

lokalny PRZEKRÓJ

z dostawą do domu

KOSTRZYN NAD ODRĄ SŁUBICE GÓRZYCA RZEPIN OŚNO LUBUSKIE CYBINKA



PRALNIA DYWANÓW

od 20 zł m²
czas realizacji 48h

KOSTRZYN NAD ODRĄ
OSIEDLE NAD WARTĄ 7
730 262 545

ALL IN

profesjonalne CZYSZCZENIE TAPICERKI I WYKŁADZIN DYWANOWYCH

- tapicerka meblowa
- tapicerka samochodowa
- tapicerka skórzana

www.pralniaallin.eu
730 090 097

PILNIE KUPIĘ

- ciągnik URSUS ZETOR MTZ lub inne
- przyczepę leśną samozaladowczą (Palms farma lub inne),
- ładownicę teleskopową
- rozsiewacz wapna RCW.

Może być do remontu
tel. 782 655 123
tel. 669 655 351

OGŁOSZENIA DROBNE

Profesjonalne układanie psów i szkolenie opiekunów
tel. 601 772 559

KUPIĘ MOTOCYKLE

SHL, WSK, WFM, Junak, Simson, MZ, Komar, Romet, Jawa, NSU oraz inne ...

tel. 726 085 110

PodEstetica
Centrum Zdrowia i Urody

ul. Jagiellońska 2c
Kostrzyn nad Odrą
500110809

- Pedicure medyczny
- Terapia pękających pięt
- Terapia wrastających paznokci
- Klamry na wrastające paznokcie
- Rekonstrukcja paznokci
- Terapia paznokci zmienionych chorobowo
- Terapia kurzajek (brodawek HPV)
- Usuwanie odcisków, modzeli, włókniaków
- Badania laboratoryjne (Grzybica, Nużeniec, Świerzb)

NOWOŚĆ!
Badanie wad stóp,
dobór i wykonanie wkładek do butów.
Dobór i sprzedaż obuwia medycznego.

PŁYTKI CERAMICZNE PROJEKTOWANIE ŁAZIENEK

STYL
ERAMIKA
SULĘCIN

www.stylceramika.pl
95 755 48 65

NOWO OTWARTY SKLEP

PIEKARNIA BOGDANIEC

UL. PIASTOWSKA 2A
KOSTRZYN NAD ODRĄ

PONIEDZIAŁEK - PIĄTEK 6:00-17:30 SOBOTA 6:00-14:00

your BEAUTY PLACE
KOSMETYKA PIELĘGNACYJNA & UPIĘKSZAJĄCA

ZESKANUJ KOD UMÓW SIĘ NA WIZYTY

Zapraszam,
Anna Ziemkiewicz-Dubicka

ZABIEGI KOSMETOLOGII PIELĘGNACYJNEJ, LECZNICZEJ I ESTETYCZNEJ:
- BEZINWAZYJNY LIFTING INNARI HTP
- INDYWIDUALNIE DOBRANE TERAPIE DLA RÓŻNYCH RODZAJÓW SKÓRY
- OCZYSZCZANIE TWARZY
- PEELINGI CHEMICZNE
- BIOSTYMULACJA
- MEZOTERAPIA

ZABIEGI MODELUJĄCE CIAŁO:
- LIPOSUKCJA KAWITACYJNA
- MASAŻ PRÓŻNIOWY

STYLIZACJA BRWI I RZĘS
DEPILACJA WOSKIEM

TRYCHOLOGIA:
- KONSULTACJA I BADANIE TRICHOSKOPEM
- TERAPIE SCHORZEŃ SKÓRY GŁOWY
- TERAPIE ŁYSIENIA

608 524 495 ulica Gorzowska 10
Kostrzyn nad Odrą

www.yourbeautyplace.booksy.com/a/

LEKARZ STOMATOLOG

Alicja Lichocka

ZAPRASZAM STAŁYCH I NOWYCH PACJENTÓW DO NOWEJ PLACÓWKI

PORADNIA STOMATOLOGICZNA
UL. ORŁA BIAŁEGO 9, KOSTRZYN NAD ODRĄ
REJESTRACJA 95 752 5565

PRZYPOMINAMY: WNIOSKI 800+ TYLKO ON-LINE

Wnioski o 800+ tylko przez internet!

Trwa nabór wniosków na nowy okres świadczeniowy w ramach programu Rodzina 800+. Aby uzyskać prawo do świadczenia, należy złożyć wniosek do ZUS. Możesz to zrobić wyłącznie drogą elektroniczną. Sprawdź - gdzie i jak.

Nowy okres świadczeniowy 800+

Nowy okres świadczeniowy w ramach programu Rodzina 800+ trwa od 1 czerwca 2024 r. do 31 maja 2025 roku. Wnioski można składać już od 1 lutego 2024 roku i warto zrobić to bez zwłoki. Jeśli złożysz wniosek do 30 kwietnia 2024 r., zachowasz ciągłość wypłaty świadczenia.

Przyjmowaniem wniosków, ich rozpatrywaniem oraz przyznawaniem i wypłatą świadczenia zajmuje się Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

Od 1 stycznia 2024 roku wysokość świadczenia wychowawczego wynosi 800 zł miesięcznie na każde dziecko do ukończenia przez nie 18 roku życia. Rodzice i opiekunowie mają 3 miesiące od urodzenia się dziecka na złożenie wniosku do ZUS, aby otrzymać świadczenie wychowawcze z wyrównaniem od dnia narodzin.

Prawo do świadczenia wychowawczego jest niezależne od dochodów rodziny, jest wolne od egzekucji i nie podlega opodatkowaniu.

Jak skutecznie złożyć wniosek?

Wnioski do ZUS możesz złożyć tylko przez internet za pośrednictwem jednego z kanałów:

- portal informacyjno-usługowy Emp@tia
- platformę PUE ZUS lub aplikację mZUS
- bankowość elektroniczną.

UWAGA !!!

Jeśli składasz wniosek przez portal informacyjno-usługowy Emp@tia lub platformę PUE ZUS (albo aplikację mZUS), możesz łatwo zalogować się profilem zaufanym.

Profil zaufany pozwala korzystać ze wszystkich dostępnych e-usług publicznych, czyli spraw urzędowych, które można załatwiać online, z dowolnego miejsca z dostępem do internetu. Złożysz dzięki niemu podanie, wniosek, odwołanie czy skargę bez potrzeby drukowania dokumentu, jego ręcznego podpisywania i wysyłania pocztą.

Usługi online – świadczenia na dzieci

Poza programem Rodzina 800+, możesz skorzystać z innych świadczeń na dzieci lub usług. Do wielu z nich, przyda się profil zaufany.

Programy, do których wnioski złożysz tylko przez internet:

Dobry Start

300 zł dla dziecka, które rozpoczyna nowy rok szkolny.

Rodzinny kapitał opiekuńczy

Jeśli twoje drugie lub kolejne dziecko ma od 12 do 35 miesięcy, możesz ubiegać się o rodzinny kapitał opiekuńczy. Możesz otrzymać w sumie 12 tys. zł – niezależnie od wysokości dochodu rodziny.

Warto pamiętać o e-usłudze **Zgłoś urodzenie dziecka**, dzięki której zaoszczędzisz czas na wizytę w urzędzie, zwłaszcza w tak trudnym okresie, tuż po urodzeniu dziecka. Jeśli urodzi ci się dziecko, trzeba je zgłosić do odpowiedniego urzędu stanu cywilnego (USC). Kierownik urzędu zarejestruje urodzenie dziecka, przekaze ci jego numer PESEL i zamelduje je.

Masz troje dzieci lub więcej? Twoja rodzina może korzystać z Karty Dużej Rodziny. Sprawdź, jak skorzystać z usługi **Uzyskaj Kartę Dużej Rodziny**.

Inne usługi, dla rodziców i nie tylko, znajdziesz na GOV.pl w zakładce Usługi dla obywatela.

Profil zaufany – to proste

Aby założyć profil zaufany, wejdź na stronę: pz.gov.pl i kliknij na pole Zarejestruj się w prawym górnym rogu. Wybierz sposób, jakim chcesz uzyskać profil zaufany

A można to zrobić na cztery sposoby:

1. **Za pośrednictwem bankowości elektronicznej** to najszybszy sposób, bo nie wymaga dodatkowego potwierdzenia danych (dane w banku zostały zweryfikowane podczas zakładania konta). Taką możliwość dają: PKO Bank Polski, Santander, Bank Pekao SA, mBank, ING, Alior Bank, Millennium Bank, BNP Paribas, Inteligo, Velo Bank, Credit Agricole, BOŚ Bank, kilkaset banków spółdzielczych i platforma Envelo.
2. Wypełniając internetowy wniosek i umawiając się na wideospotkanie z urzędnikiem.
3. Potwierdzając profil zaufany online za pomocą dowodu osobistego z warstwą elektroniczną.
4. Wypełniając internetowy wniosek i w drugim kroku – potwierdzając PZ osobiście w jednym z ponad 2000 punktów potwierdzających w Polsce i zagranicą,
 - po zalogowaniu się na stronie pz.gov.pl samodzielnie podpisując wniosek kwalifikowanym podpisem elektronicznym (ten sposób jest dostępny tylko dla osób, które mają w kwalifikowanym certyfikacie wpisany numer PESEL).

Niezależnie od tego, którą opcję wybierzesz – proces założenia profilu zaufanego jest naprawdę prosty. Szczegółowe informacje na temat każdego ze sposobów na założenie PZ – znajdziesz w instrukcji użytkownika dostępnej na stronie pz.gov.pl w zakładce POMOC.

źródło:

Serwis Rzeczypospolitej Polskiej / Ministerstwo Cyfryzacji



DIAMOND FINANCE

UBEZPIECZENIA

tanie
OC

pewne
AC



Zapraszamy na ul. Wodną 8 Kostrzyn Nad Odrą

📞 789 281 047

✉ moskalbartosz2003@gmail.com

www.dfs24.pl/ubezpieczenia-bartosz-moskal

UBEZPIECZENIA *Bartosz Moskal*

O POMNIKU BANDERY, CZYLI SZANUJMY SIĘ

felieton Marty Niedzielskiej-Siadak
radnej Miasta Kostrzyna nad Odrą

Złożyłam projekt uchwały w sprawie, która nurtuje mieszkańców Kostrzyna od bardzo dawna. W 2016 roku w partnerskim Samborze na Ukrainie odsłonięto pomnik Stepana Bandery. Kostrzyńskim władzom nie przeszkadzało to w podtrzymaniu współpracy partnerskiej. Przeszkadza jednak mieszkańcom, zaproponowałam więc uchwałę dotyczącą zerwania współpracy z Samborem.

