

lokalny PRZEKRÓJ

z dostawą do domu

KOSTRZYN NAD ODRĄ SŁUBICE GÓRZYCA RZEPIN OŚNO LUBUSKIE CYBINKA

NOWY HARMONOGRAM
WYWOZU ODPADÓW str. 2

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
SULECIN

www.stylceramika.pl
☎ 95 755 48 65

os. Mieszka I 21a
Kostrzyn nad Odrą
☎ 723 535 853Ciasta
Desery
Batony
Torty
Sałatki
KanapkiFITCAKE
#NIECUKIERNIAbez dodatku
cukru

bez laktozy



bez glutenu



vegan

your
BEAUTY
PLACE

KOSMETYKA PIELĘGNACYJNA & 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

HARMONOGRAM ODBIORU ODPADÓW NIESEGREGOWANYCH(POZOSTAŁYCH PO SEGREGACJI) w miesiącach grudzień 2025 - luty 2026 w Kostrzynie nad Odrą

PONIEDZIAŁEK	Akacyjowa, Asfaltowa, Azaliowa, Banaszaka, Chopina, Czarnieckiego, Czereśniowa, Drzewicka, Dworcowa, Gorzowska, Jana Pawła II, Jaśminowa, Kościuszki, Królowej Jadwigi, Krótka, Kutrzeby, Osiedlowa, Osiedle B, Os. Mieszka I, Orla Białego, Marzeń, Moniuszki, M. Konopnickiej, Narutowicza, Niepodległości, Os. 3-go Maja, Osiedle C, Os. Parkowe, Os. Słowiańskie, Os. Kwiatowe, Os. Leśne, Różana, Słoneczna, Saperska, Tulipanowa, Wędkarska, Zielona, Żłota, Żeglarska, Wojska Polskiego 1-9, Wojska Polskiego 49-59, Wyszyńskiego 27-41, Wyszyńskiego 51 A-B, Wyszyńskiego 6 A-B, Wyszyńskiego 1 A-B
WTOREK	Boczna, Brzoskwiniowa, Brzozowa, Brylantowa, Bursztynowa, Bukowa, Cisowa, Chrobrego, Cytrynowa, Dębowa, Diamentowa, Dzika, Familijna, Grzybowa, Jagodowa, Jasna, Jaworowa, Jeżynowa, Jodłowa, Karskiego, Klonowa, Kopernika, Kostrzyńska, Kościelna, Książęca, Lawendowa, Leśna, Lipowa, Łączna, Łódzka, Miła, Mostowa, Na Skarpie, Nadbrzeźna, Ogrodowa, Os. Nad Wartą, Os. Kolejowe, Os. Warniki, Osiedle Pod Lasem, Pogodna, Południowa, Plac Grunwaldzki, Przyjazna, Radości, Rzeczna, Rubinowa, Sikorskiego, Skalby, Szczęśliwa, Świerkowa, M. Reja, Namyślińska, Nowa, Odrzańska, Piaskowa, Poziomkowa, Sienkiewicza, Szmaragdowa, Szumiłowska, Tarasowa, Tartaczna, Topazowa, Ustronie, Wesoła, Lawendowa, Łąkowa, Waniliowa, Widokowa, Willowa, Wiosenna, Wilcza, Witnicka, Wojska Polskiego (zabudowa jednorodzinna oraz wielorodzinna do 50 osób), Wodna, Wrzosowa, Wschodnia, Zakole, Zaułek Klonowy, Zaułek Wodny
ŚRODA	Cmentarna, Cisowa, Chemików, Drzewna, Główna, Fabryczna, Jagiellońska, Kwiatowa, Malinowa, Mickiewicza, Morelowa, Orzechowa, Owocowa, Papierników, Polna, Prosta, Rzemieślnicza, Sadowa, Sosnowa, Solidarności, Spokojna, Sportowa, Środkowa, Szkolna, Targowa, Topolowa, Turkusowa, Tysiąclecia, Wąska, Wiśniowa, Zawadzkiego, Wyszyńskiego (zabudowa jednorodzinna oraz wielorodzinna do 50 osób), Zacisze

DRUGI ODBIÓR W TYGODNIU ODPADÓW NIESEGREGOWANYCH(POZOSTAŁYCH PO SEGREGACJI) (TYLKO W ZABUDOWIE WIELORODZINNEJ ZAMIESZKAŁEJ PRZEZ POWYŻEJ 50 OSÓB) w miesiącach grudzień 2025 - luty 2026 w Kostrzynie nad Odrą

