. rozpinane swetry czy marynarki z rzędem wyróżniających się guzików. Można wykorzystać do tego również wszelką biżuterię, która będzie tworzyć takie linie - lepiej wybrać np. długi wisiorek niż ozdobny, okrągły naszyjnik umiejscowiony blisko szyi. Chyba najbardziej klasycznym i oczywistym sposobem na wydłużenie sylwetki jest po prostu noszenie butów na wysokim obcasie. Jednak znowu zwrócę uwagę na coś, o czym mówiłam w jednym

z wcześniejszych artykułów. Nawet jeśli jesteśmy naprawdę niskie to zakładamy taką wysokość obcasów, która będzie wyglądać proporcjonalnie do naszego wzrostu. Naprawdę nie będą dobrze wyglądać 13 centymetrowe obcasy na kobiecie, która mierzy 150 centymetrów. Zwracamy uwagę na proporcje!

Sposób na wydłużenie nóg jest mocno związany ze stosowaniem jednokolorowych ubrań - chodzi o zakładanie butów w kolorze nóg (lub rajstop czy spodni). Jeśli mamy gołe nogi zakładamy buty w kolorze

nude, idealnie gdy będą miały odcień jak najbardziej zbliżony do naszej skóry, ponieważ wtedy buty wręcz się z nią zleją kolorystycznie. Jeśli mamy np. czarne rajstopy zakładamy buty czarne, jeśli zakładamy np. niebieskie spodnie wybierzmy niebieskie buty. W ten sposób nasze nogi nie mają optycznych poziomych odcień dlatego będą wydawać się dłuższe.

Marta Chlewińska
osobista stylistka,
tworzenie szafy kapsułowej
www.facebook.com/stylowekszalty
stylowekszalty@interia.pl



reklama

NAGRYWANIE • MONTAŻ • REALIZACJA

**TRANSMISJE
NA ŻYWO
W INTERNECIE**

+48 697-749-534 • biuro@szotmediafilm.pl

1000 kilometrów po pomoc

Mł. asp. Sebastian Nowacki, funkcjonariusz Komendy Miejskiej Policji w Płocku, w połowie września rusza w wyczerpującą trasę, która ma jeden cel- pomoc w uratowaniu życia córki naszych kolegów z KWP zs. w Radomiu - Oli Ziomki. Dodatkowym utrudnieniem i wyzwaniem dla niego będzie to, że ani razu podczas jej trwania nie zaśnie.

Sebastian Nowacki jest zapalonym cyklistą. Nie obce mu są długie, wymagające trasy rowerowe. Tym razem jednak wspnie się na wyżyny swoich możliwości - wyruszy w 1000 kilometrową drogę, podczas której jedynymi przystankami będą te, na zaspokojenie potrzeb fizjologicznych, jedzenie i picie. Wyruszy z Radomia, a kolejne miasta na jego trasie to m.in. Grójec, Płock, Toruń, Gdańsk, Hel, Kołobrzeg i finalnie Szczecin. To charytatywne, sportowe wydarzenie objął patronatem honorowym Komendant Wojewódzki Policji zs. w Radomiu insp. Waldemar Wołowicz.

Sebastian, poruszony losem córki naszych kolegów z KWP zs. w Radomiu - Aleksandry Ziomki - założył na portalu zrzutka.pl zbiórkę na leczenie Oli. Zwrócił się także z prośbą o wsparcie finansowe do Ośrodka Wypoczynkowego Sitnica oraz ZIP Laboratoria, którzy bez chwili zastanowienia zadeklarowali się przekazać po 10 zł za każdy przejechany przez niego kilometr trasy.

Ola Ziomka od kwietnia 2018 roku walczy z nowotworem złośliwym kości i chrząstki stawowej. Przeszła już cztery operacje. Lekarze nie byli w stanie usunąć guza, jednocześnie nie powodując większego zagrożenia. Chemioterapia i radioterapia również zawiodły. Jedynym ratunkiem dla Oli jest podanie leku biologicznego mogącego powstrzymać rozwój choroby, niestety terapia jest bardzo kosztowna i rodzice nie dadzą rady sami ściągać środków.

Dlatego trzymamy mocno kciuki za Sebastiana! Zachęcamy do śledzenia jego wyprawy, z której relacje będziemy zamieszczać m.in. na facebook`u oraz do wsparcia zbiórki, dostępnej na stronie: <https://zrzutka.pl/jx3tyt>

Magdalena Siczek-Zalewska



Sebastian Nowacki



WYDARZENIE CHARYTATYWNE POD HONOROWYM PATRONATEM KOMENDANTA WOJEWÓDZKIEGO POLICJI ZS W RADOMIU

IPA PŁOCK

WRZESIEŃ 2021

POMOCY MOŻNA UDZIELIĆ TAKŻE ONLINE ZZRUTKA.PL/JX3TYT

DROGA PO POMOC DLA ALEKSANDRY ZIOMKI WALCZĄCEJ Z NOWOTWOREM 1000 KM NON-STOP NA ROWERZE

MŁ. ASP. SEBASTIAN NOWACKI Z KOMENDY MIEJSKIEJ POLICJI W PŁOCKU RUSZA NA RATUNEK!

TRASA: RADOM - GRÓJEC - MSZCZONÓW - SOCHACZEW - PŁOCK - WŁOCŁAWEK - TORUŃ - BYDGOSZCZ - TCZEW - PRUSZCZ GDANSKI - GDANSK - Sopot - GDYNIA - REDA - WŁADYSŁAWOWO - HEL - WŁADYSŁAWOWO - JASTRZĘBIA GÓRA - WICKO - ŁĘBA - SŁUPSK - USTKA - DARŁOWO - KOSZALIN - MIELNO - KOŁOBRZEG - SZCZECIN

PATRONI MEDIALNI I DARCYŃCY:

REPUBLICA POLICyjNA ZIP LABORATORIA SITNICA

Jeśli fotoradar „puścił do Ciebie oczko” przeczytaj kilka ważnych informacji

Za przekroczenie prędkości o 50 km/h w terenie zabudowanym grozi nie tylko 10 punktów karnych i mandat, ale także pozbawienie prawa jazdy. Zatrzymanie prawa jazdy trwa 3 miesiące wyłącznie wtedy, gdy do wykroczenia doszło pierwszy raz. Każdy kierowca, który przekroczy dozwoloną prędkość o 50 km/h w terenie zabudowanym po raz kolejny będzie podlegał już surowszej odpowiedzialności. Uprawnienia mogą zostać zatrzymane na pół roku, a za kolejnym razem - na stałe. Ujawnienie wykroczenia po raz trzeci będzie skutkowało koniecznością ponownego zdawania egzaminu na prawo jazdy.