Pierwszą współpracę z ukraińskim miastem Kostrzyn podjął w 2002 roku. Powrócił do niej czternaście lat później. Nie zważając na to, że gloryfikuje się tam **Stepana Bandere**. Człowieka, który zaplanował zamach na polskiego ministra spraw wewnętrznych Pierackiego. Człowieka odpowiedzialnego za dokonywaną przez UPA akcję eksterminacji polskiej ludności (**rzeź wołyńską**) w której ofiarami ludobójstwa padło ok. 100-130 tysięcy Polaków. Polaków, którzy ginęli w najokrutniejszy możliwy sposób. W instrukcjach UPA odkryto po wojnie ponad 300 opisanych sposobów tortur dzieci, kobiet i mężczyzn.

Współpraca partnerska ma wymiar głównie symboliczny i, jak czytamy w uchwale kostrzyńskiej Rady z 2002 roku, miasta miały pogłębiać wzajemne kontakty „**chcąc przyczynić się do zrozumienia i uznania historycznych uwarunkowań**”. Uwarunkowań tych nie uznano i nie zrozumiano. Czczenie postaci odpowiedzialnej za rzeź wołyńską, szczególnie, że w naszym regionie mieszkają rodziny ofiar, osoby będące świadkami tamtych wydarzeń lub ocalonymi, przeczy zasadom współpracy partnerskiej. Rada Miasta Nysa (woj. opolskie), jednogłośnie zerwała współpracę z Tarnopolem kiedy nadano ich stadionowi imię Romana Szuchewycza. Co do tego ostatniego - o ironio, **w Samborze przy ulicy Szuchewycza znajduje się Polska Szkoła Niedzielna**. Jest w Europie tyle miast, z którymi mogłoby współpracować nasze w oparciu

o wzajemny szacunek i uznanie dla prawdy historycznej. Na Ziemiach Zachodnich, gdzie duża część mieszkańców pochodzi z Kresów, tym większe ma to znaczenie. **O czym nie jest ten projekt uchwały?** Nie jest o społeczności ukraińskiej. Mieszka w naszym mieście sporo obywateli Ukrainy, nasze dzieci wspólnie chodzą do szkół. Wielu zresztą Ukraińców, znając fakty, nie uznaje Bandery za bohatera narodowego i wcale nie uważa stawiania mu pomników za sprawę słuszną. Pewnie gdyby w Seelow nagle stanął pomnik Adolfa Hitlera, nikt nie miałby wątpliwości, że współpraca partnerska dobiegła końca. Ten projekt nie zaprzecza też pomocy udzielonej społeczności ukraińskiej w obliczu wojny z Rosją i w ogóle w kontekście wojny nie powinien być rozpatrywany. **To w ogóle nie jest uchwała przeciw. Jest za: prawdą, szacunkiem, odwagą.** Stać nas na to, mieszkańców Kostrzyna nad Odrą, dzieci, wnuków Wołyńiaków i Sybiraków. I nie dajmy sobie wmówić, że jest inaczej.

Teraz projekt uchwały trafi do analizy prawnej i mam nadzieję, że będzie poddany pod dyskusję już na najbliższej komisji spraw społecznych 17 czerwca, a następnie pod głosowanie na sesji czerwca. Sejm RP (ponad podziałami partyjnymi), ustanowił 11 lipca Dniem Pamięci o Polakach - ofiarach ludobójstwa dokonanego przez OUN-UPA na Kresach Wschodnich II Rzeczypospolitej Polskiej. Oby uchwała spotkała się z jednomyślnością w kostrzyńskiej Radzie Miasta.

Współtworzona i kierowana przez Stepana Bandere frakcja OUN-B, której członkowie od nazwiska przywódcy byli nazywani banderowcami, ponosi odpowiedzialność za zorganizowane w latach 1943-1945 ludobójstwo polskiej ludności cywilnej na Wołyniu oraz w województwach: lwowskim, tarnopolskim i stanisławowskim, którego ofiarą padło ok. 100 000 osób
pl.wikipedia.org



HURTOWNIA STALI DYMAREK

OFERUJEMY DOWÓZ DO KLIENTA



ART.BHP i PPOŻ.
WYROBY HUTNICZE

Godziny otwarcia:

pon-pt 7:30-16:00 / sob 8:00-14:00

📍 Kostrzyn nad Odrą, ul. Sosnowa 15

☎ 505 347 683 lub 513 095 846

🌐 www.stalhurt-dymarek.pl



RADA SENIORÓW NIE DLA WSZYSTKICH

felieton Radnej Marty Niedzielskiej-Siadak

W sierpniu ubiegłego roku złożyłam zapytanie w sprawie naboru do Rady Seniorów. Od początku kadencji Rady Miasta minęły cztery miesiące, a na nową kadencję Rady Seniorów nie zapowiadało się wcale.

W zapytaniu zwróciłam uwagę na błędy w statucie: jednego spośród radnych wybiera sobie burmistrz i jednego przewodniczący Rady Miasta Tatarewicz. Powołałam się na wyrok Naczelnego Sądu Administracyjnego, który wskazał, iż jeśli Rada Seniorów ma być ciałem konsultacyjnym i doradczym Rady Miasta, **nieuzasadnione jest włączenie do niej przedstawicieli tych organów**. Poprosiłam o zaproponowanie przez burmistrza zgodnych z prawem zmian w statucie. Po konsultacjach ze środowiskiem seniorów w Kostrzynie nad Odrą zaproponowałam też **zwiększenie liczby członków rady z 7 do 10** (z uwagi na duże zainteresowanie), umożliwienie kandydowania osobom niezrzeszonym w organizacjach seniorskich oraz umożliwienie zgłoszenia przez organizacje seniorskie liczby kandydatów proporcjonalnej do liczby członków tych organizacji.

Odpowiedzi na zapytanie nie otrzymałam do dziś, choć minęło dziewięć miesięcy, a co za tym idzie, burmistrz nie zaproponował zmian w statucie. Pomimo tego, po tak długim czasie ogłoszono nabór do Rady Seniorów. To bardzo ważny organ, który ma na celu komunikowanie potrzeb tej grupy, głównie poprzez opiniowanie i konsultowanie decyzji ich dotyczących. Często bywa tak, że organizując działalność dla seniorów, wydatkując publiczne środki na ich rzecz, samorządy kierują się tym, co wydaje im

się, że dla seniorów jest najlepsze, a co w rezultacie wcale im nie służy lub nie cieszy się dużym zainteresowaniem. Nie ma więc nic lepszego w pracy samorządu jak konsultowanie się z mieszkańcami.

Aktualnie do Rady Seniorów kandydować mogą jedynie mieszkańcy, którzy działają w stowarzyszeniach. Uważam, że szczególnie przy zwiększonej liczbie członków), warto dać tę szansę także tym, którzy w stowarzyszeniach nie działają. Być może ktoś z nas ma sąsiada, który działa we wspólnocie mieszkaniowej, a ktoś inny mamę, która jest na emeryturze, ale ma energię do działania i troski o miasto i o innych emerytów świetnie sprawdziłaby się w takiej społecznej organizacji. Swojego kandydata mogą wystawić też trzy osiedla: Warniki, Szumiłowo i Leśne. Takiego przywileju nie mają niestety mieszkańcy innych ulic, np. Orła Białego, Jana Pawła II czy Osiedla Mieszka I.

Cieszę się, że mój postulat sprzed kilku miesięcy został przez burmistrza wzięty pod uwagę. Z goryczą podchodzę jednak do tego, że nabór prowadzony jest w tak kontrowersyjny sposób. Mam nadzieję, że w przyszłości miasto Kostrzyn nad Odrą będzie mogło szczycić się doskonałą współpracą między władzą a mieszkańcami, także przy współdziałaniu Rady Seniorów czy Młodzieżowej Rady Miasta (ta wciąż niestety tkwi w zapomnieniu i niebycie).

JAK GŁOSOWALI MIESZKAŃCY KOSTRZYNA NAD ODRĄ?

Pierwsze głosowanie odbyło się 18 maja 2025 r. Wówczas wybieraliśmy spośród 13 kandydatów. Frekwencja wyborcza wyniosła 67,31%, co oznacza, że w wyborach wzięło udział ponad 19,6 miliona osób.

Wyniki głosowania w I turze - Polska

Rafał Kazimierz TRZASKOWSKI

6.147.797 głosów - 31,36 %

Karol Tadeusz NAWROCKI

5.790.804 głosów - 29,54 %

Jerzy Sławomir METZEN

2.902.448 głosów - 14,81%

W pierwszej turze wyborów w województwie lubuskim zdecydowanie wygrał Rafał Trzaskowski uzyskując blisko 45% głosów. W Kostrzynie na R. Trzaskowskiego głosowały 3.692 osoby (44,78%), a za ledwie 1.515 osób (18,3%) na K. Nawrockiego. Bardzo dobry wynik w naszym mieście uzyskał kandydat Konfederacji WiN Sławomir Menzen na którego głosowało blisko 1,2 tys. Kostrzynian i Grzegorz Braun na którego głosowało 466 osób. Kandydaci Konfederacji uzyskali blisko 20% głosów! Kandydaci lewicowi: Joanna Senyszyn, Magdalena Biejat i Adrian Zandberg to ok. 800 głosów - 10% głosów.

Wyniki głosowania w II turze - Polska

Karol Tadeusz NAWROCKI

10.606.877 głosów - 50,89 %

Rafał Kazimierz TRZASKOWSKI

10.237.286 głosów - 49,11 %

W województwie lubuskim frekwencja w ponownym głosowaniu w dniu 1 czerwca 2025 roku wyniosła 66,71%. Zagłosowało 487 694 wyborców.

