

GAZETA Płońska



////////////////////// KWIECIEŃ/MAJ NR 3/2017 R.
BIULETYN INFORMACYJNY URZĘDU MIEJSKIEGO W PŁOŃSKU

Zmień piec!

>>> CZYTAJ NA STR. 4

*Życzenia radosnych Świąt Wielkanocnych
wypełnionych nadzieją budzącą się do życia wiosny
i wiary w sens życia.*

Spokoju i optymizmu na lepszą przyszłość.

*Wszystkiego, co najlepsze
w imieniu Samorządu Miasta Płońska*

życzą

Przewodniczący
Rady Miasta
Henryk Zienkiewicz

Burmistrz
Miasta Płońska
Andrzej Pietrasik

Płońsk, Wielkanoc 2017 r.

Koniec z błotnistymi ulicami

czytaj s. 5



Zachęcamy do polubienia i obserwowania profilu miasta na portalu społecznościowym Facebook
← **Urząd Miejski Płońsk i Zatrzymaj się w Płońsku** oraz do śledzenia strony internetowej **www.plonsk.pl** →





Bądźmy bezpieczni

Jakie znamy numery alarmowe?

Co oznacza znak z żółtą dziewczynką? Jak zachować się na drodze? Na te i wiele innych pytań odpowiada dzieciom

Komendant Straży Miejskiej.

W kwietniu rozpoczął się cykl spotkań, dzieci z komendantem Bogdanem Lewandowskim oraz nauczycielami z Gimnazjum Publicznego nr 2 im. Bolesława Chrobrego, dotyczących bezpieczeństwa, zachowania ostrożności na drodze oraz znaczenia znaków drogowych.



Posprzątaj po swoim psie

Już w drugiej połowie kwietnia w Płońsku pojawi się 25 specjalnych pojemników na psie odchody. Zostaną ustawione w miejskich parkach. Bezpłatne zestawy torebek do sprzątnięcia po psach będzie można otrzymać w Urzędzie Miejskim (pokój nr 16 na parterze).

Przypominamy o obowiązku sprzątnięcia po swoich pupilach.

WYMIENIE PIEC

Gmina Miasto Płońsk będzie wnioskować w imieniu mieszkańców miasta i innych podmiotów funkcjonujących w Płońsku o dofinansowanie modernizacji indywidualnych źródeł ciepła polegających na wymianie starych pieców lub palenisk na paliwa stałe (tj. węgiel, miął, ekogroszek, drewno) na piece zasilane gazem, energią elektryczną, biomasą oraz olejem. **W ramach obecnego naboru, nie będą przyjmowane wnioski dotyczące wymiany pieca gazowego na nowy piec gazowy.** Dofinansowaniem objęte mogą być również przyłącza do miejskiej sieci ciepłowniczej / chłodniczej (o ile taka możliwość istnieje).

Nie będą przyjmowane wnioski mieszkańców i innych podmiotów z terenu Płońska, którzy dokonali już zakupu i modernizacji pieca / przyłącza.

Pomoc finansowa może zostać udzielona w formie dotacji w wysokości do 80% kosztów wymiany pieca (wraz z niezbędnym oprzyrządowaniem instalacyjnym i robocizną). Pozostałe 20% kosztów pozostaje po stronie beneficjenta.

Deklarację należy pobrać w pokoju 204 w Urzędzie Miejskim w Płońsku lub ze strony internetowej www.plonsk.pl.

Wypełnioną deklarację wraz z poniższymi załącznikami należy składać od pn. do pt. w godz. 8-16w nieprzekraczalnym terminie do 20 kwietnia 2017 r. w pokoju 204 w Urzędzie Miejskim w Płońsku.

Do deklaracji należy dołączyć:

1. Wstępną wycenę, zawierającą typ pieca/przyłącza ciepłowniczego/chłodniczego oraz szacowany koszt brutto, z podziałem na koszty zakupu pieca lub wykonania przyłącza, a także pozostałe koszty (np. montażu urządzeń i niezbędnych materiałów);
2. aktualny wypis z rejestru gruntów dotyczący nieruchomości, na której ma być wykonane zadanie wydany przez właściwy organ;
3. aktualny wycinek mapy ewidencyjnej dotyczący nieruchomości poświadczony przez właściwy organ;
4. audyt energetyczny wykonany zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Infrastruktury z dnia 17 marca 2009 r. w sprawie szczegółowego zakresu i form audytu remontowego, wzorów kart audytów, a także algorytmu oceny opłacalności przedsięwzięcia termomodernizacyjnego lub świadectwo energetyczne budynku objętego zadaniem;
5. wypełnione oświadczenie o posiadaniu prawa do dysponowania nieruchomością w celu realizacji projektu oraz okresie jego trwałości (stanowiące załącznik do deklaracji);
6. wypełnione oświadczenie uczestnika projektu dotyczące kwalifikowalności podatku od towarów i usług w projekcie RPO WM 2014-2020 (stanowiące załącznik do deklaracji).

UWAGA:

Koszty pozyskania dokumentów, o których mowa powyżej w pkt. 1,2,3,4 ponoszą **wnioskodawcy**.

Szczegółowy wykaz wydatków kwalifikowalnych i niekwalifikowalnych zawiera deklaracja przystąpienia do projektu.

