

# lokalny PRZEKRÓJ

z dostawą do domu

KOSTRZYN NAD ODRĄ SŁUBICE GÓRZYCA RZEPIN OŚNO LUBUSKIE CYBINKA

NOWY ROZKŁAD KOMUNIKACJI  
strona 10

PodoEstetica

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.

## PILNIE KUPIĘ

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

Może być do remontu

tel. 782 655 123

tel. 669 655 351

REKLAMA  
601 772 559

## KUPIĘ MOTOCYKLE

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

tel. 726 085 110

OKNA I DRZWI BALKONOWE  
SERWIS - REGULACJA - NAPRAWA

## NASZE USŁUGI:

Uszczelnianie, eliminacja luk  
w ramach okiennychWymiana, regulacja,  
smarowanie mechanizmów  
i okuć okiennych

Wymiana uszczelek

Całkowita  
eliminacja przeciągówWymiana i montaż klamek  
okiennych i drzwiowychZADZWOŃ I UMÓW SIĘ  
NA BEZPŁATNĄ WYCENĘ USŁUGIGlobal Ecosystem  
Kostrzyn nad Odrą

☎ 517 479 090



PŁYTKI CERAMICZNE PROJEKTOWANIE ŁAZIENEK

STYL  
ERAMIKA  
SULĘCINwww.stylceramika.pl  
☎ 95 755 48 65os. Mieszka I 21a  
Kostrzyn nad Odrą  
☎ 723 535 853Ciasta  
Desery  
Batony  
Torty  
Siatki  
KanapkiFITCAKE  
#NIECUKIERNIAbez dodatku  
cukru

bez laktozy



bez glutenu



wegan

your  
BEAUTY  
PLACE

KOSMETYKA PIELĘGNACYJNA &amp; UPIĘKSZAJĄCA

ZESKANUJ KOD  
UMÓW SIĘ  
NA WIZYTĘ

-booksy

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

zapraszam,  
Anna Ziemkiewicz-Dubicka

☎ 608 524 495

📍 ulica Gorzowska 10  
Kostrzyn nad Odrą

www.yourbeautyplace.booksy.com/a/



CENTRUM HIPOTECZNE

lendi  
PartnerBEZPŁATNE WSPARCIE  
EKSPERTA FINANSOWEGOKredyty: hipoteczne, unijne  
gotówkowe, firmowe

Pożyczki Hipoteczne

Leasing

Obsługa Prawna

Negocjacje Warunków Finansowych

Kostrzyn nad Odrą, Ul. Sikorskiego 16  
C.H Rondo, 1 piętro

malgorzata.pieprzka@lendi.pl



☎ 504 037 697

## KOLEJNA WYCIECZKA KOSTRZYŃSKICH SENIORÓW

Zgodnie z wieloletnią tradycją we wrześniu każdego roku Kostrzyńskie Stowarzyszenie „Człowiekiem Jestem” organizuje wycieczki do miejscowości naszego województwa i nie tylko. Odwiedziliśmy już Gorzów, Zieloną Górę, Nową Sól, Żary, Żagań, Szprotawę, Krosno Odrzańskie, Gubin Świebodzin, Sulęcín, Międzyrzecz, Witnicę, Słubice, Drezdenko, Strzelce Krajeńskie, Dębno, Słońsk, Moryń, Łągów, Lubniewice, Ośno Lubuskie, a po drugiej stronie odry Lebus, Frankfurt, Seelow. Tradycji stało się zadość – 19 września br. zwiedziliśmy miejscowości w województwie zachodniopomorskim.



Wycieczkę zaczęliśmy od Gryfina. Tu przywitały nas w zastępstwie burmistrza: Małgorzata Wakuluk i Małgorzata Jackiewicz. Panie zaprezentowały nam swoje miasto, którego historia podobna jest do Kostrzyna. Oba miasta leżą nad Odrą i w podobnym stopniu doświadczyły zniszczeń wojennych. Czynnikiem miastotwórczym Gryfina po wojnie jest Elektrownia Dolna Odra a Kostrzyna zakłady papiernicze. Warto nadmienić, że w najbliższym czasie ma tu powstać Park Narodowy Dolnej Odry. O historii i teraźniejszości Kostrzyna opowiadał Jerzy Wanat, nie zapominając oczywiście o Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefie Ekonomicznej, która swoje inwestycje ma również w województwie

zachodniopomorskim. W miłej atmosferze przy kawie i ciastkach rozmawiano o obu miastach. Na koniec wymieniono się upominkami.

Po zwiedzaniu Gryfina udaliśmy się do okazałego budynku położonego wśród zieleni, w którym mieszczą się gryfińskie organizacje seniorskie i Dom Dziennego Pobytu. To spotkano się z seniorami, którzy byli gospodarzami. Wizytowaliśmy pomieszczenia, w których na co dzień odbywają się zajęcia kulturowo-oświatowe, rękodzieła, rehabilitacyjne, sportowe oraz wiele, wiele innych. Przy tej okazji nastąpiła wymiana naszych doświadczeń dotyczących działalności organizacji seniorskich, wymieniono się uwagami na temat zainteresowania władz pro-

blemami osób w podeszłym wieku czy niepełnosprawnościami, które niestety w Gryfinie stoją na wyższym poziomie niż u nas. Było też wspólne śpiewanie, recytacje wierszy Adeli Pawlukiewicz i Jerzego Romaniuka. Po wymianie pamiątek obiecaliśmy sobie, że ponownie znów się spotkamy.

W dalszej drodze odwiedziliśmy Krzywy Las aby podziwiać nigdzie nie spotykane wynaturzenia przyrodnicze, a następnie pojechaliśmy do 7-tysięcznej Chojny, gdzie w śródmiejskiej restauracji posililiśmy się obiadem. Podczas krótkiego spaceru w centrum miasta podziwialiśmy renesansowy kościół oraz ratusz, aby po chwili udać się w dalszą trasę wiodącą wzdłuż Odry do Siekierok.

Tu na cmentarzu poległych podczas forsowania Odry około 900 polskich żołnierzy, przy pomniku, złożono kwiaty i zapalono znicze. Po krótkim przystanku na przepyszne lody i gofry w Mieszkowicach wróciliśmy do Kostrzyna.

Ta 8-godzinna wycieczka autokarowa, w której uczestniczyło 18 osób pozwoliło Seniorom z KS „Człowiekiem Jestem” nawiązać nowe kontakty, wymienić doświadczenia, poznać nowe miejsca i miejscowości czy złożyć hołd poległym żołnierzom. Dzięki dofinansowaniu z Urzędu Miasta w Kostrzynie nad Odrą była też tania, a dla każdego czekała czekolada. Wycieczka była zdaniem uczestników bardzo udana i myślimy już o kolejnych...



**Oferujemy sprzedaż i wynajem sprzętu medycznego:  
łóżka rehabilitacyjne, koncentratory tlenu,  
aparat do kompresji przeciwbrzękowej  
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,

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

REFUNDACJA  
**NFZ**



# PRALNIA DYWANÓW

od 20 zł m<sup>2</sup>  
czas realizacji 48h

**KOSTRZYN NAD ODRĄ  
OSIEDLE NAD WARTĄ 7**  
730 262 545

profesjonalne  
**CZYSZCZENIE TAPICERKI  
I WYKŁADZIN DYWANOWYCH**

- tapicerka meblowa
- tapicerka samochodowa
- tapicerka skórzana

www.pralniaallin.eu  
730 090 097

ALL IN

OBYWATELSKI PARLAMENT SENIORÓW

## SUKCES JABŁOŃSKIEGO

Obywatelski Parlament Seniorów to środowisko apolityczne, neutralne religijnie, światopoglądowo, ogólnopolskie przedstawicielstwo osób starszych w naszym kraju. OPS jest między innymi jedną z form aktywności, uczestnictwa osób starszych w procesie twórczego budowania społeczeństwa obywatelskiego, wypracowywania kierunków polityki senioralnej oraz uczestniczenie w dialogu z podmiotami życia publicznego w kształtowaniu sytuacji umożliwiającej im godnego życia seniorów.