Za zdjęcie z fotoradaru także można stracić prawo jazdy

Jeżeli fotoradar udokumentował przekroczenie prędkości w terenie zabudowanym o 50 km/h prawo jazdy zatrzymywane jest automatycznie po wykryciu wykroczenia.

Jednakże, zdarza się tak, że wskazania fotoradarów są mylne bądź że kierowca udostępnił pojazd innej osobie. W takiej sytuacji automatyczne zatrzymanie prawa jazdy kierowcy jest niezastużone, a procedura nie umożliwia skutecznej obrony przed odebraniem uprawnień bowiem zanim organ administracyjny

lub sąd rozpatrzy odwołanie upłynie już 3 miesięczny okres zatrzymania prawa jazdy.

Przełomowy wyrok NSA

Przełomem okazał się najnowszy wyrok Naczelnego Sądu Administracyjnego, który w dniu 25 sierpnia 2021 r. orzekł, że kierowcy, których wychwycił fotoradar po przekroczeniu prędkości o więcej niż 50 km/h w terenie zabudowanym nie zostaną ukarani zatrzymaniem prawa jazdy dopóki „sprawca nie zostanie ustalony w stosownym postępowaniu”. Oznacza to, że samo zdjęcie wykonane przez fotoradar nie jest

podstawą do odebrania kierowcy prawa jazdy. Przed zabraniem uprawnień kierowcy, należy udowodnić, że to właśnie on kierował pojazdem.

Przywołany wyrok NSA nie uchroni jednak piratów drogowych przed karami. Daje on jednakże obiektywną możliwość zweryfikowania wykroczenia i jego sprawcy.

Kolejne zmiany w prawie

Warto wiedzieć, że zapowiadane są szerokie zmiany w prawie o ruchu drogowym m.in. podwyżki mandatów za przekroczenie prędkości do 5.000 zł, a także powiązanie ilości punktów



karnych z wysokością składki OC. Dodatkowo Ministerstwo Sprawiedliwości zapowiada przepadek pojazdu, którym dokonano przestępstwa w ruchu drogowym.

Magdalena Grzelak
Adwokat

REKLAMUJ SWOJĄ FIRME W infoPłockTV

infoPłockTV TO BEZPŁATNY MIESIĘCZNIK

NAKŁAD 10 000 EGZEMPLARZY !!!

PONAD 200 PUNKTÓW W POWIECIE PŁOCKIM !!!

SKLEPY, URZĘDY, STACJE PALIW, BIBLIOTEKI

ZAMÓW REKLAMĘ !!!

TEL. 697 749 534

gazeta@infoplocktv.pl

Zapraszam do zapisów na tatuaż!
Dobre ceny / Profesjonalne warunki

Rabat10%

PŁOCK ☎ 535 299 694 📞 astek.calli 📧 astek.calli@gmail.com

ASTEK

Żeglarze próbowali swych sił na Wiśle. Za nami ORLEN CUP 2021

10 – 13 września 2021 to żeglarski weekend w Płocku. Rozegrane zostały Mistrzostwa Polski klasy MICRO – ORLEN CUP 2021 oraz XXXI Regaty Żeglarskie o Puchar PKN ORLEN. Ich organizatorem był Klub Żeglarski PETROCHEMIA Płock.

Położenie Klubu stwarza wyjątkowe warunki do oglądania zmagani żeglarzy. Trasa regat ustawiona była w zasięgu wzroku kibiców, komentarz na żywo dodatkowo ułatwiał ogląd sytuacji i pozwalał z większym komfortem śledzić zmagania żeglarzy. Sponsorem Tytułarnym wydarzenia był PKN ORLEN S.A.. KŻ Petrochemia wraz z PKN ORLEN S.A. już dziesiąty raz wspólnie zorganizowali rywalizację dla klasy MICRO. Osiem kolejnych edycji były to regaty cyklu Pucharu Polski, a już drugi rok z rzędu w Płocku odbywają się Mistrzostwa Polski klasy MICRO ORLEN CUP.

Warunki jakie postawiła tym razem natura były wyjątkowo wymagające. Odprawą sterników w piątkowy poranek rozpoczęły się zmagania żeglarzy w klasie MICRO. Sędzia Główna regat Adriana Konarzewska przekazała informacje o planowanych trasach regatowych, przypomniała o zasadach Fair Play i co bardzo ważne podała do wiadomości zawodników informację o szybkości nurtu na Rzece Wiśle, na której rozgrywane były zawody.

W piątek przy małej sile wiatru (ok. 6 węzłów) i jego zmiennym kierunku rozegrano trzy bardzo trudne wyścigi. Najlepszymi w rywalizacji w tych wymagających warunkach, wygrywając wszystkie wyścigi tego dnia, okazali się żeglarze broniący tytułu Mistrza Polski z ubiegłego roku, czyli załoga ENERGA 77 Racing ze sternikiem Piotrem Tarnackim.

Drugą pozycję zajmowała załoga Mańczaka, która dwa razy finiszowała na drugim miejscu i raz na trzecim. Trzecie miejsce po trzech wyścigach przypadło w udziale zespołowi Rafała Moszczyńskiego, który pierwszy wyścig ukończył na siódmym miejscu, natomiast w dwóch kolejnych finiszował na trzecim miejscu. Silny nurt i słaby wiatr zmuszały zawodników do częstych zmian strategii i korekty założeń stawianych sobie przed wyścigami.