Więcej informacji na stronie www.plonsk.pl oraz pod nr telefonu 23 663 13 24, oraz pod adresem <https://www.funduszedlamazowska.eu/nabory-wnioskow/4-3-redukcja-emisji-zanieczyszczen-powietrza-poddzialania-4-3-1-ograniczenie-zanieczyszczen-powietrza-i-rozwoj-mobilnosci-miejskiej-typ-projektow-ograniczenie-niskiej-emisji-wymiana-urzadzen-grzewczych.html>

Burmistrz Miasta Płońska
Andrzej Pietrasik

Historia Samorządu Miejskiego po 1990 r. – odcinek 2

Od debiutu do rozwoju (1990-1992)

Aż trzech głosowań potrzebowali radni do wyboru pierwszego po ponad czterdziestoletniej przerwie burmistrza.

Burmistrz z problemami

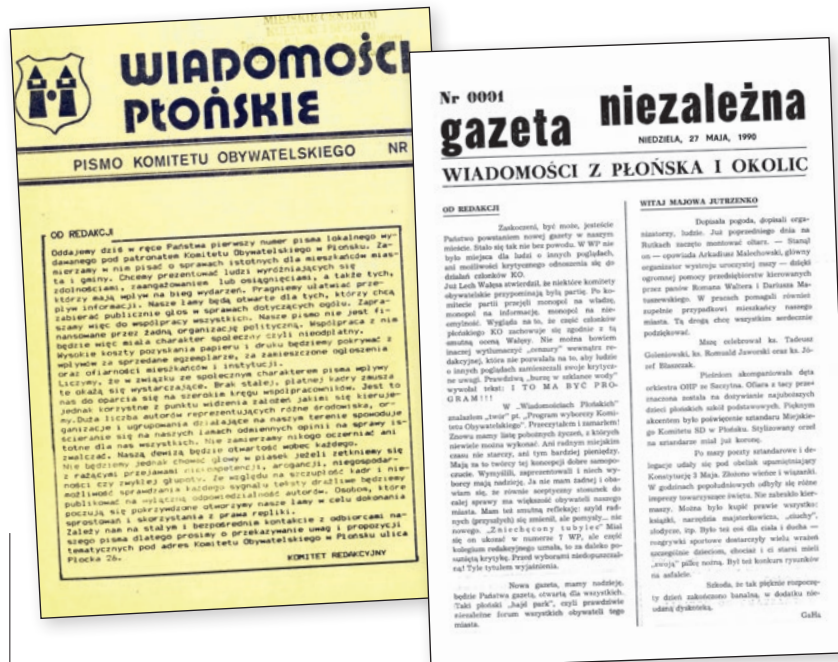
"Niezależna" donosiła: "wybór przebiegał z ogromnymi problemami". W pierwszym podejściu o stanowisko burmistrza ubiegało się wtedy czterech kandydatów: Jerzy Bańka, Franciszek Gościński, Roman Lusawa i Krzysztof Zagórski. Wcześniej swoją kandydaturę wycofał Stanisław Zmysłowski. Z relacji prasowych wynika, że kandydujący na burmistrza radni tylko w skrócie przedstawili swój program, a słuchający koledzy "nie męczyci ich zbyt pytaniami".

Po pierwszej turze w grze pozostali Bańka i Gościński. Ponieważ żaden z nich nie uzyskał wymaganych 15 głosów, potrzebna była dogrywka. W drugiej turze 14:13 wygrał Jerzy Bańka, ale przewaga była zbyt mała. Wobec tego głosowano trzeci raz. Tym razem dzięki sześcioro głosom różnicy burmistrem został Franciszek Gościński, zastępując po dziewięciu latach naczelnika Michała Szpilę.

Na tej samej sesji powołano również zarząd. W jego skład weszli Krystyna Czerniawska, Marek Gołębiowski, Krzysztof Sadowski i Andrzej Stolpa. Podczas kolejnego posiedzenia rady zatwierdzono zastępców burmistrza Gościńskiego – Andrzeja Ignaczewskiego i Stanisława Zmysłowskiego.

Prasa donosiła o pierwszych wynagrodzeniach. 5 lipca 1990 roku rada ustaliła, że burmistrz będzie zarabiał 3,2 mln zł, jego zastępcy po 2,5 mln, skarbnik, którego wyborem miano się zająć w przyszłości 1,8 mln, a sekretarz – powołana na to stanowisko przez radę Maria Grabowska – 1,5 mln zł.

O pierwszych tygodniach pracy i wyzwaniach, przed którymi stanął Franciszek Gościński, dowiadujemy się z wywiadu, który z burmistrem przeprowadziła Halina



Woźniak. Nowy szef gminy zwraca w nim uwagę na ważną kwestię rozdziału lokali dla administracji samorządowej, rejonowej i instytucji użyteczności publicznej, a także na wybór kadry kierowniczej urzędu. Zależy mu na "uprzejmości urzędników" i "oszczędzaniu czasu interesanta" oraz na szybkim dokończeniu rozpoczętych inwestycji.

Pierwsze ruchy rady

Ostatniego członka zarządu wyłoniono podczas III sesji Rady Miejskiej. Skarbnikiem Urzędu Miasta i Gminy została Hanna Jaworska. Na tej samej sesji uchwalono również tymczasowy statut rady.

Ważną kwestią, która zjednoczyła radę, było – zakończono po wielu bojach sukcesem – utworzenie w Płońsku rejonu (jednostki skupiającej kilka gmin, na czele której stał wówczas wyznaczony przez wojewodę ciechanowskiego naczelnik). Zgodnie zabiegali o to mieszkańcy, naczelnik miasta

i gminy Michał Szpila, a także przewodniczący Jan Piskorski.