I sesja Obywatelskiego Parlamentu Seniorów odbyła się 1 października 2015 roku w Sali posiedzeń Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej jako wynik efektywnej pracy trwającego ponad dekadę procesu integracji ruchu senioralnego w Polsce. Zawiązanie się OPS było wypełnieniem rekomendacji Parlamentu Europejskiego, która zaleca powołanie w każdym państwie członkowskim UE Parlamentu Seniorów mającego wpływ na politykę państwa wobec osób starszych.

Aktualnie nowo wybrane Prezydium Obywatelskiego Parlamentu Seniorów składa się z następujących osób: **Zbigniew Tomczak** - Przewodniczący, **Ewa Woźniak** - I Wiceprzewodnicząca, **Jacek Gibała** - Wiceprzewodniczący, **Zdzisław Czarnecki** - Wiceprzewodniczący, **Krystyna Ozga** - Członek Prezydium, **Zuzanna Geilke** - Członek Prezydium, **Ewa Rębecka** - Członek Prezydium. Prezydium zostało wybrane w dniu 4 listopada 2015 roku w siedzibie Obywatelskiego Parlamentu Seniorów, podczas posiedzenia konstytucyjnego Prezydium V Kadencji. W całym kraju są Delegatury OPS.

Między innymi jest również Lubuska Delegatura OPS w Zielonej Górze, która 12 listopada 2015 roku dokonała wyborów nowych władz:

**Jerzy Mieczysław Jabłoński** Kostrzyn nad Odrą - Przewodniczący,  
**Andrzej Jakubaszek** Gorzów - z-ca przewodniczącego,  
**Irena Szarek** Świebodzin - z-ca przewodniczącego,  
**Urszula Miara** Świebodzin - sekretarz Prezydium,  
**Maria Kolanko** Krosno Odrz. - Członek Prezydium. Na spotkaniu ustępujący przewodniczący Wojciech Białek złożył sprawozdanie z działalności Lubuskiej Delegatury OPS za lata 2012-2015. W dniach 2-4 grudnia br. planowane jest posiedzenie Rady OPS w nowym składzie po ukonstytuowaniu się Prezydium OPS i Prezydium Delegatur. Posiedzenie odbędzie się w okolicach Kalisza. Lubuska Delegatura OPS Zielona Góra zaprasza wszystkich zainteresowanych tą tematyką na stronę internetową:

[www.parlamentseniorow.pl](http://www.parlamentseniorow.pl)

*Gratulujemy mieszkańcowi Kostrzyna nad Odrą **Jerzemu Mieczysławowi Jabłońskiemu** wyboru na Przewodniczącego Lubuskiej Delegatury Ogólnopolskiego Parlamentu Seniorów w Zielonej Górze. Przypomnijmy, że działa on społecznie również w ROPS Zielona Góra.*



# 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

## NIE PAL ODPADÓW!

Podczas spalania śmieci w domowych piecach emitowane są szkodliwe substancje: pyły powodujące zanieczyszczenie metalami ciężkimi, trujący tlenek węgla oraz tlenek azotu, który powoduje podrażnienia a nawet uszkodzenia płuc. W dymie znajduje się dwutlenek siarki, chlorowodór, cyjanowodór oraz rakotwórcze dioksyny.

Spalanie niedozwolonych substancji i odpadów w domowych warunkach, stwarza nie tylko zagrożenia zdrowotne, ale może być bezpośrednią przyczyną bardzo groźnych w skutkach pożarów i zaccadzeń. Zawarte w niektórych odpadach substancje żywiczne nie ulegają spalaniu ale oblepiają i zatykają przewody kominowe. Palenie śmieci powoduje zapychanie się kominów sadzą co może doprowadzić do pożaru przewodu kominowego. Skutki są niestety dosyć łatwe do przewidzenia.

źródło: [www.gov.pl](http://www.gov.pl)

**CZG12**  
Celowy Związek Gmin

SEGREGUJ ODPADY -  
CHROŃ ŚRODOWISKO!

**ZNICZE ORAZ LAMPY SOLARNE, WKŁADY ZASILANE  
BATERIAMI ORAZ BATERIE  
NALEŻY WRZUCAĆ DO SPECJALNYCH  
POJEMNIKÓW  
NA ZUŻYTE SPRZĘTY ELEKTRYCZNE  
I ELEKTRONICZNE (ZSEE) I DO POJEMNIKÓW DO  
ZBIÓRKI BATERII!**



**ODPADY PROBLEMOWE MOŻNA BEZPŁATNIE ODDAĆ DO PSZOK!**

**CZG12**  
Celowy Związek Gmin

**NIE PAL ODPADÓW!  
TRUJESZ ŚRODOWISKO,  
SIEBIE I SĄSIADÓW!**



Cd CO<sub>2</sub> PM10 SO<sub>3</sub>  
Pb HCN SO<sub>2</sub>  
H<sub>2</sub>S PM2,5

Projekt pn. "Niska emisja - palący problem. Działania edukacyjne na terenie Celowego Związku Gmin CZG-12 na rzecz ochrony powietrza."

[WWW.CZG12.PL](http://WWW.CZG12.PL)



Niniejszy materiał powstał w ramach projektu dofinansowanego ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej oraz Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Zielonej Górze w ramach Programu Regionalnego Wsparcia Edukacji Ekologicznej



CZG-12 PRZYPOMINA

## PAMIĘTAJ O WŁAŚCIWEJ SEGRÉGACJI ODPADÓW!

Przed nami czas poświęcanych porządków na terenach cmentarnych. Pamiętajmy o segregacji!

Pamiętajmy, by w miarę możliwości posegregować odpady na odpowiednie frakcje i wyrzucić do dostępnych koszy na odpady selektywnie zbierane:

**Do pojemnika żółtego można wyrzucić m.in.:**

- plastikowe i metalowe elementy po zniczach
- puste doniczki i osłonki plastikowe
- plastikowe butelki

Pamiętaj, że szklane znicze mogą być ponownie użyte! Można pozostawić je w ZNICZODZIELNI, ale jeśli są uszkodzone wyrzucić je należy do pojemnika na zmieszane odpady komunalne!

Chryzantemy można uratować poprzez posadzenie ich w ogródku. Jeśli musimy je wyrzucić pamiętajmy, aby do pojemnika brązowego na bioodpady wrzucać kwiaty już bez plastikowych osłonek i donic!

Obecnie dużym problemem są wkłady zasilane bateriami oraz lampy solarne. Należy pamiętać, że urządzenia elektryczne i elektroniczne należy oddawać do specjalnych punktów zbiórki tych odpadów. Każdy mieszkaniec może takie odpady bezpłatnie oddać do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych, ale postarajmy się aby tam trafiało ich jak najmniej. Takich wkładów oraz lamp można używać bardzo długo!

Baterie to również odpady niebezpieczne dla środowiska. Wyrzucanie ich do koszy do zbiórki odpadów komunalnych stwarza zagrożenie dla środowiska oraz dużo problemów w odzyskaniu ich ze strumienia odpadów zmieszanych w zakładach unieszkodliwiania odpadów komunalnych. Punktów zbiórki baterii obecnie jest dość dużo m.in. w urzędach, w szkołach i sklepach.

