

REKLAMA
511 225 133

ISSN 2084-4255
nr 11(162)/2025

grudzień 2025
www.przekrojlokalny.pl

lokalny PRZEKRÓJ

z dostawą do domu

SULĘCIN KRZESZYCE LUBNIEWICE SŁOŃSK TORZYM OŚNO LUBUSKIE

progress

GWARANCJA CZYSTOŚCI

-  sprzątanie biur i obiektów przemysłowych
-  dezynfekcja (zamgławianie, ozonowanie)
-  sprzątanie po remontach

tel. + 48 511 225 133
www.progress24.eu

PŁYTKI CERAMICZNE PROJEKTOWANIE ŁAZIENEK

**STYL
ERAMIKA
SULĘCIN**

www.stylceramika.pl
95 755 48 65



Kwiaciarnia Kwia Ty i Ja
Sulęcín

Oś. Kopernika 18

(pasaż handlowy naprzeciwko bloku Kopernika 2)

Tel. 609 073 444
lub 669 147 272

Znajdź nas na
facebook

Dostarczamy kwiaty na podany adres

:)

KAMIENIARSTWO

Gardziejewski

NAGROBKI

PONAD 50 LAT DOŚWIADCZENIA

OZDOBNE OPASKI
DO KOŁA NAGROBKÓW

691 265 669

SULĘCIN ul. Paderewskiego 14

www.kamieniarstwo-gardziejewski.pl



SALON MEBLOWY KOMEFORT

Twój dom zasługuje na meble z legendy.

ul. Chrobrego 1A
69-200 Sulęcín

tel. 95 755 46 15
f meblesulecin
www.meblesulecin.pl



TAXI

+48 691 622 407
Sulęcín

W numerze:

Most nad Postomią rozebrany- str. 3

50 Kowirówka - lokalny przewodnik po kulturze - str. 7

17 Wielkopolska Brygada Zmechanizowana szkoli „na kryzys” - str. 16

WULKANIZACJA, MECHANIKA POJAZDOWA „U PAWŁA”

Ostrów 69
69-200 Sulęcín

wymiana opon, wyważanie

opony nowe oraz używane

wymiana oleju i filtrów

spawanie plastików

naprawy bieżące



tel. **727 686 655**

czynne: pn-pt: 8-18, sob: 8-14

MIESZKANIA DLA FIRM W SULĘCINIE

TEL. 501544686
(faktura VAT)

minął miesiąc

Kończy się rok i niebawem nowy



LECH MALINOWSKI
lechm47@wp.pl

Tyle się dzieje w kraju i świecie, że trudno ogarnąć co bardziej "smakowite kąski". Prezydent-Niepoliczony nadal wydziera się niczym na wiecach wyborczych. Co bardziej złośliwi obdarzyli go ksywką Megafon lub Weto-manem. Że jest Niepoliczonym to fakt! Wszędzie podaje się wyniki. W konkursach wszelkiej maści jest to standard! Ale nie dla Państwowej Komisji Wyborczej jak i byłego Marszałka Sejmu RP, który go zaprzysiągł. Hołownia nie udźwignął zasad gry, któ-

re są w polityce, jako rasowy solista. Może popełnił Delikt Konstytucyjny sprawując władzę publiczną, ale to może rozstrzygnąć Trybunał Stanu. W odróżnieniu od zwykłego przestępstwa, delikt konstytucyjny nie musi być czynem zabronionym karą na gruncie prawa karnego.

Niejaki Batory (literacka postać fikcyjna, faktycznie znana) został przysłowiową miętą fają. Oddał kompetencje, których nigdy nie miał. Doszło zatem do Snusa kim jest na politycznej arenie. Mówienie, że go Putin nie lubi jest zasłoną dymną jego niewiedzy, bo do negocjacji politycznych nadaje się jak wół na wyścigu koni. Zresztą Koalicja Chętnych nasz kraj do rozmów nie zaprosiła, bo i chętni do posłania naszych wojsk na Ukrainę – nie jesteśmy.

Błysnął Prezydent-Niepoliczony w Czechach, snując swoją (lub swych dorad-

ców) wizję odnośnie UE. Bez uzgodnienia z rządem, za co publicznie nieco mu "przyłożył" szef polskiego MSZ. Można to przetłumaczyć jako *Zamknij się, Karolku*. Polska to nie folwark prezesa, a UE to nie piknik rekonstruktorów narodowej chwały. Prezydent nie ma prawa proponować zmian traktatów unijnych bez zgody Rady Ministrów. To jakby cieć z portierni ogłaszał, że zmienia regulamin całego wieżowca, bo tak mu podpowiedziała Godność Osobista. W dyplomacji liczy się nie tylko co mówisz, lecz z czyjego mandatu. Ten szczegół rozpętał burzę w sieci – od *brawo*, *wreszcie ktoś mówi wprost po stop solowym popisom*.

Prezydent-Niepoliczony, 7 listopada rzekł publicznie: *Nielegalnie funkcjonujący prokurator krajowy ściga byłego ministra sprawiedliwości*. Takie słowa wstrząsnęły fundament państwa prawa. Jeśli taki

zarzut ma być politycznym oświadczeniem to oznacza, że w Polsce prawo stało się już wyłącznie narzędziem politycznego rachunku. Słowa mają ciężar instytucji, która jest w Dużym Pałacu. Wypowiadając słowa o "nielegalnym prokuratorze", uderzył nie w jednostkę, lecz w zasadę, że państwo istnieje tylko tak długo, jak długo obywatele wierzą w praworządność. Gdy głowa państwa nazywa działania organów ścigania "nielegalnymi", podważa się zaufanie do sądów, prokuratury i samej Konstytucji. Większość obywateli ma dziś nie tylko obawy, lecz uzasadnione podejrzenia, że wybory prezydenckie zostały sfałszowane.

Wątek Karola cały czas się przetacza w polityce. Wetuje ustawy polegając na sforcie sfrustrowanych doradców, którzy ogon własny by zjedli aby pracodawcy dogodzić. Mają własne wybujałe Ego, nie mniejsze od Karola. Tenże zagubił się w strukturach władzy przekonany o własnej wielkości, z obsesją na punkcie centralizacji. Prezydencka epifania czy stan wzmożenia historycznego? Samozwańczy kardynał Richelieu Europy Wschodniej, wygłosił w Pradze przemowę pełną gróźb, apeli, wyimaginowanych zagrożeń i oczywiście – buńczucznych wezwań do "suwerenności", "demokratycznego mandatu" i innych frazesów, które brzmią jakby je układał Al czyli sztuczna inteligencja. Ot objawił się nam Prezydent w roli rzecznika TVP z czasów apogeum propagandy za prezesa Kurskiego. Chwilami jest to i zabawne i tragikomiczne. Ale skoro jest zakładnikiem swoich doradców...