Jeszcze jesienią 1990 roku radni ograniczyli wydatki na inwestycje i remonty. Zrezygnowano m.in. z budowy Zespołu Oświatowego przy ul. Młodzieżowej, i jednocześnie przyznano odpowiednie środki na dokończenie budynków komunalnych przy ul. Kopernika oraz rozbudowę sieci energetycznej, gazowej oraz wodociągu. Pieniądze przeznaczono również na zadania z zakresu gospodarki mieszkaniowej i komunalnej – oczyszczanie miasta i oświetlenie ulic. Ogłoszono pierwsze przetargi na wynajęcie lokali sklepowych, uporządkowanie opłat targowych. "Wiele emocji" – jak można wyczytać w archiwalnych artykułach prasowych – wzbudziło w gronie radnych ustalenie herbu miasta. Po długiej dyskusji pozostał ten sam, który obowiązywał wcześniej.

Rozwój miasta i gminy

Pisząc o pierwszej kadencji płońskiego samorządu, nie sposób nie przypomnieć, że pierwszy burmistrz stał na czele nie tylko Płońska, lecz również gminy wiejskiej, którą dziś reprezentuje wójt. A mieszkańcy terenów wiejskich okalających Płońsk, mieli swoich przedstawicieli zasiadających w Radzie – właśnie – Miasta i Gminy, składającej się, jak wcześniej wspomniano, z 28 radnych.

Już w pierwszym roku kadencji radni zajęli się pomysłem podziału swojej jednostki administracyjnej, która liczyła wówczas około 27 tys. mieszkańców. Jednak pomysł ten zrealizowano dopiero w roku 1992.

Ciąg dalszy w kolejnym numerze

Body od burmistrza

Od listopada 2016 r. realizowany jest w naszym mieście projekt „Witamy małych płońszczan”. Dzieci zameldowane w Płońsku systematycznie otrzymują imienne body z wyhaftowanym herbem miasta, zaś rodzice list gratulacyjny. Dotychczas body otrzymało 66 dzieci.



Bonifikata na wykup mieszkań komunalnych

Podczas XLII sesji, która odbyła się 30 marca, radni podjęli uchwałę w sprawie wyrażenia zgody na udzielenie bonifikaty od ceny nieruchomości sprzedawanej jako lokal mieszkalny.

Najemcy mieszkań komunalnych, którzy zdecydują się na wykup, otrzymają bonifikatę w wysokości 85 proc., w przypadku uiszczenia od razu całej kwoty. Najemcy na wykup mieszkań mają czas do końca roku.

Uchwała dotyczy niewykupionych mieszkań w blokach: ul. Grunwaldzka 4, 20, 22, 54, 55, 63A, 63B; ul. Kopernika 5; ul. Młodzieżowej 1, 9; ul. Padlewskiego 4, 6, 8, 10, 12; ul. Płocka 86, 86C, D, E, 88, 101, 101A; św. Maksymiliana Kolbe 9; ul. Północna 15b; ul. Sienkiewicza 1, 5; ul. Warszawska 19; ul. Wieczorków 33; ul. Wolności 22, 24, 25, 27, 33, 37; ul. Zduńska 5, 8.

Obok pokazujemy jak głosowali radni.

GŁOSOWANIE NR 17	
Stan osobowy – 18 radnych	
Ad pkt 14. Podjęcie uchwały w sprawie wyrażenia zgody na udzielenie bonifikaty od ceny nieruchomości sprzedawanej jako lokal mieszkalny, wraz z wnioskami zgłoszonymi przez Komisję Rozwoju Gospodarczego.	
Adamuszewski Marek	Za
Aleksandrowicz Zygmunt	Przeciw
Barański Arkadiusz	Za
Bidas Małgorzata	Za
Bluszcz Wojciech	Przeciw
Braulińska Alina	Za
Gzylewska Agnieszka	Przeciw
Kośmider Marcin	Przeciw
Kwiatkowski Andrzej	Za
Nowakowski Benedykt	Za
Piątkowska Ewa	Za
Piekarz Agnieszka	Za
Prusak Mariusz	Za
Przedpełski Grzegorz	Za
Tucholski Krzysztof	Przeciw
Uniewski Marcin	Przeciw
Ziółkowska Maria	Za
Żebrowska Marianna	Przeciw
ZA	10
PRZECIW	7
WSTRZYMAŁO SIĘ	1
NIE WZIĄŁ UDZIAŁU W GŁOSOWANIU	0
NIE ZGŁOSIŁ/A UDZIAŁU W GŁOSOWANIU	Małgorzata Adamska-Jasińska, Henryk Zienkiewicz,
NIEOBECNY PODCZAS SESJI	Pawłowska Barbara
Rada podjęła uchwałę nr XLII/339/2017 w sprawie wyrażenia zgody na udzielenie bonifikaty od ceny nieruchomości sprzedawanej jako lokal mieszkalny.	



Miasto przekaże 80 tysięcy złotych szpitalowi

Z budżetu miasta na rok 2017 80 tys. zł trafi na konto płońskiego SPZZOZ na sfinansowanie zakupu sprzętu i aparatury medycznej.

Strajk w gimnazjach

W piątek, 31 marca w Płońsku strajkowały oba gimnazja. Choć, jak informuje prezes płońskiego ZNP Maria Trębska w piśmie do burmistrza, w referendum przeprowadzonym w miejskich placówkach, zdecydowana większość pracowników opowiedziała się za strajkiem.

- W placówkach oświatowych prowadzonych przez Miasto Płońsk – pisze Maria Trębska – referendum wyszło następująco:
- Przedszkole nr 1 w Płońsku – za strajkiem 60 % – nie strajkowali,
- Przedszkole nr 2 w Płońsku – za strajkiem 72,7% – nie strajkowali,
- w Przedszkolach nr 3, 4 i 5 referendum nie było rozstrzygnięte.
- w Szkole Podstawowej nr 2 – za strajkiem opowiedziało się 76,5 % (nie wzięli udziału w strajku – przyczyny nieznane – domyślne),
- w Gimnazjum nr 1 – za strajkiem 71,1%,
- w Gimnazjum nr 2 – za strajkiem 90,6%,

Do strajku przystąpiły dwie placówki, tj. Gimnazjum nr 1 i Gimnazjum nr 2 w Płońsku.