CZWARTEK	Akacyjowa 1-7; Asfaltowa 12; Asfaltowa 1-3-5; Asfaltowa 2 A,B,C; Chopina 1-3, Chopina 5-7, Chopina 9-11, Czarnieckiego Stefana 4-10; Czereśniowa 2-6; Drzewicka 1-7; Drzewicka 8-10; Drzewicka 2 A,B,C; Drzewicka 50-60; Dworcowa 1,3,5; Gabriela Narutowicz 2; Gorzowska 12-22; Gorzowska 24-36; Gorzowska 60-70; Gorzowska 7 A,B; Gorzowska 72-80; Gorzowska 82-92; Gorzowska 9; Jana Pawła II 9-17; Jana Pawła II 38 A,B,C; Jana Pawła II 40-48; Jana Pawła II 50 A,B,C; Jaśminowa 5-15; Konopnickiej Marii 1-15; Konopnickiej Marii 4-14; Konopnickiej Marii 16-24; Konopnickiej Marii 26-34; Konopnickiej Marii 36-46; Konopnickiej Marii 48-62; Kościuszki 16 A,B; Kościuszki 5 A,B; Krótka 1 A,B; Kutrzeby 2A-2B; Stanisława Moniuszki 2, Stanisława Moniuszki 4, Narutowicza 5; Narutowicza 4a; Niepodległości 13-15; Niepodległości 6 A, B,C,D; Orla Białego 19 A,B; Orla Białego 21 A,B; Orla Białego 31 A, B, C,D, E, F; Os. Kwiatowe, Os.3 Maja 1-4; Os.3 Maja 5-8; Os.3 Maja 9-11; Os.3 Maja 12-15; Osiedle B1 A,B,C; Osiedle Leśne 7; Osiedle Leśne 9; Osiedle Leśne 10; Osiedle Leśne 1 A,B,C,D; Osiedle Leśne 3A-3C; Osiedle Leśne 4A-4C; Osiedle Leśne 8-8A; Os. Mieszka I 24; Os. Mieszka I 25; Os. Mieszka I 28; Os. Mieszka I 29; Os. Mieszka I 30; Os. Mieszka I 31; Os. Mieszka I 1-7; Os. Mieszka I 8-14; Os. Mieszka I 15-17; Os. Mieszka I 18-20; Os. Mieszka I 21-23; Os. Mieszka I 26-27; Os. Mieszka I 33-36; Os. Mieszka I 37-40; Osiedle Parkowe, Os. Słowiańskie 1-2; Os. Słowiańskie 3-4; Os. Słowiańskie 5-6; Os. Słowiańskie 7-8; Os. Słowiańskie 9-10; Os. Słowiańskie 11-12; Os. Słowiańskie 13-14; Os. Słowiańskie 15-16; Os. Słowiańskie 17-18; Os. Słowiańskie 19-22; Osiedlowa 2 A,B,C; Osiedlowa 3 A,B; Osiedlowa 5A-5B; Radości 30-34; Różana 2-12; Saperska 2-4; Słoneczna 1-3-5; Turkusowa 2-4; Wędkarska 2-14; Wędkarska 16-22; Wojska Polskiego 1-9; Wodna 16; Żeglarska 27; Wojska Polskiego 49-59; Wyszyńskiego 1A-B; Wyszyńskiego 27-41; Wyszyńskiego 51 A,B; Wyszyńskiego 6 A,B; Zielona 33-35, Żłota 1-7; Żeglarska 3-9; Żeglarska 18-22; Żeglarska 24-28; Żeglarska 31-39; Żeglarska 32-40
-----------------	--

W przypadku gdy dany dzień tygodnia jest dniem świątecznym następuje zmiana terminu odbioru:

- 1) zamiast 24.12.25r. (środa) odpady zmieszane odbierane będą 22.12.25r. (poniedziałek)
- 2) zamiast 25.12.25r. (czwartek) odpady zmieszane odbierane będą 23.12.25r. (wtorek)
- 3) zamiast 01.01.26r. (czwartek) odpady zmieszane odbierane będą 02.01.26r. (piątek)
- 4) zamiast 06.01.26r. (wtorek) odpady zmieszane odbierane będą 07.01.26r. (środa)
- 5) zamiast 07.01.26r. (środa) odpady zmieszane odbierane będą 08.01.26r. (czwartek)

HARMONOGRAM ODBIORU SEGREGOWANYCH ODPADÓW KOMUNALNYCH - ZABUDOWA JEDNORODZINNA SYSTEM WORKOWY (WORKI W KOLORACH: ŻÓŁTYM, NIEBIESKIM, ZIELONYM) w miesiącach grudzień 2025 - luty 2026 w Kostrzynie nad Odrą

08.12.2025, 15.12.2025 05.01.2026, 19.01.2026 02.02.2026, 16.02.2026	09.12.2025, 16.12.2025 07.01.2026, 20.01.2026 03.02.2026, 17.02.2026	10.12.2025, 17.12.2025 08.01.2026, 21.01.2026 04.02.2026, 18.02.2026	11.12.2025, 18.12.2025 09.01.2026, 22.01.2026 05.02.2026, 19.02.2026
Akacyjowa, Asfaltowa, Azaliowa, Banaszaka, Chemików, Chopina, Czereśniowa, Drzewicka, Drzewna, Fabryczna, Główna, Jagiellońska, Jana Pawła II, Jaśminowa, Kwiatowa, Malinowa, Moniuszki, Morelowa, Narutowicza, Orla Białego, Orzechowa, Owocowa, Papierników, Różana, Rzemieślnicza, Sadowa, Słoneczna, Solidarności, Sosnowa, Spokojna, Sportowa, Turkusowa, Tulipanowa, Tysiąclecia, Wiśniowa, Zawadzkiego, Zielona, Żłota	Bukowa, Chrobrego, Dębowa, Dworcowa, Gorzowska, Jaworowa, Jodłowa, Klonowa, Kopernika, Kościuszki, Królowej Jadwigi, Łódzka, Marzeń, Mickiewicza, Miła, Mostowa, Na Skarpie, Nadbrzeźna, Niepodległości, Ogrodowa, Os. Nad Wartą, Os. Słowiańskie, Os. Leśne, Pogodna, Południowa, Prosta, Przyjazna, Radości, Rzeczna, Saperska, Sienkiewicza, Sikorskiego, Skalby, Sportowa, Szczęśliwa, Targowa, Wędkarska, Wodna, Wojska Polskiego, Wschodnia, Wyszyńskiego, Zakole, Zaułek Klonowy, Zaułek Wodny, Żeglarska, Książęca	Boczna, Brylantowa, Bursztynowa, Cmentarna, Cisowa, Diamentowa, Dzika, Kościelna, Leśna, Lipowa, Łączna, M. Reja, Namyślińska, Nowa, Polna, Rubinowa, Szkolna, Szmaragdowa, Szumiłowska, Środkowa, Tartaczna, Topazowa, Topolowa, Ustronie, Wąska, Wilcza, Zacisze.	Brzoskwiniowa, Brzozowa, Cytrynowa, Familijna, Grzybowa, Jagodowa, Jasna, Jeżynowa, Karskiego, Kostrzyńska, Lawendowa, Łąkowa, Odrzańska, Osiedle Warniki, Osiedle Pod Lasem, Piaskowa, Poziomkowa, Witnicka, Wesoła, Willowa, Wiosenna, Wrzosowa, Waniliowa, Świerkowa, Tarasowa, Widokowa.