W Kostrzynie frekwencja była wyższa i wyniosła 67,87%, co oznacza, że do urn poszło 8.578 osób. Najwyższą ponad 70% frekwencję mieliśmy w obwodzie głosowania nr 15 na Osiedlu Drzewice i Osiedlu Szumiłowo (73,54%), w obwo-

dzie nr 1 - m.in. ul. Żeglarska, Wędkarska, Czarnieckiego (73,38%), w obwodzie nr 5 - m.in. ul. Marii Konopnickiej, Adama Mickiewicza, Henryka Sienkiewicza (72,53%) oraz obwodzie nr 10 - Osiedle Mieszka I (70,22%).

Mieszkańcy Kostrzyna, podobnie jak głosujący Lubuszanie, postawili na Rafała Trzaskowskiego. Na 10 głosujących 7 oddało głos na kandydata Platformy Obywatelskiej, a tylko co trzeci głosujący zdecydował się poprzeć obywatelskiego kandydata PiS Karola Nawrockiego.



Wyniki wyborów Prezydenta RP pokazują jak mocno społeczeństwo polskie zostało podzielone. Z pewnością wyniki wyborów 1 czerwca 2025 roku będą przedmiotem badań politologów czy socjologów. Z analiz bieżących wynika jednak, że to głównie wsie i małe miasteczka tzw. Polska powiatowa, zdecydowała o wyborze Karola Nawrockiego. Czy poparcie dla prawicowego kandydata należy łączyć z kryzysem zaufania do instytucji państwa, mediów, nauki, zmianami obyczajowymi - być może. Bo dziś wszyscy obserwujemy, choćby na podstawie wyników wyborów właśnie, że to co kiedyś było nieakceptowalne dziś staje się w pełni akceptowalne.

Przypomnijmy o sprawie „apartamentu Nawrockiego” w kompleksie hotelowym muzeum, którego był dyrektorem. Nawrocki tłumaczył, że nie mógł mieszkać tam przez 100 dni ponieważ np. Sylwester spędził z rodziną. **Proceder sopocki** - Nawrocki musiał zmierzyć się z doniesieniami

Onetu, według których miał On uczestniczyć w procederze sprowadzania prostytutek dla gości Grand Hotelu w Sopocie, w okresie, kiedy pracował tam jako ochroniarz. Nawrocki złożył do Sądu Okręgowego w Warszawie pozew przeciwko Onetowi o ochronę dóbr osobistych i prywatny akt oskarżenia, nie złożył pozwu w szybszym trybie wyborczym. **Kawalerka pana Jerzego** - w debacie telewizyjnej Nawrocki deklaruje, że jest właścicielem jednego mieszkania. Okazało się, że ma dwa mieszkania. Kawalerkę kupił od starszego mężczyzny Jerzego Ż. w zamian za opiekę nad nim Jerzy Ż. trafił do domu opieki społecznej. Nawrocki podkreślał, że w sprawie kawalerki nie ma sobie nic do zarzucenia, a Jerzemu Ż. bezinteresownie pomagał od lat. Później Nawrocki poinformował, że przekazał kawalerkę na cele charytatywne. W tej sprawie toczy się postępowanie cywilne, które rozstrzygnie się już po zaprzysiężeniu K. Nawrockiego na Prezydenta RP. W polskim systemie prawnym przeciwko Prezydentowi zostają zawieszane wyłącznie sprawy karne. Podczas transmitowanej na kanale YouTube rozmowy Sławomira Mentzena z Konfederacją z Nawrockim wyszło na jaw, że **przed laty uczestniczył w tzw. ustawce kibiców**. Szef sztabu wyborczego Paweł Szefernaker tłumaczył, że Nawrocki „się tego nie wstydzi”. Kolejna krytyka spadła na Nawrockiego po tym, gdy podczas debaty telewizyjnej z Trzaskowskim, przed drugą turą wyborów, **zasłonił część nosa i ust przyjmując przy tym jakąś substancję**. Jak później tłumaczył zażył wówczas saszetkę nikotynową tzw. snusa. Zainteresowanie mediów wzbudziła też **książka, jaką przed laty Nawrocki opublikował pod pseudonimem Tadeusz Batyr**. Jest to biografia ojca chrestnego trójmiejskiej mafii Nikodema Skotarczaka, zatytułowana „Spowiedź Nikosia z za grobu”. Jako „Tadeusz Batyr”, Nawrocki występował także w mediach, z zakrytą twarzą i zmienionym głosem, chwając w swoich wypowiedziach Skotarczaka.

Kosmetyka

- ◆ Oczyszczanie manualne twarzy
- ◆ Henna brwi i rzęs + regulacja
- ◆ Henna brwi + regulacja
- ◆ Henna brwi
- ◆ RFrax Lift Inwazyjny
- ◆ Zabieg bankietowy
- ◆ Mezoterapia bezigłowa
- ◆ RFrax SRF Nieinwazyjny
- ◆ Oczyszczanie Wodorowe
- ◆ DermaPen
- ◆ Eksfoliacja kwasami
- ◆ Zabiegi pielęgnacyjne Purles
- ◆ Bezbolesne przekłuwanie uszu
- ◆ Peeling Kawitacyjny + maska
- ◆ Depilacja Bikini
- ◆ Depilacja Uszu
- ◆ Depilacja Nos
- ◆ Depilacja Uda
- ◆ Depilacja Łydki
- ◆ Depilacja Nogi (całe)
- ◆ Depilacja Pach
- ◆ Depilacja Wąsik

G A B I N E T PODOLOGIA KOSMETYKA

Sylwia Mazurek



Podologia

- ◆ Malowanie paznokci hybryda (stopy)
- ◆ Malowanie paznokci lakier
- ◆ Terapia brodawki
- ◆ Pedicure kosmetyczny
- ◆ Opracowanie pięt
- ◆ Obcięcie i opracowanie paznokci u stóp
- ◆ Rekonstrukcja paznokcia
- ◆ Opracowanie pękających pięt/rozpadlin
- ◆ Tamponada
- ◆ Usunięcie wrastającego paznokcia
- ◆ Oczyszczanie paznokci - zmiany chorobowe
- ◆ Pedicure podologiczny / specjalistyczny
- ◆ Założenie klamry
- ◆ Konsultacja podologiczna

ul. Mickiewicza 22F, 66-470 Kostrzyn nad Odrą

tel. 575 808 301
www.sylwiamazurek.com

CZG12

Celowy Związek Gmin

CZG-12

PODSUMOWANIE XXVIII EDYCJI AKCJI „ZIELONA SZKOŁA, ZIELONE PRZEDSZKOLE”

Celem edukacji ekologicznej jest rozbudzenie świadomości dotyczącej otaczającego nas świata już od najmłodszych lat. Dzięki niej o wiele łatwiej jest wdrażać rozwiązania z zakresu ekologii m.in. segregację śmieci. Odpady to dziś jeden z głównych problemów Świata, dlatego też edukacja na ten temat powinna dotyczyć wielu aspektów - od procesu powstawania, kończąc na ich recyklingu i ponownym wykorzystaniu. W skład edukacji ekologicznej wchodzi szereg działań, które mają na celu rozwijanie świadomości oraz kształtowanie postaw i umiejętności w zakresie ochrony środowiska. Nieodłączną częścią tego procesu jest budowanie relacji uczniów ze środowiskiem naturalnym i kształtowanie kompetencji, które umożliwią im efektywną ochronę przyrody.

Celowy Związek Gmin CZG-12 docenia starania placówek oświatowych w tym temacie i po raz kolejny wyłonił **Lidera Edukacji o Segregacji**. Po raz kolejny najwięcej działań wykazała w sprawozdaniu **Szkoła Podstawowa nr 6 im. Kornela Makuszyńskiego przy Zespole Edukacyjnym nr 1 w Świebodzinie**.

Gratulacje należą się również dla Szkoły Podstawowej im. W. Witosa w Krzeszycach (II miejsce) oraz Szkoły Podstawowej nr 1 im. H. Sienkiewicza w Rzepinie (III miejsce) oraz Przedszkola nr 1 „Czarodziejka Kraina” w Dębnie (III miejsce). Wyróżnienia zdobyły: Szkoła Podstawowa w Templewie oraz Przedszkole nr 1 im. Małego Przyrodnika z Sulęcina.

Trzeba podkreślić, że szkoły realizując zajęcia z ekologii, na temat zrównoważonego rozwoju oraz ochrony środowiska są integralną częścią systemu nauczania o ekologii. Coraz częściej lekcje z zakresu edukacji ekologicznej nie ograniczają się jedynie do szkolnych ławek. Są również realizowane poprzez działania pozaszkolne, takie jak projekty młodzieżowe, zajęcia terenowe czy aktywności społeczne. W ten sposób młodzi ludzie mają okazję nie tylko poszerzać swoją wiedzę teoretyczną, ale również zdobywać praktyczne doświadczenia związane z ochroną środowiska naturalnego.

W XXVIII edycji akcji edukacyjno-konkursowej „Zielona Szkoła, Zielone Przedszkole” realizowanej przez Celowy Związek Gmin CZG-12 udział wzięły 62 placówki, które zebrały prawie 176 ton surowców wtórnych!

Laureaci frakcyjni w XXVIII edycji akcji:

Laureaci w zbiorce makulatury:

- Świetlica Środowiskowa w Zarzyniu działająca przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Sulęcinie,
- Zespół Edukacyjny w Nowinach Wielkich Przedszkole „Na Środku Świata”
- Szkoła Podstawowa im. W. Witosa w Krzeszycach.

Laureaci w zbiorce butelek PET:

- Świetlica Środowiskowa w Trzebowie działająca przy Ośrodku Pomocy Społecznej w Sulęcinie,
- Szkoła Podstawowa im. Orła Białego w Kamieniu Wielkim
- Technikum Leśne im. prof. Jana Miklaszewskiego w Staroście.

Laureaci w zbiorce baterii:

- Niepubliczne Przedszkole „Sosenki” w Sosnach (gm. Witnica),
- Przedszkole im. Pszczółki Mai w Torzymiu
- Szkoła Podstawowa im. Przyjaźni Narodów w Słońsku.

