

'Starym' płockim mostem można już jeździć. Po remoncie oddano go do użytku

Zakończył się remont Mostu Legionów Piłsudskiego. Wynik tej strategicznej dla mieszkańców miasta inwestycji zaprezentowali dziennikarzom: prezydent Andrzej Nowakowski, dyrektor MZD, inspektorzy nadzoru oraz szefowie firm realizujących remont przeprawy.

Most o godz. 15 został udostępniony dla ruchu pojazdów i pieszych. Jego remont trwał 3 miesiące. Zakończył się 30 września i kosztował ponad 8.5 mln zł, w tym dofinansowanie ze środków pochodzących z rezerwy subwencji ogólnej wyniosło 4,48 mln zł.

– Stal wymaga konserwacji. Dlatego na początku lata 2019 r. zaczęła się renowacja konstrukcji. Prace polegały na: oczyszczeniu podpór, renowacji łożysk, na których most stoi, wymianie dylatacji – łącznie ośmiu sztuk, a także wymianie barierek, nawierzchni asfaltowej wraz z izolacją i odnowieniu balustrad, a także wymianie elementów wyposażenia mostu – uszkodzonych barier, wpustów, krawężników) – wymieniał prezydent Płocka.

W związku z zakończeniem remontu mostu od wtorku 1 października 2019 r. (od pierwszych kursów porannych) autobusy linii 2, 7, 13, 140, 160 i N2 kursować będą stałymi trasami przez przystanek "Z00" i "stary" most według rozkładów jazdy obowiązujących przed zamknięciem mostu. Nowe rozkłady jazdy są zamieszczane na przystankach. Od 1 października nie będą już wykonywane kursy linii x7 i x13.

Z powodu zamknięcia dla ruchu al. Kilińskiego na odcinku od ul. Kolegialnej do ul. Sienkiewicza autobusy jadące z Radziwia w kierunku centrum między przystankami "Z00" a

“Misjonarska” wciąż kursować będą objazdem po trasie: Kilińskiego – Wyszogrodzka – 4. Pułku Strzelców Konnych – Sienkiewicza z zatrzymaniem na przystanku Ogródek jordanowski 01 (przy komendzie policji). W drodze z centrum w kierunku Radziwia przejazd ulicą Kolegialną i al. Kilińskiego będzie odbywać się bez objazdu.

Źródło i fot: UMP.

Widmo komisarza w Staroźrebach coraz bliższe. Gminie grozi rozpad?

– Kapitulacja Rady Gminy. Rada Gminy nie przyjęła Planu Naprawczego. Komisarz w Gminie – brzmi dramatyczny wpis na Facebooku wójta gminy Staroźreby, Kamila Groszewskiego.

Od przyjęcia Planu zależał dalszy los gminy. Czy zatem wpis wójta sprzed kilkunastu minut oznacza, że gmina Staroźreby podzieli los gminy Ostrowice? Ta ostatnia była tak zadłużona, że od 1 stycznia 2019 r. zniknęła z mapy Polski. Zgodnie ze specustawą jej obszar został włączony do gmin Drawsko Pomorskie i Złocieniec. Gmina była zadłużona na ponad 50 mln zł, co dawało zadłużenie na jednego mieszkańca prawie 20 tys zł.

O kłopotach gminy Staroźreby zrobiło się głośno na początku tego roku. – Szanowni Państwo brakuje nam 2,6 mln zł. Każda, choćby symboliczna wpłata, przybliży nas do poprawy finansów. Banki odmówiły – taką informację zamieścił wówczas na Facebooku wójt Staroźreb. – Nie chcę Państwa łudzić obietnicami i nie ukrywam, że borykamy się z ogromnym

zadłużeniem, które niestety w dalszej konsekwencji doprowadzi do rozpadu Gminy Staroźreby – wróżył w lutym Groszewski. Zaaapelował wtedy do mieszkańców o darowizny na rzecz samorządu – “Wspomóżmy naszą gminę. Niech to będzie nasza wspólna, wspianała inicjatywa” – zwracał się do staroźrebian.

Na koniec 2018 roku zadłużenie gminy było na poziomie ponad 19 mln zł. W przeliczeniu na jednego mieszkańca stanowiło to 2,5 tys zł. Roczny budżet gminy to ok. 31,5 mln zł. “Zadłużenie gminy wynosi przeszło 19 mln zł, w tym kredyty i pożyczki z poprzednich lat. W tym czasie, jeszcze za jego poprzednika, za ok. 2,3 mln zł powstała droga w Smardzewie. A za chwilę zadłużenie wzrośnie o ok. 2,6 mln zł, bo muszą spłacić kredyt zaciągnięty na przebudowę ulic w Staroźrebach i Nowej Górze (umowę na realizację podpisano we wrześniu 2018 r.). Innymi słowy plany jeszcze z poprzedniej kadencji stają się gigantycznym problemem w nowej i dla nowego wójta, Kamila Groszewskiego” – pisał o problemie gminy Portal Płock.