Okazuje się, że Karol jest nie tylko oderwany od konstytu-

cji, ale i od własnej kancelarii. Obóz władzy w Dużym Pałacu przypomina filmową "Grę o Tron" z rozgrywkami personalnymi, knuciami Cenciewiczza i zgrzytami między Przydaczem, Boguckim i resztą pisiorów. Myślą, że są rządem. Szczytem idiotyzmu było przez Boguckiego porównanie objętości papierowej ustawy o kryptowalutach w Polsce i Czechach. Dopiero Premier wyjaśnił, że w Czechach jest ona rozłożona w wielu a u nas w jednej, stąd jej obszerność.

Mamy kolejny moment, gdzie rozsądek próbuje przeдрzeć się przez mgłę mitów, urazów i wielopiętrowych intryg, złożonych niczym lasagne z goryczy, ambicji i kompleksów. Z jednej strony mamy ekipę Premiera, ludzi z programem, klasą i doświadczeniem. Z drugiej to historyczni rekonstruktorzy myślicy, że geopolitykę można rozgrywać jak grę planszową IPN.

Zero na znak protestu nie wraca. Powinni wywalić go z roboty w Sejmie za absencję. Rezydent-Długipis się wymądrza na Kanale Zero. Jędrus zjedz Snikersa i czekaj na swą kolej przed TS i Prokuraturą za łamanie Konstytucji. Prezes "chlapnął" że Lepera zamordowano. W sumie coraz ciekawiej.

O tym jak Putin ogrywa Amerykanów niebawem odbije się czkawką i u nas. Nasz Karol w swoich staraniach udaje męża stanu. Tramp nim jest. Do rozmów kieruje biznesmenów nie dyplomatów i stale zmienia chwiejne propozycje. A tak mu nasi prawicowi posłowie bili brawo... Kończy się rok, nowy niebawem. Zatem Pogodnych Świąt i optymizmu w 2026 roku życzę.

progress
GWARANCJA CZYSTOŚCI

sprzątanie biur i obiektów przemysłowych

dezynfekcja (zamgławianie, ozonowanie)

sprzątanie po remontach

tel. + 48 511 225 133
www.progress24.eu

lekarz medycyny Artur Krysiak
Specjalista dermatolog-wenerolog
Specjalista alergolog

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

orange

Krzysztof Piotrowski
DORADCA KLIENTA

tel. 501 693 387

Najszybszy domowy internet - do 1 Gb/s!!!

**MIESZKANIA
DLA FIRM
W SULECINIE**

TEL. 501544686

(faktura VAT)

Most nad Postomią rozebrany

Ruszyła rozbudowa ulicy Winna Góra i budowa nowego mostu. To jedna z ważniejszych inwestycji drogowych w naszej gminie.

Zadanie obejmuje budowę nowego obiektu mostowego z pasami jezdni oraz chodnikami po obu stronach, a także rozbudowę ulicy Winna Góra wraz z infrastrukturą towarzyszącą – między innymi budową kanalizacji deszczowej i nowego oświetlenia ulicznego. Pierwszym etapem prac była rozbiorka istniejącego mostu. Konstrukcja została już zdemontowana, teren zabezpieczony, a wykonawca przystąpił do robót przygotowawczych pod nowe przęsło. W najbliższym czasie prowadzone będą

intensywne prace ziemne i fundamentowe, tak aby możliwe było wzniesienie nowoczesnego i bezpiecznego obiektu. Inwestycja ma kluczowe znaczenie dla poprawy bezpieczeństwa ruchu drogowego oraz komfortu poruszania się pieszych. Nowy most i przebudowana ulica Winna Góra znacząco poprawią dostępność obiektów użyteczności publicznej, ułatwiając mieszkańcom codzienne dojazdy do pracy, szkół, placówek usługowych i instytucji. Zmodernizowana infrastruktura drogowa wpłynie

również na estetykę tej części miejscowości oraz podniesie atrakcyjność terenów sąsiednich. Na czas trwania robót wprowadzone zostały zmiany w organizacji ruchu. Urząd apeluje do kierowców i pieszych o zachowanie szczególnej ostrożności, stosowanie się do oznakowania oraz wyrozumiałość wobec chwilowych utrudnień.

Przejściowe niedogodności mają przynieść długofalowe korzyści dla wszystkich użytkowników drogi. Inwestycja jest kolejnym krokiem w kierunku systematycznej poprawy stanu infrastruktury drogowej w gminie, z myślą o bezpieczeństwie, wygodzie i jakości życia mieszkańców.

UM Sulęcín



Zadanie dofinansowane ze środków Rządowego Funduszu Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych.



progress

cleaning & garden

- sprzątanie klatek schodowych
- sprzątanie biur
- sprzątanie terenów zewnętrznych
- pielęgnacja zieleni
- odśnieżanie

Sulęcín
M. Skłodowskiej - Curie 4

progress24.eu

tel. 511 225 133

e-BIURO RACHUNKOWE

CERTYFIKAT MINISTRA FINANSÓW nr 36857/2010

ZWROT PODATKU I ZASIŁKI
W UNII EUROPEJSKIEJ



NIEMCY



HOLANDIA



ANGLIA



IRLANDIA

69-200 SULECÍN
ul. POZNAŃSKA 1 p.2

Usługi w atrakcyjnych cenach.
tel. kontaktowy 661 21 33 42
mail: ebiurorachunkowe.sulecin@op.pl

66-470 KOSTRZYN nad ODRĄ
ul. RADOŚCI 20



7 grudnia zmarła Ewa Sajkowska, наша 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 zegnało 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"



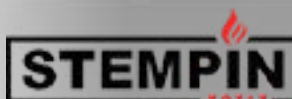
Centrum Instalacyjno-Techniczne „LITKA” Jarosław Litka

- artykuły budowlane
- płyty OSB i GKB
- narzędzia
- artykuły metalowe, instalacyjne, elektryczne
- drzwi i podłogi

POMPY CIEPŁA



Beretta



EkoPell



KOTŁOSPAW



WYKONAWSTWO INSTALACJI
SANITARNYCH, GRZEWczyCH
I GAZOWYCH

KOCIOŁ NA DREWNO Drew-Ko

urządzenie 5 klasy oraz Ecodesign

dostępne moce: 12 kW; 18 kW; 24 kW

wyższe dofinansowanie
z programu „Czyste Powietrze”

ul. Poznańska 1a
69-200 Sulęcín

tel. 95 755 2239
kom. 501 544 686

dystrybutor w Sulęcínie



USŁUGI POGRZEBOWE

Nasza firma łączy wieloletnią tradycję z nowoczesnością

Kredytujemy koszty pogrzebu w ramach zasiłku ZUS i KRUS. W przypadku kosztów organizacji pogrzebu niższych niż zasiłek zwracamy pozostałość!

Wysoka jakość usług jest poparta certyfikatami z tanatokosmetyki i toalety pośmiertnej.