Laureaci w zbiorce kartoników po płynnej żywności:

- Oddział Przedszkolny przy Szkole Podstawowej im. Polskich Strażaków w Trzemesznie Lubuskim,
- Przedszkole nr 2 im. S. Modrzejewskiej w Dębnie
- Przedszkole nr 1 im. „Czarodziejka Kraina” z Dębna.

Laureaci w zbiorce puszek aluminiowych:

- Szkoła Podstawowa w Templewie
- Szkoła Podstawowa im. W. Witosa w Krzeszycach.



Laureaci w zbiorce płyt CD/DVD:

- Świetlica w Długoszynie,
- Branżowa Szkoła I Stopnia w Witnicy
- Szkoła Podstawowa nr 3 im. Czesława Niemena w Świebodzinie.

Laureaci w zbiorce zużytych telefonów:

- Szkoła Podstawowa w Templewie,
- Szkoła Podstawowa im. Przyjaźni Narodów w Słońsku.

Dodatkowo w akcji wyłoniono **SUPER ZBIERACZA** – placówkę, która wykazała się zbiórką wszystkich frakcji surowców oraz przesłała sprawozdanie z działań edukacyjnych. Super Zbieraczem została **Szkoła Podstawowa w Templewie** a II miejsce zajęła **Szkoła Podstawowa im. W. Witosa z Krzeszyc** !

Przewodniczący Zarządu CZG-12 - Robert Paluch wraz z Zarządem i pracownikami składa całej społeczności szkolnej – Dyrekcji, wszystkim Nauczycielom i Pracownikom oraz ekologom serdeczne życzenia, zdrowia, satysfakcji z wykonywanej pracy oraz pomysłowości w realizacji dalszych planów i zamierzeń.

Uroczyste podsumowanie akcji odbędzie się w dniu **17 czerwca br. w Hotelu „Kormoran” w Sulęcinie**. Oprócz laureatów zapraszamy do udziału również inne osoby zainteresowane tematem edukacji ekologicznej i niemarnowaniem żywności, bo będzie to również jeden z tematów, który szerzej omówimy podczas spotkania. Osoby zainteresowane udziałem prosimy o kontakt e-mail: edukacja@czg12.pl



Kostrzyńsko-Słubicka
Specjalna Strefa Ekonomiczna

KOSTRZYŃSKO - SŁUBICKA SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA S.A.

MISJA GOSPODARCZA - PÓŁNOCNE WŁOCHY: WERONA - WENECJA - VINCENZA - UDINE

W dniach 07-09.05.2025 r. odbyła się Misja Gospodarcza we Włoszech, podczas której polska delegacja, reprezentowana przez **Magdę Hilszer - Prezes Zarządu**, **Iwonę Sztukę - Zastępcę Dyrektora Marketingu** i **Agnieszkę Matulę-Dziduch - Głównego Managera Projektów Inwestycyjnych**, zaprezentowała ofertę inwestycyjną K-S SSE w miastach północnych Włoch: Weronie, Wenecji, Vicenzy i Udine.

Przedsięwzięcie było możliwe dzięki ogromnemu wsparciu Marco Ferruzzi Balbiego – Konsula Honorowego Wenecji oraz Alessandro Saglio – Wiceprezesa Confindustria Polonia. Confindustria to stowarzyszenie reprezentujące włoskie firmy przemysłowo-usługowe z główną siedzibą w Rzymie, zrzeszające 150 tys. firm, łącznie zatrudniających blisko 5,5 mln pracowników. K-S SSE miała niezwykłą możliwość zaprezentowania swojej oferty lokalnym przedstawicielstwom tego stowarzyszenia. Dodatkowo, w dniu 07.05.2025 r., delegacja K-S SSE odbyła rozmowy na temat współpracy z Consorzio ZAI z Werony (Interporto Quadrante Europa) – stowarzyszeniem zarządzającym obszarem infrastrukturalnym o powierzchni 10 mln m², skupiającym 1000 firm i 40 000 pracowników. Podsumowując, o atutach lokalizacyjno-ekonomicznych K-S SSE dowiedziało się w ciągu 3 dni ponad 10 000 włoskich firm, głównie z sektora produkcyjnego. Do tak licznej grupy podmiotów gospodarczych dyrektorzy i managerowie odwiedzonych oddziałów Confindustria rozesłali włoskojęzyczną prezentację Strefy.



**Oferujemy sprzedaż i wynajem sprzętu medycznego:
łóżka rehabilitacyjne, koncentratory tlenu,
aparat do kompresji przeciwobrzękowej
wózki, balkoniki i inne**

- sprzęt rehabilitacyjny
- kule, balkoniki, wózki inwalidzkie elektryczne,
- krzesła prysznicowe i toaletowe, nasadki podwyższające
- pieluchomajtki, artykuły stomijne, sanitarne i przeciwżyłakowe
- materace i poduszki, poduszki ortopedyczne i lędźwiowe,
- masażery, lampy Solux, inhalatory, ciśnieniomierze, termometry
- odzież medyczna, obuwie dla diabetyków, wkładki ortopedyczne, skarpety zdrowotne,



REFUNDACJA
NFZ

KOSTRZYN NAD ODRĄ, ul. Adama Mickiewicza 39

DĘBNO, ul. Tadeusza Kościuszki 17

KONTAKT: tel. 95 752 19 34; kom. 513 045 556; e-mail: med-life@wp.pl

GODZINY OTWARCIA: poniedziałek-piątek 9-17; sobota 9-14



KOSTRZYN NAD ODRĄ

FASCYNUJĄCY ŚWIAT HIRUDOTERAPII

Czy wiesz, że starożytna metoda leczenia, polegająca na wykorzystaniu pijawek lekarskich, przeżywa swój wielki powrót i zyskuje uznanie w nowoczesnej medycynie? W malowniczym Kostrzynie nad Odrą znajduje się gabinet, który przywraca tę naturalną terapię do łask, oferując profesjonalne zabiegi hirudoterapii. To nie tylko powrót do korzeni, ale przede wszystkim szansa na wsparcie organizmu w walce z różnorodnymi dolegliwościami w sposób bezpieczny i skuteczny.

Kostrzyn nad Odrą,
Osiedle Leśne 1D
Godziny otwarcia: pon-sob 9-21
Telefon: 572079092

JAK TO DZIAŁA? MAGIA TKWI W ŚLINIE

Sekretem niezwyklej mocy pijawek lekarskich jest ich ślina - prawdziwa biochemiczna apteka. Zawiera ona ponad 100 aktywnych biologicznie substancji, które w synergiczny sposób wpływają na nasze zdrowie. Przyjrzyjmy się bliżej tym naturalnym cudom:

- **HIRUDYNA** - zapobiega tworzeniu się skrzepów, zmniejsza lepkość krwi i usprawnia jej cyrkulację, co jest kluczowe w wielu schorzeniach układu sercowo-naczyniowego.
- **BDELINY** - substancje to naturalni „łagodziciele bólu” oraz „pogromcy stanów zapalnych”. Ich działanie przyczynia się do zmniejszenia dyskomfortu i przywrócenia równowagi w organizmie.
- **EGLINY** - wykazują silne właściwości przeciwzapalne i przeciwalergiczne, co może być zbawienne w wielu przewlekłych schorzeniach.
- **KALLIKREINA I BRADYKININA** - związki rozszerzają naczynia krwionośne, co dodatkowo wspomaga poprawę mikrokrążenia i dotlenienie tkanek.

Podczas zabiegu, wykwalifikowany specjalista delikatnie przykładają pijawkę do skóry. Pijawka w naturalny sposób nacina skórę i pobiera niewielką ilość krwi, jednocześnie uwalniając te cenne substancje do krwiobiegu. Efekty są wielowymiarowe: poprawa mikrokrążenia, redukcja stanów zapalnych, działanie przeciwbólowe i wsparcie naturalnych procesów regeneracyjnych organizmu.

SZEROKIE SPEKTRUM KORZYŚCI DLA TWOJEGO ZDROWIA

Choć w poprzednim akapicie skupiliśmy się na konkretnych schorzeniach, spektrum zastosowań hirudoterapii jest znacznie szersze i obejmuje wiele innych dolegliwości. Odkryj, jak ta naturalna metoda może wspomóc Cię w walce z:

CHOROBY REUMATYCZNYMI (np. reumatoidalne zapalenie stawów, artroza, dna moczanowa, zeszywniające zapalenie stawów kręgosłupa).

Dzięki silnemu działaniu przeciwzapalnemu i przeciwbólowemu, hirudoterapia może znacząco zmniejszyć ból, obrzęk i sztywność stawów, poprawiając komfort życia pacjentów z różnymi schorzeniami reumatycznymi. Substancje zawarte w ślinie pijawek wspomagają regenerację tkanki łącznej i hamują procesy destrukcyjne w stawach.

DOLEGLIWOŚCIAMI NEUROLOGICZNYMI (np. rwa kulszowa, nerwobóle, zespół cieśni nadgarstka, neuropatie obwodowe, migrena, napięciowe bóle głowy, zawroty głowy pochodzenia naczyniowego)

Poprawa mikrokrążenia w okolicach nerwów oraz działanie przeciwzapalne i przeciwbólowe mogą przynieść ulgę w przypadku nerwobólów różnego pochodzenia, w tym rwy kulszowej, zespołu cieśni nadgarstka i neuropatii obwodowych, a także w migrenach i zawrotach głowy. Lepsze ukrwienie nerwów wspomaga ich regenerację i przewodnictwo nerwowe.

PROBLEMAMI Z UKŁADEM TRAWIENNYM (np. zespół jelita drażliwego, choroba Leśniowskiego-Crohna, wrzody żołądka i dwunastnicy, hemoroidy)

Działanie przeciwzapalne i poprawiające ukrwienie narządów wewnętrznych może wspomagać leczenie niektórych schorzeń układu trawiennego, łagodząc stany zapalne, poprawiając funkcjonowanie jelit i wspomagając gojenie się wrzodów i zmniejszając dolegliwości związane z hemoroidami.