HARMONOGRAM ODBIORU SEGREGOWANYCH ODPADÓW KOMUNALNYCH Z POJEMNIKÓW - ZABUDOWA WIELORODZINNA w miesiącach grudzień 2025 - luty 2026 w Kostrzynie nad Odrą

PLASTIK I PAPIER 08.12.2025, 15.12.2025 05.01.2026, 19.01.2026 02.02.2026, 16.02.2026	PLASTIK I PAPIER 09.12.2025, 16.12.2025 07.01.2026, 20.01.2026 03.02.2026, 17.02.2026	PLASTIK I PAPIER 10.12.2025, 17.12.2025 08.01.2026, 21.01.2026 04.02.2026, 18.02.2026	SZKŁO 11.12.2025, 18.12.2025 09.01.2026, 22.01.2026 05.02.2026, 19.02.2026
Os. 3-go Maja, Czarnieckiego, Dworcowa, Gorzowska, Krótka, Kutrzeby, M. Konopnickiej, Kościuszki, Mieszka I-go, Osiedle B, Osiedle C, Osiedlowa, Saperska	Mickiewicza, Os. Leśne, Os. Kolejowe, Os. Parkowe, Os. Słowiańskie, Plac Grunwaldzki, Prosta, Różana, Sportowa, Wędkarska, Wodna, Wojska Polskiego, Wyszyńskiego, Żeglarska	Akacyjowa, Asfaltowa, Chemików, Chopina, Drzewicka, Główna, Jana Pawła II, Moniuszki, Narutowicza, Niepodległości, Orla Białego, Wiśniowa, Zielona, Żłota	Wszystkie adresy

HARMONOGRAM ODBIORU ODPADÓW BIODEGRADOWALNYCH KUCHENNYCH w miesiącach grudzień 2025 - luty 2026 w Kostrzynie nad Odrą

CZWARTEK	wszystkie nieruchomości w zabudowie jednorodzinnej
PIĄTEK	Wszystkie nieruchomości w zabudowie wielorodzinnej

W przypadku gdy dany dzień tygodnia jest dniem świątecznym następuje zmiana terminu odbioru:

- 1) zamiast 25.12.25r. (czwartek) odpady biodegradowalne kuchenne odbierane będą 23.12.25r. (wtorek)
- 2) zamiast 01.01.26r. (czwartek) odpady biodegradowalne kuchenne odbierane będą 02.01.26r. (piątek)
- 3) zamiast 08.01.26r. (czwartek) odpady biodegradowalne kuchenne odbierane będą 09.01.26r. (piątek)

HARMONOGRAM ODBIORU ODPADÓW WIELKOGABARYTOWYCH w miesiącach grudzień 2025 - luty 2026 w Kostrzynie nad Odrą

03.12.2025, 17.12.2025, 14.01.2026, 28.01.2026, 11.02.2026, 25.02.2026	04.12.2025, 18.12.2025, 15.01.2026, 29.01.2026, 12.02.2026, 26.02.2026
Bukowa, Chrobrego, Czarnieckiego, Dębowa, Dworcowa, Gorzowska, Jasna, Jaworowa, Jodłowa, Karskiego, Klonowa, Kopernika, Konopnickiej, Kościuszki, Książęca, Krótka, Kutrzeby, Królowej Jadwigi, Łódzka, Marzeń, Mickiewicza, Miła, Mostowa, Na Skarpie, Nadbrzeźna, Niepodległości, Ogrodowa, Os. Nad Wartą, Os. Słowiańskie, Os. Leśne, Osiedle Parkowe, Osiedle 3-go Maja, Osiedle B, Osiedle C, Osiedle Kolejowe, Osiedle Mieszka I, Osiedle Słowiańskie, Osiedle Pod Lasem, Osiedle D, Osiedle Grunwaldzki, Pogodna, Południowa, Prosta, Przyjazna, Radości, Rzeczna, Saperska, Sienkiewicza, Sikorskiego, Skalby, Sportowa, Świerkowa, Szczęśliwa, Tarasowa, Targowa, Wędkarska, Widokowa, Wodna, Wojska Polskiego, Wschodnia, Witnicka, Wyszyńskiego, Zakole, Zaułek Klonowy, Zaułek Wodny, Żeglarska.	Akacyjowa, Asfaltowa, Azaliowa, Banaszaka, Bursztynowa, Chemików, Chopina, Cmentarna, Czereśniowa, Drzewicka, Drzewna, Fabryczna, Główna, Jagiellońska, Jana Pawła II, Jaśminowa, Tulipanowa, Kwiatowa, Lawendowa, Łąkowa, Malinowa, Moniuszki, Morelowa, Narutowicza, Orla Białego, Orzechowa, Owocowa, Papierników, Różana, Rzemieślnicza, Sadowa, Słoneczna, Solidarności, Sosnowa, Spokojna, Szmaragdowa, Turkusowa, Tysiąclecia, Wiśniowa, Zawadzkiego, Zielona, Żłota, Boczna, Cisowa, Brzoskwiniowa, Brzozowa, Brylantowa, Diamentowa, Dzika, Familijna, Grzybowa, Jagodowa, Jeżynowa, Kostrzyńska, Kościelna, Leśna, Lipowa, Cisowa, Łączna, M. Reja, Namyślińska, Nowa, Odrzańska, Piaskowa, Polna, Poziomkowa, Rubinowa, Szkolna, Szumiłowska, Środkowa, Tartaczna, Topazowa, Topolowa, Ustronie, Waniliowa, Wąska, Wesoła, Wilcza, Willowa, Wiosenna, Wrzosowa, Zacisze.

Odpady wielkogabarytowe należy wystawić w dniu zbiórki przed godziną 6:00.

KOSTRZYN NAD ODRĄ

ODDAJ ODPADY DO PSZOK

Przypominamy, że w Kostrzynie nad Odrą przy ul. Sportowej działa Punkt Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych (PSZOK). Święta to okres, w którym wielu z nas zastanawia się co zrobić z zalegającymi w piwnicy, garażu czy mieszkaniu odpadami - oddajmy je do PSZOK!