Maria Trębska informuje również, że w referendum nie wzięli udziału

nauczyciele i pracownicy Szkoły Podstawowej nr 3, „ponieważ brakiem porozumienia bądź rozbieżności i nieprzystąpieniem do I etapu sporu zbiorowego dyrektor tejże szkoły zamknął pracownikom możliwość wypowiedzenia się w referendum strajkowym za bądź przeciw strajkowi”.

Pismo Marii Trębskiej dostępne na stronie: www.plonsk.pl



Bezpłatne zajęcia Nordic Walking

W poniedziałek, 3 kwietnia na stadionie miejskim odbyły się pierwsze zajęcia z nordick walking .

Zajęcia odbywać się będą w każdy poniedziałek o godzinie 17.00. Trwały będą do końca czerwca bieżącego roku.

Instruktorem jest wielokrotny mistrz Polski Nordic Walking, brązowy medalista Mistrzostw Świata – Krzysztof Człapski.

Koniec z błotnistymi drogami!

Ponad 40 ulic gruntowych na osiedlach zostanie utwardzonych, a kilkanaście dróg – wybudowanych. Powstanie też nowe oświetlenie.

Utwardzone zostaną następujące ulice:

Lp.	nazwa ulicy	długość w m
1	Aksamitna	260
2	Astronomów	162
3	Baśniowa	140
4	Błękitna	135
5	Brzoskwiniowa	257
6	Chabrowa	203
7	Cicha	517
8	Czereśniowa	285
9	Czerwińska	232
10	Dalii	72
11	Działkowa	321
12	Fiołkowa	60
13	Galileusza	330
14	Główna	460
15	Heveliusza	84
16	Hortensji	67
17	Jaśminowa	155
18	Jodłowa	100
19	Kmicica	275
20	Konwalii	150
21	Krótką	154
22	Łąkowa	124
23	Malinowa	136
24	Miła	382
25	Moniuszki	166
26	Peonii	58
27	Pogodna	320
28	Południowa	171
29	Sadowa	290
30	Siemovita IV	367
31	Stokrotki	91
32	Szarotki	83
33	Tarasowa	73
34	Tęczowa	441
35	Toruńska	420
36	Towarowa	100
37	Truskawkowa	478
38	Tulipanowa	501
39	Wiejska dz. nr 39/15	111
40	Wiśniowa	83
41	Zatorze - osiedle	178
42	inne (nie wymienione powyżej)	500
RAZEM		9 492



Wybudowane zostaną ulice i oświetlenie:

LP.	NAZWA ULICY	ISTNIEJĄCA DOKUMENTACJA PROJEKTOWA (DŁ. W METRACH)	DOKUMENTACJA PROJEKTOWA W OPRACOWANIU	DOKUMENTACJA NA BUDOWĘ OŚWIETLENIA
1	Azalii	448		✓
2	Biedronki		177	
3	40-Lecia	247		
4	Fiołkowa	118		✓
5	Fiołkowa			✓
6	Gruszowa		151	
7	Handłowa		310	
8	Korczaka	171		
9	Krańcowa		865	
10	Miła			✓
11	Piaskowa		1209	
12	Postępu Rolniczego		141	
13	Szczęśliwa		179	
14	Targowa	398		
15	Truskawkowa			✓
16	Tulipanowa			✓
17	oś. Zatorze			✓
18	Magnolii (cd.)	70		
RAZEM		1 452,00	3 032,00	

Investycje drogowe zostaną sfinansowane z obligacji o wartości 10 mln zł, które wyemituje miasto. Taką decyzję w czwartek, 6 kwietnia podjęła większość Rady Miejskiej. **Zobacz, jak głosowali radni:**

GŁOSOWANIE NR 4	
Stan osobowy – 20 radnych	
Ad pkt 4. Podjęcie uchwały w sprawie emisji obligacji oraz zasad ich zbywania, nabywania i wykupu.	
Adamska-Jasińska Małgorzata	Za
Adamuszczyński Marek	Za
Aleksandrowicz Zygmunt	Przeciw
Barański Arkadiusz	Za
Bidas Małgorzata	Za
Bluszcz Wojciech	Przeciw
Braulińska Alina	Za
Gzylewska Agnieszka	Przeciw
Kośmider Marcin	Przeciw
Kwiatkowski Andrzej	Za
Nowakowski Benedykt	Za
Piątkowska Ewa	Za
Piekarz Agnieszka	Za
Prusak Mariusz	Za
Przedpełski Grzegorz	Za
Tucholski Krzysztof	Przeciw
Uniewski Marcin	Przeciw
Zienkiewicz Henryk	Za
Ziółkowska Maria	Za
Żebrowska Marianna	Przeciw
ZA	13
PRZECIW	7
WSTRZYMAŁO SIĘ	0
NIE WZIAŁ UDZIAŁU W GŁOSOWANIU	0
NIE ZGŁOSIŁ/A UDZIAŁU W GŁOSOWANIU	—
NIEOBECNY PODCZAS SESJI	Pawłowska Barbara
Podjęto uchwałę nr XLIII/348/2017 Rady Miejskiej w Płońsku w sprawie emisji obligacji oraz zasad ich zbywania, nabywania i wykupu.	

