



BEZPŁATNA

GAZETA Płońska

BIULETYN INFORMACYJNY URZĘDU MIEJSKIEGO W PŁOŃSKU

MARZEC NR 02/2026 R.



Czas na
Rutki

/str. 10



/str. 4

Z okazji Świąt Wielkanocnych
z serca płynące życzenia spokoju, nadziei, zdrowia
oraz wszelkiej pomysłowości

składają
w imieniu Samorządu Miasta Płońska

Arkadiusz Barański

Arkadiusz Barański
Przewodniczący Rady Miejskiej w Płońsku
wraz z Radnymi

Andrzej Pietrasik

Andrzej Pietrasik
Burmistrz
Miasta Płońska



Płońsk, Wielkanoc 2026 r.

Płońska Karta Mieszkańca

– korzyści dla mieszkańców i lokalnych przedsiębiorców

Urząd Miejski w Płońsku przypomina o programie Płońska Karta Mieszkańca – wyjątkowej inicjatywie, która przynosi realne korzyści zarówno mieszkańcom, jak i lokalnym przedsiębiorcom. To sposób na ułatwienie codziennego życia, zwiększenie dostępu do usług, a także wspieranie lokalnej gospodarki.

Dlaczego warto mieć Płońską Kartę Mieszkańca?

Posiadacze karty mogą korzystać z atrakcyjnych zniżek i benefitów w aż 22 partnerskich punktach – wśród nich znajdują się m.in. sklepy, punkty usługowe, obiekty sportowe oraz instytucje kultury. Lista partnerów stale się powiększa, a wachlarz korzyści obejmuje rabaty na zakupy, tańsze bilety czy specjalne oferty promocyjne.

Jak zdobyć kartę?

To bardzo proste. Wystarczy wejść na stronę internetową:

<https://karta.plonsk.pl>

i wypełnić formularz zgłoszeniowy. Po pozytywnej weryfikacji wniosku,

karta zostanie wydana i gotowa do użycia. Mogą ją otrzymać osoby rozliczające podatek dochodowy w Płońsku, ze wskazaniem w formularzu PIT adresu zamieszkania na terenie miasta Płońsk.

Zyskaj jako mieszkaniec – zyskaj jako przedsiębiorca

Zachęcamy wszystkich płońszczan do wyrobienia Płońskiej Karty Mieszkańca i czerpania z niej jak najwięcej. To nie tylko oszczędność, ale też wyraz lokalnej tożsamości i wsparcie dla regionalnych firm.

Zapraszamy także przedsiębiorców do włączenia się do programu jako partnerzy. To doskonała okazja do promowania swojej działalności wśród mieszkańców Płońska, zwiększenia widoczności marki i budowania trwałych relacji z klientami.

Więcej informacji, aktualna lista partnerów oraz formularze dostępne są na stronie:
<https://karta.plonsk.pl>

Drodzy Mieszkańcy Płońska,

Święta Zmartwychwstania Pańskiego są zakorzenione w naszej polskiej tradycji i obyczajach. Wielkanoc ma aspekt religijny i filozoficzny. To czas radości, przekonania o zwycięstwie dobra nad złem, prawdy nad kłamstwem i życia nad śmiercią.



Życzę, aby w Państwa domach zapanowała miłość, radość i życzliwość. Życzę też, żeby w tym hałaśliwym świecie znaleźli Państwo czas dla siebie i bliskich.

W Płońsku nie zwalniamy tempa. Realizujemy strategiczne dla Płońska inwestycje. Na trybunie płońskiego stadionu zamontowane zostały już siedziska. Rozpoczęliśmy też renaturyzację Rutek – kluczową inwestycję polegającą na odmuleniu zbiornika, wywiezieniu i zagospodarowaniu urobku, nasadzeniu roślinności wodnej na brzegach oraz likwidacji zasklepienia i zagospodarowaniu zielenią terenu od strony ulicy Popiełuszki.

Podpisałem też umowę na realizację projektu „By lepiej razem nam się żyło – etap I” i „By lepiej razem nam się żyło – etap II”, który dotyczy trzech kamienic – przy ul. Zduńskiej 2, Zduńskiej 4 i przy Placu 15 Sierpnia 5. To kolejny etap rewitalizacji najstarszej części naszego miasta.

Zawarliśmy umowę na opracowanie dokumentacji technicznej niezbędnej do budowy w przyszłości hali sportowej przy SP 4.

Pozyskujemy kolejne dofinansowania: 1,2 mln zł na remont nawierzchni ul. 1 Maja i chodników na ul. Wojska Polskiego, ponad milion złotych na ochronę i utrzymanie bioróżnorodności na terenie Płońska, i podobną kwotę na przebudowę i remont dawnych lokali użytkowych w budynku przy ul. Wolności 22.