**CZG12**  
Stawiamy  
na nowoczesność i ekologię

Celowy Związek Gmin CZG-12  
Długoszyń 80  
69-200 Sulejów  
tel. 95 755 93 71  
czg12@czg12.pl  
[www.czg12.pl](http://www.czg12.pl)  
f



# TANKOMAT

# OTL

**Tankuj na  
własnych zasadach!**

**Rzepin, ul. Puszczy Rzepińskiej 7**

## Jak to działa?



Podjeżdżasz



Wybierasz paliwo



Płacisz



Tankujesz  
i odjeżdżasz

## Akceptowalne formy płatności:



Gotówka



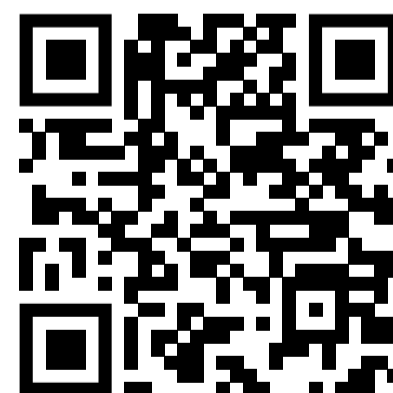
Karta



Karta flotowa

## Dlaczego warto?

- ✓ Wygodne tankowanie
- ✓ Nowoczesne, samoobsługowe
- ✓ Najwyższa jakość paliw
- ✓ Dbaj o środowisko z Lasami Państwowymi



**Tankuj szybko. Tankuj prosto. Tankuj z OTL.**

PIĘKNE NA ZIMĘ RAZEM Z PRZEKROJEM

## Kuracja Retix C - retinol i witamina C na pomoc skórze

Kuracja Retix C to kuracja na bazie retinolu, witaminy C, antyoksydantów i substancji zmniejszających podrażnienie skóry. Sprawdza się doskonale w licznych problemach skóry: poprawia jej kondycję, wygładza zmarszczki i rozjaśnia przebarwienia. A to tylko niektóre z zalet kuracji, do której zachęcamy!



### CZYM JEST KURACJA RETIX C?

**RETIX C** to odmładzanie i rozjaśnianie cery poprzez delikatne złuszczenie. Jest to kuracja, która sprawdza się w różnych problemach skórnych. To połączenie działania retinolu, witaminy C oraz antyoksydantów i substancji zmniejszających podrażnienie skóry. Retix C dzięki działaniu na martwe komórki naskórka, pozwala poprawić kondycję skóry, wygładzić zmarszczki, rozjaśnić przebarwienia i zredukować występowanie trądziku.

### JAK WYGLĄDA ZABIEG?

Pierwszym etapem kuracji jest demakijaż i oczyszczenie skóry.

Następnie aplikowana jest ampułka z 8% witaminą C oraz kompleksem flawonoidów. Składniki aktywne chronią przed fotouszkodzeniami skóry oraz stymulują skórę do produkcji nowego kolagenu. Witamina C silnie rozświetla, dodaje blasku skórze co w połączeniu z flawonoidami działa antyoksydacyjnie. Kolejnym etapem zabiegu jest nałożenie maski z czystym 4% retinolem na ok. 4-8h (o czasie ekspozycji na skórze decyduje kosmetolog), którą pacjentka zmywa czystą wodą w domu. Składnikami aktywnymi w masce są:

- **4% retinol** - pobudza produkcję kolagenu oraz elastyny, działa wy-

gładzająco na zmarszczki oraz rozjaśniająco na przebarwienia;

- **NNKT (niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe)**, które odbudowują płaszcz hydrolipidowy na skórze;
- **wyciąg z rozmarynu** - działa antyseptycznie i bakteriobójczo, dzięki właściwościom antyoksydacyjnym i przeciwzapalnym zmniejsza ryzyko nadmiernego podrażnienia skóry po zabiegu;
- **witamina E** - jest silnym antyoksydantem oraz stabilizuje witaminę A (retinol).

Po 2-3 dniach od zabiegu skóra zaczyna się złuszczać, a efekt ten mija po około 4 dniach. W zależności od stanu skóry zabieg należy wykonać w serii ok. 3 zabiegów, co 28dni.

Podczas kuracji oraz miesiąc po jej zakończeniu, należy unikać opalania oraz używać kremu z filtrem 50SPF.

### KIEDY POJAWIĄ SIĘ EFEKTY?

Już po pierwszym zabiegu widać efekty działania retinolu. Skóra jest wyraźnie rozświetlona oraz wygładzona. Zredukowane zostają niedoskonałości skóry takie jak zmarszczki, zaskórniki, rozszerzone pory oraz przebarwienia. Zabieg

podnosi również poziom nawilżenia oraz elastyczności skóry. Dodatkowo skóra zyskuje ochronę przed działaniem wolnych rodników, co spowalnia procesy starzenia się.

### JAKIE SĄ WSKAZANIA DO ZABIEGU?

- przebarwienia
- zmarszczki
- trądzik pospolicie
- ziemista cera
- suchość skóry
- rozszerzone pory

### A JAKIE SĄ PRZECIWSKAZANIA?

- kuracja retinoidami – zabieg można wykonać po 6 miesiącach od zakończenia kuracji;
- aktywne, ropne zmiany trądzikowe;
- choroby wirusowe, bakteryjne i grzybicze;
- ciąża oraz karmienie piersią;
- cera naczyniowa i wrażliwa;
- uszkodzenia skóry w obrębie zabiegu;
- świeżo opalona skóra (opalenie należy zakończyć co najmniej 2 tygodnie przed zabiegiem, nie stosować samoopalaczy).

*Serdecznie zapraszam na kurację Retix C,  
SYLWIA MAZUREK*

## 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

W TROSCE O ZDROWIE

# PIJAWKI LEKARSKIE: NATURALNY SPOSÓB NA SKRZEPY I ŻYLAKI POŻEGNAJ STRACH PRZED UDAREM!

Kiedy medycyna konwencjonalna osiąga swoje granice, a organizm domaga się wsparcia opartego na naturze, odpowiedzią może być hirudoterapia. Ta starożytna metoda leczenia certyfikowanymi pijawkami lekarskimi powraca jako idealne rozwiązanie dla osób zmagających się z przewlekłymi problemami krążeniowymi, stanami zapalnymi i potrzebą ogólnej, głębokiej regeneracji.



**KURACJA PIJAWKAMI**  
Pomóż sobie i bliskim

**WSKAZANIA**

- Nadciśnienie ✓
- Hemoroidy ✓
- Miażdżyca ✓
- 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

Słońsk

Substancje wydzielane przez pijawki poprawiają kondycję ścian żył oraz naczyń, redukują zastoje żyłne i obrzęki, a także wspierają procesy regeneracji w tkankach objętych stanem zapalnym. Dzięki poprawie mikrokrążenia i dotlenienia, możliwe jest nie tylko złagodzenie objawów, ale i realna poprawa wyglądu oraz funkcjonowania nóg, często pozwalająca uniknąć konieczności zabiegów laserowych.

## JAK DZIAŁA TERAPIA PIJAWKAMI?

Hirudoterapia to coś więcej niż tylko zabieg – to kompleksowe wsparcie dla całego organizmu. Wydzielina pijawki zawiera m.in. hirudynę, hialuronidazę, eglinę czy bdelliny – naturalne substancje, które:

- rozpuszczają skrzepy i zapobiegają nowym zakrzepom (dzięki hirudynie),
- poprawiają mikrokrążenie i dotlenienie tkanek,
- zmniejszają obrzęki i stany zapalne,
- łagodzą ból,
- przyspieszają gojenie ran i regenerację skóry.

Efektom jest lepsze samopoczucie, zwiększona odporność i poprawa funkcjonowania całego układu krwionośnego.