W Punkcie Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych (PSZOK) są przyjmowane bezpłatnie wszystkie, za wyjątkiem niesegregowanych (zmieszanych), powstające w gospodarstwach domowych odpady komunalne. Można w nim deponować pochodzące z nieruchomości zamieszkałych odpady: opakowaniowe z tworzyw sztucznych, szkła oraz papieru i tektury, biodegradowalne kuchenne, zielone, remontowo-budowlane, niebezpieczne (np. świetlówki, przeterminowane leki, środki ochrony roślin, farby, lakiery, przepracowane oleje), meble i inne wielkogabarytowe, zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny, zużyte opony, tekstylia, odpady niekwalifikujące się do odpadów medycznych powstałych w gospodarstwie domowym w wyniku przy-

jęcia produktów leczniczych w formie iniekcji i prowadzenia monitoringu poziomu substancji we krwi, w szczególności igły i strzykawki oraz wszystkie inne odpady komunalne za wyjątkiem niesegregowanych (zmieszanych). Każdemu Mieszkańcowi Miasta deponującemu odpady w PSZOK zostanie wystawione potwierdzenie zdania odpadów.

W miesiącach listopad - luty PSZOK będzie zapewniał odbiór odpadów:

- wtorek w godz. 9:00 - 17:00
- środa w godz. 9:00 - 16:00
- czwartek w godz. 9:00 - 17:00
- piątek w godz. 9:00 - 16:00
- sobota w godz. 10:00 - 15:00

W poniedziałki PSZOK jest nieczynny.

**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

Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia
Zarząd i pracownicy

Miejskich Zakładów Komunalnych Sp.z o.o.

w Kostrzynie nad Odrą

składają wszystkim Mieszkańcom

najlepsze życzenia pomyślności i szczęścia

oraz wiele radości w 2026 roku.

Życzymy niepowtarzalnych i ciepłych chwil,

odpoczynku przy rodzinnym stole

oraz mnóstwa sukcesów

w życiu zawodowym i prywatnym.

Niech te najpiękniejsze w roku święta

upłyną Państwu w rodzinnej atmosferze,

w gronie Waszych bliskich i przyjaciół,

a Nowy Rok 2026

niech spełni wszelkie marzenia.

**MZK**

Kostrzyn nad Odrą

Spółka z o. o.

CZG-12 PRZYPOMINA

**ODDAJ - NAPRAW - WYKORZYSTAJ
ZANIM WYRZUCISZ!**

Jak co roku przypomnieć należy, że grudzień to najmniej ekologiczny miesiąc roku. Wpływ na to ma zwiększona emisja CO² oraz zwiokrotniona ilość wyrzucanych śmieci. Okazuje się, że ten najcudowniejszy i najbardziej wyczekiwany czas roku jest też najbardziej marnotrawny, stresujący i nieekologiczny.



Ze względu na zwiększone zakupy i prezenty zwiokrotniona jest ilość wyrzucanych śmieci. Wyrzucamy nie tylko opakowania po prezentach czy produktach spożywczych - Polacy rocznie marnują ponad 5 mln ton żywności. To czas też intensywnych porządków więc w śmietnikach lądują stare zabawki, ubrania, meble... ale nie musi tak być.

Oto kilka prostych rad:

- **Przemyśl**, czy potrzebujesz nowych rzeczy, przedmiotów, ubrań...
- **Kupuj tyle ile potrzebujesz**. Zwróć też uwagę na datę przydatności do spożycia.
- **Elektroodpady oddaj do PSZOK!** Wyrzucanie baterii, światełek led i innych ozdób zasilanych prądem lub bateriami do koszy na odpady komunalne jest zabronione!

Co możemy zrobić jako konsumenci?

- **Naprawiać i używać jak najdłużej** - korzystajmy z usług specjalistów oraz rzemieślników, których niestety jest coraz mniej.
- **Podzielić się z innymi** - zamiast wyrzucić możemy skorzystać z grup na portalach społecznościowych, podzielić się tym czego mamy za dużo lub oddać to co nam nie jest potrzebne (np. puste pudełka). Z powodzeniem w Polsce działają już jadłodzielnie, zniczodzielnie, a w okresie świąt powstają nowe punkty jak np. bombkodzielnie, w których można zostawić zbędne ozdoby świąteczne.

Pamiętajmy, że prezenty nie muszą być materialne. W dobie szalejącego konsumpcjonizmu podarujmy najbliższym piękne wspomnienia, którymi dzielić się będziemy przez wiele lat.

CELOWY ZWIĄZEK GMIN CZG-12

**Celowy Związek Gmin CZG-12 wyróżniony
w Konkursie Puchar Recyklingu**

Kapituła Konkursu Puchar Recyklingu doceniła rolę instalacji Zakładu Unieszkodliwiania Odpadów Komunalnych w Długoszynie w odzysku opakowań przyznając w tym roku wyróżnienie w kategorii „Rekordowy karton”. Kategoria ta obejmuje zbiórkę opakowań wielomateriałowych po produktach spożywczych za rok 2024. Są to cenne opakowania, których wielowarstwowa budowa może stwarzać wątpliwości, czy na pewno należy wrzucić je do kosza żółtego na odpady z

tworzyw sztucznych i metalu czy może do niebieskiego... Większość mieszkańców jednak problemów nie ma – jedynym właściwym koszem jest KOSZ oznaczony kolorem ŻÓŁTYM.

Dziękujemy Kapitulie za wyróżnienie oraz mieszkańcom, placówkom oświatowym za selektywną zbiórkę tych cennych opakowań w akcji “Zielona Szkoła, Zielone Przedszkole” i samorządom za współpracę w gospodarce odpadami.

WESOŁYCH ŚWIĄT**ORAZ SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU 2026!**

NA WYJĄTKOWY CZAS ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA PROSZĘ PRZYJAĆ

ŻYCZENIA SPOKOJU I RADOŚCI.

NIECH TE SZCZEGÓLNE CHWILE BĘDĄ OKAZJĄ DO PEŁNYCH CIEPŁA

SPOTKAŃ PRZY RODZINNYM STOLE,

A NADCHODZĄCY 2026 ROK PRZYNIESIE POMYŚLNĄ REALIZACJĘ

WSZELKICH PLANÓW I ZAMIERZEŃ.