Sobotni poranek przywitał zawodników klasy Micro oraz uczestników rozgrywanych tego dnia XXXI Regat Żeglarskich o Puchar PKN ORLEN jeszcze trudniejszymi warunkami, ponieważ tego dnia zapowiadało się na zupełny brak wiatru. O godzinie 10:00 odbyła się uroczystość otwarcia regat. Banderę na maszt wciągnęli młodzi harcerze, którzy z ogromnym zainteresowaniem oglądali wyczynowe jachty i nowoczesne technologie używane w sportowym jachtingu. Kolejnym punktem po ceremonii otwarcia była odprawa sterników klas turystycznych, którą przeprowadziła Sędzia Główna tych regat Anna Juszcak. Analogicznie jak dzień wcześniej Sędzia Adriana instruowała zawodników klasy Micro, dzisiaj Sędzia Anna opowiedziała o trasach i zasadach rozgrywania zawodów dla jachtów turystycznych. Niestety oczekiwany wiatr nie nadchodził więc Panie Sędziny były zmuszone zasygnalizować zawodnikom odroczenie wyścigów do czasu



pojawienia się upragnionych podmuchów.

Zgodnie z Instrukcją Żeglugi ostatni sygnał do startu XXXI Regat o Puchar PKN ORLEN mógł być podany o godzinie 14:30. Niestety do tego czasu wiatr się nie pojawił. I z ogromną przykrością został podany sygnał AP na A co oznaczało, że regat jachtów turystycznych już nie będzie. Żeglarze klasy MICRO czekali na swoje AP na A do godziny 15:30 i również zawody w tym dniu się nie odbyły. Micrusom pozostał jeszcze jeden dzień ścigania, natomiast turyści zebrał się na uroczystości zakończenia XXXI Regat Żeglarskich o Puchar PKN ORLEN. Podczas ceremonii pomiędzy zgłoszonymi do regat uczestnikami zostały rozlosowane przygotowane przez organizatora nagrody.

Niedziela okazała się znacznie łaskawsza dla uczestników Mistrzostw Polski i przy sprzyjającym wietrze więcej z siłą 9 – 10 węzłów z powodzeniem rozegrane zostały trzy wyścigi. Komisja sędziowska wraz

z zawodnikami wykorzystali ten dzień do maksimum. Dzięki czemu w sumie w Mistrzostwach Polski rozegranych zostało sześć wyścigów w zmiennych warunkach wiatrowych. Co pozwoliło wyłonić faktycznie najbardziej wszechstronną załogę i dać pewność, że Mistrz Polski potrafi skutecznie żeglować zarówno przy bardzo słabym wietrze jak i przy silniejszych podmuchach. Tego dnia dwa wyścigi wygrał zespół Piotra Tarnackiego z załogą Grzegorz Banaszczyk i Jakub Padzik, w ostatnim wyścigu przyplynie na trzeciej pozycji. W klasyfikacji końcowej wygrali pięć z sześciu rozegranych wyścigów co dało im tytuł Mistrza Polski 2021. Vive Mistrzami Polski zostali Piotr Mańczak, Filadelfia Bachorz i Bartosz Jędrzychowicz w niedzielnej rywalizacji przyplynie dwa razy na drugiej pozycji i raz na pierwszej. Brązowy medal przydał w udziale załozę w składzie Rafał Moszczyński, Marcin Pęcak i Maciej Ciężki.

W Dywizji Racer pierwsze miejsce zajęła załoga Michała Brzozowskiego, drugie miejsce zajęł zespół

Macieja Grodzkiego, a trzecią pozycję wywalczyła ekipa Piotra Kowalewskiego. Dywizja Cruiser to zwycięstwo Andrzeja Gorzelaka przed Mają Dębowską – Pisarek.

Pomimo trudnych warunków nautycznych zawodnicy wyjechali z Płocka zadowoleni, uśmiechnięci z nadzieją na możliwość uczestnictwa w regatach organizowanych przez Klub Żeglarski PETROCHEMIA Płock.

Organizator wielokrotnie podczas trzydniowych zmagani podkreślał ogromną wagę współpracy ze Sponsorem Tytułarnym Polskim Koncernem Naftowym ORLEN Spółka Akcyjna. Zawodnicy natomiast podkreślali profesjonalizm organizacyjnych jakim charakteryzują się regaty organizowane już dziesiąty raz dla klasy MICRO przez KŻ PETROCHEMIA Płock. Partnerem medialnym imprezy było infoPłockTV.

Piotr Kułaga
członek zarządu, kierownik wyszkolenia żeglarskiego KŻ Petrochemia

Jubileuszowy Półmaraton Dwóch Mostów

Prawie 600 zawodników z całej Polski oraz z zagranicy ukończyło jubileuszowy, dziesiąty Półmaraton Dwóch Mostów. Najważniejsze biegowe wydarzenie w mieście jest nazywane przez lokalnych amatorów „Płockimi Mistrzostwami Świata”. Tradycyjnej wspaniałej atmosferze i wysokiemu poziomowi organizacyjnemu towarzyszyła sprzyjająca sportowcom pogoda.

Jako pierwszy na mecie pojawił się Mariusz Giżyński, płoczanin, legenda polskich biegów długich. Mariusz zwyciężył na dystansie 11 kilometrów, który był rozgrywany równolegle z biegiem głównym. Wśród kobiet pewnie zwyciężyła Monika Bytner-Kwiatowska z Dąbrowski Team. W sumie bieg dodatkowy, który został rozegrany po raz trzeci ukończyło 124 zawodników.