## W JAKICH DOLEGLIWOŚCIACH POMAGA HIRUDOTERAPIA?

Zastosowanie pijawek obejmuje wiele obszarów medycyny, od profilaktyki po wspomaganie leczenia:

- **układ krążenia:** żylaki, zakrzepica, nadciśnienie, miażdżyca, choroba wieńcowa, profilaktyka udarów,
- **obrzęki, zastój limfy:** opuchlizna nóg, obrzęki pooperacyjne i pourazowe,
- **układ ruchu:** bóle stawów, kręgosłupa, urazy sportowe, RZS, dna moczanowa,
- **neurologia:** udar mózgu, migreny, rwa kulszowa, neuropatie, a także wspomaganie w Parkinsonie i SM,
- **dermatologia:** łuszczyca, egzema, trądzik, trudno gojące się rany, blizny, oparzenia, owrzodzenia,
- **choroby kobiece i urologiczne:** bolesne miesiączki, endometrioza, zapalenie prostaty, niepłodność,
- **choroby metaboliczne i autoimmunologiczne:** cukrzyca, zaburzenia tarczycy, toczeń, fibromialgia,
- **stomatologia i laryngologia:** paradontoza, zapalenie dziąseł, zatok, ucha,
- **ogólna regeneracja:** przewlekłe zmęczenie, stres, bezsenność, osłabienie odporności, rekonwalescencja po operacjach.

## BEZPIECZNIE, KOMFORTOWO I PROFESJONALNIE

Każdy zabieg poprzedza dokładna konsultacja, aby dobrać terapię do indywidualnych potrzeb pacjenta. W gabinecie stosowane są wyłącznie certyfikowane pijawki medyczne, używane jednorazowo i utylizowane zgodnie z przepisami sanitarnymi.

**Adres:** 3-go Lutego, Słońsk

**Godziny otwarcia:**

Poniedziałek-Sobota, 9:00 – 21:00

**Telefon:** 572-079-092

**Facebook:** Medical Kuracja Pijawkami

## UWAGA!

Dla osób starszych lub mających problemy z poruszaniem się istnieje możliwość przeprowadzenia zabiegu w domu pacjenta z zachowaniem pełnych standardów bezpieczeństwa i higieny.



## DLACZEGO WARTO?

To, co kiedyś było traktowane jako medycyna ludowa, obecnie jest już profesjonalną, w pełni bezpieczną i certyfikowaną formą wsparcia w wielu schorzeniach. Zabiegi z użyciem pijawek są powszechnie wykonywane w specjalistycznych gabinetach na całym świecie, a ich prozdrowotna skuteczność jest doceniana zarówno przez pacjentów, jak i współczesnych lekarzy.

## PIJAWKI NA SKRZEPY: PROFILAKTYKA PRZECIWUDAROWA

Jednym z najgroźniejszych zagrożeń dla zdrowia i życia, wynikających z zaburzeń krążenia, jest powstawanie skrzepów (zakrzepów). Nielezione skrzepy mogą prowadzić do zatorów, zawału serca lub, co szczególnie niebezpieczne, do udaru mózgu, trwale uszkadzając układ nerwowy.

Hirudoterapia stanowi naturalną i niezwykle skuteczną linię obrony przed tymi schorzeniami. Kluczową substancją zawartą w ślinie pijawki jest hirudyna, jeden z najsilniejszych naturalnych antykoagulantów. Hirudyna nie tylko zapobiega powstawaniu nowych zakrzepów, ale posiada też właściwości fibrynolityczne, co oznacza, że może aktywnie rozpuszczać istniejące już skrzepy. Dzięki temu właśnie działaniu, terapia pijawkami jest ważnym elementem profilaktyki przeciwudarowej i zakrzepicy.

## NATURALNA ALTERNATYWA W LECZENIU ŻYLAKÓW

Wielu pacjentów borykających się z problemami krążenia i widocznymi żylakami (żylakami kończyn dolnych) szuka sposobów, które nie wymagają ingerencji chirurgicznej. Hirudoterapia okazuje się tu skuteczną, naturalną alternatywą dla inwazyjnej laseroterapii i zabiegów operacyjnych.



Kostrzyńsko-Słubicka  
Specjalna Strefa Ekonomiczna

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

## PAIH FORUM BIZNESU 2025

W dniach 5–7 listopada 2025 roku w Warszawie odbyła się szósta edycja PAIH Forum Biznesu - jednego z najważniejszych wydarzeń poświęconych ekspansji zagranicznej i inwestycjom. W wydarzeniu uczestniczyło ponad 5000 osób, w tym przedstawiciele sektora MŚP, eksperci, naukowcy oraz liderzy biznesu. Spotkanie stało się przestrzenią do wymiany doświadczeń, prezentacji dobrych praktyk oraz nawiązywania kontaktów sprzyjających rozwojowi innowacyjnej gospodarki.



Kostrzyńsko-Słubicką Specjalną Strefę Ekonomiczną reprezentowali: Członek Zarządu **Antoni Sołtys** oraz dyrektorzy Działów Marketingu, Promocji i Informacji **Andrzej Kail, Iwona Sztuka i Maciej Borowski wraz z zespołem**.

Podczas PAIH Forum Biznesu odbywały się liczne panele dyskusyjne, rozmowy networkingowe oraz prezentacje na stoiskach poszczególnych stref ekonomicznych z całej Polski, przy których można było uzyskać informacje dotyczące zasad funkcjonowania Polskiej Strefy Inwestycji.

Zwieńczeniem wydarzenia była Gala PAIH Forum Biznesu 2025, w trakcie której odbyły się przemówienia podsumowujące działalność PAIH oraz osiągnięcia przedsiębiorców w minionym roku. Wyróżnienia otrzymały m.in. Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska w Piątnicy, Esky Group i prezes firmy DMD Modular Ewelina Woźniak-Szpakiewicz.

Podczas wydarzenia odbyła się także 11. edycja konkursu „Grunt na medal”, w ramach którego wyróżniono przedstawicieli 16 województw. Wśród laureatów znalazły się Miasto i Gmina Gryfino, reprezentowane przez zastępcę burmistrza Tomasza Milera, i Gmina Sulechów, reprezentowana przez burmistrza Wojciecha Sołtysa.

Oba nagrodzone tereny inwestycyjne znajdują się w obszarze działania Kostrzyńsko - Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A.

Spotkania i rozmowy prowadzone podczas forum potwierdziły, że wspólne działania administracji, biznesu i instytucji otoczenia gospodarczego są kluczowe dla dalszego rozwoju oraz budowania konkurencyjnej, nowoczesnej gospodarki.



KOSTRZYŃSKO - SŁUBICKA SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA S.A.

# PODPISANIE POROZUMIENIA POMIĘDZY K-S SSE S.A. A UNIWERSYTETEM ZIELONOGÓRSKIM

Uniwersytet Zielonogórski będzie współpracować z Kostrzyńsko-Słubicką Specjalną Strefą Ekonomiczną S.A. Umowa o partnerstwie została podpisana we wtorek 4 listopada br. Do głównych założeń porozumienia należy przede wszystkim wykorzystanie potencjału i dorobku uczelni oraz doświadczeń K-S SSE S.A. Co za tym idzie - współpraca jest również szansą na stworzenie warunków do ciągłego podnoszenia jakości kształcenia na UZ i dostosowywania szczegółowej oferty dydaktycznej do potrzeb rynku pracy.



Polska  
Strefa Inwestycji

**STREFA  
DLA TWOJEGO  
BIZNESU**

Kostrzyńsko-Słubicka  
Specjalna Strefa Ekonomiczna



Kostrzyńsko-Słubicka  
Specjalna Strefa Ekonomiczna

Największy nacisk - w ramach wspomnianego porozumienia - będzie kładziony na kierunki studiów, które są realizowane w **Instytucie Nauk o Zarządzaniu i Jakości UZ**: To jest niezwykle ważny podmiot gospodarczy, funkcjonujący na terenie naszego regionu. Już od pewnego czasu współdziałamy, teraz przyszedł moment na sformalizowanie tego partnerstwa. Nasza współpraca będzie dotyczyła przede wszystkim zajęć ze studentami. Nie zabraknie też działań na płaszczyźnie gospodarczo - naukowej. Tak ważna jednostka, jaką jest nasza uczelnia, musi ściśle współpracować ze strefą, mówi **prof. dr hab. Wojciech Strzyżewski, Rektor Uniwersytetu Zielonogórskiego**.