Andrzej Pietrasik, burmistrz Płońska komentuje:

– Od wielu lat staramy się kompleksowo rozwiązywać ważne dla życia naszego miasta problemy. Tak było z kanalizacją sanitarną, przebudową oczyszczalni ścieków, budową stacji uzdatniania wody, modernizacją i zamianą ciepłowni w elektrociepłownię, budową hali sportowej czy domu kultury... Takich przykładów można wymienić wiele. Przez ostatnich kilkanaście lat mieliśmy problem z infrastrukturą drogową na osiedlach. Mieszkańcy zabiegają w sposób szczególny o utwardzenie dróg. Staramy się słuchać tego, o co proszą płońszczanie. Dlatego zdecydowałem się wystąpić do Rady Miejskiej z programem opracowanym już kilka lat temu – Płońskim Programem Budowy Dróg Lokalnych o nadrobienie zaległości w zakresie budowy infrastruktury drogowej, oświetlenia ulicznego, kanalizacji, a przede wszystkim – utwardzenia ulic.

Nieutwardzonych ulic osiedlowych w Płońsku jest około 40 o łącznej długości blisko 10 km. Nie mieszka przy nich duża liczba płońszczan, ale są to mieszkańcy, którzy za własne pieniądze wybudowali dla siebie domy, do których miasto nie dokładało żadnych środków. W związku z tym wystąpiłem do Rady Miejskiej z propozycją emisji obligacji na kwotę 10 mln zł. I z tych środków zewnętrznych, a jest to najtańszy sposób, w jaki możemy w tej chwili pozyskać środki finansowe, chcemy wybudować kilkanaście ulic i utwardzić kilkadziesiąt. Chcemy ten program zrealizować szybko. Rozpocząć prace w roku 2017 i zakończyć w 2018. Zakładamy, że jeśli gdzieś powstaną problemy natury prawnej, to być może pewien niewielki zakres prac przesunie się na rok 2019. Inwestycja w sposób rewolucyjny poprawi warunki życia mieszkańców wielu ulic w Płońsku.

Dlaczego jest to możliwe teraz? Rok temu spłaciłmy pożyczkę za tzw. wielką kanalizację (15 mln zł), w przyszłym roku kończy się poręczenie miasta dla PEC na zamianę ciepłowni w elektrociepłownię (prawie 18 mln zł). Ważnym argumentem jest również fakt, że co roku wydajemy około 250 tys. zł na renowację dróg gruntowych. Po tym zabiegu ta kwota zdecydowanie zmaleje, a oszczędności będzie można przeznaczyć na spłatę obligacji. Liczę również na to, że spółka miejska Zarząd Dróg i Mostów, która podjęła się tego zadania, wykona je sprawnie.

Janusz Chłopik

– prezes Zarządu Dróg i Mostów o technologii:

– Powierzchniowe utrwalenie dróg ma na celu zabezpieczenie istniejącej podbudowy, która znajduje się na terenie osiedli. Planujemy wykonać nasze zadanie w technologii trójwarstwowego utrwalenia powierzchniowego, czyli potrójnego rozsypania grysów z emulsją modyfikowaną, co ma na celu zabezpieczenie tych dróg przed dalszą degradacją, np. w okresie jesienno-zimowym (dziury, wyrwy, niedogodności dla mieszkańców, utrudnienia jeśli chodzi o przejazd takimi ulicami), a w okresie letnim – kurz. Co ważne będą też utwardzane zjazdy do posesji.



Rozwód – jak pomóc dziecku

Rozwód jest zjawiskiem bardzo powszechnym. Jednak jest też sytuacją trudną dla małżonków i ich dzieci. Pojawia się wiele wątpliwości, pytań, emocji.

Rozwód jest szczególnie bolesną sytuacją dla dzieci. Sposób przystosowania do niej zależy od wielu czynników, najważniejsze z nich to sposób w jaki rozwód przebiega, umiejętności komunikacyjne rodziców oraz wiek dziecka.

To rodzice są osobami, które najlepiej mogą pomóc swoim dzieciom przejść przez rozwód i zmiany jakie za sobą pociąga. Dezorganizacja życia dziecka jest dla niego z pewnością czymś negatywnym, ale nie zawsze musi działać niszcząco. Dlatego warto, by rozwodzący się rodzice poświęcili czas na zdobycie wiedzy, jak konstruktywnie przejść z rodziną, a szczególnie z dziećmi, przez ten kryzys.

W zależności od wieku i możliwości rozwojowych, dzieci reagują na rozstanie rodziców w nieco inny sposób.

Dziecko do 5 rż. nie potrafi jeszcze zrozumieć prawdziwych przyczyn rozwodu. Dlatego winę za odejście rodzica bierze na siebie, uzasadniając to np. swoim niegrzecznym zachowaniem. Gdy rodzice zajęci są rozwodem, czuje się opuszczone. Przeżywa niepewność o swój los, lęk, co skutkuje problemami ze snem czy nawet cofnięciem się do wcześniejszych etapów rozwoju – dziecko może zacząć moczyć lub zanieczyszczać się, ssać kciuk, czy nadmiernie przytulać się. Dzieci w wieku wczesnoszkolnym na rozwód rodziców reagują najczęściej przytłaczającym smutkiem oraz tęsknotą za rodzicem, który z nimi nie mieszka. W głębi duszy liczą