ROBERT PALUCH
Przewodniczący Zarządu
wraz z Zarządem CZG-12

DARIUSZ EJCHART
Przewodniczący Zgromadzenia CZG-12





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



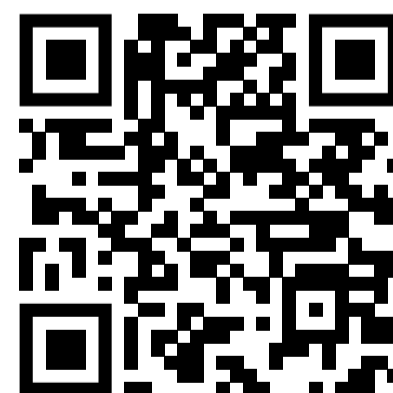
Karta



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

HIRUDOTERAPIA: PIJAWKI LEKARSKIE NATURALNA FARMACJA NA DOLEGLIWOŚCI

W dobie zaawansowanej medycyny i syntetycznych leków, powrót do natury staje się coraz bardziej widoczny. Jedną z najbardziej fascynujących i skutecznych metod jest hirudoterapia, czyli leczenie za pomocą pijawek lekarskich (*Hirudo medicinalis*).

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



3. Udrażnianie Przepływu Krwi:

- Pijawka posiada enzym o nazwie **hialuronidaza**, który sprawia, że tkanki stają się bardziej przepuszczalne.
- To z kolei natychmiast poprawia krążenie krwi w chorym miejscu, pomagając usunąć toksyny i dostarczyć tlen.

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 i zastój limfy: opuchlizna nóg, obrzęki pooperacyjne oraz pourazowe,
- układ ruchu: bóle stawów, kręgosłupa, urazy sportowe, RZS, dna moczanowa,
- neurologia: udar mózgu, migreny, rwa kulszowa, neuropatie, 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.

Tradycja, której ufa współczesna medycyna posiadająca kod procedury medycznej, która łączy skuteczność z naturalnością. Coraz więcej pacjentów przekonuje się, że to właśnie w naturze kryje się najlepsze wsparcie dla zdrowia, odporności i harmonii organizmu.

DLACZEGO PIJAWKI?

Pijawki nie są reliktem przeszłości. Ich rosnąca popularność wynika z naukowo potwierdzonej skuteczności unikalnego „koktajlu” enzymów i związków chemicznych, które wprowadzają do organizmu. Substancje te, w tym znana hirudyna, działają przeciwzapalnie, przeciwbólowo i przeciwzakrzepowo, znacząco poprawiając ukrwienie tkanek.

CO SPRAWIA, ŻE SĄ TAK SKUTECZNE?

Cała tajemnica tkwi w śluzie, który pijawka wpuszcza do naszej krwi, gdy się przysysa. To nie jest zwykła ślina! To mieszanka ponad stu cudownych substancji, które działają jak naturalne leki. Te najważniejsze związki, zwane hirudozwiązkami, robią dla nas trzy kluczowe rzeczy:

1. Naturalne Rozrzedzenie Krwi (Dzięki Hirudynie):

- Pijawka wpuszcza do krwi związek o nazwie **hirudyna**. To jej największy skarb!
- Hirudyna działa jak supermocny, **naturalny środek przeciwzakrzepowy**. Oznacza to, że nie tylko zapobiega powstawaniu niebezpiecznych zakrzepów, ale też pomaga rozpuścić te, które już powstały. Jest to kluczowe np. w leczeniu żylaków.

2. Walka ze Stanem Zapalnym i Bólem:

- Inne substancje (jak np. **bdeliny** czy **egliny**) działają jak naturalny lek przeciwzapalny i przeciwbólowy.
- Dzięki temu zabieg z pijawkami może znacząco zmniejszyć ból związany np. z rwą kulszową, dną moczanową czy stanami zapalnymi stawów.



UWAGA!

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

Adres: 3-go Lutego, Słońsk

Godziny otwarcia:

Poniedziałek-Sobota, 9:00 – 21:00

Telefon: 572-079-092

Facebook: Medical Kuracja Pijawkami

„MÓJ PIERWSZY BIZNES”

KONKURS W ZS CENTRUM KSZTAŁCENIA ROLNICZEGO W KAMIENIU MAŁYM

24.11.2025 r. z inicjatywy Zarządu Kostrzyńsko- Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A. odbył się finał konkursu pn. „Mój pierwszy biznes” w Zespole Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego w Kamieniu Małym.



Uczestnicy musieli nie tylko przygotować biznesplan oraz prezentację swojego pomysłu, lecz także odpowiadać na pytania członków jury oraz zebranej publiczności. Jury w składzie: Antoni Sołtys - Członek Zarządu K-S SSE S.A., Iwona Sztuka - Zastępca Dyrektora Marketingu K-S SSE S.A., Wioletta Czerwińska oraz Alicja Wołkowska - nauczycielki ZS CKR w Kamieniu Małym, miało niezwykle twarde orzech do zgryzienia, ponieważ trudno było ocenić tak świetnie przygotowanych młodych prelegentów.

Po długich naradach wyłoniono zwycięzców:

MIEJCE 1:

„projekt **LIFESTYLE VILLAGE - inteligentna wioska przyszłości**” / autor: **Natalia Majewska**

MIEJSCE 2:

projekt „**RENZER - nowa generacja cyfrowego asystenta drogowego**” / autor: **Wojciech Cudak**

MIEJSCE 3:

„**PiesioRehab: mobilny gabinet weterynaryjno-rehabilitacyjny**” / autor: **Weronika Gawel**

Laureaci otrzymali nagrody w postaci voucherów, a wszyscy uczestnicy drobne upominki oraz dyplomy pamiątkowe od K-S SSE S.A. Serdecznie dziękujemy Dyrektorowi ZS CKR w Kamieniu Małym Emilowi Zapiskowi za umożliwienie organizacji konkursu, Wioletcie Czerwińskiej za pieczę nad konkursem ze strony szkoły i przygotowanie młodzieży oraz samym uczestnikom. Dziękujemy również WOPR Województwa Lubuskiego za nieocenione wsparcie techniczne w czasie całego wydarzenia.