Kolej dla Płońska i powiatu coraz bliżej. Nasze wspólne działania z samorządowcami z całego powiatu mają duże szanse zakończyć się sukcesem. PKP Intercity zapowiada połączenie na trasie: Gdynia – Tczew – Kwidzyn – Grudziądz – Brodnica – Sierpc – Płońsk – Warszawa.

O najnowszych działaniach Miasta Płońsk i realizowanych inwestycjach mogą Państwo przeczytać w niniejszym numerze „Gazety Płońskiej”, do czego serdecznie zachęcam!

Andrzej Pietrasik
BURMISTRZ PŁOŃSKA

Trzy kamienice



W poniedziałek, 16 marca Burmistrz Płońska podpisał umowę z firmą AMAT Sp. z o.o. z Warszawy na realizację zadań: „By lepiej razem nam się żyło – etap I” i „By lepiej razem nam się żyło – etap II”.

Wartość umowy brutto to 10 340 000 zł

Zadanie będzie realizowane w trybie „zaprojektuj i wybuduj”. Data zakończenia inwestycji: 30 października 2027 r. Zadanie dotyczy:

- remontu i przebudowy budynku mieszkalno-usługowego wraz z zagospodarowaniem terenu i rozbiórką budynków gospodarczych położonych przy ulicy Zduńskiej 2 w Płońsku, w ramach zadania pn. By lepiej razem nam się żyło – etap I;
- remontu i przebudowy budynku mieszkalno-usługowego wraz z zagospodarowaniem terenu i rozbiórką budynków gospodarczych położonych przy Placu 15-go Sierpnia 5 w Płońsku, w ramach zadania pn. By lepiej razem nam się żyło – etap I;
- remontu, przebudowy i rozbudowy budynku mieszkalnego wraz z zagospodarowaniem terenu i rozbiórką budynku gospodarczego na położonych przy ulicy Zduńskiej 4 w Płońsku, w ramach zadania pn. By lepiej razem nam się żyło – etap II.

do rewitalizacji



Przedmiot zamówienia realizowany z dofinansowaniem ze środków: Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027, Działanie: Rewitalizacja miast.

► BY LEPIEJ RAZEM NAM SIĘ ŻYŁO - ETAP I

2 kwietnia 2025 r. podpisano umowę o dofinansowanie projektu w ramach programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027, Priorytet IX Mazowsze bliższe obywatelom dzięki Funduszom Europejskim, Działanie 9.1 Rewitalizacja miast.

Wartość projektu – **7 863 764,44 zł**
Dofinansowanie projektu z Funduszy Europejskich – **4 999 999,75 zł**
Okres realizacji – **2024-2027**

► BY LEPIEJ RAZEM NAM SIĘ ŻYŁO – ETAP II

4 lipca 2025 r. podpisano umowę o dofinansowanie projektu w ramach programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027, Priorytet IX Mazowsze bliższe obywatelom dzięki Funduszom Europejskim, Działanie 9.1 Rewitalizacja miast.

Wartość projektu – **3 570 970,01 zł**
Dofinansowanie projektu z Funduszy Europejskich – **2 546 122,29 zł**
Okres realizacji – **2024-2027**



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

O czym szumią... topole na Rutkach

Wykwalifikowana dendrolog przeprowadza USG drzewom przy Rutkach. Ta bezinwazyjna metoda badania wnętrza pnia za pomocą fal dźwiękowych, pozwala wykryć ubytki, zgnilizny i zmierzyć gęstość drewna.

Badanie znane też jako tomografia soniczna, któremu poddane jest 18 drzew, zaowocuje dokładnymi zaleceniami do właściwej pielęgnacji. Nad przebiegiem prac czuwa miejska ogrodniczka.

Prace prowadzone są w ramach zadania „Renaturyzacja zbiornika i likwidacja zasklepienia wraz z zagospodarowaniem zieleni” będącego częścią „Dostosowania zielono-niebieskiej infrastruktury w Płocku do zmian klimatu” dofinansowanego z Funduszy Europejskich na Infrastrukturę, Klimat i Środowisko.

O inwestycji na Rutkach piszemy także na stronie 10.

Wartość projektu – 13 461 787,39 zł

Dofinansowanie projektu z Funduszy Europejskich – 10 730 390,75 zł

Okres realizacji – 2024-2027



**Fundusze Europejskie
na Infrastrukturę,
Klimat, Środowisko**



**Rzeczpospolita
Polska**

**Dofinansowane przez
Unię Europejską**



Podczas sesji 19 marca radni podjęli uchwałę w sprawie podjęcia działań zmierzających do przekazania spółce SIM terenów w rejonie ul. Zielonej i Wiejskiej, na których wybudowany ma zostać trzeci w Płocku blok Społecznej Inicjatywy Mieszkaniowej.

