

REKLAMA
511 225 133

ISSN 2084-4255
nr 8(159)/2025

wrzesień 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. Koperniką 18

(pasaż handlowy naprzeciwko bloku Koperniką 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



TAXI

+48 691 622 407
Sulęcín

W numerze:

Kolorowo i ekologicznie – Jarmark Zero Waste w Sulęcín - str. 3

50 Kowirówka - lokalny przewodnik po kulturze - str. 7

Glinstock 2025 - Festiwal Wolności i Wyrazu Osobistego - str. 11

Święto Plonów Sulęcín 2025 - str. 12

KOMFORT SALON MEBLOWY

95 755 46 15
ul. Chrobrego 1A
69-200 Sulęcín
komfort.meble@wp.pl



f
meblesulecin

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

minął miesiąc

Te śmieci, które tu stoją...



LECH MALINOWSKI
lechm47@wp.pl

Warto ku pamięci znać te słowa wypowiedziane przez prezesa wiadomo jakiej partii do grupy mającej odmienne zdanie odnośnie bodajże znanej i zgranej niczym stara płyta – miesięcznicy. Materiał do diagnozy dla doktorantów psychiatrii. Zapewne są same w sobie złożeniem frustracji, marzeń, żalu, niemocy i czegoś tam jeszcze oraz zwykłego chamstwa. Wystarczy!

Nowy gospodarz Dużego Pałacu, a może jeszcze Belwederu, bo odnawianie trwa

- Karol I Veto jest jeszcze w transie wyborczym, choć wielu uważa go za politycznego ultrasa i wyznawcę skrajnie prawicowych poglądów politycznych. W Waszyngtonie był teatr dla świata, w Warszawie teatr dla Polaków, tak można nazwać spotkanie u Trumpra. Min. Przydacz ze świty klakierów Prezydenta twierdzi, że mówienie o braku dostępu do Tajności dla profesora od próby proroczyjskiego ujajenia Premiera – jest polityczną szopką. Rządowi twierdzą, że nie ma dostępu. Komu wierzyć? Skoro brał udział w utajnionych rozmowach w Białym Domu to był dopuszczony. Istny cyrk!

Ktoś złośliwy musiał podpowiedzieć Prezydentowi pomysł z Radą Gabinetową. Premier Tusk mistrzowsko zaorał populistyczne kłamstwa. Spotkanie pokazało prezydenta w podkoszulku i w krótkich spodenkach. Była to sroga lekcja od Premiera. Polityki trzeba się uczyć, a

nie bazować na wazeliarzach pracujących na konto małego zleceniodawcy z Nowogrodzkiej.

Na Westerplatte, 1 września z ust Prezydenta usłyszeć można było - *Aby móc budować oparte o fundamenty prawdy i dobrych relacji partnerstwo, musimy załatwić kwestię reparacji od państwa niemieckiego, których jako prezydent Polski domagam się jednoznacznie dla dobra wspólnego.* Czyżby decyzje min. Fotygi z jego historycznego zaplecza były mu nieznane? No ale robienie z gęby cholewy to specjalność polityków.

Dziś trochę o wojsku. Śledząc wypowiedzi Tygryska, słuchając ryk powitalny do mundurowych w wykonaniu Prezydenta podczas znanego święta i paradę – powinienem czuć się bezpieczny. Po przeczytaniu książki *Armia w ruinie* i oficjalnych raportów o stanie wojska widzia-

ne oczami wysokich oficerów – już takiej pewności nie mam. Słysząc z wielu stron, że nie wykorzystujemy doświadczeń wojny za wschodnią granicą. Mamy czołgi amerykańskie, koreańskie, niemieckie a może i nasze. Każde z nich to różne warianty uzbrojenia, paliwa i problemy serwisowe. Wystarczy popatrzeć jaką rolę odgrywają drony do tych stalowych trumien. Jeżeli powstają nowe jednostki to na bank kosztem pozostałych. Jest rozbudowana armia sztabowców, co znawcy od dawno to zauważyli. Departamenty, zarządy inspektoraty, centra i diabli wiedzą co jeszcze łącznie ze sportowcami – to są świetne fuchy. Tajemnicą jest ile mamy tysięcy zdolnych żołnierzy do walki. Żyjemy chyba w iluzji Wielkiej Armii. Wojna na Ukrainie, to wojna dronów. My ładujemy kasę w ciężki sprzęt i długie lufy. Dronizacja pola walki nadal jest w naszej armii tylko hasłem na konferencjach i sympozjach naukowych. Może gdzieś już coś powstało? Jakby to było jakieś science fiction. Ukraina wcale nas nie obudziła.

W razie konfliktu, Polsce może zabraknąć paliwa dla wojska. Po 26 latach członkostwa w NATO nasz kraj nadal nie jest objęty systemem wojskowych rurociągów (CEPS) pisze „Dziennik Gazeta Prawna”. Rurociągi od chwili poszerzenia NATO nie były zwiększone i sięgają dawnej granicy NRF i NRD. Dupa Jasiu nie będziemy mieć paliwa od sojuszników. Niegdyś mawiano w wojsku – *Gdy nie ma nadziei, berety zdjąć i do modlitwy...* Teraz można zaśpiewać chrześcijański hymn *Te Deum laudamus*, znany jako *Ciebie Boga wysławiamy*.

Sprzętu przybywa, a wyszkolenie kosztuje i to nie małe pieniądze. Dlatego dzi-

wi, że MON dopuścił w ramach propagandowych do udziału pilotów wojskowych w cywilnych pokazach. Straciłmy i bardzo wartościowego pilota i bardzo wartościowy odrzutowiec. Niech prywatne firmy kupują sobie zabawki dla pokazu dla gawiedzi za własne pieniądze.