na to, że rodzice będą jeszcze razem i wszystko będzie jak dawniej. Może pojawić się lęk przed utratą drugiego rodzica. Czasem dziecko doświadcza konfliktu lojalności, wydaje mu się, że musi stanąć po stronie któregoś z rodziców. Takie wewnętrzne rozdarcie działa niszcząco na psychikę dziecka i utrudnia mu przystosowanie się do sytuacji. Dziecko w wieku 9-12 lat w sytuacji rozwodowej często odczuwa silną złość do rodzica, którego uważa za winnego rozpadu rodziny. Wtedy może go odrzucać i odmawiać kontaktu z nim. Głęboko pod tą złością kryje się jednak żal, bezradność i poczucie ogromnej straty. Dziecko w tym wieku może wstydić się przed innymi tego, co dzieje się w jego rodzinie. Uczucia złości i wstydu rozładowuje poprzez zachowania agresywne wobec rówieśników, ale też nauczycieli i innych dorosłych osób. Rozwód może zmniejszyć wiarę i pewność siebie dziecka, co negatywnie przełoży się na wyniki w szkole. Dodatkowo nierzadko pojawia się somatyzacja stanu psychicznego w postaci dolegliwości, np. bólów głowy czy brzucha. Dziecko w wieku dojrzewania dobrze rozumie już czym jest rozwód. Bywa jednak bardziej skryte w swoich emocjach. Nierzadko wycofuje się znacznie z kontaktu z jednym lub obojgiem rodziców, nie chce o tym rozmawiać, staje się nieufne wobec dorosłych. Czasem bierze na siebie ciężar emocjonalnego wspierania rodzica lub zajmowania się młodszym rodzeństwem, co jest dla niego ogromnie obciążające. Utrzymujący się stres związany z kryzysem w jego rodzinie przyczynia się do chronicznego zmęczenia i trudności w skupianiu uwagi, co negatywnie wpływa na naukę w szkole. Czasem nastolatki rozwodzących się rodziców oczekują, że ci wynagrodzą im straty związane z rozwodem, np. materialnie.



W sytuacji rozwodu oboje małżonkowie przeżywają wiele dylematów i trudnych emocji. Dlatego tak łatwo jest wówczas przeoczyć perspektywę dzieci. Nie znajduje się wystarczająco dużo czasu, uważności a czasem odwagi, by zastanowić się czego doświadcza w tej sytuacji dziecko. A w psychice dziecka pojawia się szereg lęków, które wymagają uspokojenia i dziesiątki pytań do wyjaśnienia.

Co zatem możesz zrobić, żeby pomóc jak najlepiej swojemu dziecku znieść wasze rozstanie? Oto lista najważniejszych działań.

1. Unikaj sporów sądowych o dziecko.
2. Odłóż na bok urazy, gdy rozmawiasz z byłym małżonkiem o dziecku.
3. Nie kłóć się z byłym małżonkiem w obecności dziecka.
4. Nie rozmawiaj z byłym małżonkiem za pośrednictwem dziecka, nie posługuj się nim, żeby coś uzyskać, nie wypytuj o sytuację osobistą drugiego rodzica.
5. Nie rób z dziecka swojego sojusznika w walce z byłym małżonkiem.
6. Nie mów dziecku czego ma nie mówić, nie każ mu trzymać przed drugim rodzicem tajemnic.
7. Nie mów źle o drugim rodzicu przy dziecku.
8. Włączaj drugiego rodzica w wychowanie dziecka. Zapraszaj go na uroczystości dziecka i na ważne wydarzenia. Przypominaj dziecku o świętach drugiego rodzica.
9. Dbaj o regularne i przewidywalne spotkania z drugim rodzicem. Patrz też jednak przychylnie na aktywności drugiego rodzica z dzieckiem, które nie zostały wcześniej ustalone formalnie.
10. Regularnie płac na rzecz dziecka.
11. Nie łudź dziecka możliwością powrotu, że kiedyś może znów rodzice będą razem.
12. Pogódź się z tym, że twoje dziecko jest podobne do byłego małżonka, nie rób nieprzychylnych porównań i komentarzy na ten temat.
13. Staraj się podtrzymać kontakty dziecka z dalszą rodziną.
14. Rozważnie i taktownie wprowadzaj swoich nowych partnerów do życia dziecka.

Jeśli potrzebujesz w tym zakresie pomocy, masz pytania, wątpliwości, chcesz porozmawiać, możesz skontaktować się ze specjalistami w Punkcie Profilaktyki i Pomocy Rodzinie przy ul. Św. M. Kolbe 9, Tel. 23/661 38 80. Więcej informacji uzyskasz także na stronie www.rozwodpoczekaj.org.pl

Artykuł powstał na podstawie poradnika dla rodziców „Dziecko w rozwodzie” wydanego przez Centrum Mediacji Partners Polska. www.brpd.gov.pl

TRENING ASERTYWNOŚCI CZYLI JAK BYĆ NA TAK

Zapraszamy na warsztat psychologiczny o asertywności. Czy wiesz, że asertywność to nie tylko sztuka mówienia „nie”? To postawa wobec siebie i innych osób, która opiera się na szacunku, akceptacji i prawie do pełnego wyrażania siebie. Pomaga nam w budowaniu satysfakcjonujących relacji, z których czerpiemy radość i bliskość. Zdolność do zachowań asertywnych nie jest cechą wrodzoną. To umiejętność nabyta, jeśli jej nie posiadamy, możemy się jej nauczyć.

TREŚCI WARSZTATU:

- Jaką mam postawę wobec samego siebie? Czy jestem dla siebie ważny?
- Kim jestem? Jakie są moje wartości i czy udaje mi się żyć w zgodzie z nimi?
- Czego potrzebuję i czy inni o tym wiedzą?
- Pozwalam – nie pozwalam. Czyli o naszych psychologicznych granicach.
- Walczę o coś a nie z kimś. Dlaczego postawa wygrany – wygrany najbardziej się nam opłaca.
- Empatia czyli teraz cię rozumiem. Czy opinie, wartości i potrzeby innych liczą się w moim świecie?
- Proszę..., czyli co z tym proszeniem. Jak wyrażać prośby i nie czuć się zranionym odmową.
- Powiedzmy sobie prawdę, czyli pozytywnie o krytyce.
- Dlaczego potrzebujemy dobrych słów – o sztuce pochwał i komplementowania.