Pierwszy blok z 40 mieszkaniami zlokalizowany przy ul. Padlewskiego został oddany do użytku rok temu. W trzecim kwartale 2026 roku planowane jest rozpoczęcie budowy drugiego bloku przy ul. Bursztynowej, w którym zamieszka 48 rodzin.

W trzecim bloku – w rejonie Zielonej i Wiejskiej – planuje się 40 lokali.

– Ponieważ zgłosiło się bardzo dużo chętnych przystąpiliśmy do realizacji procesu inwestycyjnego na trzeci blok. Jeżeli ten trend i finansowanie ze strony rządu się utrzymają, będziemy budować kolejne. Mamy niezbędne tereny, na których takie osiedla mogłyby powstać – mówi Burmistrz Płocka Andrzej Pietrasik.



Wizyta dzieci z kolonii w Goszczycach w ambasadzie Ukrainy

We wtorek, 17 marca ambasadę Ukrainy w Polsce odwiedziły dzieci z obwodu połtawskiego, które wypoczywają w Płońsku. Wśród nich dzieci weteranów ukraińskich.

W spotkaniu z dyplomatami ukraińskimi - na czele z Chargé d'affaires Ambasady Ukrainy Romanem Szepelakiem wzięli udział burmistrz Andrzej Pietrasik oraz Sławomir Jarosławski ze Stowarzyszenia Idziemy na Spacer.

Podczas wizyty w ambasadzie uczczono minutą ciszy poległych obrońców Ukrainy.

Dzieci miały również okazję do zadawania pytań. W sposób szczególny interesowała je specyfika pracy dyplomatów.

Dzieci z obwodu połtawskiego przebywają w Płońsku od 11 marca. W programie ich pobytu są m.in. wycieczki do Warszawy, Olsztyna i Torunia, planetarium i obserwatorium astronomicznego w Płońsku, Domu Pamięci i Muzeum Ziemi Płońskiej, wyjścia na basen, zajęcia animacyjne i zajęcia sportowo-rekreacyjne.

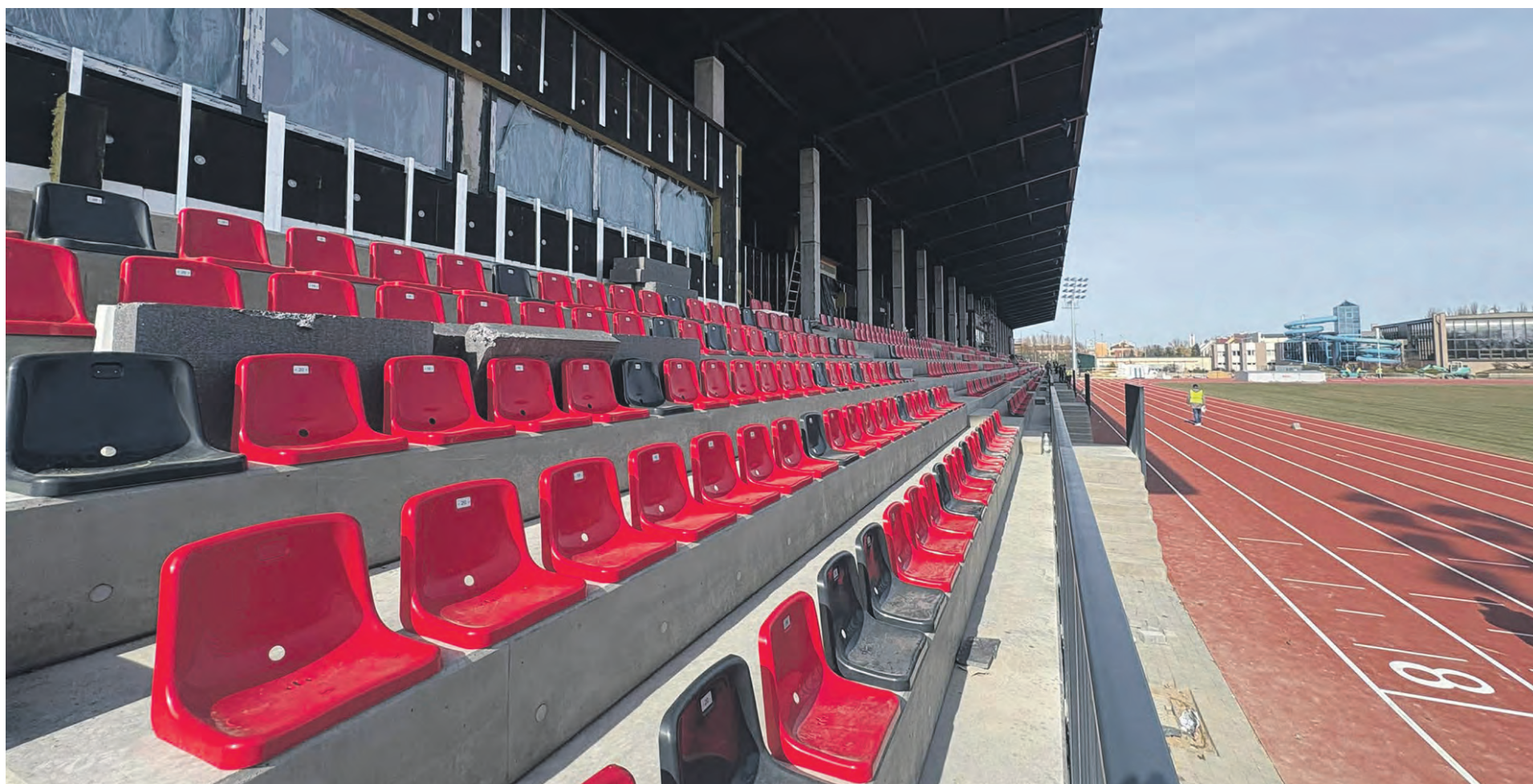
W 2025 r. - współpracujące ze sobą Gmina Miasto Płońsk, Stowarzyszenie „Idziemy na Spacer”, a także Fundacja Siepomaga - zorganizowały 3 turnusy, każdy z nich dla 45 dzieci i 5 opiekunów. W każdej grupie było 5 dzieci żołnierzy Służby Granicznej. Miesiąc temu gościliśmy dzieci z obwodu charkowskiego.