ZABURZENIAMI KRĄŻENIA OBWODOWEGO (np. zespół Raynauda, chromanie przestankowe, żylaki kończyn dolnych, zakrzepowe zapalenie żył, owrzodzenia żył, miażdżycę tętnic obwodowych)

Hirudoterapia skutecznie poprawia mikrokrążenie i przepływ krwi w kończynach, co może przynieść ulgę w przypadku zaburzeń krążenia obwodowego, zmniejszając objawy takie jak zimne dłonie i stopy, bóle podczas chodzenia i wspomagając leczenie żylaków, zakrzepowego zapalenia żył, owrzodzeń i miażdżycy.

INFEKCYJAMI I STANAMI ZAPALNYMI (np. zapalenie zatok, zapalenie ucha środkowego, przewlekłe stany zapalne, ropnie)

Niektóre substancje zawarte w ślinie pijawek wykazują działanie bakteriostatyczne i przeciwwirusowe, wspomagając organizm w walce z infekcjami i przewlekłymi stanami zapalnymi różnego pochodzenia, a także wspomagając drenaż ropni.

PROBLEMAMI DERMATOLOGICZNYMI (np. trądzik, łuszczyca, egzema, atopowe zapalenie skóry, blizny, keloidy)

Działanie przeciwzapalne, poprawiające ukrwienie skóry i wspomagające regenerację tkanek może wspomagać leczenie niektórych schorzeń dermatologicznych, łagodząc stany zapalne, zmniejszając świąd i przyspieszając gojenie się zmian skórnych oraz wspomagając redukcję blizn i keloidów.

WSPOMAGANIU GOJENIA RAN I OWRZODZEŃ (np. oparzenia, trudno gojące się rany, rany pooperacyjne)

Poprawa ukrwienia tkanek i działanie antybakteryjne śliny pijawek przyspiesza gojenie się ran, owrzodzeń, oparzeń i innych uszkodzeń skóry, zmniejszając ryzyko infekcji i poprawiając proces bliznowacenia.

NIEPŁODNOŚCI (wspomagająco)

PROBLEMACH UROLOGICZNYCH (np. przewlekłe zapalenie prostaty)

Poprawa ukrwienia narządów miednicy mniejszej może wspomagać leczenie niektórych przyczyn niepłodności zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn oraz łagodzić objawy przewlekłego zapalenia prostaty.

BEZPIECZEŃSTWO I PROFESJONALIZM - FUNDAMENT NASZEJ TERAPII

W naszym gabinecie w Kostrzynie nad Odrą bezpieczeństwo i komfort pacjenta są zawsze na pierwszym miejscu. Zabiegi hirudoterapii przeprowadzane są wyłącznie przez wysoko wykwalifikowanych hirudoterapeutów, którzy posiadają dogłębną wiedzę i bogate doświadczenie w tej dziedzinie. Regularnie uczestniczą w specjalistycznych szkoleniach, aby zapewnić Państwu opiekę na najwyższym poziomie. Korzystamy wyłącznie z pijawek lekarskich pochodzących z certyfikowanych hodowli, które spełniają najwyższe standardy jakości i bezpieczeństwa. Każda pijawka jest używana tylko raz, a po zabiegu jest bezpiecznie utylizowana zgodnie z obowiązującymi przepisami. Dzięki temu eliminujemy wszelkie ryzyko infekcji i zapewniamy Państwu pełne bezpieczeństwo terapii.

Przed każdym zabiegiem przeprowadzana jest szczegółowa konsultacja, podczas której nasz specjalista oceni Państwa stan zdrowia, odpowie na wszystkie pytania i dobierze indywidualny plan terapii, idealnie dopasowany do Państwa potrzeb i oczekiwań. Troszczymy się o to, aby każdy pacjent czuł się komfortowo i bezpiecznie podczas całego procesu leczenia.

Odkryj naturalną moc hirudoterapii w Kostrzynie nad Odrą!



KURACJA PIJAWKAMI
Pomóż sobie i bliskim

WSKAZANIA

- Nadciśnienie ✓
- Hemoroidy ✓
- Miażdżycę ✓
- Żylaki ✓
- Rwa kulszowa ✓
- Dna moczanowa ✓
- Choroby prostaty ✓
- Obrzęki, zastoje limfy ✓
- Wrzody żołądka i dwunastnicy ✓

I WIELE INNYCH

(+48) 572-079-092 

pijawki-kostrzyn@op.pl 

Kostrzyn nad Odrą 



Polska Strefa Inwestycji

Polska Strefa Inwestycji to instrument wspierający realizację nowych inwestycji, dzięki któremu możesz uzyskać zwolnienie z podatku dochodowego. Możesz z niego skorzystać na terenie całej Polski, niezależnie od wielkości firmy. Wsparcie przyznawane jest firmom z sektora przemysłu oraz usług. Inwestycja może być realizowana zarówno na prywatnym jak i publicznym gruncie.



Kostrzyńsko-Słubicka Specjalna Strefa Ekonomiczna

Kostrzyńsko-Słubicka Specjalna Strefa Ekonomiczna udziela wsparcia dla inwestycji na terenie 3 województw:

Lubuskiego
Zachodniopomorskiego
Wielkopolskiego



NOWE INWESTYCJE

Inwestycje, które mogą uzyskać wsparcie to:



Utworzenie nowego zakładu



Zwiększenie zdolności produkcyjnej istniejącego zakładu



Wprowadzenie produktów dotąd niewytwarzanych przez zakład



Zasadnicza zmiana procesu produkcyjnego istniejącego zakładu



Nabycie aktywów należących do zakładu, który został zamknięty lub zostałby zamknięty, gdyby zakup nie nastąpił.

Wsparcie na realizację nowej inwestycji jest udzielane w formie zwolnienia z podatku dochodowego na 10, 12 lub 15 lat.



ZWOLNIENIE Z PODATKU DOCHODOWEGO

Intensywność pomocy publicznej zależy od lokalizacji i wielkości przedsiębiorstwa:

Wielkość przedsiębiorstwa	Intensywność pomocy
DUŻY PRZEDSIĘBIORCA	20-40%
ŚREDNI PRZEDSIĘBIORCA	30-50%
MIKRO I MAŁY PRZEDSIĘBIORCA	40-60%

Nakłady inwestycyjne – wydatki poniesione w związku z nową inwestycją np. środki trwałe, najem/dzierżawa, leasing finansowy lub dwuletnie koszty pracy.

O wsparcie należy aplikować przed rozpoczęciem inwestycji. Wydatki kwalifikowane mogą być poniesione dopiero po uzyskaniu decyzji o wsparciu.

ABY UZYSKAĆ DECYZJĘ O WSPARCIU NALEŻY SPEŁNIĆ KRYTERIA:

1 ILOŚCIOWE

Minimalne wymagane nakłady inwestycyjne umożliwiające uzyskanie wsparcia zależą od lokalizacji i wielkości przedsiębiorstwa:

5 - 100 mln zł - duża firma

0,5 - 10 mln zł - średnia firma

0,25 - 5 mln zł - mała firma

0,1 - 2 mln zł - mikro firma

0,25 - 5 mln zł - sektor BPO

Zadeklarowane kryteria ilościowe czyli kwalifikowane wydatki inwestycyjne muszą zostać poniesione, aby móc korzystać ze zwolnienia.

2 JAKOŚCIOWE

13 kryteriów, spośród których inwestor wybiera odpowiednie dla siebie:

lubuskie, zachodniopomorskie - 5 kryteriów;
wielkopolskie - 6 kryteriów.

JAK UZYSKAĆ ZWOLNIENIE PODATKOWE OD K-S SSE?



Planowanie nowej inwestycji



Złożenie wniosku do strefy



Wydanie decyzji o wsparciu w ciągu 30 dni



Poniesienie nakładów inwestycyjnych



Korzystanie ze zwolnienia z podatku dochodowego w okresie ważności decyzji

Wielkość pomocy publicznej w postaci zwolnienia z podatku dochodowego oblicza się na podstawie wysokości zadeklarowanych wydatków inwestycyjnych na realizację nowego projektu lub dwuletnich kosztów pracy.

Przykład:

Mały przedsiębiorca, województwo lubuskie



Intensywność wsparcia: **60%**

Nakłady inwestycyjne – **4 000 000 zł**

Wysokość zwolnienia z podatku dochodowego – **2 400 000 zł**

Przedsiębiorca ma zatem **12 lat** aby do wysokości **2 400 000 zł** nie płacić podatku dochodowego.



Kostrzyńsko-Słubicka
Specjalna Strefa Ekonomiczna

— KOSTRZYŃSKO - SŁUBICKA SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA S.A. —

Polska Strefa Inwestycji 2025: Forum Gospodarcze K-S SSE

ŚWIĘTO STREFY I PRZYJACIÓŁ STREFY

W dniach 22-23.05.2025 r. w Pałacu w Mierzęcinie odbyła się coroczna Konferencja K-S SSE, w tym roku pod hasłem „Polska Strefa Inwestycji 2025 - Forum Gospodarcze K-S SSE”, nazywana „Świętem Strefy i Przyjaciół Strefy”.