Obustronne korzyści ze współpracy widzą również przedstawiciele K-S SSE S.A.: Strefa sprzedaje wiedzę na temat tego, co robi. Jaka jest idea naszego funkcjonowania, jak ważne jest wsparcie z naszej strony dla inwestorów. Z drugiej strony docieramy do młodych ludzi, którzy będą mieli z tego także wymierne korzyści. Będziemy próbować otwierać wiedzę tych ludzi na świat. Będziemy próbowali robić takie wykłady interaktywne, w których będą uczestniczyć duzi gracze na rynku. Rozpoczęliśmy już rozmowy chociażby z inwestorami z Japonii. Skoordinujemy takie spotkania w formie wideokonferencji. - komentuje **Tomasz Pisarek, Prezes Zarządu K-S SSE S. A.**

Obie strony porozumienia deklarują tym samym współpracę w obszarach dydaktyki - w szczególności poprzez konsultowanie treści programowych, wybranych modułów praktycznych na kierunkach studiów I i II stopnia oraz podyplomowych prowadzonych na UZ: Młodzi ludzie będą mogli dotknąć praktyki. I to na bardzo konkretnym i wysokim poziomie. Skorzystają z dorobku i doświadczeń całego bagażu empirycznego, który przez lata stworzyły wszystkie podmioty, funk-

cjonujące w Kostrzyńsko - Słubickiej Specjalnej Strefie Ekonomicznej S. A. Studenci wezmą udział choćby w cyklach warsztatów. Poznają też organizację działalności gospodarczej w wymiarze międzynarodowym. Bo doświadczenie praktyczne jest niezwykle ważne, tuż obok wiedzy akademickiej. To jest gigantyczna wartość zarówno dla studentów, jak i dla pracowników dydaktycznych, dodaje **dr hab. Waldemar Sługocki, prof. UZ z Instytutu Ekonomii i Finansów UZ**.

Ogromne nadzieje wobec porozumienia z Kostrzyńsko-Słubicką Specjalną Strefą Ekonomiczną S. A. mają między innymi pracownicy nauki Instytutu Nauk o Zarządzaniu i Jakości UZ: Bardzo nam zależy na współpracy z biznesem w kategoriach edukacji i nauki. Pierwsza część ma za zadanie pozyskać przede wszystkim informacje, jakie oczekiwania biznes ma wobec procesu dydaktycznego. Czyli chcemy uzyskać informacje na temat wiedzy i kompetencji, które powinniśmy zawrzeć w naszych programach. Tak żeby nasi absolwenci byli atrakcyjnymi pracownikami dla przedsiębiorców i inwestorów. Oczekuję również szerokiej współpracy w zakresie organizacji wspólnych wykładów. Specjaliści z K-S SSE S. A. mogą poprowadzić takie prelekcje dla naszych studentów, lepiej ich przygotować do zawodu. Drugi istotny aspekt to nauka, prowadzenie badań, identyfikacja kompetencji i wiedzy naszych absolwentów. - tłumaczy **dr hab. Sebastian Saniuk, prof. UZ, dyrektor Instytutu Nauk o Zarządzaniu i Jakości UZ**. Celem porozumienia jest przede wszystkim odpowiedzialne rynku pracy w naszym regionie na potrzeby inwestora. Według zawartego porozumienia - ma się ono opierać między innymi na zgłaszaniu zapotrzebowania na kształcenie określonej grupy pracowników, w celu wzbogacenia kwalifikacji zawodowych.

źródło: [www.uz.zgora.pl](http://www.uz.zgora.pl)

Linia regularna U-02 : OSIEDLE WARNIKI – OSIEDLE WARNIKI  
przez ul. Adama Mickiewicza → Osiedle Leśne ul. Dworcową → 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. Lipowa / zastępczy - kier. Osiedle Szumiłowo	-	6:46	11:44	16:01
14.	ul. Nowa / kier. Osiedle Szumiłowo	08	6:49	11:47	16:04
15.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Wesołą	02	6:52	11:50	16:07
16.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzoskwinową	04	6:54	11:52	16:09
17.	ul. Kostrzyńska / przychodnia	03	6:56	11:54	16:11
18.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzozową	01	7:14	11:56	16:13
19.	ul. Lipowa / zastępczy - kier. Centrum	-	7:18	12:00	16:17
20.	ul. Drzewicka / przed ul. Sadową - kier. Centrum	11	7:21	12:03	16:20
21.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital / przez ul. Główną	10	7:24	12:06	16:23
22.	ul. Drzewicka / nr 1-7 - kier. Centrum	09	7:27	12:09	16:26
23.	ul. Słoneczna / przez ul. Jana Pawła II	16	7:29		
24.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Centrum	13		12:12	16:29
25.	ul. Jana Pawła II	15	7:31		
26.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Szumiłowo	17	7:33	12:15	16:32
27.	Osiedle Leśne	34	7:37	12:19	16:36
28.	ul. Tadeusza Kościuszki / kier. Osiedle Warniki	24	7:40	12:23	16:39
29.	ulica Adama Mickiewicza / kier. Osiedle Warniki	26	7:42	12:25	16:41
30.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / przychodnia - kier. Osiedle Warniki	28	7:45	12:28	16:44
31.	ul. Wojska Polskiego / kier. Centrum	29	7:49	12:32	16:48
32.	Osiedle Warniki	23		12:38	16:54
33.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / ogrody - kier. Centrum	27		12:41	16:57
34.	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	8:00	13:45	
2.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Szumiłowo	22	5:55	8:04	13:49 15:05
3.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Osiedle Szumiłowo	18	5:58	8:07	13:52 15:08
4.	ul. Orła Białego / BANK - kier. Osiedle Szumiłowo	20	6:00	8:09	13:54 15:10
5.	ul. Słoneczna przez ul. Jana Pawła II	16	6:02	8:11	13:56 15:12
6.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital	07	6:05	8:14	13:59 15:15
7.	ul. Drzewicka / nr 50-60 - kier. Osiedle Szumiłowo	14	6:07	8:16	14:01 15:18
8.	ul. Lipowa / zastępczy - kier. Osiedle Szumiłowo	06	6:11	8:20	14:05 15:22
9.	ul. Nowa / kier. Osiedle Szumiłowo	08	6:13	8:22	14:07 15:24
10.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Wesołą	02	6:17	8:26	14:11 15:27
11.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzoskwinową	04	6:19	8:28	14:13 15:29
12.	ul. Kostrzyńska / przychodnia	03	6:21	8:30	14:15 15:31
13.	ul. Kostrzyńska / przed ul. Brzozową	01	6:23	8:32	14:17 15:33
14.	ul. Lipowa / zastępczy - kier. Centrum	05	6:27	8:36	14:21 15:37
15.	ul. Drzewicka / przed ul. Sadową - kier. Centrum	11	6:30	8:39	14:24 15:40
16.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital / przez ul. Główną	10	6:33	8:42	14:27 15:43
17.	ul. Drzewicka / nr 1-7 - kier. Centrum	09	6:36	8:45	14:30 15:46
18.	ul. Słoneczna przez ul. Jana Pawła II	16		8:47	
19.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Centrum	13	6:38		14:32 15:48
20.	ul. Jana Pawła II	15		8:49	
21.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Warniki	17	6:41	8:51	14:35 15:51
22.	Osiedle Leśne	34	6:45	8:55	14:39 15:55
23.	ul. Tadeusza Kościuszki / kier. Osiedle Warniki	24	6:48	8:58	14:42 15:58
24.	ul. Adama Mickiewicza / kier. Osiedle Warniki	26	6:50	9:00	14:44 16:00
25.	Osiedle Warniki	23	6:55	9:05	14:49 16:05
26.	ul. Kard. Stefana Wyszyńskiego / ogrody - kier. Centrum	27	6:57	9:07	14:51 16:07
27.	ul. Wojska Polskiego / kier. Centrum	29	6:59	9:09	14:53 16:09
28.	ulica Adama Mickiewicza / kier. Centrum	21	7:01	9:11	14:55 16:11
29.	ul. Tadeusza Kościuszki / kier. Osiedle Szumiłowo	19	7:04	9:14	14:58 16:13
30.	Osiedle Leśne	34	7:08		
31.	ul. Dworcowa / kier. Osiedle Szumiłowo	22	7:12	9:17	15:01 16:16
32.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Osiedle Szumiłowo	18	7:15	9:20	
33.	ul. Orła Białego / BANK - kier. Osiedle Szumiłowo	20	7:17	9:22	
34.	ul. Drzewicka / nr 8-10 - kier. Osiedle Szumiłowo	12	7:19	9:24	
35.	ul. Drzewicka / nr 50-60- kier. Osiedle Szumiłowo	14	7:21		
36.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital	07	7:24		
37.	ul. Lipowa / zastępczy - kier. Osiedle Szumiłowo	zast.	7:30		
38.	ul. Nowa / kier. Osiedle Szumiłowo	08	7:32		
39.	ul. Lipowa / zastępczy - kier. Centrum	zast.	7:37		
40.	ul. Gabriela Narutowicza / szpital / przez ul. Rzemieśniczą	10		9:27	
41.	ul. Drzewicka / kier. centrum / przez ul. Sadową	11	7:41	9:30	
42.	ul. Drzewicka / nr 1-7 - kier. Centrum	09	7:43	9:33	
43.	ul. Orła Białego / DMR - kier. Centrum	13	7:45	9:35	
44.	ul. Dworcowa	17	7:49	9:39	