Zakład Usług Komunalnych Sp. z o. o.
ul. B. Chrobrego 3, 69-200 Sulęcín
e-mail: bok@zuksulecin.pl
www.zuksulecin.pl



CAŁODOBOWE
POGOTOWIE POGRZEBOWE

95 755 28 11

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 wielokrotniona 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 wielokrotniona 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:

- **Przemysł**, 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 najbliższemu 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 Długoszyńcu 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 wielomateriałowa 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 Kapitułę 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 PRZYJĄĆ
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



Mikołajki na Sulęcińskim Rynku

6 grudnia na sulęcińskim rynku oficjalnie rozblęły świąteczne iluminacje. Przestrzeń miejską wypełniła wyjątkowa, zimowa atmosfera, która przyciągnęła wielu mieszkańców. Podczas wydarzenia na uczestników czekały liczne atrakcje. Na rynku pojawił się Święty Mikołaj, a całość uświetniły świąteczne piosenki i wspólne tańce. Dla najmłodszych przygotowa-

no słodkie upominki, które cieszyły się dużym zainteresowaniem. Wydarzenie było okazją do wspólnego rozpoczęcia okresu przedświątecznego oraz integracji lokalnej społeczności. Organizatorzy dziękują wszystkim obecnym za udział i stworzenie radosnej, świątecznej atmosfery.

UM Sulęcín



Montaż OZE w budynkach OSP

Gmina Sulęcín w miesiącach październik-listopad zrealizowała zadania inwestycyjne polegające na montażu odnawialnych źródeł energii w budynkach Ochotniczej Straży Pożarnej w Trzemesznie Lubuskim oraz w Trzebowie.

Wykonawca został wybrany w wyniku postępowania o udzielenie zamówienia publicznego i została nim firma PAN-ELE Hurtownia Energii Odnawialnej Sp. z o.o., z Krosna Odrzańskiego.

W ramach inwestycji zarówno budynek OSP w Trzemesznie Lubuskim jak też budynek OSP w Trzebowie zostały wyposażone w instalację odnawialnych źródeł energii tj. panele fotowoltaiczne pV o mocy 9,9 kW, pompę

ciepłą wraz z osprzętem oraz w panele magazynu energii o mocy 20 kVA.

Zrealizowano również modernizację instalacji centralnego ogrzewania, zamontowano wysokosprawny podgrzewacz ciepłej wody użytkowej wraz z osprzętem oraz zmodernizowano instalację c.w.u.

Całkowity koszt przeznaczony na realizację obu zadań wyniósł ponad 438 tys. zł.

Zadania zostały dofinansowane ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Zielonej Górze w kwocie 405.093,12 zł.

UM Sulęcín



Z okazji Świąt Bożego Narodzenia składamy życzenia zdrowia, spokoju i radości.

Niech ten piękny, świąteczny czas napelni serca miłością i wdzięcznością, a w domach zagości ciepło, pokój i wzajemna życzliwość.

Niech Święta przyniosą dobre rozmowy, wspomnienia i uśmiechy, które zostaną z nami na długo.

Niech Nowy Rok 2026 przyniesie spełnienie planów, dużo pozytywnej energii i codzienną satysfakcję z podejmowanych działań.

Niech każdy dzień będzie nowym początkiem pełnym nadziei i wiary w dobro.

Burmistrz Sulęcína

Dariusz Ejchart
Dariusz Ejchart

Przewodniczący Rady Miejskiej

Krzysztof Bielecki
Krzysztof Bielecki





SOKOWIRÓWKA

SULĘCIŃSKI OŚRODEK KULTURY I BIBLIOTEKA PUBLICZNA

Drodzy Mieszkańcy, Przyjaciele Kultury,

z okazji nadchodzących Świąt oraz Nowego Roku życzymy Państwu chwil pięknych, spokojnych i pełnych ciepła.

Niech będzie to czas spędzony z dobrą książką, ulubioną muzyką, filmem, z bliskimi, którzy nadają naszym dniom sens i kolor.

Życzymy, aby w przerwie od codziennego pośpiechu udało się odnaleźć przestrzeń na refleksję, odpoczynek i wszystko to, co naprawdę ważne.

Niech Nowy Rok będzie Kulturalny w każdym znaczeniu tego słowa:

pełen inspiracji, spotkań, odkryć, twórczych działań i małych wielkich radości, jakie niesie ze sobą kontakt ze sztuką.

Dziękujemy, że byliście z nami przez cały mijający rok.

Do zobaczenia na kolejnych wydarzeniach w Sulęcińskim Ośrodku Kultury i Bibliotece Publicznej

Wesołych Świąt i pięknego Nowego Roku!

Zespół Sulęcińskiego Ośrodka Kultury i Biblioteki Publicznej



To będzie prawdziwie rockowe zakończenie roku w Klubie u Bulka – miejscu, gdzie wszystko się zaczęło. Cieszymy się ogromnie, że chłopaki wracają do naszego klubu, wracają do domu... i to w najlepszym możliwym stylu. Po czteroletniej przerwie 5 RANO powraca na lokalną scenę z energią, za którą tęsknili zarówno wierni słuchacze, jak i ci, którzy dopiero chcą ich odkryć. Ich muzyka to połączenie rocka i alternatywy — charakterystyczne brzmienie, melodyjne riffy, teksty, które zostają w pamięci na długo po koncercie. Dla wielu będzie to wyjątkowa okazja, aby po przerwie zobaczyć zespół ponownie w akcji — na scenie, od której rozpoczęła się ich historia. Szykujcie się na finał pełen emocji, wspomnień i rock'n'rolla!

■ 27 grudnia 2025 (sobota), 🕒 Start koncertu: 20:00, ■ Otwarcie bramek: 19:00, 💎 Bilety: 60/80 zł.

• Rezerwacje biletów SMS: Wyślij wiadomość z hasłem „5 RANO” + imię i nazwisko + liczbę biletów, na numer 506 070 879.

Grudzień 2025

NIE ZWALNIAMY TEMPA! - CÓŻ TO BYŁ ZA ROK!

Kończący się rok był dla Sulęcińskiego Ośrodka Kultury czasem intensywnej pracy, twórczej energii i nowych pomysłów. SOK, jak co roku udowodnił, że jest miejscem, w którym kultura nie tylko powstaje, ale przede wszystkim – żyje. Od koncertów i warsztatów, przez wydarzenia i społeczne, aż po inicjatywy dla dzieci i młodzieży.



Sezon koncertowy w Sulęcińskim Ośrodku Kultury otworzył koncert Renaty Przemek. Wieczór z artystką oczarował publiczność przenosząc słuchaczy w muzyczną podróż pełną energii, emocji i wrażliwości. Sala widowiskowa po raz pierwszy w nowym sezonie koncertowym, została wypełniona po brzegi fanami charyzmatycznej wokalistki.