Zgromadzonych gości powitał Zarząd Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej: Prezes **Tomasz Pisarek**, Wiceprezes **Magda Hilszer**, Członek Zarządu **Antoni Sołtys**, a także Marszałek Województwa Lubuskiego **Marcin Jabłoński**. Gośćmi wydarzenia byli również: **Krystyna Sibińska** - Poseł na Sejm RP oraz senatorowie **Władysław Komarnicki** i **Wadim Tyszkiewicz**. Najliczniejszą grupę uczestniczącą w wydarzeniu stanowili Strefowi Przedsiębiorcy - to właśnie dla nich przygotowano intensywny program, o którego wysoką merytoryczną jakość zadbał partnerzy oraz sponsorzy wydarzenia: KPMG Poland, AUDIT HR, Polska Agencja Inwestycji i Handlu (PAIH), FHU MULTIPROJEKT Sp. z o.o. oraz Solid Security. Niewątpliwą atrakcją wydarzenia był wykład motywacyjny gościa specjalnego **Tomasza Kammela**, prezentera TV, mówcy i trenera – pt. „Jak sprawić, żeby chciało się chcieć?”, a także warsztat praktyczny „Działaj szybko. Myśl jasno. Uratuj życie!”, zorganizowany przez WOPR Województwa Lubuskiego. W pierwszym dniu konferencji odbyło się również inauguracyjne posiedzenie organizacyjne **Rady Rozwoju Obszaru Gospodarczego**. Obrady otworzył Zarząd K-S SSE w pełnym składzie: Prezes **Tomasz Pisarek**, Wiceprezes **Magda Hilszer** i członek Zarządu **Antoni Sołtys**. Rada to wyjątkowe gremium skupiające przedstawicieli biznesu, samorządów oraz rad dialogu społecznego z trzech województw: lubuskiego, wielkopolskiego i zachodniopomorskiego. Terytorialnie pokrywa się z obszarem zarządzanym przez K-S SSE: obejmuje zatem aż 40 powiatów i 238 gmin. Przewodniczącym Rady został Marszałek Województwa Lubuskiego **Marcin Jabłoński** - Marszałek Województwa Lubuskiego, a zarazem jedna z osób, które brały udział w powoływaniu i tworzeniu Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A. Funkcję Wiceprzewodniczącego sprawować będzie Burmistrz Mysłiborza **Piotr Sobolewski**, natomiast na Sekretarza Rady wybrana została Starosta Powiatu Szamotulskiego **Beata Hanyżak**. Szacowne grono członków Rady liczy 36 osób.

Na zdjęciu od lewej:

Prezes K-S SSE **Tomasz Pisarek**, Wiceprezes **Magda Hilszer**, Członek Zarządu K-S SSE **Antoni Sołtys**



Rada Rozwoju Obszaru Gospodarczego:
Tomasz Pisarek, Piotr Sobolewski, Marcin Jabłoński, Beata Hanyżak, Magda Hilszer, Antoni Sołtys



Na zdjęciu:
Konferencja w Mierzęcinie - 22 maja 2025 roku.



RADA ROZWOJU OBSZARU GOSPODARCZEGO KOSTRZYŃSKO - SŁUBICKIEJ SPECJALNEJ STREFY EKONOMICZNEJ S.A.

progress

cleaning & garden

CLEANING

- sprzątanie biur i obiektów przemysłowych
- sprzątanie klatek schodowych
- opieka nad grobami
- czyszczenie i konserwacja kostki brukowej
- mycie okien i elewacji wodą demineralizowaną
- odkurzanie hal przemysłowych na wysokości



GARDEN

- ◆ koszenie trawników, dużych powierzchni płaskich (również farmy fotowoltaiczne), boisk sportowych
- ◆ wykaszanie zbroczy, rowów, nieużytków
- ◆ wertykulacja i aeracja trawników
- ◆ cięcie żywopłotów
- ◆ zrąbkowanie gałęzi
- ◆ sprzątanie terenów wspólnot i spółdzielni mieszkaniowych

Sulęcín, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 4, tel. +48 511 225 133 www.progress24.eu
Zadzwoń! Bezpłacie przygotujemy ofertę!



Kilimandżaro - na dachu Afryki (cz. 2)

„Pole, pole” – w dosłownym tłumaczeniu wolno, wolno. To najważniejsze przesłanie tanzańskich przewodników podczas wspinaczki na najwyższy szczyt Afryki – Kilimandżaro. Oprócz tego trzeba dużo pić, dużo jeść i jak najwięcej spać.



Adam Piotrowski
Adam.Piotrowski2@gmail.com

Dzień 4

Noc przespaliśmy dużo lepiej niż poprzednią. Mój Garmin wskazał niecałe 5 godzin snu, jednak pozostałe godziny na pewno były sporym odpoczynkiem. Co jednak najważniejsze nie odczuwałem żadnego bólu głowy. Aklimatyzacja zaczęła postępować. Śniadanie zjedliśmy z dużym apetytem. Ok. 8 ruszyliśmy pod największą i najbardziej stromą jak dotąd ścianę. Z jednym z kolegów porównaliśmy ją do wejścia na Świnicę od strony Zawratu. Tu jednak nie było żadnych łańcuchów i klamr. Trzeba było trzymać się skał, bo od przepaści dzieliło nieraz pół kroku. W naturalnych miejscach uchwytu skały były na gładko wyslizgane przez setki tysięcy rąk, które je chwyciły przez lata. Po kilku dniach typowego trekkingu byliśmy z tej trasy bardzo zadowoleni. Pogoda dopisywała, humory i nastawienie również. Czuję się pełny sił i szczęśliwy. Widoki były oszałamiające. Stałem nad chmurami na skale i chłonałem piękno gór. Chciałem, żeby czas się zatrzymał. Przede mną daleko rozciągający się łąd zasnuty chmurami. Z drugiej strony monumentalny, dostojny Kilimandżaro, niemal samotnie górujący wśród afrykańskich równin. Natura niegdyś w gwałtowny sposób przez potoki lawy wyniosła w górę wulkan Kibo, który teraz jest celem wypraw ok. 50 tys. turystów rocznie.

Po pełnej wzruszenia przerwie ruszyliśmy dalej. Po ok. 4 godzinach i 420 m wzniosu dotarliśmy do obozu Karanga. Jak zwykle czekał już na nas rozłożony namiot „jadalny” i pyszny, pożywny obiad. Nasi kucharze kolejny raz nas zaskoczyli. W czwartym dniu wyprawy dostaliśmy kurczaka z frytkami i pyszną surówkę ze świeżych



Wspólne zdjęcie pod tablicą w obozie Karanga

warzyw. Po obiedzie i odpoczynku wyruszyliśmy do obozu Barafu Camp. Stamtąd ok. północy tego samego dnia miał nastąpić atak szczytowy. Zanim jednak poszliśmy na odpoczynek do obozu zawitał gość specjalny. Po pokonaniu ok. 17 km i ponad 3000 m przewyższenia od Mweka Gate w 7 godzin, w naszym namiocie jadalnym pojawił się himalaista i organizator naszej wyprawy Szymon Jaskuła. Miał wspinać się z nami od początku, ale zatrzymała go piramida Carstensa. Najpierw na górę należąca do korony gór świata nie chciały go wpuścić lokalne plemiona z Papui Nowej Gwineji, później pogoda. Po dwóch tygodniach opóźnienia w końcu jednak zdobył szczyt i mógł do nas dołączyć. Okazało się, że w idealnym momencie.

Dzień 5

Najwyższa góra Afryki i najwyższy wygasły wulkan czarnego łądu

Wbrew obawom, przed atakiem szczytowym zasnąłem dość szybko i mocno. Barafu Camp znajduje się na wysokości 4673 m n.p.m. i temperatura tego dnia spadła do ok. 10 stopni poniżej zera. Obudziłem się po ok. 2 godzinach snu, jeszcze przed północą. Okazało się, że jeden z naszych kolegów jest w bardzo złym stanie zdrowotnym. Dostał gwałtownego ataku choroby wysokościowej. Pomimo

doświadczenia naszych tanzańskich przewodników, najwięcej zimnej krwi zachował Szymon. Po zbadaniu pulsoksymetrem okazało się, że koledze bardzo spadła saturacja. Był to już moment krytyczny. Saby dostarczył butlę z tlenem będącą na wyposażeniu obozu. Koledze polepszyło się na tyle, że chciał wychodzić z nami na szczyt. Niestety, w jego stanie nie było to tego dnia możliwe. Zdrowie i życie było w tym momencie ważniejsze. Gdy wychodziliśmy z obozu stan kolegi był stabilny. Szymon został w obozie, by wszystkiego dopilnować. Gdy zabrakło tlenu, stan kolegi znacznie się pogorszył. Udało się zorganizować kolejną butlę. Szymon podjął jednak jedyną słuszną w tym momencie decyzję i wezwał helikopter. Chory musiał szybko znaleźć się na niższej wysokości i otrzymać pomoc lekarzy. To prawdopodobnie uratowało chłopakowi życie.

Ta sytuacja pokazuje, jak niebezpieczna jest wysokość powyżej 4000 m. Choroba wysokościowa może dopaść każdego, bez względu na wiek, czy stopień wytrenowania.

Przy takich wysokościach trzeba obserwować swój organizm i reagować w odpowiednim momencie. Ta przygoda skończyła się dobrze, ale mogło być zupełnie inaczej.

W dość smutnych nastrojach ok. 1.20 nad ranem 9 marca opuszczaliśmy obóz. Chcieliśmy atakować górę we czwórkę. Niestety, wyszło inaczej. Wiedzieliśmy jednak, że nasz kolega został pod dobrą opieką. Saby kazał nam wyczyścić głowę i skupić się na podejściu. Fizycznie czułem się bardzo dobrze. Głowa nie bolała. Miałem na sobie od pasa w dół bieliznę termoaktywną z wełny merynosa, spodnie trekkingowe, grube skarpety z merino i wysokie buty wspinaczkowe. Na „górze” koszulkę, bluzkę termo, bluzkę, lekki polar i kurtkę z goretexem. Na dłoniach 2 pary rękawic, na głowie ciepłą czapkę i dodatkowo buff. Strój dobrałem odpowiednio, bo przez cały czas czułem odpowiedni komfort. Gdy zerkaliśmy w górę widzieliśmy łańcuchy świateł z latarek wspinaczy, którzy wyruszyli przed nami, nawet o 23 dnia poprzedniego. Mozolnie my również zaczęliśmy wspinaczkę. Saby na przodzie w jeszcze bardziej dosadny sposób niż wcześniej trzymał się zasady „pole, pole”. Kilka godzin wcześniej Szymon doradzał nam, żebyśmy nawet pomimo braku chęci, często popijali wodę i co pół godziny „gryźnęli” jakiegoś batona lub żel energetyczny. Gdy wcześniej apetyt dopisywał mi znakomicie, tak na wysokości powyżej 5000 m straciłem go zupełnie. Zaczęła też boleć głowa.