Post wójta Staroźreb o komisarzu w gminie Staroźreby jest szeroko komentowany przez mieszkańców. – Brawo radni! Los gminy leżał w Waszych rękach, a Wy „opluliście” gminę i wszystkich mieszkańców. Gratulacje – pisze pan Adam. – Ale wstyd, żeby nie przyjąć planu naprawczego pozytywnie zaopiniowanego przez RIO. Historia wam podziękuje droga Rado. Żeby na własnym podwórku robił porządek ktoś obcy. Wstyd – napisał z kolei pan Marcin. Komentarzy przybywa w błyskawicznym tempie. Mieszkańcy żywo dyskutują nad całą sytuacją i widać, że los gminy jest bliski ich sercom.

Jaka jest rola zarządu komisarycznego i kiedy się go powołuje?

Przepisy przewidują różne środki ingerencji nadzorczej, które można podzielić na kilka grup:

- informacyjne (obowiązek przedkładania rozstrzygnięć władz samorządowych organom nadzoru),
- ostrzegawcze i prewencyjne (obowiązek organu nadzoru wszczęcia postępowania w sprawie stwierdzenia nieważności uchwały gminy),
- represyjne (stwierdzenie nieważności uchwały organu samorządowego, rozwiązanie organu, zarząd komisaryczny).

Te stanowiące o zarządzie komisarycznym znajdują się w art. 97 ustawy o samorządzie gminnym. Generalnie wprowadzenie takiej formy nadzoru polega na zawieszeniu organów gminy, co skutkuje prawem podejmowania przez komisarza decyzji we wszystkich sprawach dotyczących gminy (coś na kształt syndyka). Taki nadzór można wprowadzić tylko decyzją prezesa Rady Ministrów na wniosek ministra właściwego do spraw administracji publicznej. Kryterium zastosowania tego środka jest nierokujący nadziei na szybką poprawę brak skuteczności w wykonywaniu zadań publicznych przez organy gminy, powiatu i województwa. Jeżeli organ nadzoru uzna, iż skuteczność działania organów gminy nie rokuje nadziei na poprawę, może on (ale nie musi) zawiesić te organy i ustanowić zarząd komisaryczny – wyjaśnia "Gazeta Prawna".

Ustanowienie zarządu komisarycznego najczęściej następuje po uprzednim przedstawieniu zarzutów organom samorządu terytorialnego i wezwaniu ich do przedstawienia programu poprawy sytuacji.

Fot. Urząd Gminy Staroźreby ([fot.wikipedia.org/Przemysław Jahr/Wikimedia Commons](http://fot.wikipedia.org/Przemysław_Jahr/Wikimedia_Commons))

Rusza remont instalacji w Orlenie. Mogą pojawić się płomienie na pochodniach

W zakładzie produkcyjnym PKN Orlen rozpoczyna się planowy, okresowy przegląd i remont instalacji produkcyjnych – informuje biuro prasowe koncernu.

Prace potrwać do 18 października. – W związku z tym w najbliższym czasie mogą, lecz nie muszą, wystąpić okresowo zwiększone zrzuty na pochodnie, skutkujące pojawieniem się standardowego płomienia – czytamy w komunikacie.

Spółka dodaje, że podczas postojów na instalacjach m.in. hydroodsiarczania gudronu (HOG), izomeryzacji, paraksylenu oraz jednostkach bloku gospodarki gazami będą wykonywane prace konserwacyjno-remontowe oraz prace inwestycyjne.

– Planowane postoje instalacji produkcyjnych w zakładzie w Płocku nie będą miały wpływu na otoczenie, w tym na zdrowie mieszkańców czy stan środowiska naturalnego – zapewnia Orlen.

Fot. Jan Drzewiecki.

Silny wiatr zawieje z zachodu. Synoptycy ostrzegają

Synoptycy IMGW-PIB w Warszawie przewidują w poniedziałek, 30 września, w godz. 12.00-23.00 wystąpienie silnego wiatru o średniej prędkości od 30 km/h do 45 km/h, w porywach do 100

km/h.

Wydane przez synoptyków ostrzeżenie dotyczy między innymi miasta Płocka oraz powiatu płockiego. Prawdopodobieństwo wystąpienia zjawiska oszacowano na 90 proc.

Zderzenie z dzikiem i dwa inne wypadki. Trzy osoby trafiły do szpitala

Trzy wypadki i jedna kolizja – oto bilans minionego weekendu. Dwa zdarzenia drogowe miały miejsce w gminach powiatu płockiego, a jedno na terenie miasta.