Podziękowania za organizację wypoczynku dla Gminy Miasto Płońsk, Stowarzyszenia Idziemy na Spacer oraz Fundacji Siepomaga złożył na ręce Burmistrza Płońska Chargé d'Affaires Ambasady Ukrainy Roman Szepelak.



- Dzieci dzielą się z nami swoimi wrażeniami i emocjami, opisują, jak funkcjonują w czasie wojny, czy mogą się uczyć i chodzić do szkoły. Są to bardzo wzruszające momenty. Widać, że dobrostan dzieci poprawia się po kilkunastu dniach spędzonych w Płońsku, zaczynają się uśmiechać, są radosne... Cieszę się, że możemy pomóc choć tyle, żeby dzieci mogły odpocząć psychicznie od alarmów i wojny - komentuje burmistrz Płońska.





Stadion w budowie

Trwają prace związane z montażem siedzisk na stadionie miejskim w Płońsku. Na trybunie głównej powstanie łącznie 950 miejsc dla kibiców, co stanowi kolejny etap realizacji tej ważnej dla miasta inwestycji.

Przypomnijmy, że projekt pn. „Budowa stadionu miejskiego w Płońsku” uzyskał dofinansowanie z Rządowego Funduszu Inwestycji Strategicznych Polski Ład w wysokości 29 992 511,25 zł oraz z Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej w ramach Programu inwestycji o szczególnym znaczeniu dla sportu – 11 953 100,00 zł.

Całkowita wartość inwestycji wynosi 47 655 411,00 zł.



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



POLSKI
ŁAD

Przy ul. Wolności powstanie 6 nowych mieszkań komunalnych

Gmina Miasto Płońsk pozyskała ponad milion złotych z rządowego Funduszu Dopłat na przebudowę i remont dawnych lokali użytkowych w budynku przy ul. Wolności 22. Powstanie tam sześć lokali, które wejdą w skład gminnego zasobu mieszkaniowego. Na potrzeby przyszłych lokatorów wybudowane zostaną również miejsca parkingowe.

Całkowity koszt tej metamorfozy to 1 848 591,95 zł. Rządowy program wsparcia budownictwa mieszkaniowego obsługiwany przez Bank Gospodarstwa Krajowego to bezzwrotne wsparcie finansowe, które ma na celu zwiększenie zasobu lokali mieszkalnych oraz lokali i pomieszczeń z zakresu pomocy społecznej, służących zaspokajaniu potrzeb osób o niskich i przeciętnych dochodach. Miasto ze swojego budżetu przeznaczy na ten cel 781 373,55 zł.



To kolejny przykład na to, że płoński samorząd sprawnie sięga po fundusze zewnętrzne w celu zaspokojenia potrzeb mieszkaniowych swoich mieszkańców. Wniosek o dopłatę do budowy drugiego bloku z mieszkaniami na tani wynajem u zbiegu ul. Żołnierzy Wyklętych i Bursztynowej, jak i pozwolenie na budowę są już procedowane.