Kostrzyńsko-Słubicka
Specjalna Strefa Ekonomiczna

SZKOLENIA DLA PRZEDSIĘBIORCÓW KOSTRZYŃSKO-SŁUBICKIEJ SPECJALNEJ STREFY EKONOMICZNEJ S.A.

W grudniu 2025 r. odbyły się dwa szkolenia przeznaczone dla przedsiębiorców Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A. Pierwsze miało miejsce 4 grudnia w Kostrzynie nad Odrą, a kolejne 5 grudnia w Poznaniu.



Spotkanie w Kostrzynie otworzył członek zarządu K-S SSE S.A. **Antoni Sołtys**, a w Poznaniu wiceprezes zarządu K-S SSE S.A. **Magdalena Hilszer**, podsumowując działalność spółki w 2025 roku oraz nawiązując do projektów dual-use, będących przedmiotem rosnącego zainteresowania ze strony przedsiębiorców.

Oba spotkania poprowadzili eksperci z Deloitte Polska - jednej z największych firm doradczych w kraju. Prelegenci omówili zagadnienia o tematyce podatkowej, które wzbudziły duże zainteresowanie i liczne pytania ze strony przedsiębiorców, a także kwestie związane z zakończeniem funkcjonowania specjalnych stref ekonomicznych w roku 2026.

Szkolenia po raz kolejny potwierdziły, jak ważne jest stałe podnoszenie kompetencji oraz dostęp do rzetelnej, aktualnej wiedzy w dynamicznie zmieniającym się otoczeniu prawnym i gospodarczym.



KOSTRZYŃSKO - SŁUBICKA SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA S.A.

K-S SSE S.A. WSPIERA LUBUSKIE JUNIORKI

W dniu 10.12.2025 r. drużyna UKS Jedyńka Słubice I zakończyła rozgrywki Lubuskiej Ligi Juniorek Młodszych w piłce ręcznej. Podczas meczu piłkarkom towarzyszył Prezes Zarządu Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej Tomasz Pisarek. W sporcie tak jak w biznesie, liczy się determinacja i konsekwencja, dlatego K-S SSE S.A z przyjemnością wspiera oraz promuje sportowe talenty i waleczne postawy na boisku.

09.12.2025 roku wygrana z zespołem KS Zorza Iskra Kowalów dała słubickiej drużynie kolejny z rzędu złoty medal w tych rozgrywkach i awans do 1/16 Pucharu Związku Piłki Ręcznej w Polsce w tej kategorii wiekowej. Zespół zakończył tegoroczne rozgrywki bez porażki!

Jako sponsor jesteśmy dumni i życzymy sukcesów w roku 2026!



KOSTRZYN NAD ODRĄ

Zapraszamy do udziału w projekcie

1 grudnia 2025 roku ruszył pierwszy nabór do projektu „Lubuski PSF”, inicjatywy wspierającej rozwój umiejętności, kompetencji i kwalifikacji mieszkańców województwa lubuskiego. Projekt realizowany jest w ramach programu Fundusze Europejskie dla Lubuskiego 2021–2027 (FELB), współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus (EFS+).

Rzeczpospolita
PolskaDofinansowane przez
Unię Europejską**Cel projektu:**

Podniesienie umiejętności/kompetencji lub uzyskanie kwalifikacji przez minimum 85% uczestników poprzez objęcie ich usługami rozwojowymi dostępnymi w Bazie Usług Rozwojowych (BUR) - m.in. szkoleniami, kursami, studiami podyplomowymi czy certyfikacją kompetencji.

Dla kogo:

Osoby dorosłe uczące się, pracujące lub zamieszkujące w województwie lubuskim, które z własnej inicjatywy chcą rozwijać się zawodowo. Wsparcie obejmuje także osoby w trudniejszej sytuacji - z możliwością zwolnienia z wkładu własnego zgodnie z regulaminem.

Ile

Każdy uczestnik może otrzymać do 4.500 zł dofinansowania, pokrywającego 95% wartości wybranej usługi rozwojowej. Osoby w trudnej sytuacji mogą zostać zwolnione z wymaganego 5% wkładu własnego.

Zakres wsparcia

- 1 godzina doradztwa indywidualnego (m.in. bilans kompetencji, dobór usług w BUR),
- dofinansowanie usług rozwojowych (z wyłączeniem e-learningu),
- preferencja dla usług prowadzących do uzyskania kwalifikacji rynkowych (ZRK/ZSK).

Realizator projektu:

Doradztwo Personalne i Szkolenia Aleksandra Zakrzewska
e-mail: uslugi@lubuski-rozwoj.pl Telefon: 789 104 031

Terminy i rekrutacja

Nabór trwa od 01.12.2025 r. Informacje, dokumenty oraz formularze rekrutacyjne będą dostępne na stronie projektu: www.lubuskie-rozwoj.pl
Projekt „Lubuski PSF” realizowany w terminie: 01.10.2025 - 30.09.2029

CZG12

Celowy Związek Gmin

NIE PAL ODPADÓW! TRUJESZ ŚRODOWISKO, SIEBIE I SĄSIADÓW!



PM10
SO₃
SO₂
CO₂
HCN
H₂S
Pb
Cd

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

WWW.CZG12.PLNarodowy Fundusz
Ochrony Środowiska
i Gospodarki Wodnej

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 Wzrostu Edukacji Ekologicznej.

WFOŚiGW
w Zielonej GórzeKRAJOWY
PLAN
ODBUDOWYRzeczpospolita
PolskaSfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEUMinisterstwo
FinansówKrajowa Administracja
Skarbowa

SPOTKANIE z KSeF

Naczelnik Urzędu Skarbowego w Gorzowie Wielkopolskim

zaprasza do udziału w konsultacjach poświęconych funkcjonowaniu Krajowego Systemu e-Faktur. Podczas spotkania pracownicy urzędu skarbowego pomogą wyjaśnić wszelkie wątpliwości dotyczące logowanie się do KSeF, wystawiania, odbierania i weryfikowania ustrukturyzowanych faktur.