W piątek, 27 września, o godz. 9:15 w miejscowości Krzywanice, gm. Staroźreby doszło do wypadku z udziałem 19-latka. – Policjanci wykonujący czynności na miejscu zdarzenia wstępnie ustalili, że kierujący mercedesem 19-latek z powiatu płockiego, nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu jadącej z przeciwka maździe, kierowanej przez 52-letnią kobietę z powiatu płockiego – relacjonuje Marta Lewandowska, rzecznik prasowy KMP w Płocku. Podkreśla, że w wyniku zdarzenia kobieta przewieziona została do szpitala.

Kolejny wypadek również miał miejsce w piątek. W miejscowości Chylin, gm. Mała Wieś, o godz. 19:30 kierujący toyotą auris, 37-latek z powiatu płockiego uderzył w przebiegającego przez jezdnię dzika. W wyniku zdarzenia kierowca przewieziony został do szpitala.

W niedzielę, 29 września, w Płocku na ul. Popłacińska, o godz. 17:50 kierujący motocyklem, 28-letni płocczanin nie

dostosował prędkości do warunków drogowych, wymusił pierwszeństwo przejazdu samochodowi Opel Signum, kierowanemu przez 52-latkę, z Płocka. W wyniku zdarzenia kierujący motocyklem z obrażeniami ciała przewieziony został do szpitala.

Raków też pokonany. Kolejne trzy punkty na koncie Nafciarzy

– W pierwszej połowie, trzeba przyznać, Raków był lepszy, a my chcieliśmy kontrolować grę poprzez obronę średnią – mówił trener Wisły Płock Radosław Sobolewski podczas pomeczowej konferencji prasowej. Zdaniem szkoleniowca drużynie brakowało fazy przejściowej, czyli przejścia z obrony do ataku. – Zobaczyliśmy to w drugiej połowie, gdy byliśmy już zespołem o wiele groźniejszym niż przed przerwą. Chwała za decyzje zawodników o strzałach, które zakończyły się bramkami – podkreślił.

W meczu 10. kolejki PKO Ekstraklasy Wisła Płock rywalizowała w minioną sobotę w Bełchatowie z Rakowem Częstochowa. Nafciarze w dramatycznych okolicznościach pokonali gospodarzy 2:1, a decydującą bramkę w ostatnich sekundach meczu zdobył Piotr Tomasik!

Podopieczni Radosława Sobolewskiego szybko przeprowadzili dwie akcje, ale żadnej z nich nie udało się zakończyć strzałem na bramkę gospodarzy. Najpierw akcję rozproszął do Grzegorza Kuświka Mateusza Szwoch, który potem sam nie dał rady zamknąć płaskiego podania od naszego wspomnianego napastnika. W okolicach kwadransa gry nikt nie doszedł z

kolei do dośrodkowania z rzutu wolnego Dominika Furmana. Od tego momentu inicjatywę w meczu zdecydowanie przejęli zawodnicy Rakowa Częstochowa. W trakcie jednego z kontrataków początkowo źle piłkę rozegrał Petr Schwarz, ale ostatecznie i tak doszedł do niej jeszcze Bryan Nouvier. Jego dobrą centrę niecelną główką zakończył jednak Miłosz Szczepański. Chwilę potem od utraty bramki uchronił nas Jakub Rzeźniczak, który w ostatniej chwili wybił na rzut różny piłkę spod nóg Felicio Browna Forbesa.

Z tego stałego fragmentu gry gola mógł zdobyć za to Tomáš Petrášek, ale jego uderzenie głową w porę zostało zablokowane. W kolejnej akcji ten sam piłkarz znakomicie odegrał piłkę do wychodzącego za linię naszej defensywy Browna Forbesa. Kostarykanin znalazł się w sytuacji sam na sam z Thomasem Dähne, ale na szczęście pojedynek ten wygrał nasz gołkiper. Później świetną interwencją popisał się Alan Uryga, który odważnym wślizgiem odebrał piłkę Brownowi Forbesowi. Niestety pod koniec pierwszej połowy aktywny napastnik dopiął w końcu swego i wyprowadził Raków na prowadzenie. Z prawej strony bardzo dobrą centrę wykonał Michał Skóraś i Brown Forbes popisał się skuteczną główką. Tuż przed przerwą swoim skrzydłem ruszył jeszcze Cezary Stefańczyk, ale po jego wrzutce nieskutecznie główkował Ángel García Cabezali.