Tablica poświęcona Aleksandrowi Dobie przy Stella Point



Wschód słońca podczas ataku szczytowego

Wysokość zaczęła dawać się we znaki. Woda, pomimo, że wlana była bardzo ciepła do camel бага szybko zamarzała w rurce i mogłem popijać jedynie herbatę z termosy. Krok za krokiem, godzina za godziną szliśmy pod górę. Ściana wydawała się nie mieć końca. Za każdym razem gdy popatrzyliśmy do góry, widzieliśmy czołówki innych wspinaczy znacznie wyżej. Po kilku godzinach zaczęły się pojawiać osoby, które schodziły w dół. Byli to wspinacze, którzy z różnych powodów musieli zrezygnować z dalszego podejścia. Czuliśmy się kiepsko, ale parliśmy do przodu. Przełom nastąpił, gdy zaczęło wschodzić słońce. Stanęliśmy akurat na przerwie na półce skalnej, z której udało się zrobić piękne zdjęcia wschodu słońca, w którego tle widać szczyt Mawenzi (5150 m n.p.m.) – drugą górę pod względem wysokości w masywie Kilimandżaro. Słońce napełniło nas energią i wiarą w sukces. Na wysokości ok. 5500 m złapał mnie kolejny kryzys. Miałem wrażenie, że płuca nie są w stanie dostarczyć moim mięśniom wystarczającej ilości tlenu. Co kilka minut musiałem się zatrzymać i głęboko oddychać, łapiąc powietrze jak ryba wyciągnięta z wody.



Gereza przy szlaku

Z mozołem dotarliśmy do Stella Point na wysokości 5756 m n.p.m. Pierwszy mały sukces. W tym miejscu znajduje się tablica poświęcona Aleksandrowi Dobie, wielkiemu polskiemu podróżnikowi, który jako pierwszy przepłynął samotnie ocean Atlantycki na kajaku. Doba zmarł podczas wspinaczki na Kilimandżaro.

Ze Stella Point zostało już tylko 40 min wspinaczki na Uhuru Peak. Nie wiem dlaczego, prawdopodobnie pod wpływem adrenaliny ostro ru-



Na szczycie nie mogło zabraknąć sulęcińskich akcentów

szłem pod górę, nie oglądając się za siebie. Za mną jak cień podążał jeden z naszych przewodników – Izmael. Ostatnie podejście było łagodniejsze. W połowie drogi weszliśmy w śnieg, który był jednak sypki, więc buty wspinaczkowe doskonale sobie z nim radziły. Okazało się, że niepotrzebnie dźwigałem w plecaku ważące ok. kilograma raczki. To nie miało jednak dla mnie większego znaczenia. Widząc szczyt leciałem jak na skrzydłach. Ok. 8.20, po 7 godzinach od wyruszenia z obozu, Kilimandżaro było pod moimi stopami, a Afryka pode mną. Do

teraz myśląc o tym jestem wzruszony, a wtedy lzy ciekły same – kompletnie nie miałem na to wpływu. Po ochłonięciu i wzajemnych gratulacjach z Izmaelem i przypadkowymi wspinaczami ruszyliśmy do robienia zdjęć. Musieliśmy się stale ruszać, bo temperatura była zdecydowanie poniżej -20 stopni. Reszta ekipy dotarła po ok. 15 minutach. Szczęśliwi, rzuciliśmy się sobie w ramiona. Po serii kolejnych zdjęć grupowych i indywidualnych Saby wręczył mi szampa. Wstrząsnąłem mocno, korek strzelił i już na górze zaczęliśmy świętować nasz sukces. Po blisko godzinie na szczycie ruszyliśmy w dół. Zejście do obozu zajęło mi niecałe 2,5 godziny. Po drodze musiałem wziąć tabletkę przeciwbólową, bo głowa zaczęła mocno doskwierać. Po dojściu do Barafu Camp byłem już



Upragniony szczyt Kilimandżaro

bramy Mweka. Ostatnie 13 km i 2200 m w dół poszły gładko. Pod koniec wędrówki spotkaliśmy przy szklaku najpierw mały Błękitne, później większe od nich Gerezy. To dopełniło naszego radosnego nastroju. Przy bramie ostatnie pamiątkowe zdjęcia i gratulacje. Nasza przygoda dobiegła końca.

Poszukiwacz wrażeń

Tak można mnie w skrócie określić. Nie mogę usiedzieć w miejscu – ciągle stawiam sobie nowe wyzwania. Uwielbiam wszelkie aktywności na powietrzu – wędkuję, poluję, jeżdżę motocyklem, wędruję. Góry zawsze przyciągały mnie jak magnes. Wędrując z rodziną i przyjaciółmi zapominam o wszelkich troskach i sprawach codziennych. Otaczająca natura, oszałamiające widoki, wysiłek, przebywanie z najbliższymi, to dla mnie kropłówka, którą regularnie muszę zażywać. Po przejściu chyba już wszystkich pasm górskich w Polsce (niektórych wielokrotnie), w głowie zakiełkowała myśl o pokonaniu góry znacznie wyższej i znacznie bardziej wymagającej. Tak powstał afrykański projekt zdobycia Kilimandżaro.

Dzień 6

Obudziłem się wypoczęty i pełen energii. Po śniadaniu ruszyliśmy do

Linia regularna U-02 : OSIEDLE WARNIKI – OSIEDLE WARNIKI
przez ul. Adama Mickiewicza → Osiedle Leśne ul. Dworcowa → ul. Gabriela Narutowicza → Osiedle Szumiłowo

L.p.	Przystanek	nr	Godzina odjazdu		
1.	Osiedle Warniki	23	6:12	11:11	15:29
2.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / ogrody - kier. Centrum	27	6:14	11:13	15:31
3.	ul. Wojska Polskiego / kier. Centrum	29	6:17	11:15	15:33
4.	ulica Adama Mickiewicza / kier. Centrum	21	6:19	11:17	15:35
5.	ul. Tadeusza Kościuszki / kier. Osiedle Szumiłowo	19	6:22	11:20	15:38
6.	Osiedle Leśne	34	6:25	11:23	15:41
7.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Szumiłowo	22	6:29	11:27	15:44
8.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Osiedle Szumiłowo	18	6:32	11:30	15:47
9.	ul. Orła Białego / BANK - kier. Osiedle Szumiłowo	20	6:34	11:32	15:49
10.	ul. Słoneczna przez ul. Jana Pawła II	16	6:36	11:34	15:51
11.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital	07	6:39	11:37	15:54
12.	ul. Drzewicka / nr 50-60 - kier. Osiedle Szumiłowo	14	6:41	11:39	15:56
13.	ul. Mikołaja Reja / SP3 - kier. Osiedle Szumiłowo	06	6:45	11:43	16:00
14.	ul. Mikołaja Reja / rondo - kier. Centrum	05	6:47	11:45	16:02
15.	ul. Nowa / kier. Osiedle Szumiłowo	08	6:49	11:47	16:04
16.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Wesołą	02	6:52	11:50	16:07
17.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzozkwinową	04	6:54	11:52	16:09
18.	ul. Kostrzyńska / przychodnia	03	6:56	11:54	16:11
19.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzozową	01	7:14	11:56	16:13
20.	ul. Mikołaja Reja / rondo - kier. Centrum	05	7:18	12:00	16:17
21.	ul. Drzewicka / przed ul. Sadową - kier. Centrum	11	7:21	12:03	16:20
22.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital / przez ul. Główną	10	7:24	12:06	16:23
23.	ul. Drzewicka / nr 1-7 - kier. Centrum	09	7:27	12:09	16:26
24.	ul. Słoneczna / przez ul. Jana Pawła II	16	7:29		
25.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Centrum	13		12:12	16:29
26.	ul. Jana Pawła II	15	7:31		
27.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Szumiłowo	17	7:33	12:15	16:32
28.	Osiedle Leśne	34	7:37	12:19	16:36
29.	ul. Tadeusza Kościuszki / kier. Osiedle Warniki	24	7:40	12:23	16:39
30.	ulica Adama Mickiewicza / kier. Osiedle Warniki	26	7:42	12:25	16:41
31.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / przychodnia - kier. Osiedle Warniki	28	7:45	12:28	16:44
32.	ul. Wojska Polskiego / kier. Centrum	29	7:49	12:32	16:48
33.	Osiedle Warniki	23		12:38	16:54
34.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / ogrody - kier. Centrum	27		12:41	16:57
35.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / Przychodnia - kier. Centrum	25		12:44	17:00

Linia regularna U-01 : OSIEDLE LEŚNE – OSIEDLE SZUMIŁOWO – OSIEDLE WARNIKI – UL. DWORCOWA
przez ul. Orła Białego → ul. Gabriela Narutowicza → ul. Adama Mickiewicza