Po wakacjach SOK ponownie wypełnił się uczestnikami zajęć stałych. Ruszyły pracownie plastyczne, sekcja wokalna, sala kinowa oraz nowy projekt „Młodzi są SOK”, zrzeszający grupę młodzieży na rzecz działań w kulturze.



Kulminacją październikowych atrakcji było Święto Dyni - Halloween 2025. To rodzinne wydarzenie wypełnione było konkursami, warsztatami twórczymi, fotokącikiem i seansami filmowymi. Śmiech, zabawa i twórcza rywalizacja sprawiły, że SOK w tym miesiącu tętnił radością i pozytywną energią.



Listopad upłynął w SOK pod znakiem koncertów.

Był to jeden z najbardziej muzycznych miesięcy w życiu ośrodka. Gościli u nas takie gwiazdy jak: PabloPavo i Ludziki, duet Retro Gitary, światowej sławy Wojtek Mazolewski Quintet oraz fenomenalny Jakub Skorupa.



Oprócz muzycznym brzmień w SOK'u wybrzmiała też fantastyczna opowieść o odwadze i cierpliwości w dążeniu do celu - to wszystko za sprawą niezwykłego spotkania z Adamem Woronowiczem - polskim aktorem teatralnym i filmowym, który odwiedził Sulęcín w ramach projektu Sztuka Zmian, promującego efekty wdrażania Funduszy Europejskich w województwie lubuskim.



Kolejnym pięknym wydarzeniem, które obfitowało w emocje były Mikołajki na sulęcińskim rynku. Tym wydarzeniem oficjalnie rozpoczęliśmy odliczanie do Świąt Bożego Narodzenia i wspólnie z Panią Burmistrz oraz mieszkańcami Sulęcína rozświetliliśmy rynek na święta oraz powitaliśmy Świętego Mikołaja.

Zamykamy ten rok w prawdziwie rockowym stylu (koncertem zespołu 5 RANO) i już teraz zapraszamy na nasze wydarzenia w 2026 roku.

A będzie się działo bo przed nami oczywiście Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, 10 edycja Rock&Beer, VII edycja festiwalu Tam i z Powrotem oraz XX-lecie Wake Up Festiwal!

Rok 2026 zapowiada się więc równie intensywnie i kulturalnie co rok poprzedni.

Grudzień 2025

BIBLIOTEKA TĘTNI ŻYCIEM!

Oferta kulturalna Biblioteki Publicznej w Sulęcinie na rok 2025 była naprawdę imponująca. Spotkania autorskie, wydarzenia tematyczne, konkursy - to tylko kropla w morzu.



16 października, odbyło się spotkanie autorskie ze Sławkiem Gortychem – autorem bestsellerowych kryminałów, których akcja rozgrywa się w Karkonoszach. Wydarzenie przyciągnęło liczne grono miłośników literatury i górskich tajemnic, którzy mieli okazję poznać kulisy powstawania książek autora oraz posłuchać o jego niezwyklej pasji do Karkonoszy.



To była wyjątkowa Noc Bibliotek!

17 października nasza biblioteka zamieniła się w prawdziwą krainę wyobraźni i radosnych psot. Gościliśmy niezastąpioną Joannę Krzyżanek – naszą wieloletnią przyjaciółkę i autorkę uwielbianych książek o Cecylce Knedek i wielu innych bohaterach. Podczas spotkania dzieci poznały opowieść o mądrym i sprytnym łobuzie Kultury Albercie oraz historię o troskliwej pani Zubo i jej łobuziakach.



22 października w Bibliotece Publicznej w Sulęcinie odbyło się wyjątkowe święto poezji dziecięcej – pełne uśmiechu, emocji i pięknych słów płynących prosto z serca. Uczniowie z różnych szkół naszego powiatu zaprezentowali swoje recytatorskie talenty, przywołując na scenę bohaterów wierszy, które od pokoleń rozbudzają wyobraźnię najmłodszych.



7 listopada w naszej bibliotece odbyło się spotkanie autorskie z Katarzyną Sztubą-Frąckowiak, historyczką, regionalistką i badaczką dziejów Ziemi Lubuskiej. Spotkanie połączone było z promocją książki „Szpital Psychiatryczny w Obrzycach 1904–1945. Cienie z przeszłości”, która w poruszający sposób odkrywa nieznaną kartę lokalnej historii. To spotkanie było nie tylko lekcją historii, lecz także głęboką refleksją nad pamięcią, tożsamością i człowieczeństwem. W kameralnej atmosferze biblioteki padły pytania, na które trudno znaleźć jednoznaczną odpowiedź, ale które warto stawiać – by lepiej rozumieć przeszłość i samych siebie.



21 listopada sala widowiskowa zamieniła się w salę gier i zabaw dla całej rodziny. Hucznie obchodziliśmy Światowy Dzień Pluszowego, animacjom, grom i zabawom nie było końca.



3 grudnia nasza scena stała się w pełną emocji i muzyki przestrzeń, gdzie karaoke stało się czymś znacznie więcej niż tylko zabawą. Było to prawdziwe święto radości, odwagi i wspólnego przeżywania wyjątkowych chwil. Na scenie wystąpili uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy, Warsztatu Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu "Razem" w Sulęcinie, a także uczennice Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego.



Grudzień 2025

TRUPIĘGI – PIERWSZY KONCERT W NOWYM ROKU!



9 stycznia w Klubie u Bulka rozpoczniemy rok w niezwykle symboliczny sposób. Na naszej scenie pojawi się zespół Trupięgi, który od lat zabiera słuchaczy w tajemniczy, nieoczywisty i pełen metafizyki świat poezji Bolesława Leśmiana. Będzie to wieczór, w którym muzyka i słowo poprowadzą nas przez opowieści utkane z miłości i śmierci, bliskości i oddalenia, światła i mroku.

To podróż, która pozwala zanurzyć się w doświadczeniach tak intensywnych, jakby wylaniały się wprost z Leśmianowskich zakamarków wyobraźni – pełnych sensualności, symboli i czułych szeptów o tym, co w człowieku najbardziej ukryte.

Trupięgi, jak zawsze, stworzą atmosferę intymnego spotkania z poezją o wielkiej mocy. Każdy koncert to zupełnie nowa opowieść, a każdy dźwięk i gest buduje przestrzeń, w której widz może na chwilę zatrzymać się i pozwolić, by sztuka poprowadziła go w głąb siebie. Jeśli chcą Państwo rozpocząć nowy rok w sposób wyjątkowy, głęboki i prawdziwie kulturalny, ten wieczór będzie idealnym wyborem.

Koncert odbędzie się **9 stycznia o godz. 20:00 w Klubie u Bulka / Sulęcińskim Ośrodku Kultury.**

Wstęp: 50/60 zł.

Istnieje możliwość rezerwacji biletów SMS — wystarczy wysłać wiadomość z hasłem „**TRUPIĘGI**”, imieniem i nazwiskiem oraz liczbą biletów na numer 506 070 879.