**Konsultacje odbędą się 8 stycznia 2026 roku w godzinach 10:00 - 12:00
w budynku Kostrzyńskiego Centrum Kultury „Kręgielnia”, ul. Fabryczna 5, Kostrzyn nad Odrą.**

Więcej informacji na ksef.podatki.gov.pl

POLSKO-NIEMIECKIE PRZEDSTAWIENIE ARTYSTYCZNE- TREBNITZ 2025

PRZYJAŹŃ W TAŃCU I AKROBATYCE

Szkoła Podstawowa nr 2 im. Przyjaciół Ziemi już od wielu lat bierze aktywny udział w projektach Polsko-Niemieckiej Współpracy Młodzieży (PNWM). Projekty te umożliwiają spotkania i współpracę młodych ludzi z Polski i Niemiec.



W tym roku uczniowie kostrzyńskiej Dwójki spotkali się z uczniami Kleeblatt Schulle z Seelow. Wspólnie brali udział w pięciodniowych warsztatach taneczno-teatralnych oraz akrobatyki powietrznej w zamku w Trebnitz. Celem wspólnego projektu było rozwijanie talentów artystycznych, integracja młodzieży i budowanie pozytywnych relacji między rówieśnikami obu krajów.

Punktem kulminacyjnym wspólnych warsztatów było przedstawienie, podczas którego uczestnicy zaprezentowali układy taneczne przygotowane podczas zajęć. Jednym z najbardziej

widowskich punktów programu były figury wykonywane na szarfach. Dzieci, pod okiem instruktora, zaprezentowały elementy akrobatyki powietrznej. Przedstawienie oglądali rodzice, dziadkowie i zaproszeni goście.

Całe wydarzenie przebiegało w przyjaznej atmosferze współpracy i wzajemnego wsparcia. Wspólny występ pozwolił dzieciom przełamać bariery językowe i kulturowe oraz dał im okazję do rozwijania pasji w międzynarodowej grupie.

Marta Gotowicka

Jerzy Rybka

IDA ŚWIĘTA

*Każda buzia na te święta
Powinna być uśmiechnięta
Więc się nie kłóć z sąsiadami
Stań i porozmawiaj z nimi.*

*Zrób sałatkę swej sąsiadce
Jej mężowi daj coś w siatce *
A Twój uśmiech i życzenia
Pesymizm w optymizm zmienia.*

*Jeśli masz dużo pieniędzy
Pomóż babci, co jest w nędzy
Pomóż także kundelkowi
I bezdomnemu kotkowi.*

*Jeśli wierzysz w Pana Boga
Do Kościoła prosta droga
Wyjdiesz z Niego po godzinie
Wtedy pomyśl o Rodzinie.*

*To wszystkim ludzi dotyczy
Musisz wszystkim dobrze życzyć
W Dniu Bożego Narodzenia
Wszystkim składajmy życzenia.*

* - To może być karpik.

P.S. - Jeśli Święta zmienią Ciebie,
może kiedyś będziesz w NIEBIE.



Krystyna 
Sibińska
— Posel na Sejm RP —



Życzenia świąteczne

**Niech magia tych Świąt rozświetli
Wasze życie przynosząc zdrowie,
szczęście i pomyślność.**

**Wesołych Świąt Bożego Narodzenia
i szczęśliwego Nowego Roku!**



Krystyna Sibińska
Poseł na Sejm RP

Krystyna Sibińska

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 Krysiak
Specjalista dermatolog-wenerolog
Specjalista alergolog



Gabinet
Sulęcín Batorego 3A
Aktualne dane
do rejestracji na stronie
www.dermatolog-alerlog.pl

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!

JARMARK ŚWIĄTECZNY

Tegoroczny Jarmark Świąteczny w Kostrzynie nad Odrą, który odbył się w dniach 5–7 grudnia na obiektach MOSiR, na długo pozostanie w pamięci mieszkańców. Po raz pierwszy wydarzenie zorganizowano w nowej lokalizacji - na stadionie MOSiR - co okazało się strzałem w dziesiątkę. Przez trzy dni stadion tętnił życiem, świąteczną muzyką i radosną atmosferą, przyciągając całe rodziny.



Dla uczestników przygotowano niezwykle bogaty program atrakcji. Już od 1 grudnia działało bezpłatne lodowisko, dostępne codziennie w godzinach 13:00-20:00 aż do 21 grudnia. Oficjalne otwarcie jarmarku nastąpiło w piątek o godzinie 16:00 wraz z uruchomieniem stoisk świątecznych oferujących aromatyczną gastronomię, ozdoby bożonarodzeniowe, rękodzieło i liczne świąteczne upominki. Chwilę później rozpoczęły się warsztaty rękodzielnicze prowadzone przez Pracownię Sanderson a o 17:30 Konkurs kolęd i pastorałek dla dzieci, który wzbudził mnóstwo pozytywnych emocji a publiczność śpiewała i tańczyła wspólnie z wykonawcami. Na koniec pierwszego dnia emocje zgromadzonych rozpałił kostrzyński zespół My Młodzi.

Sobota była prawdziwą kulminacją wydarzenia: jarmark wypełnił się po brzegi gośćmi. O godzinie 15:00 pojawili się Moto Mikołaje, którzy wzbudzili ogromny entuzjazm zarówno wśród najmłodszych, jak i dorosłych. Efektowne motocykle i drobne upominki

od Mikołajów przyciągały tłumy. Punktualnie o 16:00 rozpoczęły się występy sceniczne - najpierw prezentował się zespół Wrzos, następnie publiczność bawiła się przy dźwiękach zespołu CichoSza. Chwilę później na jarmark przybył Święty Mikołaj ze swoimi pomocnikami, rozdając prezenty i animując wspólne zabawy. Ważnym momentem soboty było wystąpienie Burmistrza Miasta Kostrzyn nad Odrą Andrzeja Kunta, który złożył mieszkańcom świąteczne życzenia, a następnie wspólnie z dyrektorem MOSiR Mariuszem Staniszewskim dokonał uroczystego zapalenia świątecznej choinki. Kolejne występy zespołu Echo oraz widowiskowy pokaz ognia Homra Fireshow skutecznie rozgrzały publiczność przed główną atrakcją wieczoru - koncertem Łukasza Łyczkowskiego.