lekarz medycyny Artur Krysik  
Specjalista dermatolog-wenerolog  
Specjalista alergolog



Gabinet  
Sulęcín Batorego 3A  
Aktualne dane  
do rejestracji na stronie  
[www.dermatolog-alerlog.pl](http://www.dermatolog-alerlog.pl)

KOSTRZYN NAD ODRĄ

## KIM JESTEŚMY I SKĄD PRZYBYWAMY ?

Takie pytanie zadaje Pani Alicja Urszula Maria KŁAPTOCZ, w książce pod tytułem „Kostrzyńskie Pejzaże powojenne dzieje nadodrzańskiego miasta” – wydanie I, 2009 rok. Z wielkim zainteresowaniem czytałam wszystkie książki autorstwa Pani Alicji poświęcone naszemu miastu – mojemu miastu. Poniższe fragmenty pochodzą także z innych książek np. „Kostrzyńskie ulice w przeszłości, po wojnie, obecnie” – wydanie I, 2014 rok. Dlaczego postanowiłam je przypomnieć?. Ponieważ w 2025 roku przypada 80-lecie powojennego polskiego Kostrzyna nad Odrą. A książki Pani A.U.M. Kłaptocz są niezastąpioną lekturą, która pomoże czytelnikowi odpowiedzieć na pytanie: Kim jesteśmy i skąd przybywamy?

zdjęcie: <https://waralbum.ru/346446/>

„Gdy II wojna światowa dobiegła końca, w dniach 4-11 lutego 1945 roku, odbywała się z Jaltę konferencja przedstawicieli Trzech Wielkich Mocarstw. Podjęto wówczas decyzję w sprawie podziału Europy na dwie strefy wpływów. Polskę przyporządkowano do strefy socjalistycznej... Decyzje jałtańskie, potwierdzone i rozwinięte na konferencji poczdamskiej, spowodowały zmianę granic naszego kraju. W wyniku tych zmian straciliśmy na rzecz Związku Radzieckiego duże obszary na wschodzie, otrzymując w zamian bez porównania mniejsze tereny na zachodzie. Polską granicę zachodnią wyznaczono na linii Odry i Nysy” (cytujemy tutaj „Kostrzyńskie Pejzaże powojenne dzieje nadodrzańskiego miasta”).

„W wyniku tych decyzji, zdruzgotany w ponad dziewięćdziesięciu procentach Kostrzyn, znalazł się w granicach Polski. W powojennym Kostrzynie trudno było znaleźć miejsce, w którym wojna nie odcisnęła swego niszczycielskiego piętna. Na każdym kroku ruiny i zwaliska rumowisk. (...) Kostrzyn był smutny, ponury i jakby „zawieszony w próżni”. Przyszłość tego miasta stała pod znakiem zapytania” (cytat pochodzi z książki „Kostrzyńskie klimaty powojenne lata polskiego Kostrzyna”).

„Od dnia kapitulacji Kostrzyna – 30 marca 1945 roku, w kilku pierwszych powojennych miesiącach, do października 1945, miastem zarządzała radziecka komendantura wojenna. O tym, co działo się w tym czasie na terenie zniszczonego miasta, nie wiemy prawie nic. 25 kwietnia 1945 roku uruchomiony został pierwszy odcinek linii kolejowej.

W drugiej połowie kwietnia do Kostrzyna przybyła 5-osobowa grupa pracowników Poczty Polskiej z Janem Jarzębińskim, organizatorem, a następnie długoletnim pracownikiem kostrzyńskiego Urzędu Poczтового.

W czerwcu 1945 roku wyszło zarządzenie, na mocy którego ludność narodowości niemieckiej musiała opuścić tereny na wschód od Odry m.in. Kostrzyn.

W czerwcu 1945 roku zjawiała się w Kostrzynie pierwsza, 27-osobowa grupa kolejarzy z okolic Poznania. Ich zadaniem było porządkowanie i udrażnianie linii kolejowych, remont węzła i taboru kolejowego.

6 sierpnia 1945 roku kostrzyński węzeł kolejowy został przez Rosjan przekazany Polakom. Pierwszym polskim zawiadowcą stacji kolejowej był Józef Lelo. W październiku 1945 roku władza w mieście przechodzi w ręce cywilne. Rosjanie przekazali zburzony i zdewastowany Kostrzyn w ręce administracji polskiej, ale w mieście, poza pewną liczbą polskich żołnierzy, pozostało jeszcze dużo żołnierzy radzieckich. (Formacja Wojsko Ochrony Pogranicza WOP powstała dopiero w czerwcu 1946 roku). Pierwszy polski burmistrz Kostrzyna Stanisław Bohusiewicz, nie znajdując możliwości na założenie biura w Kostrzynie, urzędował w pobliskiej wsi Drzewice, należącej do powiatu chojeńskiego.

W październiku 1945 roku władze państwowe delegowały do Kostrzyna doświadczonych celników dla organizowania służb celnych na nowej granicy. Ze względu na brak mieszkań i infrastruktury miejskiej, celnicy, kolejarze i pocztowcy, przyjeżdżali tu bez rodzin. Początki ich bytowania wśród ulic zasypanych rumowiskiem i wałającym się sprzętem wojennym, w otoczeniu ruin, w których czyhały miny i niewybuchy, było uciążliwą, trudną wegetacją. Początkowo Urząd Celny zorganizowany został w drewnianym baraku, ustawionym na jednym z bocznych peronów. Kontroli celnej podlegały pociągi towarowe przekraczające granicę i żegluga rzeczna a także pojazdy przekraczające most na Starym Kostrzynie, gdzie punkt celny zorganizowano w jednej z baszt zrujnowanego zamku.

4 listopada 1945 roku w salce Czerwonego Krzyża na terenie parowozowni, Związek Zawodowy Kolejarzy zorganizował pierwsze uroczyste nabożeństwo, odpawione przez księdza Władysława Piękosia ze Słońska.

Powojenny polski Kostrzyn odradzał się wolno, bardzo wolno. Pamięć o pierwszych mieszkańcach Kostrzyna 1945 roku i tych, którym zawdzięczamy odbudowę miasta tak okrutnie doświadczonych zniszczeniami II wojny światowej powinna trwać. Rocznice taka jak 80-lecie polskiego Kostrzyna - przypomniane. Tym, którzy chcą poznać polski Kostrzyn szczerze polecam wszystkie książki autorstwa A.U.M. Kłaptocz.