Zapraszamy na pierwszy koncert w nowym roku — pełen emocji, poezji i muzyki, która zostaje w sercu na długo.



KOMIKS NAPISANY PRZEZ ANNĘ KOWALEWSKĄ NA WARSZTATACH KOMIKSOWYCH W SOKu

Chcesz być na bieżąco z KULTURĄ?

Otrzymuj informacje o nadchodzących wydarzeniach w SOK-u prosto na swój telefon.

Wyślij SMS o treści INFO SOK na nr 506 070 979

Będziesz otrzymywać bezpłatną informację o nadchodzących wydarzeniach Sulęcińskiego Ośrodka Kultury i Biblioteki Publicznej za pośrednictwem wiadomości SMS

SMS

INFO
SOK

www.soksulecin.pl
www.bibliotekasulecin.pl

[sulecinskiosrodekultury](https://www.facebook.com/sulecinskiosrodekultury)
[bibliotekasoksulecin](https://www.facebook.com/bibliotekasoksulecin)

sekretariat@soksulecin.pl
biblioteka@soksulecin.pl

[sulecinskiosrodekultury](https://www.instagram.com/sulecinskiosrodekultury)

ul. Moniuszki 1
69-200 Sulęcín

95 755 24 77
95 755 31 72



W międzyrzeckim ratuszu o dalszym rozwoju Międzyrzecza, Świebodzina i Sulęcina

Wspólne działania gminy Międzyrzecz, Świebodzin i Sulęcina były tematem spotkania, które odbyło się 4 grudnia w międzyrzeckim ratuszu. – Rozmawialiśmy o wspólnych inwestycjach. Między innymi budowie ścieżki rowerowej, która połączy gminy Międzyrzecz i Świebodzin – informuje burmistrz Remigiusz Lorenz.

Spotkanie przedstawicieli trzech gmin odbyło się 4 grudnia w międzyrzeckim ratuszu. Wzięli w nim udział m.in. burmistrzowie Świebodzina Tomasz Olesiak, Sulęcina Dariusz Ejchart i Międzyrzecza Remigiusz Lorenz wraz z pracownikami urzędów miejskich. – Rozmawialiśmy o rozmaitych inwestycjach, które będziemy realizować w ramach utworzonego przez nasze gminy Miejskiego Obszaru Funkcjonalnego – informuje R. Lorenz,

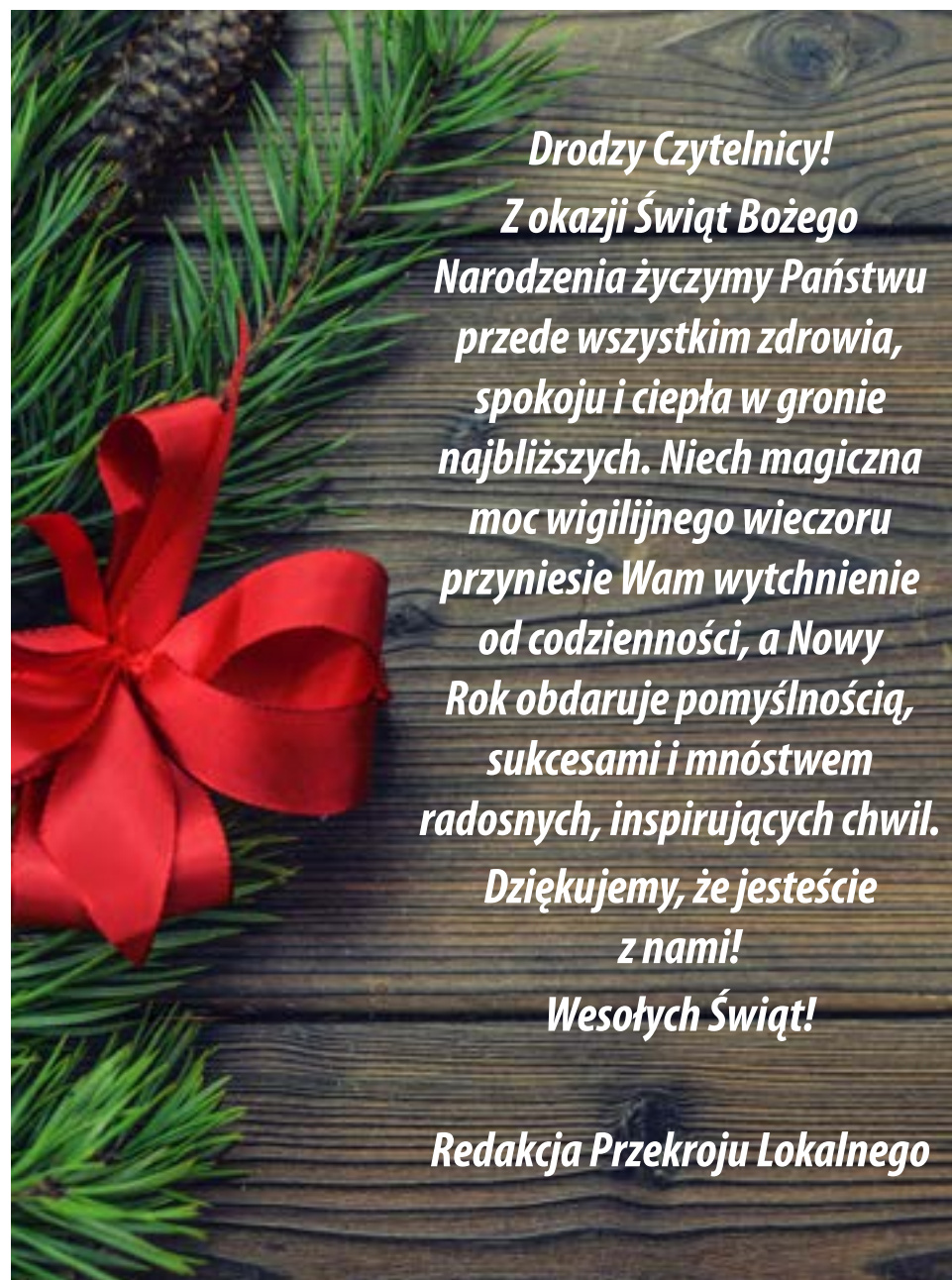
Przed trzema laty gminy Międzyrzecz, Świebodzin i Sulęcina utworzyły Miejski Obszar Funkcjonalny, dzięki któremu otrzymują z Brukseli ponad 56 mln. zł na rozmaite inwesty-

cje. Gmina Międzyrzecz przeznaczyła unijne dotacje m.in. na rozbudowę infrastruktury rekreacyjnej oraz podniesienie jej walorów turystycznych. M.in. na rewitalizację kąpieliska nad jez. Głębokie, gdzie powstaną nowe toalety, pływające pomosty oraz wyremontowane zostaną drogi.