Zaraz po zamianie stron gospodarze mogli podwyższyć prowadzenie, ale wprowadzony w przerwie Sebastian Musiolik mimo tego, że ładnie obrócił się w naszej szesnastce z obrońcą na plecach, to ostatecznie swoim strzałem nie trafił nawet w bramkę. W odpowiedzi podobnie jak przed przerwą główkował Cabezali, lecz znów nieskutecznie. Tym razem piłkę złapał bowiem Michał Gliwa. Kilka minut później Nafciarzom udało się jednak doprowadzić do wyrównania. Przed polem karnym świetnym, niesygnalizowanym uderzeniem z pierwszej piłki popisał się Szwoch, który zdobył tym samym swoją pierwszą bramkę w tym sezonie. W ramach odwetu szczęścia z

dalszej odległości spróbował Skóraś, ale powtórzyć wyczynu naszego pomocnika mu się już nie udało. Do sytuacji doszedł za to po drugiej stronie Damian Michalski, ale jego główka była niestety niecelna.

Nieskuteczny był także kolejny dobry strzał z dystansu Szwocha. W tym przypadku Gliwie udało się jednak dobrze interweniować i odbić futbolówkę. Podobnie kilka chwil później, kiedy po ładnej zespołowej akcji Nafciarzy dobrze zatrzymał strzał głową Grzegorza Kuświka. Parę sekund wcześniej napastnik nieczysto trafił w piłkę po świetnej akcji Giorgiego Merebashvilego. W kolejnych fazach meczu mieliśmy sporo walki w środku pola, po czym z daleka raz zaskoczył Gliwę postarał się Furman, lecz jego próba została zablokowana. Bezskuteczna okazała się także szarża wprowadzonego wcześniej Piotra Tomasika. Grający na skrzydle piłkarz trafił bowiem jedynie w boczną siatkę przeciwnej bramki. Gdy wydawało się, że spotkanie zakończy się remisem, ponownie swoją stroną ruszył Tomasik i tym razem dopiął swego! Piłka po jego uderzeniu odbiła się od dalszego słupka i w ostatnich sekundach meczu wpadła do bramki bezradnego Gliwy. Sędzia zaraz potem zagwizdał po raz ostatni.

Następne ligowe spotkanie Wisła Płock rozegra już w piątek 4 października o godzinie 18:00. Wówczas na Stadionie im. Kazimierza Górskiego Nafciarze będą podejmować Arkę Gdynia.

Raków Częstochowa – Wisła Płock 1:2 (1:0)

1:0 – Felicio Brown Forbes 42'

1:1 – Mateusz Szwoch 53'

1:2 – Piotr Tomasik 90'

Raków: 1. Michał Gliwa – 77. Dawid Szymonowicz, 2. Tomáš Petrášek, 14. Kamil Kościelny – 22. Michał Skóraś, 18. Rusłan Babenko, 17. Petr Schwarz, 11. Bryan Nouvier (46', 9. Sebastian Musiolik), 30. Miłosz Szczepański (90', 7. Maciej Domański), 27. Daniel Bartł (70', 13. Piotr Malinowski) –

91. Felicio Brown Forbes.

Wisła: 30. Thomas Dähne – 20. Cezary Stefańczyk, 25. Jakub Rzeźniczak, 18. Alan Uryga, 2. Damian Michalski – 6. Damian Rasak, 8. Dominik Furman – 10. Giorgi Merebashvili (88', 14. Mikołaj Kwietniewski), 9. Mateusz Szwoch, 24. Ángel García Cabezali (72', 7. Piotr Tomasik) – 11. Grzegorz Kuświk (74', 21. Ricardinho).

Żółta kartka: Babenko.

Sędzia: Tomasz Kwiatkowski (Warszawa).

Frekwencja: 2 578

Źródło: Wisła Płock

Fot: Paweł Piotrowski/400mm.pl (Wisła Płock)

Aż 114 miejsc bierze udział w akcji rabatowej Płock za pół ceny. Jest w czym wybierać...

Od wczoraj, poprzez dziś, aż do niedzieli potrwa wielka akcja rabatowa Płock za pół ceny. Ze zniżką można korzystać z bogatej oferty kulturalnej, turystycznej, gastronomicznej i noclegowej miasta.

W tym roku do akcji włączyło się 114 punktów nie tylko z miasta, ale też z okolic. Na stronie [Płock za pół ceny](#) można znaleźć całą listę wraz z opisem przygotowanej oferty.