Anna Suska

Jerzy Rybka

### COŚ ODSŁONIĆ

Przez osiemdziesięciolecie  
Wciąż mi się coś w głowie plecie  
Że to powód do radości  
A ja widzę smutnych gości.

Nie ma żadnych imprez w mieście  
Tych bez ciasta, tych przy cieście  
Nikt, nikogo nie zaprosi  
Każdy sam radość obnosi.

Ludzi nikt nie dopinguje  
Ani ciocia, ani wujek  
Każdy robi dziwne ruchy  
Bo na słońcu są wybuchy.

Nas nie trzeba za nic ganić  
Lecz z historii coś odsłonić  
Bo nie wszyscy dobrze wiedzą  
Na jakiej ziemi tu siedzą.

Trzeba zawsze mieć w pamięci  
Kiedy, jakie święto święcić  
I, że Ziemię Odzyskaną  
Nie przez wszystkich są kochane.

P.S. Na zachodzie coś przybyło  
A na wschodzie coś ubyło.

Jerzy Rybka

### KTO TY JESTEŚ?

Jesteś już dorosły  
Bo Ci wasy rosną  
Mieszkaś tu nad Odrą  
A może nad Prosną  
W sumie to jest ważne  
I jest piękne takie  
Że Ty mieszkaś w Polsce  
I jesteś Polakiem.

Kochaj Polskę wszędzie  
Sław ją na dzień dobry  
Polskę, którą kiedyś  
Rządził Wielki Chrobry  
Rządził też Jagiełło  
I inni królowie  
A kim był Piłsudski  
Dziadek Ci opowie

Czy służyś Ojczyźnie  
Czy uczysz się w szkole  
Nigdy nie uciekaj  
Łapać „obce mole”  
Nie daj się omamić  
Złotem na obczyźnie  
Pracuj tutaj w Polsce  
I słuź swej Ojczyźnie.



# XIII OLIMPIADA PRZEDSZKOLAKÓW

24 października w hali widowiskowo-sportowej Kostrzyńskiego Centrum Szkolenia Zapaśniczego przy ul. Mickiewicza 8 odbyła się XIII Olimpiada Przedszkolaków - wydarzenia, które każdego roku gromadzi najmłodszych sportowców z kostrzyńskich przedszkoli.



## XIII Olimpiada Przedszkolaków

W tegorocznej edycji do rywalizacji przystąpiło aż osiem przedszkolnych drużyn:

- Przedszkole Miejskie nr 1 „Pod Topolą”,
- Przedszkole Miejskie nr 2 „Kostrzyńskich Papierników”,
- Przedszkole Miejskie nr 3 „Ekoludki”,
- Przedszkole Miejskie nr 4 „Bajka”
- Oddział Przedszkolny przy SP nr 2,
- Oddział Przedszkolny przy SP nr 4,
- Przedszkole Niepubliczne „Mali Europejczycy”,
- Przedszkole Niepubliczne „Stonoga”,

Już od rana w hali czuć było ekscytację: trybuny szybko wypełniły się kibicami, a mali zawodnicy z niecierpliwością wyczekiwali rozpoczęcia sportowej przygody. Punktualnie o 10:30, przy dźwiękach oklasków oraz w atmosferze pełnej pozytywnej energii, sędziowie wprowadzili wszystkie drużyny na boisko. Uroczystego powitania uczestników dokonał dyrektor MOSiR w Kostrzynie nad Odrą **Mariusz Staniszewski**, który przywitał młodych sportowców, opiekunów, kibiców i zaproszonych gości, w tym wiceburmistrza Zbigniewa Biedulskiego, przewodniczącego Rady Miasta Marka atarewicza, dyrektora SP 1 Ireneusza Sobczaka, przedstawicieli wydziału Oświaty Kultury i Opieki miasta Kostrzyn nad Odrą Pani: Magdalenę Przybyłowską i Annę Samosionek. Po krótkim przemówieniu wiceburmistrz Z. Biedulski uroczystie i oficjalnie otworzył XIII Olimpiadę Przedszkolaków!

## Nowe konkurencje i nowoczesna oprawa

O godzinie 10:45 96 młodych zawodników ruszyło do rywalizacji! W tym roku wprowadzono kilka zamian w konkurencjach, pojawił się bieg z toczeniem piłki i tor przeszkód, które wymagały współpracy, zwinności i sprytu.

Nowością tegorocznej edycji był również telebim zamontowany na hali, na którym na bieżąco wyświetlane były wyniki poszczególnych konkurencji. Dzięki

temu kibice mogli śledzić każdy punkt i jeszcze goręcej dopingować swoich faworytów!

Sportowa pasja, uśmiech i energia! Atmosfera była wyjątkowa – trybuny kipiały od emocji! Kolorowe transparenty, trąbki, gwizdki, a nawet profesjonalny sprzęt nagłaśniający, okrzyki i głośnie „Do boju!” rozbrzmiewały przez całą halę.

Mali olimpijczycy dawali z siebie wszystko, a radość i duma malowały się na ich twarzach przy każdym udanym starciu. Celem Olimpiady, oprócz sportowej rywalizacji, było przede wszystkim promowanie ruchu, wspólnej zabawy i zdrowego stylu życia, a także integracja przedszkolaków i nauka współdziałania w duchu fair play.

## Wyniki i nagrody

Każda z drużyn walczyła dzielnie, a końcowa klasyfikacja była niezwykle wyrównana o zwycięstwo zdecydowała dopiero liczba drugich miejsc.

Po główne trofeum „Puchar Burmistrza” Andrzeja Kunta i tradycyjnego Misia MOSiR-ka” sięgnęło Niepubliczne Przedszkole „Mali Europejczycy”, drugie miejsce zajęło Przedszkole Miejskie „Bajka”, a trzecie Przedszkole Niepubliczne „Stonoga”. Kolejne miejsca: Przedszkole Miejskie nr 3 „Ekoludki” (czwarte), Przedszkole Miejskie nr 1 „Pod Topolą” (piąte), Przedszkole nr 2 „Kostrzyńskich Papierników” (szóste), Oddział Przedszkolny przy SP 2 (siódme), Oddział Przedszkolny przy SP 4 (ósme).

Wszystkie przedszkola otrzymały puchary, dyplomy oraz nagrody – sprzęt sportowy i zabawki. Każdy uczestnik wrócił do domu z złotym medalem, zdrową przekąską i co najważniejsze z szerokim uśmiechem na twarzy!

Nie zapomniano również o kibicach - Puchar Kibica trafił w tym roku w ręce Przedszkola Niepublicznego „Mali Europejczycy”, których doping był po prostu niesamowity!

## Podziękowania

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Kostrzynie nad Odrą składa serdeczne podziękowania:

- uczestnikom, nauczycielom, opiekunom i dyrekcji poszczególnych przedszkoli za ich ogromne zaangażowanie, energię i uśmiech.
- pracownikom MOSiR: Mateuszowi, Łukaszowi, Romanowi, Irkowi, Bartkowi, Sergiejowi, Paniom Wiolecie, Agnieszce i Beacie - za sędziowanie, pomoc w przygotowaniach oraz sprawne przeprowadzenie wydarzenia.
- dyrektorowi Szkoły Podstawowej nr 1 Ireneuszowi Sobczakowi za udostępnienie sprzętu sportowego i pomoc organizacyjną,
- dziewczętom: Zuzi, Paulinie, Emmie, Lenie, Mai, Lenie ze szkolnego wolontariatu w SP 1 za pomoc organizacyjną, sędziowanie i pełne zaangażowanie przy przeprowadzeniu Olimpiady.
- poprzedniemu dyrektorowi MOSiR Zygmuntowi Mendelskiemu za pomoc organizacyjną oraz przy przeprowadzeniu imprezy.

Szczególne podziękowania kierujemy do naszych sponsorów:

- **Miasto Kostrzyn nad Odrą** - burmistrz Andrzej Kunt,
- **Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A.** - prezes Tomasz Pisarek,
- **Arctic Paper Kostrzyn** - prezes Michał Jarczyński.