O postępach w remoncie lokali przy ul. Wolności 22 będziemy Państwa na bieżąco informować.



Kolej połączy Płońsk z resztą Polski

"Portal Kolejowy" informuje, że od 2026 PKP Intercity zacznie rozwijać program "Kolej lokalnych społeczności". Dzięki niemu pociągi dojadą do nowych miejscowości, w tym do Miasta Płońsk.

Na nowych trasach pasażerów mają przewozić dwunapędowe - elektryczno-spalinowe pociągi.

Nasze miasto znalazło się na trasie Gdynia - Tczew - Kwidzyn - Grudziądz - Brodnica - Sierpc - Płońsk - Warszawa.

- Nasze wspólne działania z samorządowcami z całego powiatu mają duże szanse zakończyć się sukcesem. PKP Intercity zapowiada połączenie na trasie: Gdynia - Tczew - Kwidzyn - Grudziądz - Brodnica - Sierpc - Płońsk - Warszawa. Kolej dla Płońska i powiatu coraz bliżej - komentuje Burmistrz Andrzej Pietrasik.

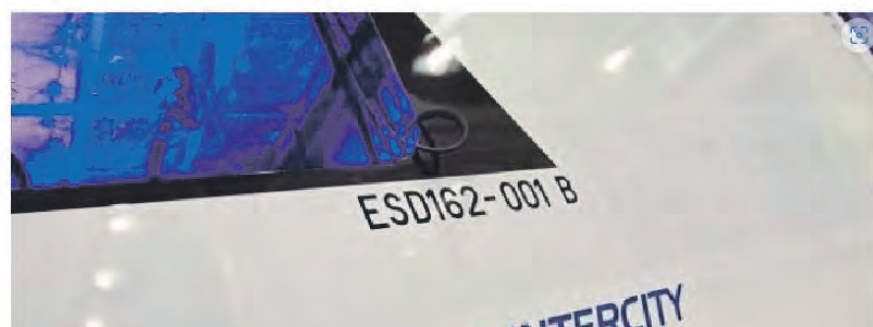


PRZEWÓZY PASAŻERSKIE PRZEWÓZY TOWAROWE INFRASTRUKTURA BIZNES PO GODZINACH BEZPIEC

Kolejowy Portal > Przewozy pasażerskie > Dwunapędowe pojazdy PKP Intercity pozwolą dotrzeć do mniejszych miejscowości

Dwunapędowe pojazdy PKP Intercity pozwolą dotrzeć do mniejszych miejscowości

18 lutego 2026 Autor: Kolejowy Portal





Czas na Rutki

Wykonawca zadania „Renaturyzacja zbiornika i likwidacja zasklepienia wraz z zagospodarowaniem zieleni” w ramach „Dostosowania zielono-niebieskiej infrastruktury w Płońsku do zmian klimatu” dofinansowanego z Funduszy Europejskich na Infrastrukturę, Klimat i Środowisko przystępuje do prac.

Spacerowiczów prosimy o stosowanie się do oznakowania i wzmożoną ostrożność, a także o wyrozumiałość związaną z brakiem dostępu do bezpośredniego sąsiedztwa zbiornika wodnego. Zgodnie z umową prace powinny potrwać do końca września przyszłego roku.

Plan prac powstawał w porozumieniu z PZW.

Wartość inwestycji polegającej na odmuleniu zbiornika, wywiezieniu i zagospodarowaniu urobku, nasadzeniu roślinności wodnej na brzegach oraz likwidacji zasklepienia i zagospodarowaniu zielenią terenu od strony ulicy Popiełuszki to 8,2 mln zł.

O postępach prac będziemy Państwa informować na naszym profilu na FB i stronie internetowej.

► DOSTOSOWANIE ZIELONO-NIEBIESKIEJ INFRASTRUKTURY W PŁOŃSKU DO ZMIAN KLIMATU

25 września 2025 r. podpisano umowę o dofinansowanie projektu w ramach programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat i Środowisko 2021-2027, priorytet FENX.02 Wsparcie sektorów energetyka i środowisko z EFRR, działanie FENX.02.04 Adaptacja do zmian klimatu, zapobieganie klęskom i katastrofom, Typ projektu: Wsparcie zrównoważonych systemów gospodarowania wodami opadowymi z udziałem zieleni/zielono-niebieskiej infrastruktury/rozwiązań opartych na przyrodzie.