Zgromadzeni na Starym Rynku kibice z niecierpliwością czekali na czołówek półmaratonu. Jego uczestnicy mieli do pokonania dwie pętle po płockich mostach, czyli w sumie **21,1 km**. Zwycięzcą dziesiątego półmaratonu

został Boniface Nduva, Kenijczyk od lat mieszkający i startujący w Polsce. Jego czas na mecie to 1 godz. 7 min 5 sek. Wśród kobiet zwyciężyła 39-letnia Ewa Jagielska, której pokonanie trasy zajęło **1 godz. 18 min. 58 sek.**

Jak co roku zacięta rywalizacja trwała o prymat w Płocku. Trzech pierwszych płoczan stoczyło iście sprinterski pojedynek. Obronną ręką (a może nogą) wyszedł z niego Przemysław Giżyński (starszy brat Mariusza), który pokonał prawie 20 lat młodszego Dominika Milewskiego oraz kolejnego weterana płockich biegów Artura Kamińskiego.

Wśród kobiet zwyciężyła powracająca po rocznej przerwie Agnieszka Budek,



której poprzeczkę wysoko zawiesiła specjalistka od biegów przeszkodowych Małgorzata Daszkiewicz. Trzecie miejsce padło łupem Magdaleny Smykowskiej.

Tradycyjnie zawodnicy konkurowali także w klasyfikacji drużynowej. Zwyciężyła ekipa Biegaj z Dymkiem, która wystawiła w tym roku bardzo wyrównany zespół. Drugie i trzecie miejsca zajęły kolejne płockie drużyny, czyli Więckowski Team oraz TKKF Płock.

Bieg główny ukończyło 450 zawodników. Organizatorem wydarzenia był MOSIR Płock oraz Urząd Miasta Płocka. Pełne wyniki biegów dostępne są na stronie: foxter-sport.pl

reklama

PIKNIK CHARYTATYWNY
DLA KUBY
NIEDZIELA 19.09.2021r.

Bielsk, ul. Drobińska 112 (Basen-Niemiec)
w godzinach od 13⁰⁰ do 18⁰⁰, wstęp 10 zł

W PROGRAMIE:

- Turniej Siatkówki Piłkowej
- Klub motocyklowy MotoQueens
- Klub motocyklowy Bad Company MC Poland prospekt Płock
- Przejazdka bryczką
- Przejazdka w siodle
- Pokaz aut luksusowych i zabytkowych z możliwością przejażdżki

OCIEROMANIA

ATRAKCJE DLA DZIECI:

- Animacje dla dzieci (warkoczyki, malowanie twarzy)
- Rajewski Team Płock (trening dla najmłodszych)
- Wata cukrowa, popcorn, lemoniada
- Turniej Piłki Nożnej dla dzieci
- Przejazdka quadem
- Dmuchawce
- Loteria

Koncert:
OweN&Dj.Trabi + Przyjaciele
grill, kiermasz ciast, grochówka, bigos, smalec

TURNIEJ PIŁKI NOŻNEJ DRUŻYN NIEZRZESZONYCH
19.09 2021 r. godz. 9:00, boisko Orlik w Bielsku.
Zapisy 696 083 225 Organizator – LKS ZRYW Bielsk
Wpisowe 250 zł

Jak na piknik przystało prosimy o zabranie ze sobą koców i dobrego humoru. :)

www.siepomaga.pl/kuba-zawadzki

Inicjatywy wspierające:
• Urząd Gminy Bielsk,
• Gminny Ośrodek Kultury w Bielsku,
• OSP Bielsk, OSP Olinio

Słucham twoich piosenek, by wiedzieć co mnie w życiu spotka, czyli jubileusz duetu Wójcik & Sarniak

Paweł Wójcik i Tomasz Sarniak świętują jubileusz 10ciolecia. Koncert jubileuszowy zaplanowano na 23 października w Sali widowiskowo – sportowej w Maszewie Dużym. Prócz jubilatów wystąpią zaproszeni goście. W oczekiwaniu na wydarzenie udało nam się spotkać z Panami i porozmawiać o ich „muzycznym związku”.

Świętujecie jubileusz 10lecia istnienia. Jak byście podsumowali ten czas bycia we dwóch?

Paweł Wójcik: Co tu podsumowywać? Życzymy sobie następnych dzieśnięciu.

Jak doszło do tego, że połączyliście siły i jesteście razem. To czas sprzed 10-ciu lat, czy to trzeba dalej sięgnąć jeszcze pamięć?

Paweł Wójcik: To było tak, że sobie grałem z gitarą, a Tomek mówi – zagram z tobą, zagram z tobą. I tak 10 lat minęło.

Tomasz Sarniak: Prawda była taka, że uczyłem córkę Pawła Zosię. I przyniosła kiedyś jakieś nagranie, trzeba to nagrać. Miałem „studio”, to był pokój w mieszkaniu 32 metrowym na 7 piętrze Wielkiej Płycie. Paweł przyjechał kiedyś, zaczęliśmy nagrywać. Musieliśmy robić przerwy jak sąsiadka zaczynała kotlety robić, albo oglądała telewizję.

Paweł Wójcik: Tak było. Córka mnie zapytała, czy mogę panu od muzyki, którego jeszcze nie znałem, dać swoją piosenkę? No daj. No i poszło. Chce tantem z tego powodu, bo uważa, że nas połączyła. Ale nie dostanie.

Jakie macie plany związane z jubileuszem? Po zamknięciu pandemicznego fani oczekują spotkania, ale zapewne także czegoś ciekawego, wyjątkowego.

Paweł Wójcik: No tak w październiku będziemy obchodzić 10ciolecie

w takiej sali widowiskowej w Maszewie pod Płockiem. Koncert 23 października, na który serdecznie zapraszamy. Te urodziny chcemy obejść z przyjaciółmi, publicznością i potem zaprosić na następne 10ciolecie.

Tomasz Sarniak: Będą zaproszeni goście, będą niespodzianki, nie tylko my będziemy na scenie. Chcemy zagrać dobry koncert.

Paweł Wójcik: Będzie to fajne wydarzenie. To będzie nagrane i wydane, zatem dodatkowy prezent.

Najpierw jest tekst czy muzyka?

Paweł Wójcik: Najczęściej jest tekst. Ja piszę z gitarą, czyli pisząc coś tam sobie nagrywam, tak powstaje motyw. Tomek potem, tą piosenkę, którą ja mam tylko z gitarą, dodaje klawisze upiększa i tak to wychodzi. Są ludzie, którym to się podoba i bardzo się z tego cieszymy.