Kolejną inwestycją realizowaną i finansowaną w ramach MOF będzie ścieżka rowerowa, która połączy Międzyrzecz ze Świebodzinem. Podobne zadania planują także władze Świebodzina. Obie ścieżki mają się połączyć na granicy gmin między Kałwą i Jordanowem. – Niebawem podpiszemy umowę w tej sprawie – zapowiada R. Lorenz.

Dzięki utworzeniu Miejskiego Obszaru Funkcjonalnego gmina otrzymała też dotacje na programy Aktywny Przedszkolak i Aktywny Uczeń.

Red.



Krystyna 
Sibińska
Posel na Sejm RP



Życzenia świąteczne

**Niech magia tych Świąt rozświecili
Wasze życie przynosząc zdrowie,
szczęście i pomyślność.
Wesołych Świąt Bożego Narodzenia
i szczęśliwego Nowego Roku!**



Krystyna Sibińska
Posel na Sejm RP

Krystyna Sibińska

Świeć przykładem – „Razem dla Niepodległej”

10 listopada 2025 r. uczniowie z SOSW w Sulęcinie wraz z nauczycielami Moniką Stegeman i Markiem Oleksą uczestniczyli w wyjątkowym wydarzeniu.

Na stadionie im. Stanisława Ożoga, Sulęcińskiego Ośrodka Sportu spotkaliśmy się z Pawłem Turbakiem, który jest trenerem Sulęcińskiego Running Team. To właśnie on zorganizował marsz i bieg z okazji Święta Niepodległości.

Polska i polski orzeł na biało-czerwonym tle przypominały nam o poświęceniu i bohaterstwie naszych przodków. Zaproszeni zostali również przedstawiciele służb mundurowych (straż, policja, ratownicy medyczni), których akcje związane są z pomocą i bezpieczeństwem na drodze. Nasi uczniowie z zaintereso-



sowaniem słuchali każdej z prelekcji i chętnie brali udział w przygotowanych dla nich atrakcjach.

Każdy mógł też wziąć udział i przyczynić się do powstania

kolorowego orła z pomponeń wykonanych z odblaskami. Z całego serca dziękujemy.

Nie zabrakło oczywiście naszego Misia i Odblaskozauru-

sa, który zagrzewał wszystkie dzieci i dorosłych do udziału w akcji pt. „Odblaskowa Szkoła”.

Monika Stegeman
Marek Oleksa



Modernizacja remizy OSP w Trzebowie

Zakończono roboty budowlane na tym zadaniu przy rozbudowie i przebudowie budynku remizy OSP w Trzebowie. Część pomieszczeń adaptowano na świetlicę wiejską.

Wykonawcą realizującym to zadania inwestycyjne była firma: P.K. BudWest z Osna Lubuskiego. Rozbudowa i

przebudowa części budynku remizy OSP w Trzebowie miała za zadanie zrealizowanie adaptacji części pomieszczeń znajdujących się w budynku na potrzeby stworzenia świetlicy wiejskiej. Prace budowlane obejmowały przede wszystkim rozbudowę remizy o dodatkowe pomieszczenie o powierzchni ok. 65

m2 oraz roboty rozbiórkowe, fundamentowe, posadzkarskie, tynkarskie, malarskie, a także wykonanie instalacji wodociągowych, kanalizacyjnych i elektrycznych. W ramach przeprowadzonych prac budowlanych w budynku remizy OSP Trzebów wyodrębniono pomieszczenia przeznaczone do realizacji

zadań jednostki OSP oraz do prowadzenia działalności społeczno-kulturalnej na rzecz mieszkańców sołectwa, w tym m.in. pomieszczenie garażowe, salę rekreacyjną, zaplecze kuchenne oraz sanitariaty (w tym dla osób z niepełnosprawnościami). Całkowity koszt modernizacji remizy OSP w Trzebowie wraz z

adaptacją części pomieszczeń na świetlicę wiejską wyniósł 2.006.000,00 zł. Inwestycja została dofinansowana z Programu Rządowego Funduszu Polski Ład: Program Inwestycji Strategicznych w kwocie 1.737.601,11 zł.

UM Sulęcín



nagrobki, kamieniarstwo, blaty, schody, parapety, kostka, obłożenia nagrobków, podnoszenia nagrobków, odnawianie liter, indywidualne projekty, konkurencyjne ceny

Granit-Art.
jakość,
której potrzebujesz
i klasa,
którą reprezentujesz...

69-200 Sulęcín,
ul. Lipowa 80/1

Tel: 730 782 738

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 ślinie, 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

ZAREKLAMUJ SIĘ U NAS

- w największym bezpłatnym miesięczniku w regionie.

Twoja reklama na naszych łamach

**dotrze do
tysięcy po-
tencjalnych
klientów.**



Adam.Piotrowski2@gmail.com tel. 511 225 133 www.przekrojlokalny.pl

POWIATOWE CENTRUM POMOCY
RODZINIE W SULĘCINIE POSZUKUJE
OSÓB, KTÓRE MAJĄ CHĘĆ I GOTOWOŚĆ
BY STWORZYĆ BEZPIECZNE
ŚRODOWISKO ZASTĘPCZE DLA DZIECI
POZBAWIONYCH OPIEKI WŁASNYCH
RODZICÓW, NIEDOŚWIADCZAJĄCYCH W
SWOICH RODZINACH NALEŻYTEJ OPIEKI I
POCZUCIA BEZPIECZEŃSTWA.

**Skontaktuj się z nami a my
udzielimy wszelkich informacji
jak zostać rodziną zastępczą.**

**Powiatowe Centrum Pomocy
Rodzinie w Sulęcinie**

**Ul. Daszyńskiego 49
69-200 Sulęcín**

Tel. 95755 0753/ 957770040

e-mail pcpr@pcprsulecin.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)



SZLAK ORLICH GNIAZD

...czyli ponad 200 km rowerowej przygody. cz.II

niesamowity widok z wieży zamku w Smoleniu, Zamek Rabsztyń, kawa na rynku w Olkuszu, następnie Pieskowa Skała, Ojcowski Park Narodowy, a na sam koniec – krakowski Wawel. Trudno o lepszą zapowiedź drogi.

Gdy za plecami Podzamcze, a przed oczami wyrastają ruiny Ogrodzieńca, kolana po raz kolejny lekko miękną. Widok robi ogromne wrażenie – surowy, potężny, niemal nierealny. Nie dziwi mnie ani trochę, że to jedno z najczęściej odwiedzanych miejsc Jury i że przyciąga turystów z całego świata. To największy zamek na Śląsku, a jego sylwetka wtopiona w wapienne skały wygląda tak, jakby była ich naturalnym przedłużeniem.



Zamek Ogrodzieniec powstał w XIV wieku, za panowania Kazimierza Wielkiego, jako element systemu obronnego chroniącego południowo-zachodnie granice Królestwa Polskiego. Upadek przyniósł mu potop szwedzki i kolejne wojny, po których nigdy już nie wrócił do dawnej formy. Dziś pozostaje trwałą ruiną – zabezpieczoną, udostępnioną do zwiedzania i żyjącą nowym życiem jako przestrzeń turystyczna, historyczna i... filmowa. To tutaj kręcono m.in. „Zemstę”, „Wiedźmina” czy „Janosika”.