Wartość projektu – 13 461 787,39 zł

Dofinansowanie projektu z Funduszy Europejskich – 10 730 390,75 zł

Okres realizacji – 2024-2027



Fundusze Europejskie
na Infrastrukturę,
Klimat, Środowisko



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską





Przybędzie 2 800 nowych roślin, powstanie nowa łąka kwietna

Projekt Gminy Miasto Płońsk pn. „Ochrona różnorodności biologicznej na terenie miasta Płońska” znalazł się liście projektów przeznaczonych do dofinansowania w ramach Działania 2.7 Bioróżnorodność, Fundusze Europejskie dla Mazowsza na lata 2021-2027.

Projekt zakłada ochronę i utrzymanie bioróżnorodności na terenie Płońska. Realizowany będzie w kilku lokalizacjach:

- Park Poświętne – wykonanie nasadzeń roślinnością rodzimą oraz czyszczenie stawu, aby odtworzyć jego funkcje i właściwości biologiczne
- Rutki – pielęgnacja dorosłego drzewostanu (topole) oraz wykonanie nasadzeń roślinnością rodzimą;
- Park 120-lecia Banku Spółdzielczego – utworzenie łąki kwietnej (13 250 m²) oraz posadowienie leżaków;
- Zagospodarowanie ronda im. Wspólnoty Europejskiej – rekultywacja (wymiana gruntu) wraz z nasadzeniami roślinnością rodzimą
- Usunięcie barszczu Sosnowskiego z terenu miasta (w 3 lokalizacjach, m. in. w parku Poświętne).

Ponadto przeprowadzona zostanie kampania edukacyjno-informacyjna: warsztaty z zakładania łąk kwietnych czy sadzenia roślin rodzimych w tym drzew, utworzenie mini ogrodu botanicznego w szkole i spotkania z arborystą – specjalistą zajmującym się opieką nad drzewami.

W ramach projektu na terenie miasta pojawi się łącznie ponad 2 800 sztuk nowych roślin rodzimych i 7 leżaków. 14 dorosłych drzew przy Rutkach zostanie wypielęgnowanych, aby wzmocnić ich żywotność.

Wartość całkowita i kwalifikowalna: 1 258 323,04 zł

Wartość dofinansowania: 1 069 574,56 zł



Fundusze Europejskie
dla Mazowsza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Mazowsze.
serce Polski

Umowa na opracowanie dokumentacji budowy sali gimnastycznej przy SP4

W czwartek, 12 marca w formie elektronicznej Burmistrz Płońska Andrzej Pietrasik podpisał umowę z firmą G&G Projekt z Częstochowy na opracowanie dokumentacji technicznej w ramach zadania pn. „Budowa sali gimnastycznej przy Szkole Podstawowej nr 4 wraz z zagospodarowaniem terenu”.

Zakres przedmiotu zamówienia obejmuje wykonanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej wraz z uzyskaniem ostatecznej decyzji o pozwoleniu na budowę.

Dokumentacja techniczna to pierwszy krok, który w przyszłości może zaprocentować budową pełnowymiarowej hali sportowej, w której będzie można grać m.in. w: piłkę siatkową, koszykówkę, tenisa, piłkę ręczną, piłkę nożną czy unihokeja.



Dokumentacja będzie również dotyczyła m.in. szatni, toalet, natrysków, pokoju nauczycieli WF, pomieszczeń na sprzęt sportowo-gimnastyczny, a także zagospodarowania terenu wokół hali uwzględniającego m.in. bieżnię prostą,

skocznie do skoku w dal, wzwyż oraz rzutni do pchnięcia kulą.

Wartość umowy **228 700,00 zł brutto**.

Miejskie Centrum Kultury z dotacją

Minister Kultury i Dziedzictwa Narodowego przyznał Miejskiemu Centrum Kultury dotację w ramach programu „Infrastruktura domów kultury 2026”. Projekt pn. „Dziedzictwo i edukacja – zwiększenie potencjału edukacyjno-animacyjnego MCK w Płońsku” otrzymał dofinansowanie w wysokości 189 000 zł.

W ramach tego zadania sala wystawiennicza MCK zostanie wyposażona w nowoczesny sprzęt nagłośnieniowy, projektor multimedialny oraz sprzęt fotograficzny. W Muzeum Ziemi Płońskiej i Pracowni Dokumentacji Dziejów Miasta Płońska im. Mirosławy Krysiak powstanie nowa sala dydaktyczna na drugim piętrze budynku. Zakupiony zostanie sprzęt multimedialny, wystawienniczy, meble oraz niezbędne wyposażenie. Co ważne – pojawi się tam także schodolaz, dzięki któremu z oferty kulturalno-edukacyjnej będą mogły korzystać osoby z ograniczeniami ruchowymi.