Lista uczestników z podziałem na kategorie:

Hotele/noclegi

1. Apartamenty i pokoje gościnne Villa LOQUS, ul. Dobrzyńska

36

2. Hotel "STARZYŃSKI", ul. Piekarska 1
3. Hotel Dębowa Góra Active & Spa, Nowe Rumunki 40/1
4. Hotel Kawallo**** Relaks I Event I SPA, Leonów 7a, 09-533 Słubice k. Płocka
5. Hotel Petrochemia, 3 Maja 33

Gastronomia/kluby

1. Bistro w Kapuście, pl. Narutowicza 1
2. Ciuciubabka, al. Jana Pawła II 21c lok. 5
3. Cukiernia – Kawiarnia „DOLCE CAFFE”, ul. Synagogałna 2
4. Da Massimo pizza & pasta, ul. Grodzka 2
5. Inari sushi to kusi, Galeria Mazovia, ul. Wyszogrodzka 127
6. Kawiarenka Święty Spokój, ul. Górna 1a
7. Kawiarnia CENTRO CAFE, ul. Tumska 11
8. LAFAYE, Galeria Mazovia, ul. Wyszogrodzka 127
9. Manufaktura Czekolady Chocolate Story, ul. Synagogałna 4/3
10. Molo Cafe, ul. Rybaki 20/1
11. Naleśnikarnia Krepsiaki, pl. Stary Rynek 9
12. Pizza Killer, ul. Grodzka 3
13. Pizzeria Laguna, ul. Staromiejska 2
14. Pizzeria Oliva, al. Jana Pawła II 21 lok.3
15. Pizzeria Trattoria PRESTO, pl. Stary Rynek 6
16. Restauracja & Kręgielnia Dębowa, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
17. Restauracja "STARZYŃSKI", ul. Piekarska 1
18. Restauracja Hotelu Dębowa Góra, Nowe Rumunki 40/1
19. Restauracja Hotelu Płock, ul. Jachowicza 38
20. Restauracja Książęca w Hotelu Herman ****, ul. H. Sienkiewicza 30
21. Restauracja Mostowa, ul. Mostowa 1
22. Restauracja Petropol, ul. Jachowicza 49
23. Restauracja Słowiańska Dadźbóg, Zacisze Bis Koszelówka, Łąck
24. Restauracja Szyszka, Leonów 7a, 09-533 Słubice k. Płocka

25. Słodko Zakręcone – manufaktura słodyczy, ul. Tumska 6
26. Stacja Warka, ul. Tumska 9
27. Sushikushi, pl. Stary Rynek 5
28. Telepizza, pl. Nowy Rynek 5
29. Tumska 13 Browar i Restauracja, ul. Tumska 13
30. Wieża Ciśnień Kawiarnia Restauracja, ul. Warszawska 26
31. Zachęta BAR, ul. Grodzka 9/1
32. Zajazd nad Wisłą – restauracja, Jordanów 17c k. Płocka
33. Pizzeria DovoZorro, Chopina 28

Kultura/zwiedzanie

1. DUCES MAZOVIE – przewodnicy po Płocku, www.ducesmazovie.pl
2. Kino za Rogiem Płock, ul. Jakubowskiego 10
3. Książnica Płocka im. Władysława Broniewskiego, ul. Kościuszki 6
4. Liceum Ogólnokształcące im. Marsz. St. Małachowskiego w Płocku, ul. Małachowskiego 1
5. Miejski Ogród Zoologiczny w Płocku, ul. Norbertańska 2
6. Muzeum Mazowieckie w Płocku – Spichlerz, ul. Kazimierza Wielkiego 11b
7. Muzeum Mazowieckie w Płocku, ul. Tumska 8
8. Muzeum Żydów Mazowieckich oddział Muzeum Mazowieckiego w Płocku, ul. Kwiatka 7
9. Płocka Galeria Sztuki, ul. Sienkiewicza 36
10. Płocka Lokalna Organizacja Turystyczna, pl. Stary Rynek 8
11. Płocka Orkiestra Symfoniczna, ul. Bielska 9/11
12. Skansen w Wiączeminie, Wiączemin Polski 25
13. Teatr Dramatyczny im. Jerzego Szaniawskiego w Płocku, pl. Nowy Rynek 11
14. Żegluga Płocka Statek MARIANNA, przystań statku pasażerskiego “MARIANNA”

Rekreacja/sport

1. Adrenalina Park Trampolin, ul. Graniczna 46
2. Centrum Odżywiania i Fitness, ul. Królewiecka 12f

3. Grota solna – Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Płocku, Centrum Terapeutyczno – Rehabilitacyjne, ul. Lasockiego 14
4. Just GYM, ul. Wyszogrodzka 140
5. Łakomy Dance Studio, ul. Armii Krajowej 20/8
6. Siłownia Arena – Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Płocku, pl. Celebry Papieskiej 1
7. Ścianka wspinaczkowa – Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Płocku, pl. Celebry Papieskiej 1

Usługi

1. CopiFlex Auto, Wola Łącka 55, Łąck 10
2. COPI-FLEX technika biurowa, ul. Padlewskiego 5
3. Komunikacja Miejska Płock sp. z o.o., ul. Przemysłowa 17
4. Ksero Podolszyce – Al. Jana Pawła II 94
5. Laboratoria Medyczne Grupa Alab, al. Piłsudskiego 35
6. Laboratoria Medyczne Grupa Alab, ul. Kolegialna 43