Co Was inspiruje? Skąd czerpicie pomysły na teksty?

Paweł Wójcik: Tutaj musiałbym kilka sloganów rzucić. Jaromir Nohawica (kompozytor przyp. redakcja) mówi, że piosenki to są takie baloniki, które trzeba sięgnąć i tak fruwać i są. Albo, że to taki plecak, jak za ciężki to trzeba go opróżnić. Ja mówię zupełnie wulgarnie, że to męczy, podchodzi pod gardło i musi wypłynąć.

Dla wielu jesteście idolami. Kiedy widzą Was na scenie, słuchają Waszych piosenek. A jacy są Wasi idole muzyczni?

Tomasz Sarniak: Mnie bardzo różne rzeczy przyciągnęły w muzyczne miejsce, w którym jestem. Próbuję swoich sił na różnych frontach, staram się rozwijać muzycznie. Również dzięki temu, że z przyjacielem Mariuszem Szulborskim, którego serdecznie pozdrawiamy, prowadzimy studio nagrań, więc dużo muzyki u nas, ale przyznam, że mało jej słucham. Rzadko w samochodzie puszcza cokolwiek. Ale zaczęło się chyba od kasety Fugees. To było dla mnie mega wow!

Paweł Wójcik: Ja muszę sięgnąć do głębokiej młodości i to słysząc troszeczkę, że to będzie Kaczmarek, Wysocki, Okudźawa, Cohen, Dylan. Moja młodość przypadła na złote lata rock'a. Oczywiście słuchałem tych kapel przełomu lat 70 – 80tych, ale mnie gdzieś ciągnęło do tekstu. W jakiś chwilach kryzysowych słuchałem Wysockiego, Okudźawy i to dodawało sił. Śpiewałem w duszy żeby przetrwać.

A czy macie świadomość tego, że ktoś kto słucha waszych piosenek przeżywa to samo? Utożsamia się z nimi?

Paweł Wójcik: My to wiemy, i ja jestem tym trochę przerażony, ale takie sygnały mamy. Na koncertach, po koncertach mówią nam, że to jest dla jakiejś grupy ludzi ważne. Że te piosenki nie są obojętne. To po pierwsze dobrze je napisałem, a po drugie jest to jednak odpowiedzialność. I to mnie troszkę przeraża. Jednocześnie cieszę się, że są ludzie



z taką samą wrażliwością jak ja. Długo myślałem, że jestem sam.

Tomasz Sarniak: Wiele osób po koncertach mówi Pawłowi, że myśli podobnie, że gdzieś przeżywali podobne rzeczy, tylko nie potrafili tego ubrać w słowa. Tu okazuje się, że ktoś to ubrał w tekst, ubrał w muzykę. Czujesz wtedy, że powiedziałeś coś za tą osobą. Że nie jesteś z czymś sam.

Czego zatem można Wam życzyć na kolejne dziesięciolecie? Czego sobie życzyć?

Paweł Wójcik: Słowa z mojej piosenki – niech się toczy jak się toczy. Niech ta pandemia minie, żeby mieć kontakt z ludźmi i ja więcej nie chcę. Ja wszystko już mam.

Tomasz Sarniak: Te 10 lat przerosło nas bardzo na wielu frontach. My tak naprawdę zaczęliśmy jeździć po

przełazach żeby po prostu sprawdzić te piosenki, ale pobyć ze sobą, wyrwać się z domu, z marazmu.

Paweł Wójcik: Ktoś ładnie powiedział – jak wrzucisz kamień w wodę, to kręgi się rozszerzają – u nas nadal to trwa.

Koncert 23 października, o godz. 19.00 w Maszewie Dużym. Bilety można kupić w sklepie sportowym Dagna (Płock; ul. Jachowicza 49), sklepie muzycznym Jacek Kamiński (Płock, ul. Królewiecka 25, paw. 3-4), Bileteria (Płock, ul. Jachowicza 10), GOKiS Stara Biała (Biała, ul. Jana Kazimierza 1) Hala sportowa – widowiskowa (Maszewo Duże, ul. Sportowa 7A) lub rezerwacja biletów@starabiala.pl Bilety w przedsprzedaży 30 zł, w dniu koncertu 40 zł.

Cały wywiad z Wójcikiem i Sarniakiem możecie obejrzeć skanując kod QR.

Ścieżka pieszo-rowerowa wzdłuż drogi Gąbin – Dobrzyków? Być może już w przyszłym roku!

A to za sprawą lokalnego społecznika, radnego Miasta i Gminy Gąbin Tomasza Nowackiego. Znalazł on sposób na realizację długo oczekiwaną inwestycji, wykorzystując dostępny od niedawna mechanizm Budżetu Obywatelskiego Mazowsza. Zebrał on całą dokumentację, sporządził projekt, który następnie przeszedł pozytywnie weryfikację formalną i merytoryczną, wychodząc na elitarną listę projektów możliwych do realizacji! Dalszy los tej inwestycji spoczywa w rękach samych mieszkańców! I to dosłownie!

Budżet Obywatelski Mazowsza to mechanizm całościowego finansowania inicjatyw mieszkańców Mazowsza. Jego zadaniem jest pobudzenie samych mieszkańców do czynnego uczestniczenia w życiu lokalnych społeczności. Mieszkańcy, mając pomysł na poprawę jakości życia w swoim otoczeniu, mogą przedstawić go Zarządowi Mazowsza, który

po weryfikacji prawno-organizacyjnej (tj. czy jest on możliwy do realizacji z budżetu samorządu wojewódzkiego), kieruje go pod bezpośredni osąd mieszkańców. Dzięki temu sami mieszkańcy będą mieć możliwość zdecydowania, który projekt zostanie zrealizowany w przyszłym roku.

Z tego właśnie mechanizmu skorzystał lokalny radny Tomasz Nowacki. Jego autorski projekt „Budowa ścieżki pieszo – rowerowej wzdłuż drogi wojewódzkiej 574 Gąbin-Dobrzyków” znalazł się na liście 13 najlepszych projektów, skierowanych do głosowania przez mieszkańców.