TERMIN WARSZTATU: maj – czerwiec 2017 r., czwartek, godz. 17.00 – 19.00, dokładne terminy zostaną ustalone po utworzeniu grupy

CZAS TRWANIA: 8 godzin (cztery 2-godzinne spotkania)

MIEJSCE: Punkt Profilaktyki Uzależnień i Pomocy Rodzinie, ul. Św. M. Kolbe 9

PROWADZĄCY: Iwona Wlazlak, psycholog, psychoterapeuta, pracownik PPUiPR

ZAPISY:

- osobiście w Punkcie Profilaktyki w godz. 8.00- 16.00
- telefonicznie pod numerem telefonu 23/661 38 80
- mailowo: ppuipr@plonsk.pl

**Zapisy trwają do 30 kwietnia 2017 r.
O przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.**

MAZOWIECKI INSTYTUT KULTURY

SWING club

NA MAZOWSZU



BYLE NIE O MIŁOŚCI

Wykonawcy:
Nula Stankiewicz /wokal/
Janusz Strobel /gitara klasyczna/
Andrzej Jagodziński /fortepian, akordeon/
Adam Ferch - prowadzenie koncertu

W programie piosenki **Agnieszki Osieckiej**.

25 kwietnia 2017, wtorek, 18:00
 Miejskie Centrum Kultury w Płońsku, ul. Płocka 50
 Sala widowiskowo-kinowa
 Wstęp wolny

Organizator: MAZOWIECKI INSTYTUT KULTURY
 Współorganizator: MIEJSKIE CENTRUM KULTURY PŁOŃSK
 Patron medialny: POLSKIE RADIO RDC Radio dla Ciebie

MIEJSKIE CENTRUM KULTURY PŁOŃSK

Wielka Wyprawa Pana Maluskiewicza
 sobota z teatrem dla dzieci



6 maja 2017, godz. 16
 sala widowiskowo-kinowa MCK w Płońsku

wytwórca: TEATR OBJAZDOWY DLA DZIECI O-RETY

Bilety - 10 zł sprzedawane w kasie MCK od środy do niedzieli w godz. 14.30 - 10.00
 początek sprzedaży od środy 12 kwietnia

CZY MYŚLELIŚCIE KIEDYKOLWIEK
 ABY ZABIĆ SWOJĄ MATKĘ?
 NAWET NIE PRÓBUJCIĘ...

TEATR SENSACJI

PIOTR SZWEDES REŻYSERIA: PIOTR POLKA
 WOJCIECH MALAJKATA

PÓŁ NA PÓŁ

JORDI SANCHEZ I PEP ANTON GOMEZ
 SCENOGRAFIA: WOJCIECH STEFANIAK PRZEKŁAD: RUBI BIRDEN

"DRAMAT PRZEBRANY ZA KOMEDIĘ"

PRAPREMIERA POLSKA

Gr Invest reklamo

16 maja (wtorek), godz. 19, sala widowiskowo-kinowa MCK, ul. Płocka 50

Spektakl „Pół na Pół” w reżyserii Wojciecha Malajkata w gwiazdorskiej obsadzie Piotra Szwedesa i Piotra Polka.

Błyskotliwe i zabawne dialogi, czarny humor i nieprzewidywalne zwroty akcji – tego nie można przepisać!

Bilety w cenie: parter – 65 zł, balkon – 55 zł. Sprzedaż w kasie MCK od środy do niedzieli w godz. 14.30-19, honorujemy kartę Rodzina 5+.

Początek sprzedaży od środy, 19 kwietnia.