Kupuję bilet i wchodzę na teren zamku. Do biletu dołączony jest plan – prosty, czytelny, wystarczający, by spokojnie poruszać się po ruinach, więc przewodnik wcale nie jest konieczny. Choć przyznam: podróżując solo, nielegalnie „podpinam się” na chwilę pod jedną z wycieczek z przewodnikiem. Kilka ciekawostek wpada mimochodem, ale szybko uciekam w boczne przejścia i zakamarki. Ja jednak wolę odkrywać takie miejsca sam – po swojemu, w ciszy, z własnym tempem i własnymi myślami – wtedy Ogrodzieniec pokazuje swoje spokojniejsze, bardziej intymne oblicze.

Trudno się stąd wychodzi. Cały czas ma się wrażenie, że jeszcze czegoś się nie zobaczyło, że za kolejnym murem, w kolejnym cieniu kryje się jakaś historia. Ale niedosyt bywa dobry – zostawia przestrzeń na powrót. Ja ten niedosyt zostawiam świadomości. Na koniec jeszcze szybki zakup magnesu – mały rytuał z każdej drogi – i ruszam dalej. Przygoda trwa.

Zaczynam myśleć o noclegu, choć słońce wciąż jeszcze rozświetla wapienne skały ostatnimi promieniami dnia. Ich kolor coraz wyraźniej przechodzi w pomarańcze i czerwienie – znak, że dzień powoli dobiega końca. Ruszam dalej. Przede mną jeszcze Zamek w Smoleniu.



Docieram na miejsce dosłownie chwilę przed zamknięciem. Na zwiedzanie mam maksymalnie 15–20 minut. Pani w kasie szybko i konkretnie wylicza: 10 minut na wejście, 10–15 na górę i jeszcze zejście. Uśmiecham się pod nosem. U mnie z czasem coraz gorzej, a w głowie od razu pojawia się myśl, że nie chcę po raz kolejny docierać do noclegu po ciemku. Zaczynam się wahać.

Wtedy pada zdanie, które rozwiewa wszelkie wątpliwości. „Z wieży, z baszty, jest najpiękniejszy widok na całym Szlaku Orlich Gniazd”. To wystarczy. Decyzja zapada natychmiast. Wchodzę!

Zamek w Smoleniu to warownia z XIV wieku, wzniesiona również za czasów Kazimierza Wielkiego jako element systemu obronnego zachodnich rubieży Królestwa Polskiego. Później należał m.in. do rodu Pileckich herbu Leliwa. W kolejnych wiekach był rozbudowywany, aż do XVII wieku, kiedy zaczął popadać w ruinę. Dziś jest częściowo zrekonstruowany, udostępniony do zwiedzania i pięknie wpisany w jurajski krajobraz – dziki, spokojny, mniej zatłoczony niż Ogrodzieniec.

W trzy minuty docieram do bramy ruin. Nie ma czasu na czytanie tablic, nie ma czasu na długie historie. Wspinaczka po krętych schodach na wieżę jest szybka, niemal instynktowna. Aparat w ręce, oddech przyspieszony – i nagle wszystko się zatrzymuje. Widok z baszty zapiera dech w piersiach. Pani w kasie miała absolutną rację. To jeden z tych momentów, których nie da się dobrze opisać ani uchwycić na zdjęciu. Trzeba tu po prostu być. Zachodzące słońce zalewa krajobraz miękkim światłem, cisza otula wzgórze, jesienne liście mienią się kolorami, a obok – zupełnie niespiesznie – siada gołąb, jakby również przyszedł tu tylko po to, by popatrzeć na ten niesamowity widok.



Daję się tej chwili ponieść. Zapominam o czasie, o kilometrach przede mną, o noclegu, który jeszcze trzeba ogarnąć. Wszystko przestaje mieć znaczenie. Liczy się tylko ten widok, ten moment, to krótkie zawieszenie rzeczywistości.

Gołąb w końcu odlatuje. To znak. Zbiegam z wieży, dziękuję za cierpliwość i za to, że na mnie poczekano z zamknięciem. Wsiadam na rower i ruszam dalej – do Rabsztyna, gdzie nocuję pod kolejnym zamkiem. Zdobycie go zostawiam sobie na poranek, tuż po śniadaniu.



Na zamku w Rabszynie jestem pierwszym gościem tego dnia, więc zanim otworzą się wrota, mam chwilę, by zwiedzić ruiny z zewnątrz. Drewniany most prowadzący na dziedziniec i iskrzące się w porannym słońcu wapienne mury robią ogromne wrażenie. Drzwi w końcu się otwierają. Kupuję bilet i wchodzę na dziedziniec. Zamek zwiedza się samodzielnie, ale warto pobrać aplikację z audioprzewodnikiem – spacer staje się pełniejszy, bardziej świadomy,

a miejsca, które mijamy, ożywają zupełnie innymi historiami.

Zamek powstał w XIV wieku jako strażnica królewska w systemie jurajskich warowni Kazimierza Wielkiego. W kolejnych stuleciach był rozbudowywany i przechodził z rąk do rąk. Niestety zniszczenia w czasie potopu szwedzkiego zakończyły jego świetność. Od tamtej pory Rabsztyń popadał w ruinę, aż do pierwszych lat XXI wieku, kiedy rozpoczęto intensywną odbudowę i zabezpieczanie. Dziś widać efekty – część zamku została zrekonstruowana i udostępniona, a miejsce tętni. Największą atrakcją jest oczywiście wieża, z której rozciąga się przyjemny, szeroki widok na okolicę.

Po wysłuchaniu historii ruszam dalej. A że kto rano wstaje, ten ma więcej czasu, kieruję się do miasta srebra – Olkusza. Nigdy tu nie byłem, więc marzy mi się kawa na rynku i coś słodkiego na dalszą drogę. Rynek akurat w remoncie, więc wiele nie zobaczyłem, ale krótki spacer zaliczony – a kawa? Idealna.

Z Olkusza ruszam na Pieskową Skałę. Droga jest przyjemna, ale najbardziej zapada w pamięć kilku-kilometrowy zjazd w dół Doliny Prądnika. To czysta frajda – ponad 50 km/h, zakręty, ostry zjazd, wiatr w dredach i adrenalina jak na górskiej trasie. I nagle pojawia się ona – Maczuga Herkulesa, wapienna skała owiana legendami. A za nią, jak z obrazu, wyrasta zamek Pieskowa Skała.



Zamek jest rewelacyjny – świetnie odnowiony, zadbane, otoczony zielenią i historią. Po zakupie biletu na początek krótki spacer z przewodnikiem, który opowiada historię tego miejsca, później samodzielne zwiedzanie. W sumie ponad dwie godziny zagłębiania się w dzieje, przygody i przenoszenia się w czasie.