Zakupy/uroda

1. Ambasada Urody – Salon Fryzjerski Damsko – Męski, ul. Graniczna 52c
2. Centrum optyczno-okulistyczne Essilor-Szewczyk, ul. Przemysłowa 1
3. Centrum optyczno-okulistyczne Essilor-Szewczyk, ul. Tumska 5
4. City Spa Clinic – Centrum Odnowy i Relaksu, ul. Otolińska 8
5. DepilConcept – Centrum Fotodepilacji i Fotoodmładzania, ul. Bielska 14a
6. EDEN SKIN, ul. Stary Rynek 7, Gąbin
7. EWTEX, ul. Czwartaków 16
8. Genway, ul. Chopina 37
9. Horyzont Zakład Optyczny, ul. Kobylińskiego 6
10. Horyzont Zakład Optyczny, ul. Kolegialna 38
11. Horyzont Zakład Optyczny, ul. Sienkiewicza 45a
12. Instytut Zdrowia i Urody Kazumi, ul. Piłsudskiego 35
13. Klinika Urody JASMIN. Kosmetologia. Medycyna Estetyczna,

- ul. Kwiatka 1 lokal 1
14. Kwiaciarnia DMUCHAWCE, ul. Piaska 1a
 15. LasVita SPA & Wellness, Leonów 7a, 09-533 Słubice k. Płocka
 16. MATA HARI SPA Rituals, ul. Kazimierza Wielkiego 11
 17. Perfect Eye Optic, Galeria Auchan Płock, ul. Wyszogrodzka 140
 18. Piwpol Płock Sp. z o.o., Centrum Obsługi Klienta, ul. Kalinowa 93
 19. Salon Fryzjersko-Kosmetyczny Capelli, ul. Tysiąclecia 10B
 20. SPA "STARZYŃSKI", ul. Piekarska 1
 21. SPA w Hotelu Dębowa Góra, Łąck, Nowe Rumunki 40/1
 22. Strefa piękna u Anny, ul. Gradowskiego 15 lok 3

Edukacja

1. BHP Consulting, ul. Andrzeja Kmicica 28, Biała
2. Galileusz, ul. Kolegialna 47
3. Szkoła Wyższa im. Pawła Włodkowica w Płocku, al. Kilińskiego 12
4. TEB Edukacja Oddział w Płocku, Galeria Tayger, ul. Królewiecka 2

Galeria Wisła

1. Czas na herbatę, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
2. Eurofirany, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
3. Fielmann, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
4. Gino Rossi, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
5. INGLOT, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
6. Inteligentny dom FIBARO, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
6. Jankes Moda, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
7. Laser Studio 4 Płock specjaliści w kosmologii i laseroterapii, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
8. MOLTON, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
9. Myjnia Samochodowa Eko Czyścioszek, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144

10. PAW0, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
11. VOX gadget, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144
12. WITTCHEN, Galeria Wisła, ul. Wyszogrodzka 144

Galeria Mazovia

1. Diamond Optic, Galeria Mazovia, ul. Wyszogrodzka 127
2. EWTEX, Galeria Mazovia, ul. Wyszogrodzka 127
3. INGL0T, Galeria Mazovia, ul. Wyszogrodzka 127
4. Salon Time Trend, Galeria Mazovia, ul. Wyszogrodzka 127
5. WITTCHEN, Galeria Mazovia, ul. Wyszogrodzka 127

Galeria Tayger

1. Epicentrum Sportu, Galeria Tayger, ul. Królewiecka 2 lok. SP-55
2. EWTEX, Galeria Tayger, ul. Królewiecka 2
3. Gabinet Masażu "Zdrowy Dotyk", Galeria Tayger, ul. Królewiecka 2
4. Henry – odzież męska, Galeria Tayger, ul. Królewiecka 2

Atrium Mosty

1. Myjnia Samochodowa Eko Czyścioszek, Atrium Mosty, ul. Tysiąclecia 2a

Fot. UMP.

**Podwyżki płac i nakładów,
zwiększenie liczby personelu.
Co jeszcze w "Pakcie dla**

zdrowia”?

Podwyższenie nakładów na służbę zdrowia do minimum 6,8 procent PKB, podniesienie pensji wszystkim pracownikom o 30 proc. czy upowszechnienie działań na rzecz profilaktyki – te punkty znalazły się w “Pakcie dla zdrowia”, który kilka dni temu przedstawiciele Polskiego Stronnictwa Ludowego zaprezentowali w szpitalu wojewódzkim na Winiarach w Płocku.

Co dla uzdrowienia służby zdrowia w swoim programie zapisało PSL, które do wyborów parlamentarnych startuje z jednej listy z ‘Kukiz 15, tworząc wspólnie Koalicję Polską?