- Ścieżka pieszo-rowerowa wzdłuż trasy Gąbin-Dobrzyków to temat niezwykle ważny dla lokalnej społeczności. – zauważa Tomasz Nowacki, autor projektu.

- Pomysł w lokalnej społeczności funkcjonuje już niemal 20 lat.

Ścieżka miała znacznie poprawić bezpieczeństwo na bardzo ruchliwej trasie 574, a także przyciągać gości w te niezwykle malownicze, atrakcyjne turystycznie tereny. Niestety przez te wszystkie lata, oprócz jałowych dyskusji i wzniosłych obietnic, nic konkretnego się nie działo. Dlatego wraz z grupą społeczników postanowiliśmy odciążyć w tym względzie gminę i wziąć sprawy we własne ręce. Przeszliśmy już większość drogi, teraz ostatni krok, który będą musieli zrobić sami mieszkańcy – podkreśla Nowacki.

- Nasz gabiński projekt znajduje się na liście podregionalnej pod numerem trzecim – wyjaśnia autor projektu

- Już od 20 września każdy mieszkaniec Mazowsza będzie mógł oddać głos na nasz projekt, do czego gorąco Państwa zachęcam!

Wystarczy wejść na stronę www.bom.mazovia.pl, wybrać listę podregionalną i zaznaczyć projekt numer trzy! Ścieżka pieszo-rowerowa Gąbin-Dobrzyków to nie tylko ułatwienie codziennego funkcjonowania dla mieszkańców lokalnych miejscowości. To niezwykle ważny logistyczny łącznik Gąbina z Płockiem, przez malownicze przygraniczne tereny Gostynińsko-Włocławskiego Parku Krajobrazowego. To miejsce doskonałe na weekendowe przejażdżki rowerem, a także niezwykle ważny element sieciowy lokalnej infrastruktury turystycznej. Jesteśmy gminą turystyczną, dlatego taka trasa w pobliżu okolicznych jezior to także doskonały wabik dla turystów. Dlatego chciałbym zachęcić wszystkich do oddania głosu na ten projekt. Czy powstanie nowa ścieżka pieszo – rowerowa w Mieście i Gminie Gąbin? Teraz decyzja należy do Państwa – dodaje gabiński radny

Jak podkreśla pomysłodawca, na tegorocznym projekcie ścieżki się nie skończy. Jest on wstępem do późniejszego korzystania z różnych opcji dofinansowań zewnętrznych, gdzie wiodący głos będzie należał nie do urzędników, a do samych mieszkańców.



Polegli za Polskę i Honor



Piękna łacińska sentencja głosi: Historia est magistra vitae - Historia jest nauczycielką życia.

W powiecie płockim znajduje się wiele miejsc, gdzie w sposób szczególny można „dotknąć historii”. Jednym z nich jest Miejsce Pamięci Narodowej na nekropolii w Dobrzykowie, w gminie Gąbin. Tu, w trzech kwaterach żołnierskich, spoczywa 319 obrońców ojczyzny, głównie z 19. Pułku Piechoty Odsieczy Lwowa oraz 59. Pułku Piechoty Wielkopolskiej z Inowrocławia i 61. Pułku Piechoty z Bydgoszczy, poległych, jak głoszą słowa hymnu Podstawowej im. Obrońców Dobrzykowa z 1939 r. w Dobrzykowie, „za Polskę i Honor” podczas obrony lewego brzegu Wisły, we wrześniu 1939 roku. Utrzymanie przyczółka pod Dobrzykowem miało ważne znaczenie strategiczne, stanowiąc część największej operacji wojskowej polskiego Września - bitwy nad Bzurą. Celem obrony było uniemożliwienie przeprawy przez Wisłę od strony Płocka siłom niemieckiej 3. Dywizji Piechoty i uniknięcie okrążenia żołnierzy z Armii „Pomorze” i „Poznań”, walczących nad Bzurą. Gen. Władysław Bortnowski, dowódca Armii „Pomorze”, powierzył 8 września 1939 roku, zadanie obrony lewego brzegu Wisły Oddziałowi Wydzielonemu 5. Dywizji Piechoty, składającemu się z 19. Pułku Piechoty Odsieczy Lwowa i 1. Dywizjonu 5. Pułku Artylerii Lekkiej pod ogólnym dowództwem ppłk. dypl. Stanisława Sadowskiego. Uzupełnieniem pułku były szwadrony marszowe z Pomorskiej Brygady Kawalerii, wśród nich 4. szwadron marszowy 8. Pułku Strzelców Konnych, pod dowództwem por. Jerzego Około - Kułaka, wysłany w straży przedniej. Rankiem 10 września dotarł on do Radziwa, gdzie przejął go ppłk Sadowski, skierował do wsi Tokary - Młyny i wyznaczył zadanie bronięcia przeprawy na Wiśle oraz patrolowania brzegu w kierunku wschodnim. Nocą z 9 na 10 września, na stacji kolejowej w Radziwiu, ppłk Sadowski przygotowywał się do realizacji zadania: nie dopuścić do przeprawy wojsk niemieckich w rejonie Płocka. Ponieważ aż do