Niedziela upłynęła pod znakiem sportowych emocji. Od godziny 13:00 rozpoczęły się Biegi Mikołajkowe organizowane przez KKL Kostrzyn nad Odrą, w których udział wzięło blisko 100 dzieci rywalizujących w 16 biegach dla klas I–VIII. Po zakończeniu zawodów

i ceremonii dekoracji uczestnicy oraz goście mogli wysłuchać koncertu saksofonisty „Pesos” i występu tenora Domenico Araldiego.

Przez cały czas trwania jarmarku dostępne były dodatkowe atrakcje, w tym lodowisko, zjeżdżalnia SnowTubing oraz dmuchane zamki na hali sportowej, co sprawiło, że każdy – niezależnie od wieku - znalazł coś dla siebie.

Serdecznie dziękujemy wszystkim uczestnikom za stworzenie wyjątkowego, świątecznego klimatu. Szczególne podziękowania kierujemy do pracowników MOSiR za ogromne zaangażowanie i profesjonalną organizację wydarzenia, było to dla nas nowe wyzwanie któremu udało się podołać w 100%.

Dziękujemy również partnerom i współorganizatorom: Miastu Kostrzyn nad Odrą, firmom Agreco, Sam Dong, CRR Akcja, P&J Zamki Dmucane, OSP Kostrzyn, Pracowni Sanderson, Biznes Consulting, MZK Kostrzyn oraz firmie SOLBUD.



TURNIEJ MIKOŁAJKOWY SKRZATÓW

W dniu 6 grudnia w hali KCSZ w Kostrzynie nad Odrą odbył się Mikołajkowy Turniej Skrzatów o puchar Prezesa K-SSSE Tomasza Pisarka. Zwycięzcą turnieju został zespół UKS Czwórki Kostrzyn nad Odrą, który wyprzedził ekipę SAP APIS Słubice oraz UKS Polonię Słubice.

Kostrzyn nad Odrą reprezentowały: UKS Celuloza Kostrzyn nad Odrą, UKS Czwórka Kostrzyn nad Odrą, Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą. „Oficjalnego otwarcia i powitania dokonali dyrektor MOSiR Mariusz Staniszewski i właściciel firmy Colloseum Marketing Sport Mirosław Wrzesiński. W uroczystym otwarciu uczestniczył także były dyrektor MOSiR Zygmunt Mendelski. Tegoroczne zmagania urozmaiciły występy grupy młodych „Cheerleaderek” z SP 1 Kostrzyn nad Odrą, działających pod opieką Joanny Rozenblut, które wprowadziły niesamowity nastrój oraz dodały wydarzeniu wyjątkowej oprawy artystycznej. Ich energiczne układy taneczne, barwne stroje oraz entuzjazm udzielały się zarówno zawodnikom, jak i publiczności.

Turnieje Skrzatów niezmiennie wzbudzają ogromne emocje. Mali piłkarze po raz kolejny udowodnili, że futbol to nie tylko rywalizacja, lecz przede wszystkim



KLASYFIKACJA KOŃCOWA TURNIEJU

1. UKS Czwórka Kostrzyn nad Odrą
2. SAP APIS Słubice
3. UKS Polonia Słubice
4. Lubuska AP Słubice
5. UKS Celuloza Kostrzyn nad Odrą
6. Akademia TS Celuloza Kostrzyn nad Odrą
7. Ilanka Rzepin
8. AP Super Strikas Cybinka

Najlepszy zawodnik: Borys Masiarz - UKS Czwórka Kostrzyn

Król strzelców: Borys Masiarz - UKS Czwórka Kostrzyn

Trener zwycięskiej drużyny: Adam Bogdański - UKS Czwórka Kostrzyn

wspianiała zabawa oraz doskonała okazja do rozwijania sportowych umiejętności. Licznie zgromadzeni kibice - rodziny i przyjaciele młodych zawodników z dużym entuzjazmem reagowali na każdą akcję rozgrywaną na boisku. Młodzi adepci piłki nożnej stworzyli prawdziwe sportowe widowisko, pełne dynamicznych akcji, efektownych strzałów oraz znakomitych interwencji bramkarskich, które budziły uznanie nawet wśród bardziej doświadczonych obserwatorów.

Po zakończeniu rywalizacji odbyła się uroczysta dekoracja wszystkich uczestników, którzy otrzymali pamiątkowe puchary i medale. Przyznano również wyróżnienia indywidualne dla najlepszego zawodnika oraz najlepszego strzelca turnieju - nagrodzonych pamiątkowymi statuetkami. Ceremonii wręczenia nagród dokonali Mariusz Staniszewski oraz Mirosław Wrzesiński



7 grudnia zmarła Ewa Sajkowska, nasza koleżanka redakcyjna, grafik komputerowy, związana z nami od 6. lat. Odeszła cicho i niespodziewanie mając zaledwie 57 lat życia. Życia wypełnionego pracą i miłością do córki Urszuli i stale jej towarzyszącym różnej maści Mruczkom.

Na gorzowskim cmentarzu komunalnym żegnało ją spore grono żałobników. Złożone wiązanki kwiatów i zapalone znicze były symbolem Szacunku dla niej i jednocześnie Pamięcią o Ewie w duszach tam obecnych. Szczere wyrazy Współczucia składamy córce.

Zespoły redakcyjne wszystkich mutacji "Przekroju Lokalnego"



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

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

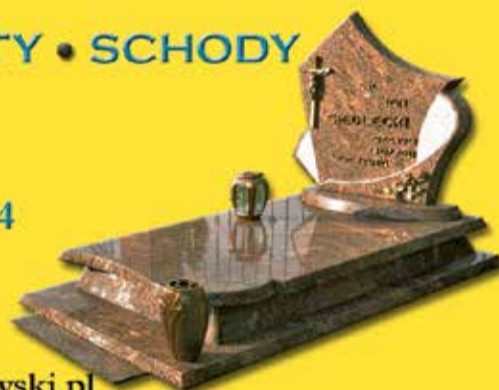
SULECIN

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