- Podwyższenie publicznych nakładów na ochronę zdrowia do wysokości co najmniej 6,8 proc. PKB już w 2020 roku,
- Zwiększenie liczby personelu medycznego w systemie ochrony zdrowia,
- Podniesienie o co najmniej 30 proc. wynagrodzeń pracowników służby zdrowia: pielęgniarek i położnych, lekarzy – ze szczególnym uwzględnieniem lekarzy rezydentów, ratowników medycznych, diagnostów laboratoryjnych, fizjoterapeutów, farmaceutów szpitalnych, techników medycznych oraz pracowników administracji placówek medycznych,
- Zapewnienie takiego samego dostępu do najnowocześniejszych metod leczenia jak w innych krajach UE,
- Upowszechnienie działań na rzecz profilaktyki chorób cywilizacyjnych.

W złożonym projekcie noweli ustaw PSL proponuje, by jeszcze w 2019 r. nakłady na ochronę zdrowia stanowiły 5,5 proc. PKB. W 2020 r. na zdrowie powinniśmy przeznaczać 6 proc. PKB.

PSL Koalicja Polska chciałaby też, by polscy pacjenci mieli dostęp do takich samych metod leczenia jak w innych krajach Unii Europejskiej, zwłaszcza jeśli chodzi o choroby

nowotworowe.

Przypomnijmy. Na liście do Sejmu z listy Koalicji Polskiej (PSL, 'Kukiz 15) w okręgu nr 16 znaleźli się:

1. Piotr Zgorzelski
2. Adam Orliński
3. Konrad Wojnarowski
4. Zenon Szczepanowski
5. Maria Wróblewska
6. Jerzy Rzymkowski
7. Iwona Sierocka
8. Łukasz Lewandowski
9. Jacek Ryziński
10. Michał Sosnowski
11. Wojciech Szustakiewicz
12. Katarzyna Durczak-Kuźmińska
13. Anna Derlukiewicz
14. Karolina Koper
15. Piotr Rzeszotarski
16. Nina Mirgos-Kilanowska
17. Agata Sosińska-Osiecka
18. Elżbieta Aptewicz
19. Anna Smolińska
20. Tomasz Kominek

Fot. Krzysztof Wiśniewski.

**Coraz więcej grzybów w
podpłockich lasach. Gdzie**

warto się wybrać?

W tym roku nieco później niż roku temu ale w końcu są. Wyczekiwane przez grzybiarzy i miłośników spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. W ubiegłym roku obfite deszcze i burze sprawiły, że wysyp grzybów był już pod koniec sierpnia. W tym roku z kolei brak opadów i susza sprawiły, że na podgrzybki, maślaki czy prawdziwki trzeba było poczekać nieco dłużej.

W końcu jednak są. A wraz z nimi kwitnie turystyka grzybowa na całego. Przy duninowskich lasach całymi kilometrami stoją zaparkowane auta. Rejestracje, które można zobaczyć wskazują na obecność grzybiarzy z Kutna, Łodzi czy Płocka. Co prawda w lesie nie jest mokro i grzybków trzeba poszukać, ale warto się wybrać. Maślaki, koźlarze, prawdziwki – tych jest sporo. – Za podgrzybkami trzeba jednak pochodzić. Nawet jak się zna miejsce, to są ale małe. Może za kilka dni warto przyjechać – mówił nam napotkany w lesie grzybiarz.

“Stary” grzybiarz przewiduje, że jeżeli taka pogoda się utrzyma, jak w tej chwili, czyli – jak na tę porę roku – ciepłe noce i poranna mgła, to grzybów będzie coraz więcej. I to jest bardzo dobra wiadomość dla grzybiarzy. Także w najbliższych dniach może warto zrobić wypad do podpłockich lasów. Nazbierać grzybów na obiad lub na pyszną kolację, a przy okazji odpocząć, oderwać się od miejskiego zgiełku.

Jest jednak małe “ale”. Zbierając grzyby bez wątpienia należy zachować ostrożność. Na co powinniśmy zwracać uwagę podczas zbierania grzybów, jakie grzyby zbierać, których grzybów należy się wystrzegać i jak je zbierać? Kilku rad udzielił nam pan Romek, grzybiarz z pasją.

– **Do których lasów w okolicach Płocka najlepiej się wybrać na grzybobranie, aby wrócić do domu z koszem pełnym grzybów?** Można się już wybrać w okolice Duninowa. Ładny wysyp może

też być w okolicach Soczewki, nie byłem tam jeszcze, koledzy mi tylko mówili, że są. W najbliższy weekend, jadę właśnie w tamte lasy. Jak spadnie deszcz warto się wybrać też do Słupna do Brwilna, w okolice Dobrzykowa czy Jasienia.

– O jakiej porze dnia najlepiej się wybrać na grzybobranie?