Pierwsza warownia powstała tu w XIV wieku jako strażnica kazimierzowska. W XVI wieku zamek przeszedł w ręce rodu Szafranców, którzy

przebudowali go na jedną z najpiękniejszych renesansowych rezydencji w Polsce. Wspaniałe krużganki, loggie, geometryczne arkady – wszystko do dziś robi ogromne wrażenie. Potem byli Zebrzydowscy, Wielopolscy i wielu innych właścicieli. Po II wojnie światowej zamek odrestaurowano i udostępniono jako oddział Muzeum Narodowego w Krakowie. Obecnie można tu zwiedzać aż trzy poziomy ekspozycji: historię sztuki, dzieje zamku i wystawy czasowe.

Po tak intensywnych wrażeniach zaczynam być głodny. Kierunek: Ojców. Marzy mi się posiłek w jednej z tutejszych klimatycznych restauracji. Zanim jednak usiądę przy stole, obejdzę całą miejscowość – piękną, spokojną, w otoczeniu potężnych skał. Wrócę tu kiedyś specjalnie, to pewne. Z podstawowych atrakcji do zobaczenia: Kaplica „Na Wodzie”, ruiny zamku ojcowskiego, Brama Krakowska, Źródło Miłości, liczne jaskinie – m.in. Ciemna i Łokietka – oraz sama Dolina Prądnika w swojej malowniczości. Zwiedzam to wszystko gdzie mogę dojechać rowerem.

Słońce zachodzi i kończy się powoli moja 4 dniowa rowerowa przygoda na Szlaku Orlich Gniazd. Jestem szczęśliwy, nie za bardzo zmęczony, emocje buzują, a w sercu pojawia się to piękne uczucie, że... chciałoby się jechać dalej. Ale czas wracać. Przede mną ostatni etap: Kraków.

Pobudka i na rower. Ruszam ostro na krakowski rynek, potem na Wawel – gdzie okazuje się, że rowerem jeździć nie wolno. Jeszcze wizyta u Smoka Wawelskiego i symboliczny „selfik”, a na koniec poranna kawa w jednej z magicznych krakowskich kawiarni... i to koniec przygody. Zwiedzanie Krakowa zostawiam na osobną przygodę.



JACO tu był... / Jacek Filipek

Jestem niepoprawnym wędrowcem, który nie potrafi usiedzieć w jednym miejscu. Od zawsze chadzam własnymi ścieżkami, z pasją odkrywając to, co kryje się za każdym zakrętem. Moje serce bije najmocniej w górach, gdzie niesamowite widoki i przygody czekają na każdym kroku, ale równie chętnie eksploruję inne tereny, zarówno w Polsce, jak i za granicą. Uwielbiam każdą formę aktywności – piesze wędrówki, jazdę na rowerze czy pływanie kajakiem. Samotne wyprawy są dla mnie okazją do refleksji i obcowania z naturą, choć od czasu do czasu dołącza do mnie towarzystwo, z którym dzielę te magiczne chwile. Podróżowanie to dla mnie coś więcej niż hobby – to sposób na życie pełne magii i nieprzewidywalnych momentów. Na moim blogu „Jaco tu był” dzielę się swoimi przygodami, doświadczeniami i praktycznymi wskazówkami, inspirując innych do odkrywania świata na własnych warunkach.



Więcej na:
facebook.com/jacotubyl/
instagram.com/jacotubyl/

17 Wielkopolska Brygada Zmechanizowana szkoli „na kryzys”

6 grudnia na terenie województwa lubuskiego przeprowadzony został kolejny, pilotażowy cykl szkoleń realizowanych w ramach programu „wGotowości”. Jego celem jest przygotowanie społeczeństwa do skutecznego działania w sytuacjach kryzysowych oraz podnoszenie ogólnej odporności obywatelskiej.

Sobotnie zajęcia zostały zorganizowane przez zmotoryzowanych z 17. Wielkopolskiej Brygady Zmechanizowanej i odbyły się na terenie ośrodka szkoleniowego w Wędrzynie.

Ośmiogodzinny program obejmował kluczowe obszary związane z bezpieczeństwem i reakcją na zagrożenia, w tym: podstawy bezpieczeństwa i procedury prawidłowego reagowania na zagrożenia, pierwszą pomoc przedmedyczną, techniki przetrwania oraz topografię i orientację w terenie.

Instruktorzy podkreślają, że tego typu szkolenia mają realny wpływ na budowanie u obywateli pewności siebie i działania w sytuacjach kryzysowych.

- Umiejętność udzielania pierwszej pomocy to fundament bezpieczeństwa. Każda osoba, która przejdzie takie szkolenie, przede wszystkim staje się bardziej świadoma i gotowa do działania wtedy, gdy liczy się

każda sekunda – mówi instruktor szkolenia medycznego, st. kpr. Rafał.

Program „wGotowości” ma charakter dobrowolny i bezpłatny, a udział w nim mogą wziąć wszystkie osoby

pełnoletnie zainteresowane zdobyciem praktycznej wiedzy oraz umiejętności przydatnych w sytuacjach zagrożenia.

Tekst i foto: kpt. Anna Dominiak, 17 WBZ



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

POŚREDNICTWO UBEZPIECZENIOWE JAROSŁAW KONOPKO

**Sulęcín
UL. KILIŃSKIEGO 11**

Zapraszamy do nowego biura
oraz do kontaktu
pod nr tel. 606958579



OGŁOSZENIA DROBNE

LOKUM Biuro Nieruchomości w Sulęcínie

gospodarstwo rolne w Trzebowie

kawalerka w Torzymiu

dom jednorodzinny w Ośnie L.

poła rolne 11,6 ha Żelechów

mieszkanie ul. Żeromskiego

2 mieszkania 2-pok. Wędrzyn

kawalerka Ośno Lub.

mieszkanie Gądków W.

dom (bud.) Lubniewice

4,58 ha w Smogórzach

działka budowlana Lubniewice

działka budowlana Ostrów

10 działek ul. Młynarska

8 działek Bielice

mieszkanie Pl. Mickiewicza S-n

kiosk handlowy ul. Kościuszki

Do wynajęcia:

Mieszkanie Osiedle Słoneczne

Pozostałe oferty, zdjęcia

i opisy na:

www.nieruchomosci.sulecin.biz.pl

W ofercie ok. 30 pozycji - wybierz

coś dla siebie

Biuro Nieruchomości **LOKUM**

Ostrów 2c, 69-200 Sulęcín

tel. **503 65 75 00**

lokum@sulecin.biz.pl

dr n. med. Jolanta Lubin
specjalista onkologii
klinicznej

praktykujący w
poznańskim ośrodku.

Tel. kontaktowy:

608-888-912

od wtorku do piątku
w godz. 17.00 – 20.00