Przed budynkiem przy Towarowej staną zewnętrzne ekspozytory wystawiennicze, które pozwolą organizować wystawy także w otwartej przestrzeni – kultura wyjdzie do mieszkańców! To kolejny krok w rozwoju płońskiej kultury i inwestycja w dostępność, edukację oraz nowoczesność.



_____ zaprasza na wystawę fotografii _____



The soul of the photo
PAWEŁ WUDARCZYK

otwarcie: **27 marca 2026 r. godz. 18.00**



Galeria FOTOGRAFII
Miejskie Centrum Kultury w Płońsku (I piętro)

Wystawa potrwa do 26 kwietnia 2026 r.



MAZOWIECKI INSTYTUT KULTURY

koncert
SWING CLUB
NA MAZOWSZU

**MAREK & JACEK
CRAZY RHYTHM
QUARTET**

Jacek Serczyk
gitara

Marek Piątek
gitara

Piotr Górka
kontrabas

Jakub Mietła
akordeon

Miejskie Centrum Kultury w Płońsku
ul. Płocka 50
Sala widowiskowo-kinowa

28.04.2026 (wt.)
godz. 18:00

organizator
MAZOWIECKI
INSTYTUT
KULTURY

zestawienie
programu
zaproszenia
reżyserskie
MAZOWIECKIEGO

MAZOWSZE.
MAZOWIECKIEGO

współorganizator
MIEJSKIE
CENTRUM
KULTURY PŁOCK

współfinansowane
SAMOŚCIEŁCEJ
W PŁOCKU
Gmina SPK

Bilety w cenie 20 zł
do nabycia w kasie MCK
lub na www.mckplonsk.pl



**MIEJSKIE
CENTRUM
KULTURY** PŁOŃSK

Profilaktyka uzależnień w płońskich szkołach i przedszkolach

Punkt Profilaktyki Uzależnień i Pomocy Rodzinie prowadzi szeroko zakrojone, kompleksowe działania z zakresu profilaktyki uzależnień skierowane do dzieci i młodzieży oraz ich rodziców. To spójny i przemyślany system wsparcia, który uwzględnia zarówno wiek odbiorców, jak i środowisko, w którym funkcjonują – od przedszkoli, przez szkoły podstawowe, po zajęcia pozalekcyjne. Szczególny nacisk kładziony jest na wysoką jakość realizowanych działań, ich systematyczność oraz dobór sprawdzonych, rekomendowanych programów.

Działania profilaktyczne w Płońsku rozpoczynają się już na poziomie przedszkoli, gdzie szczególną uwagę poświęca się profilaktyce uzależnień behawioralnych, w tym nadmiernemu korzystaniu z urządzeń cyfrowych. W marcu br. w ramach kampanii „Przedszkolak w cyberświecie – tylko pod nadzorem rodzica”, Punkt Profilaktyki przekazał do pięciu płońskich przedszkoli materiały edukacyjne wspierające rodziców i wychowawców w kształtowaniu bezpiecznych nawyków cyfrowych u najmłodszych. Inicjatywa ta stanowi odpowiedź na rosnącą skalę zjawiska. Z badań wiemy, że już kilkuletnie dzieci powszechnie korzystają z ekranów, często bez kontroli dorosłych. Dlatego tak ważne jest podejmowanie działań profilaktycznych już na etapie przedszkolnym. Nowe technologie mogą wspierać rozwój dziecka, jednak wymagają jasnych zasad, kontroli treści i ograniczeń czasowych. Dlatego bardzo istotne jest wczesne budowanie świadomości oraz wyznaczanie jasnych zasad korzystania z technologii.

W szkołach podstawowych realizowane są rekomendowane programy profilaktyczne, prowadzone przez przeszkolonych do ich realizacji nauczycieli. Odbývają się w formie cyklicznych spotkań, co pozwala na systematyczne wzmacnianie kompetencji psychospołecznych uczniów. W 2025 r. w rekomendowanych programach profilaktycznych wzięło udział około 1800 uczniów i 300 rodziców. W bieżącym roku przekazano już do szkół pierwszą transzę materiałów do realizacji programów dla 1087 uczniów. Uczniowie uczą się m.in. radzenia sobie z trudnymi emocjami, wzmacniają umiejętności potrzebne do budowania dobrych relacji, ćwiczą zachowania asertywne oraz uczą się podejmowania odpowiedzialnych decyzji. Programy zwiększają świadomość zagrożeń związanych z uzależnieniami. Ich ważnym elementem jest włączanie rodziców, co sprzyja budowaniu spójnego środowiska wychowawczego i wzmacnia efekty podejmowanych działań.