L.p.	Przystanek	nr	Godzina odjazdu		
1.	Osiedle Leśne	34	8:04	13:35	
2.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Szumiłowo	22	6:09	8:08	13:39 15:00
3.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Osiedle Szumiłowo	18	6:12	8:11	13:42 15:03
4.	ul. Orła Białego / BANK - kier. Osiedle Szumiłowo	20	6:14	8:13	13:44 15:05
5.	ul. Słoneczna przez ul. Jana Pawła II	16	6:16	8:15	13:46 15:07
6.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital	07	6:19	8:18	13:49 15:10
7.	ul. Drzewicka / nr 50-60 - kier. Osiedle Szumiłowo	14	6:21	8:20	13:51 15:13
8.	ul. Mikołaja Reja / SP3 - kier. Osiedle Szumiłowo	06	6:25	8:24	13:55 15:17
9.	ul. Nowa / kier. Osiedle Szumiłowo	08	6:28	8:27	13:58 15:19
10.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Wesołą	02	6:31	8:30	14:01 15:22
11.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzozkwinową	04	6:33	8:32	14:03 15:24
12.	ul. Kostrzyńska / przychodnia	03	6:35	8:34	14:05 15:26
13.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzozową	01	6:37	8:36	14:07 15:28
14.	ul. Mikołaja Reja / rondo - kier. Centrum	05	6:41	8:40	14:11 15:32
15.	ul. Drzewicka / przed ul. Sadową - kier. Centrum	11	6:44	8:43	14:14 15:35
16.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital / przez ul. Główną	10	6:47	8:46	14:17 15:38
17.	ul. Drzewicka / nr 1-7 - kier. Centrum	09	6:50	8:49	14:20 15:41
18.	ul. Słoneczna przez ul. Jana Pawła II	16		8:51	
19.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Centrum	13	6:52		14:22 15:43
20.	ul. Jana Pawła II	15		8:53	
21.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Warniki	17	6:55	8:55	14:25 15:46
22.	Osiedle Leśne	34	6:58	8:59	14:29 15:50
23.	ul. Tadeusza Kościuszki / kier. Osiedle Warniki	24	7:01	9:02	14:32 15:53
24.	ul. Adama Mickiewicza / kier. Osiedle Warniki	26	7:03	9:04	14:34 15:55
25.	Osiedle Warniki	23	7:08	9:09	14:39 16:00
26.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / ogrody - kier. Centrum	27	7:10	9:11	14:41 16:02
27.	ul. Wojska Polskiego / kier. Centrum	29	7:12	9:13	14:43 16:04
28.	ulica Adama Mickiewicza / kier. Centrum	21	7:14	9:15	14:45 16:06
29.	ul. Tadeusza Kościuszki / kier. Osiedle Szumiłowo	19	7:16	9:18	14:48 16:08
30.	Osiedle Leśne	34	7:20		
31.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Szumiłowo	22	7:24	9:21	14:51 16:13
32.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Osiedle Szumiłowo	18	7:27	9:24	
33.	ul. Orła Białego / BANK - kier. Osiedle Szumiłowo	20	7:29	9:26	
34.	ul. Drzewicka / nr 8-10 - kier. Osiedle Szumiłowo	12	7:31	9:28	
35.	ul. Drzewicka / nr 50-60- kier. Osiedle Szumiłowo	14	7:33		
36.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital	07	7:36		
37.	ul. Mikołaja Reja / SP3 - kier. Osiedle Szumiłowo	06	7:39		
38.	ul. Mikołaja Reja / rondo - kier. Centrum	05	7:41		
39.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital	07	7:44		
40.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital / przez ul. Rzemieśniczą	10		9:31	
41.	ul. Drzewicka / kier. centrum / przez ul. Sadową	11		9:34	
42.	ul. Drzewicka / nr 1-7 - kier. Centrum	09	7:46	9:36	
43.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Centrum	13	7:49	9:38	
44.	ul. Dworcowa	17	7:51	9:41	

lekarz medycyny Artur Krysik

Specjalista dermatolog-wenerolog
Specjalista alergolog



Gabinet
Sulęcín Batorego 3A

Aktualne dane
do rejestracji na stronie

www.dermatolog-alerlog.pl

KOSTRZYN NAD ODRĄ

SPORT ŁĄCZY POKOLENIA

Za nami kolejna edycja Spartakiady Sportowo-Rekreacyjnej „Od Juniora do Seniora” - tym razem w pełnym słońcu i przy świetnej frekwencji. Na kortach tenisowych MOSiR w Kostrzynie nad Odrą 20 maja rywalizowało 10 drużyn seniorskich oraz niezastąpiona ekipa przedszkolaków z Przedszkola Miejskiego nr 1 „Pod Topolą”.



W sportowych zmaganiach udział wzięli:

- Uniwersytet Trzeciego Wieku,
- KS „Człowiekiem Jestem”,
- Dom Seniora,
- Dom Dziennego Pobytu,
- Kresowianie z Kostrzyna,
- Środowiskowy Domu Pomocy,
- dwa oddziały Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów,
- seniorzy z Seelow i Lebus.

Od rana czuć było pozytywną energię. Około godziny 10:30, przy dźwiękach muzyki, rozpoczęła się sportowa rywalizacja. Uczestnicy mierzyli się w pięciu konkurencjach:

- rzut woreczkami do celu,
- strzały piłką do bramki,
- rzuty piłką do celu,
- przekładanie piłki bokiem,
- rzuty hula-hop do celu.

Każda drużyna zbierała punkty, choć, zgodnie z tradycją, nie wynik był najważniejszy. Spartakiada nie miała charakteru typowej rywalizacji. Tu wszyscy byli zwycięzcami, a celem była dobra zabawa, integracja i ruch na świeżym powietrzu. Zmagania były zacięte, ale pełne śmiechu i życzliwości.

Seniorzy podchodzili do kolejnych konkurencji z uśmiechem i godnym pozazdroszczenia zapałem. Każdy celny rzut i każda sekunda miały znaczenie, a mimo że nie walczone o medale, emocji nie brakowało.

W imieniu dyrektora MOSiR Zygmunta Mendelskiego, spartakiadę otworzyli: Mariusz Staniszewski oraz Krystyna Budzińska z UTW, współorganizator wydarzenia.

Na zakończenie wszystkie zespoły otrzymały pamiątkowe puchary i upominki, a dekoracji dokonali K. Budzińska i M. Staniszewski.

Po części sportowej przyszedł czas na wspólny grill, rozmowy, śmiech i kolejne nowe znajomości. Kiełbaski smakowały wyśmienicie, a dobry nastrój towarzyszył uczestnikom do końca dnia. To był naprawdę udany dzień - pełen energii, zdrowej aktywności i międzypokoleniowej integracji. Seniorzy kolejny raz pokazali, że wiek to tylko liczba.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom, partnerom i osobom zaangażowanym w organizację, Miastu Kostrzyn nad Odrą, a także sędziom zawodów: Agnieszce Nowaczyńskiej, Łukaszowi Michalskiemu, Albertowi Semenchenko i Mariuszowi Staniszewskiemu. Szczególne podziękowania kierujemy do przedszkolaków z Przedszkola Miejskiego nr 1 „Pod Topolą” oraz ich opiekunek: byliście fantastyczni! Do zobaczenia za rok!

Wyniki spartakiady:

1. ZERiI II - 40 pkt.
2. KS „Człowiekiem Jestem” - 38 pkt.
3. ZERiI I - 35 pkt
4. Środowiskowy Dom Pomocy - 34 pkt.
5. Seniorzy Lebus (Niemcy) - 33 pkt.
5. Kresowianie - 33 pkt.
6. UTW - 32 pkt
7. Seniorzy z Seelow (Niemcy) - 22 pkt.
8. Dom Dziennego Pobytu - 19 pkt.
9. Dom Seniora - 9 pkt.

*Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji
w Kostrzynie nad Odrą*





Polska
Strefa Inwestycji



Kostrzyńsko-Słubiicka
Specjalna Strefa Ekonomiczna



ODER
FRANKFURT
SŁUBICE

Sport ohne Grenzen.
Sport bez granic.



SOSiR
#MisjaSport

Stadion Olimpijski w Słubicach

TURNIEJ K-SSSE CUP SŁUBICE 2025



20 - 22.06 2025

KSSSE CUP Orlików Słubice



Polska
Strefa Inwestycji



Kostrzyńsko-Słubiicka
Specjalna Strefa Ekonomiczna



MOSiR
KOSTRZYN NAD ODRĄ



PIKARSKI LAUR

TURNIEJE K-SSSE CUP KOSTRZYN NAD ODRĄ 2025

Stadion MOSiR Kostrzyn nad Odrą

21.06 2025 KSSSE CUP Żaków

21.06 2025 KSSSE CUP Skrzatów

TYLKO NOWA ODZIEŻ

w ofercie: bluzki - bluzy - kurtki - dresy
spodnie - spódnice - sukienki - inne

 **NOWY SKLEP! UL. KOPERNIKA 10**
pon-pt. 9:00-17:00 / sb 9:00-13:00

u nas kupisz również: kosmetyki **AVON**
ręcznie robione torebki z naturalnej skóry

TYLKO DUŻE ROZMIARY

UWAGA!!! OTWARTO NOWY SKLEP DUŻE ROZMIARY



Unilink
LIDER UBEZPIECZEŃ

Znajdziemy dla Ciebie
najlepsze ubezpieczenie!



Przyjdź do nas, do placówki i sprawdź naszą ofertę!

Ubezpieczenia Czyżewscy

tel.: 509 117 603

Kostrzyn nad Odrą, Kopernika 4A, POK.13

Więcej na: unilink.pl

KAMIENIARSTWO GARDZIEJEWSKI

NAGROBKI

GRANIT • PARAPETY • SCHODY

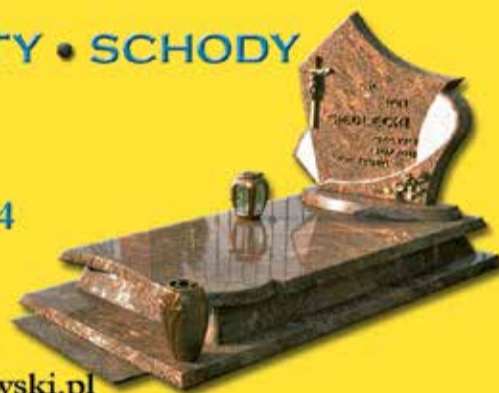
SULECIN

ul. PADEREWSKIEGO 14

tel. 663 565 474

tel. 957 553 064

www.kamieniarstwo-gardziejewski.pl



MEMORIAL

KOMPLEKSOWA ORGANIZACJA
I OBSŁUGA POGRZEBÓW



ZAKŁAD POGRZEBOWY

BEZGOTÓWKOWE ROZLICZENIE
W RAMACH ZASIŁKU ZUS/KRUS

- organizacja kremacji (spopielenia)
- sprzedaż trumien, urn, krzyży, tabliczek, ram nagrobkowych, wieńców, odzieży i akcesoriów pogrzebowych

- transport zmarłych na terenie kraju i za granicą
- ekshumacja zmarłych



tel. 696 117 301 (całodobowo)

Biura: Słońsk, ul. Sikorskiego 53, Kostrzyn nad Odrą, ul. Narutowicza (przy wjeździe do szpitala)

lokalny PRZEKRÓJ

Wydawca: PROGRESS Adam Piotrowski, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 4, 69-200 Sulęcín; Redaktor naczelny: Adam Piotrowski
Redakcja: Adam Piotrowski (redaktor naczelny), Bartłomiej Suski (redakcja Kostrzyn nad Odrą) & zespół redakcyjny
Druk: Polskapresse Oddział w Bydgoszczy; Nakład: 5.000 egz.; Kolportaż: PROGRESS Adam Piotrowski



REDAKCJA
786 873 216