Wyszogrodu nie operowały żadne oddziały polskie, dowódca OW zdecydował się wybrać do obrony ważny strategicznie odcinek pomiędzy Popłacinem a Dobrzykowem. Kpt. Mikołaj Matikaszwili - adiutant do spraw taktycznych pułku - opracowywał w folwarku Góry rozkazy dla poszczególnych batalionów. Najkrwawsze walki miały miejsce w dniach 12-15 września. Radziwia bronił II batalion 19. pp., pod dowództwem mjr. Józefa Kędzi. Pozostałe baony - I (dowódca - kpt. Edmund Horak) i III (mjr Karol August Bieszczanin) - otrzymały zadanie obrony przyczółka pod Dobrzykowem. Pod osłoną nocy, z 11 na 12 września, Niemcom udało się przeprowadzić część swoich oddziałów na wiślane wysepki, uchwycić brzeg rzeki w rejonie Tokar i rozpocząć 12 września równoczesne forsowanie Wisły w kilku punktach, w kierunku Dobrzykowa. Siły wroga, atakując z wysokiego, płockiego brzegu rzeki i ostrzeliwując stanowiska polskie z broni pokładowej, przygważdżały obrońców do ziemi. Obsada Radziwia, po dzielnej obronie brzegu i wzięciu w celny ogień przeprawy, zmusiła nieprzyjaciela do wycofania się na podstawy wyjściowe. Niekorzystnie ukształtowała się natomiast sytuacja na prawym skrzydle. Pomimo determinacji obrońców, oddziałom niemieckim udało się uchwycić brzeg Wisły. I batalion kpt. Horaka powstrzymał posuwanie sił wroga, dezorganizując na pewien czas przeprawę, jednak poniósł duże straty od ostrzału artylerii i wycofał się na podstawy wyjściowe. 12 września, około godziny 22.00, ppłk. Sadowski wydał I i III batalionowi rozkaz równoczesnego uderzenia, w celu odrzucenia nieprzyjaciela na drugi brzeg Wisły. I batalion nacierał z rejonu Górek, III - z Ciechomic. Natarcie było wspierane przez dwie baterie artylerii. Należy podkreślić waleczność piechurów I i III batalionu, którzy mimo huraganowego ognia artylerii i dużych strat, posuwali się naprzód. Nierzadko dochodziło do walki wręcz, w której zwyciężali obrońcy brzegu. Jak wspominali mieszkańcy Dobrzykowa i okolic, podczas walki słychać było szczęk bagnetów i lament

rannych żołnierzy obu stron, wzywających na pomoc Boga. Nocą z 12 na 13 września, wykorzystując dogodne warunki topograficzne i wsparcie zamieszkałych na kępach rzecznych niemieckich kolonistów, niemiecka 3. Dywizja Piechoty gen. mjr. Waltera Lichela sforsowała rzekę. Nieprzyjaciel zajął odcinek po zachodniej stronie. Dostępu do niego broniła artyleria. 13 września, w ciągu dnia, OW ppłk. Sadowskiego kontynuował natarcie. Każdy skrawek ziemi, każdy odparty atak, każde odrzucenie przeciwnika za rzekę, pozwalało „wygrać czas”. Wobec groźnej sytuacji na prawym skrzydle I batalionu 19. pp., pod Dobrzykowem, kpt. Horak wydał rozkaz przegrupowania do lasu. Przez cały dzień, w bardzo trudnych okolicznościach, trwało odrywanie się od nieprzyjaciela. Niektóre pododdziały walczyły do ostatka nad brzegiem, z powodu odcięcia dróg odwrotu. Duże straty poniósł nacierający z Ciechomic na Tokary III batalion mjr. Karola Augusta Bieszczanina, który wpadł w zaporę ogniową, tracąc kadrę oficerską: por. Zygmunta Jankowskiego - dowódcę 9. kompanii, por. Leszka Sasa - Świstelnickiego - dowódcę baterii 5. pał, ppor. Romana Szydłowskiego - dowódcę I plutonu 7. kompanii, ppor. Józefa Goryniaka - dowódcę III plutonu 7. kompanii oraz kpr. Tadeusza Błaszczaka ze wspomnianej kompanii. Wśród poległych był także strzelec Antoni Hajłasz, pochowany pierwotnie w polowej mogile w Tokarach, ekshumowany następnie do kwatery żołnierskiej w Dobrzykowie. Ranny kpr. pchor. Franciszek Wankiewicz z III batalionu wspominał:

„Natarcie ostrzału było tak silne, że jezdnia pokryła się w krótkim czasie lejami; prawie nie było nietkniętego miejsca. Kilka pocisków uderzyło w skraj drogi, za którym leżeliśmy rozplaszczeni.(...) Artyleria i moździerze nie żałowały amunicji, wokół aż kółkowały się od wybuchów. Odłamki furkotały, tnąc gałęzie, sypały się jak grad. Ostrzał był tak silny, że kiedy wytknąłem z rowu łopatkę, została podziurawiona jak sito”.

W tym czasie krwawe walki toczył także II batalion 19. Pułku Piechoty, pod dowództwem por. Kazimierza Dylli, broniąc Radziwia. Pomimo dużych strat i przełamania linii obrony w rejonie cmentarza, baonowi udało się odrzucić nieprzyjaciela i dołączyć do pułku na południe od folwarku Góry. Wieczorem 13 września, 19. Pułk Piechoty Odsieczy Lwowa zajął pozycję obronną wzdłuż szosy na Gostynin, w oparciu o Jezioro Ciechomickie z prawej strony i wzgórza w okolicach stacji kolejowej Łąck po lewej stronie. 14 września, w godzinach wieczornych, oddziały wroga ponowiły natarcie. Wykorzystując ogień zaporowy własnej artylerii, zbliżyły się do mocno przegradzonych sił 19. Pułku Piechoty Odsieczy Lwowa. Walka toczyła się z bliskiej odległości, niejednokrotnie dochodziło do zwania szeregów i rażenia przez artylerię obu stron

także własnych oddziałów. Po nocnym przeciwdzierzeniu z 14 na 15 września siły 19. Pułku Piechoty uległy zmniejszeniu do jednego batalionu. Poległ por. Marian Zbigniew Marsch - dowódca 8. kompanii, a wśród rannych znalazł się II adiutant pułku - por. Karol Borkowetz oraz kpt. Czesław Gawlikowski (dowódca 1. kompanii).