Istotnym uzupełnieniem oferty profilaktycznej w naszym mieście są pozalekcyjne zajęcia sportowe realizowane we współpracy z organizacjami pozarządowymi. W drodze konkursu ofert co roku powierzana jest realizacja zadań publicznych podmiotom, które łączą aktywność fizyczną z programem profilaktyki uzależnień. W 2025 r. w pozalekcyjnych zajęciach sportowych z programem z zakresu profilaktyki uzależnień uczestniczyło 307 dzieci, rozwijając swoje zainteresowania sportowe w różnych dyscyplinach, a jednocześnie ucząc się m.in. zdrowego stylu życia, zasad fair play oraz sposobów radzenia sobie z presją i trudnymi emocjami. Zajęcia nie tylko rozwijają pasję i zainteresowania sportowe, ale promują zdrowy styl życia. Taka forma działań jest szczególnie cenna, ponieważ w naturalny i atrakcyjny sposób wzmacnia czynniki chroniące przed uzależnieniami.

Tak szerokie i różnorodne działania pokazują, że profilaktyka uzależnień w naszym mieście jest traktowana priorytetowo. Realizowana jest w sposób odpowiedzialny, dostosowany do realnych potrzeb dzieci i młodzieży. To efekt dużego zaangażowania Punktu Profilaktyki Uzależnień i Pomocy Rodzinie, który nie tylko inicjuje i koordynuje działania, ale również dba o ich jakość i skuteczność. To przemyślany i długofalowy proces, wymagający współpracy i zaangażowania wielu środowisk. Stąd szczególne podziękowania kierowane są do dyrektorów szkół i przedszkoli, nauczycieli, wychowawców oraz partnerów społecznych, którzy rozumieją, że wspólne działania różnych środowisk to najlepsza inwestycja w zdrowie, bezpieczeństwo i przyszłość młodych mieszkańców naszego miasta.



fot. Football School Płońsk



PRIMA

**energiczna i wesółą ciągle
uśmiechniętą, uwielbia spacerować
i zabawy wodne**

ADOPTUJ PŁOŃSKIEGO PSIAKA

**ADOPCJA - TEL.
23 611 13 59**

ONE CZEKAJĄ NA DOM I DRUGĄ SZANSĘ

W Schronisku dla Bezdomnych Zwierząt w Pawłowie czekają na adopcję psy z terenu miasta Płońska. Każdy z nich ma inny charakter. Są wśród nich psy spokojne, łagodne, ale też energiczne i gotowe na długie spacerować. Wszystkie potrzebują jednak tego samego: odpowiedzialnego domu i bliskości człowieka.

Adopcja to szansa nie tylko dla psa, ale często także początek wyjątkowej relacji.

Dużym wsparciem dla zwierząt są wolontariusze z DogPawlove, którzy odwiedzają schronisko, wyprowadzają psy na spacer i dobrze poznają ich charakter. Dzięki temu łatwiej dopasować psa do przyszłego domu i zwiększyć jego szanse na adopcję.



POLAR

**kontaktowy, kocha ludzi,
idealny kompan długich,
pieszych wędrówek**



PEPKO

**doceni spokojny dom
na jesień życia**



PASTOR

**łagodny, spokojny, uwielbia mizianko
i drapanie, jest ogromnym łasuchem**



**zrównoważony, cierpliwy i ułożony
pies - bardzo lubi spokojne spacerować**

PLISAK



PRESTO

**łagodne usposobienie,
nieco nieśmiały, ładnie chodzi
na smyczy**



PREDO

**uroczy niskopodłogowiec
- bardzo łagodny miziak
i przytulak**



Zdjęcia psów pozyskane dzięki uprzejmości pracowników Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt w Pawłowie oraz współpracujących wolontariuszy DogPawlove





ROZLICZ PIT W PŁOŃSKU

Tu ci się opłaca!

**CZY WIESZ, ŻE 7 % TWOICH DOCHODÓW
WRACA POD ADRES ZAMIESZKANIA
PODANY W ZEZNANIU?**

TO TWOJA INWESTYCJA W:

- ✓ **REMONT DRÓG,
KTÓRYMI CODZIENNIE JEŹDZISZ**
- ✓ **WARUNKI W SZKOLE, DO KTÓREJ
UCZĘSZCZA TWOJE DZIECKO**
- ✓ **UTRZYMANIE TWOJEGO
ULUBIONEGO PARKU**

**... I WIELE INNYCH
WŁAŚNIE DLATEGO
TO CI SIĘ OPŁACA!
TWÓJ PODATEK =
ROZWÓJ TWOJEGO MIASTA**



**DZIĘKUJĘ,
ŻE WYBIERACIE
PAŃSTWO PŁOŃSK!
ANDRZEJ PIETRASIŁ**