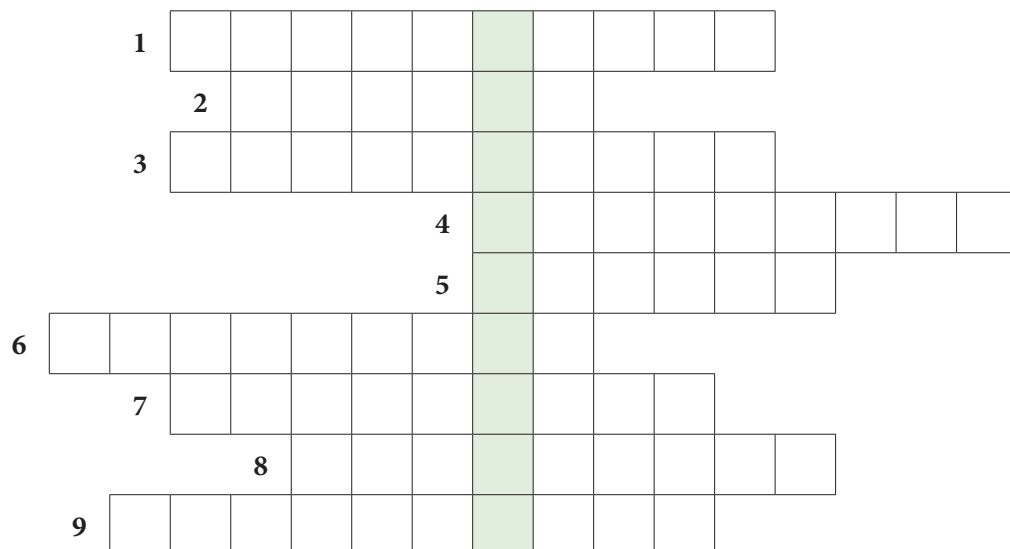
KINO Kalejdoskop

	Wszystko albo nic	T2: Trainspotting	Munio: Strażnik Księżycy	Zerwany kłos	Kong: Wyspa Czaszki	Zając Max ratuje Wielkanoc	Piękna i Bestia	Milczenie
1 IV - Sobota	16:00, 18:30	21:00	14:00					
2 IV - Niedziela	15:00, 17:30	20:00	13:00					
5 IV - Środa	16:00, 18:30	21:00						
6 IV - Czwartek	16:00, 18:30	21:00						
7 IV - Piątek			16:00	18:00	20:30 2D			
8 IV - Sobota			12:00		18:00 3D 20:30 2D			
9 IV - Niedziela			13:00	15:30	18:00 3D 20:30 2D			
12 IV - Środa			16:00	20:30	18:00 2D			
13 IV - Czwartek			16:00	18:00	20:30 2D			
14 IV - Piątek						15:30	17:15 2D DUBBING	20:00
17 IV - Poniedziałek						12:00	14:00 2D DUBBING 17:00 3D DUBBING	20:00
18 IV - Wtorek						12:00	14:00 2D DUBBING 17:00 2D NAPISY	20:00
19 IV - Środa						16:00	18:00 3D NAPISY	20:45
20 IV - Czwartek						16:00	18:00 2D DUBBING	20:45

Ceny biletów:
 2D - 16 zł NORMALNY / 14 zł ULGOWY
 3D - 18 zł NORMALNY / 16 zł ULGOWY / OKULARY 3D - 3 zł

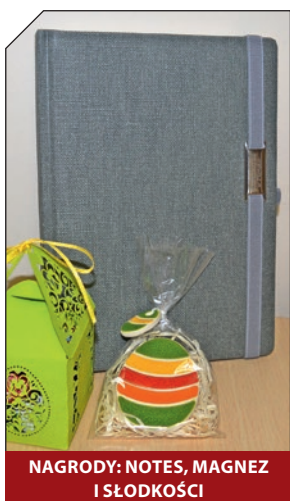
WIĘCEJ INFORMACJI NA PLAKATACH ORAZ
 WWW.MCKPŁONSK.PL
 FACEBOOK.COM/KINOKALEJDOSKOP

Kasa kina czynna na 1,5h przed pierwszym seansem aż do ostatniego seansu



1. Tłumy na (???)
2. Odbywają się w każdy poniedziałek na stadionie miejskim – zajęcia (???) Walking
3. Rozpoczęta w Przedszkolu nr 3 akcja „Bądźmy (???)”
4. Płoński Program Przebudowy Dróg (???)
5. Realizowany na terenie Płońska „Program Wymiany (???) Grzewczych”
6. Zamieszczany na 7 stronie Gazety Płońskiej – (???) kina
7. Zostaną ustawione w miejskich parkach w drugiej połowie kwietnia (???)
8. Historia (???) Miejskiego – cykl felietonów prezentowanych w Gazecie Płońskiej.
9. „Witamy małych (???) – projekt realizowany w mieście od listopada 2016 r.

Z LITER W ZAZNACZONYCH NA ZIELONO POLACH NALEŻY ODCZYTAĆ HASŁO. OSOBA, KTÓRA JAKO PIERWSZA **20 kwietnia 2017 r. o godz. 9:00** DODZWONI SIĘ DO REFERATU DS. PROMOCJI, KONSULTACJI I INICJATYW SPOŁECZNYCH URZĘDU MIEJSKIEGO I PODA ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWKI WYGRA UPOMINEK.
Numer telefonu 23 663 13 34



NAGRODY: NOTES, MAGNEZ I SŁODKOŚCI



LAUREATKA OSTATNIEJ KRZYŻÓWKI – PANI AGNIESZKA BORYGA ODBIERA NAGRODY.



Tłumy na targowisku

W niedzielę, 2 kwietnia Duże Targowisko odwiedziło około 7 tys. osób. Na parking rotacyjnie wjechało ponad 900 samochodów.

Dużym zainteresowaniem cieszyła się sprzedaż drzewek owocowych i ozdobnych, krzewów oraz kwiatów. Oblegane były również stoiska z meblami ogrodowymi.

Zapraszamy na miejskie targowisko.

Płoński przedsiębiorco – zainwestuj u NAS

Zainwestuj w Płońsku i skorzystaj z pomocy publicznej w postaci zwolnienia z podatku dochodowego. Czekają na Ciebie tereny stanowiące podstrefę Warmińsko-Mazurskiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej.

W ofercie trzy tereny inwestycyjne z przeznaczeniem m.in. pod usługi, handel, skład magazynów, a także produkcję o średnim wskaźniku zabudowy.

Szczegóły na stronie: www.plonsk.pl/invest in Płońsk

Zwolnienie z podatku dochodowego przysługuje z dwóch tytułów – z tytułu nowej inwestycji i z tytułu tworzenia nowych miejsc pracy. Przedsiębiorca ma pełną swobodę w wyborze tytułu, z którego chce korzystać.

Warunkiem udzielenia pomocy z tytułu nowej inwestycji jest udział środków własnych przedsiębiorcy w wysokości co najmniej 25 % całkowitych kosztów inwestycji. Minimalna wysokość inwestycji musi wynosić 100 tys.

Przy korzystaniu z pomocy publicznej z tytułu tworzenia nowych miejsc pracy podstawą naliczenia maksymalnej wysokości pomocy są dwuletnie koszty pracy nowo zatrudnionych pracowników.

Więcej na temat zwolnień z podatku dochodowego na stronie:

www.wmsse.com.pl/pomoc-publiczna