Po nieudanej próbie odrzucenia nieprzyjaciela na prawy brzeg Wisły, gen. Michał Karaszewicz - Tokarzewski powierzył zadanie wyparcia wroga z przyczółka pod Dobrzykowem gen. Juliuszowi Drapelli - dowódcy 27. Dywizji Piechoty. W tym celu wydzielono grupę w sile dwóch pułków piechoty (19. i 24. pp.) oraz trzech dywizjonów artylerii pod dowództwem płk. Gwidona Kawińskiego. Na pomoc lwowskiemu piechurów pośpieszyła również część 15. Bydgoskiej Dywizji Piechoty gen. Zbigniewa Przyjałkowskiego, otrzymując rozkaz zbroczenia z marszu nad Bzurą i uderzenia od strony Gąbina w południowe skrzydło przeprowadzających się sił nieprzyjaciela. Przygotowane przeciwnatarcie zakończyło się niepowodzeniem z powodu niedostatecznego wsparcia żołnierzy przez artylerię i zostało okupione obficie przelaną krwią, zwłaszcza żołnierzy I batalionu 61. Pułku Piechoty mjr. dypl. Franciszka Wysockiego oraz III batalionu 59. Pułku Piechoty Wielkopolskiej, pod dowództwem mjr. Wilhelma Hambergera. Po wyjściu z lasu w Grabiu, pododdziały 59. Pułku Piechoty Wielkopolskiej zostały ostrzelane silnym ogniem artylerii wroga, a straty osobowe pułku wyniosły ponad 40%. Wśród poległych znalazł się m.in. ppor. Bernard Orylski (pochowany w Gąbinie) oraz ppor. Florian Ewertowski, pochowany na cmentarzu w Dobrzykowie, w zbiorowej mogile żołnierskiej, ekshumowany wraz z dwunastoma innymi obrońcami ojczyzny i pochowany uroczystie w kwaterze wojennej w Dobrzykowie 17 września 2017 roku. Nie powiodło się również nocne uderzenie z 14 na 15 września II i III batalionu 61. Pułku Piechoty. Zmęczeni trzydziestokilometrowym marszem żołnierze, nacierając o świcie 15 września wzdłuż szosy Gąbin - Dobrzyków, wpadli w gęstej mgłę w bliski ogień niemieckich cekaemów, ponosząc ciężkie straty (około 50 %). 15 września atak oddziałów wroga stawał się coraz krwawszy, a do sztabu docierały rozpaczliwe meldunki dowódców, zwłaszcza z odcinka środkowego, od dowodzącego III batalionem mjr. Bieszczanina: „Przerwali się, zmieniamy pozycję”.

Ppłk Stanisław Sadowski wysłał na zagrożone odcinki oficerów, podtrzymywał na duchu żołnierzy, wzywał do wytrwania. Po bitwie pod Dobrzykowem siły obrońców lewego brzegu Wisły uległy znacznemu zmniejszeniu, a szansa zlikwidowania przyczółka stała się nierealna. Jak ustalił Jerzy Stanisław Wojciechowski, 16 września, po przegrupowaniu do Czerma,

19. Pułk Piechoty Odsieczy Lwowa liczył nieco ponad 1500 żołnierzy. Wykrwawieni i wyczerpani obrońcy z walczących pod Dobrzykowem pułków, pozbawieni zaopatrzenia i środków medycznych, rozpoczęli, zgodnie z rozkazem gen. Tadeusza Kutrzeby, odwrót na zachodni brzeg Bzury i wzięli udział w dalszej części bitwy nad Bzurą. Nieliczni z nich przebili się przez Puszcę Kampińską do Warszawy i Modlina, walcząc do dnia kapitulacji stolicy i twierdzy. Krwawe walki pod Dobrzykowem nie doprowadziły do odrzucenia niemieckiej 3. Dywizji Piechoty za Wisłę, ale powstrzymały jej dalszy marsz ku południowi. Niemcy, dysponując trzykrotnie większymi na tym odcinku siłami, byli przekonani, że mają przed sobą znaczne siły polskie i doszli do Gostynina nocą 16 września, kiedy oddziały polskie opuściły już ziemię gostynińską, odchodząc nad Bzurę. W walce, której stawką było wygrać czas i uniemożliwić przeprawienie się przez Wisłę ciężkich elementów 3 DP, OW płk. Sadowskiego, pomimo poniesionych ofiar, wykonał zadanie. 16 września żołnierze niemieccy pojawili się w Grabiu, a następnie w Gąbinie i Gostyninie. Powracający z wojennej tułaczki mieszkańcy Dobrzykowa, Tokar i sąsiednich wsi widzieli idących pod górę w Grabiu Niemców i poległych żołnierzy polskich. Leżeli oni na polach, w rowach, na łąkach oraz przy tzw. warszawskim trakcie. Jeszcze nie byli pochowani. W kilka dni później Niemcy zebrali mężczyzn z okolicy i zarządzili pochówek żołnierzy. Wśród spoczywających na nekropolii w Dobrzykowie 319 żołnierzy, którzy w świetle opinii gen. Tadeusza Kutrzeby „starali się wykonać niewykonalny w 1939 roku obowiązek - obronę Polski”, udało się ustalić personalia 102 obrońców lewego brzegu Wisły. Ich nazwiska zostały umieszczone na tablicach pamiątkowych przy głównym pomniku.

Pamięć o obrońcach lewego brzegu Wisły pod Dobrzykowem jest wciąż żywa, a mogiły żołnierskie - otoczone opieką władz samorządowych, uczniów i pracowników Szkoły Podstawowej w Dobrzykowie oraz społeczeństwa.

Groby wojenne w Dobrzykowie są jedną z czternastu kwater żołnierskich, rozsianych na terenie dawnego powiatu gostynińskiego, kryjących prochy obrońców ojczyzny. Walka o utrzymanie lewego brzegu Wisły, okupiona krwią spoczywających na dobrzykowskiej nekropolii żołnierzy Września, była miarą spełnienia powinności obrony ojczyzny przez pokolenie Polaków ukształtowanych w Drugiej Rzeczypospolitej. Upamiętnienie obrońców Dobrzykowa, troska o ocalenie od zapomnienia ich losów i nazwisk oraz godny wygląd miejsca ich spoczynku - to zadanie do realizacji dla współcześnie żyjących tu mieszkańców. Coś ważnego przecież im zawdzięczamy.

Bogumiła Zalewska - Opasińska