Wczesnym rankiem, bo jak jest wysyp to łebki grzybów pokrywa rosa i lekko pobłyskują – widać je z daleka. Ale tak szczerze mówiąc, to każda pora jest dobra. Bywa, że dziennie na grzyby idę dwa razy. Raniutko, a potem po południu. Czasami po południu więcej przynoszę grzybów niż rano. A z drugiej strony jak ktoś lubi las i spacerować to każda pora jest dobra, a jak przy okazji znajdzie się grzybka to też miło.

– Proszę powiedzieć naszym czytelnikom jakich grzybów należy unikać? I jak poznać, że trafiliśmy na tego, którego spokojnie można zjeść?

Nie brać do kosza czy wiadra grzyba, który wydaje nam się „podejrzany”. Jeżeli mamy jakiegokolwiek wątpliwości, jeden czy dwa grzyby nas nie zbawią, a mogą narobić wiele szkody naszym bliskim i nam samym. Chyba wszyscy wiedzą, że najbardziej niebezpieczne są sromotniki, nazywane też cichym zabójcą. Sromotniki swoim wyglądem do złudzenia przypominają kania. Jednak jest różnica między tymi grzybami – kania w ogonku będzie miała charakterystyczną dziurkę, a sromotnik takiej nie ma. Trzeba bardzo uważać na wszystkie grzyby, które mają pod kapeluszem blaszki, a nie rurki. Ale najlepiej sprawdzić językiem pod kapeluszem – jak jest grzyb jest gorzki – to wiadomo, że będzie trujący i omijać go wtedy szerokim kręgiem.

– Jak zbierać grzyby, jeżeli już trafimy na tego właściwego – wyrwać, ukreślić czy wyciąć?

Zdecydowanie wykręcać i to nie za mocno, bo wtedy nie uszkadza się grzybnia. I zapamiętać miejsce gdzie znalazło się grzybka, jak wrócimy w to samo miejsce za kilka dni, na pewno znajdziemy kilka grzybów. Najgorszym „grzechem” jaki

popęłniają osoby, które zbierają grzyby to wycinanie ich. Część ogonka zostaje w ściółce i zaczyna gnić, przenosi się to na grzybnię i w ten sposób niszczy się to co najcenniejsze. Jedną z ważniejszych rzeczy jest też to, żeby nie niszczyć żadnych grzybów. Często spotykam się z sytuacją, że ktoś kopie muchomory czy grzyby, które są zjedzone przez robaki. To my – ludzie – w ten sposób stajemy się intruzami w lesie. Wszystkie rośliny i grzyby tworzą świat lasu i skoro grzyb, nawet trujący tam wyrósł, to tak chciała natura i szanujmy to.

Warto skorzystać z rad “starego” grzybiarza. A ze swojej strony życzymy Wam owocnych pobytów w podpłockich lasach.

Fot. Dziennik Płocki.

Wśród atrakcji stoiska, pokazy i sporo fajnej rozrywki. Już w niedzielę na Podolszycach

Mnóstwo atrakcji zaplanowały płocczanki na najbliższą niedzielę, 29 września. O godzinie 12.00 rozpocznie się bowiem piknik organizowany przez panie, które stworzyły Siłę Kobiet.

– Dla kobiet i ich rodzin z przesłaniem “Na zdrowie” i dla zdrowia – czytamy w zaproszeniu. – Będzie szereg atrakcji – stoiska: gospodarstwa agroturystycznego, z badaniami ciśnienie i pomiarem poziomu cukru we krwi, zupa dyniowa serwowana przez zaprzyjaźniony bar, medycyna estetyczna,

pierwsza pomoc i fizjoterapia, trener personalny poprowadzi rozgrzewkę i udzieli porad w razie potrzeby, można też będzie porozmawiać z dietetykiem – zachęcają.

To jednak nie wszystko. Panie zaplanowały jeszcze pokazy. Między innymi boksu, tenisa na wózkach, Zumbi, badmintona, psów sportowych, pokaz chodzenia z kijkami nordic walking, język migowy, będzie można też potańczyć. – Przygotowałyśmy również konkurs koło fortuny, zawody i animacje dla rodzin. Na najmłodszych będzie czekała dmuchana zjeżdżalnia. Będzie trening biegowy i rowerowy. Będą vouchery jako nagrody konkursowe m.in. na zabiegi kosmetyczne czy saunę. Będzie fit poczęstunek i zielona herbata – wymienia Litosława Koper, jedna z organizatorek.

Wszystko to już w najbliższą niedzielę w samo południe przy pasażu Paderewskiego na płockich Podolszycach. Litosława Koper prosimy o zabranie ze sobą... dobrego humoru, pozytywnej energii i zaprasza do spędzenia tej niedzieli z Siłą Kobiet.