Dziękujemy także **Panu Adamowi Walentynowiczowi** z Firmy ATTour Krajowy i Międzynarodowy Transport Osób za bezpłatny transport naszych małych sportowców zarówno na Olimpiadę jak i w drodze powrotnej. Na koniec pragniemy powiedzieć jedno - dla nas wszyscy jesteście zwycięzcami! Dziękujemy za emocje, radość i sportowego ducha, który wypełnił halę tego dnia. Do zobaczenia za rok – z jeszcze większą dawką uśmiechu, energii i sportowej pasji!

*Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Kostrzynie nad Odrą*



# 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](http://www.progress24.eu)  
**Zadzwoń! Bezpłatnie przygotujemy ofertę!**



**KCK**  
KOSTRZYNSKIE  
CENTRUM KULTURY

*Zapraszamy na*

# Jarmark Świąteczny

5-7 grudnia 2025

Stadion MOSiR ul. Niepodległości 11

Stoiska  
Gastronomia

Lodowisko

Zamki dmuchane

Zjeżdżalnia pontonowa

Koncerty

Animacje

Ognisko

i wiele więcej!





# DARMOWE lekcje PŁYWANIA

**OZŁ**

Zapraszamy na darmowe zajęcia pływania w Kawęcki Swim School w Kostrzynie nad Odrą! Spotykamy się 28. 11 i 05.12 (piątek) w godzinach 16:00-18:15. Zajęcia przeznaczone są dla dzieci od 4 roku życia.

**Dlaczego warto?**

- ✓ Nauka i doskonalenie pływania w świetnej atmosferze
- ✓ Profesjonalni trenerzy i indywidualne podejście
- ✓ Świetna zabawa i bezpieczeństwo
- ✓ Małe grupy, lepsza nauka

**Jak się zapisać?**

kontakt: 606-712-606  
Tutaj rosną uśmiechy, pewność siebie i pływackie umiejętności!  
Messenger: Kawęcki Swim School

**LICZBA MIEJSC OGRANICZONA**



# Wokalny Konkurs

Kolęd, pastorałek i piosenek świątecznych!

**Termin:**  
05.12.2025 godz. 17:00

**Miejsce:**  
Jarmark Świąteczny  
Stadion MOSiR ul. Niepodległości 11

**Zapisy:**  
Tel. 792457599

Wykonania oceniać będzie specjalne Jury!  
Cenne nagrody do wygrania!

NA TO WYDARZENIA ZAPRASZAJĄ:



KOSTRZYN NAD ODRĄ

## TURNIEJ NIEPODLEGŁOŚCIOWY

9 listopada z okazji święta Niepodległości w hali widowiskowo-sportowej przy ulicy Mickiewicza 8 z udziałem ok 80 Żaków, reprezentujących 8 drużyn z województwa lubuskiego rozegrany został halowy Festiwal Niepodległości Żaków o Puchar Burmistrza Kostrzyna nad Odrą. Organizatorami turnieju był MOSiR Kostrzyn nad Odrą oraz koordynator Ogólnopolskiego Programu „Piłkarski Laur” Mirosław Wrzesiński.



Turniej rozegrano w dwóch grupach, a następnie odbyły się półfinały, mecze o miejsca, a na koniec finały.

Zwycięzcą Festiwalu została **Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą**, która w finale pokonała UKS Słońsk 5:0. Brązowe medale zdobyła drużyna UKS Polonia Słubice pokonując UKS Celulozę Kostrzyn nad Odrą 2:0.

Drużyna AP TS Celuloza od samego początku dominowała w turnieju wygrywając wszystkie swoje mecze zarówno w fazie eliminacyjnej jak i finałowej przy stracie tylko 1 bramki.

Bardzo efektownie prezentowała się ceremonia otwarcia zawodów, podczas której młodzi piłkarze wspólnie z kibicami odśpiewali hymn państwowy. Wszyscy zawodnicy otrzymali pamiątkowe medale, zaś kapitanom wszystkich drużyn wręczono okolicznościowe puchary.

Przyznano również wyróżnienia indywidualne: **Marcel Matkowski** z UKS Słońsk

(najlepszy zawodnik) **Artem Onyshkevych** z AP Super Strikas (najlepszy bramkarz), **Filip Bielecki** z Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą (król strzelców), **Michał Mendelski** z Akademia TS Celuloza (najlepszy trener). Dekoracji zwycięzców dokonali dyrektor MOSiR **Mariusz Staniszewski** i koordynator Ogólnopolskiego Programu „Piłkarski Laur” **Mirosław Wrzesiński**.

Wielkie brawa należą się wszystkim młodym piłkarzom, kadrze szkoleniowej oraz sympatykom piłki nożnej za stworzenie wyjątkowego, patriotycznego klimatu podczas tej ponad czterogodzinnej sportowej rywalizacji.

Szczególne podziękowania kierujemy do **Zygmunta Mendelskiego** za zaangażowanie i pomoc w organizacji oraz poprowadzeniu turnieju jako spiker.

Dziękujemy również **Januszowi Wardakowi** za profesjonalną opiekę medyczną nad zawodnikami przez cały czas trwania turnieju.

*MOSiR w Kostrzynie nad Odrą*

### WYNIKI TURNIEJU

#### Grupa A

Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 4  
UKS Polonia Słubice 0

AP Super Strikas Cybinka 0  
Lubuska AP Słubice 1

Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 4  
AP Super Strikas Cybinka 0

UKS Polonia Słubice 4  
Lubuska AP Słubice 0

Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 3  
Lubuska AP Słubice 1

UKS Polonia Słubice 2  
AP Super Strikas Cybinka 0

#### Wyniki grupa A

Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 9  
UKS Polonia Słubice 6  
Lubuska AP Słubice 3  
AP Super Strikas Cybinka 0

#### Grupa B

Dwójka MOS Gubin 0  
UKS Słońsk 0

Chemik Gorzów Wlkp. 1  
UKS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 3

Dwójka MOS Gubin 2  
Chemik Gorzów Wlkp. 0

UKS Słońsk 3  
UKS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 0

Dwójka MOS Gubin 0  
UKS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 1

UKS Słońsk 3  
Chemik Gorzów Wlkp. 0

#### Wyniki Grupa B

UKS Słońsk 7 pkt  
UKS Celuloza Kostrzyn nad Odrą 6 pkt  
Dwójka MOS Gubin 4 pkt  
Chemik Gorzów Wlkp. 0 pkt

#### PÓŁFINAŁY

Akademia TS Celuloza 2:0 UKS Celuloza  
UKS Polonia Słubice 1:1 rz.k 1:2 UKS Słońsk

#### FINAŁY

Akademia TS Celuloza 5:0 UKS Słońsk  
UKS Celuloza 0:2 UKS Polonia Słubice  
Lubuska AP Słubice 0:2 Dwójka MOS Gubin  
AP Super Strikas Cybinka 1:0 Chemik Gorzów

#### KLASYFIKACJA KOŃCOWA

1. Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą  
2. UKS Słońsk  
3. UKS Polonia Słubice  
4. UKS Celuloza Kostrzyn nad Odrą  
5. Dwójka MOS Gubin  
6. Lubuska AP Słubice

# 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

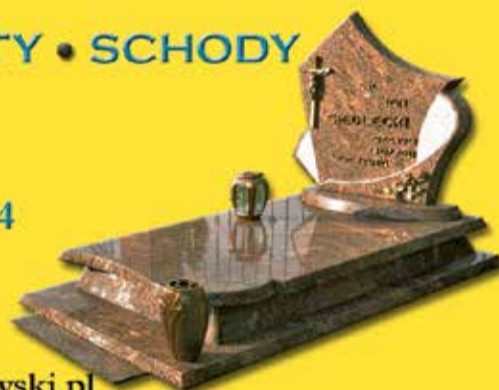
SULECIN

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