Słaby wynik w wyborach prezydenckich, rozpad Trzeciej Drogi, potajemne spotkania z Prezesem, słowa o „zamachu stanu”, afera z dotacjami z KPO – wszystkie te sprawy obciążają politycznie Szymona i jego ministrów. Lider Trzeciej Drogi pojechał na drugi urlop w jeden miesiąc i pozostawił swoich ludzi na pożarcie opozycji, koalicjantów, mediów i zirytowanych wyborców.

Była stajnia Augiasza w Instytucie Pileckiego. Nie ma dna, którego ta ekipa nie byłaby w stanie przebić. Rów Mariański to dla nich Burdż Chalifa czyli najwyższy budynek świata.

Idiotyzmy z poprzedniego tygodnia. W programie „Tak jest” doszło do dyskusji na temat nowego szkolnego przedmiotu - edukacji zdrowotnej. - *To rodzice powinni decydować, a nie jakieś drag queen, nie jakieś coraz częściej pojawiające się w przestrzeni publicznej dziwadła* - oznajmiła posłanka PiS Wojciechowska van Heukelom. - *Słucham? Pani naprawdę to powiedziała?* - zareagował na to prowadzący program, chwilę potem kończąc wątek. A w TVRepublika redaktor błysnął słowami – *Wrócił Tusk, wróciła bieda i wróciły katastrofy lotnicze.* Durniów ci u nas dostatek. Czekam aby grzybów było pod dostatkiem. Są idealne na zupę i zakąskę.

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. 501 544 686

(faktura VAT)

Kolorowo i ekologicznie – Jarmark Zero Waste w Sulęcinnie

24 sierpnia br. Plac Czarnieckiego wypełnił się rozmowami, uśmiechami i mnóstwem ekologicznych inspiracji. Wszystko za sprawą wyjątkowego Jarmarku Zero Waste, który zgromadził mieszkańców, wystawców i pasjonatów, którzy pokazali, że dawanie rzeczom drugiego życia może być twórcze i radosne. Na odwiedzających czekały:

- warsztaty eko-rękodzieła „Prze-róbki z charakterem - dekoracje z odzysku”. Dzięki Stowarzyszeniu Mam Pomysł powstawały dekoracje decoupage ze szkła i puszek oraz breloki ze ścinków materiałów,

- warsztaty kulinarne „Gotuję, nie marnuję!”, w ramach których uczestnicy wspólnie przygotowali świeżą zupę, gofry wytrawne i deser z sezonowych produktów,

- warsztaty Eko-laboratorium z naturalnymi środkami czystości, podczas których uczestnicy przygoto-

wywali kolorową sól do kąpeli oraz uniwersalną, ekologiczną pastę do czyszczenia.

- warsztaty edukacji ekologicznej dla dzieci i młodzieży, gdzie można było sprawdzić, jak działają hydroelektrownie i elektrownie wiatrowe oraz dowiedzieć się więcej o prawidłowej segregacji odpadów.

- stoisko edukacyjne Celowego Związku Gmin (CZG-12), gwarantujące ciekawe i inspirujące rozmowy o ochronie środowiska.

Oraz Pchli Targ - wymiana i sprzedaż przedmiotów - wydarzenie towarzyszące, organizowane przez Sulęciński Ośrodek Kultury.

To był dzień pełen wiedzy i praktycznych doświadczeń – od kuchni, przez rękodzieło, aż po rozmowy o energii i ekologii. Towarzyszyła temu miła, rodzinna atmosfera i wspólne odkrywanie, jak na co dzień wprowadzać zasady zero waste w życie.



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



GABINETY STOMATOLOGICZNE
"UŚMIECHNIJ SIĘ"

LEK. STOM. OLIMPIA RYWACKA-HARDYK

BLĘDZEW
UL. KOŚCIUSZKI 16 **880 388 862**

LUBNIEWICE
UL. HARGERSKA 21 **730 303 801**

www.el-diablos.pl

EL DIABLOS
PAWEŁ BEDNAREK

Diabelsko dobra szkoła jazdy!

+48 502 428 641 kontakt@el-diablos.pl ul. Sportowa 28a 66-440 Skwierzyna

e-BIURO RACHUNKOWE

CERTYFIKAT MINISTRA FINANSÓW nr 36857/2010

ZWROT PODATKU I ZASIŁKI W UNII EUROPEJSKIEJ

NIEMCY	HOLANDIA	ANGLIA	IRLANDIA

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

69-200 SULECIN
ul. POZNAŃSKA 1 p.2

66-470 KOSTRZYN nad ODRĄ
ul. RADOŚCI 20



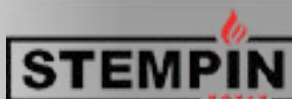
Centrum Instalacyjno-Techniczne „LITKA” Jarosław Litka

- 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

EKO-SPOTKANIA CZG-12

EKOLOGIA PODCZAS DOŻYNEK

Spotkania z młodszymi i starszymi mieszkańcami są bardzo ważne jeśli chodzi o prawidłową selektywną zbiórkę odpadów. Mimo wielu informacji w mediach i ze strony urzędników, nadal są mieszkańcy mający wątpliwości co zrobić np. z lustrem, lub gdzie pozbyć się puszek po farbach. Dożynki to doskonała okazja, aby o takich wątpliwościach porozmawiać oraz poddać się refleksji nad własnym postępowaniem wobec przyrody.



W tym roku pracownicy CZG-12 spotkali się z mieszkańcami gminy Słońsk (23 sierpnia), Międzyrzecz (30 sierpnia) i Krzeszycze (7 września). Praca rolnika jest niezwykle ważna dla naszego życia. Podczas całorocznych działań również ta grupa musi wiedzieć jak właściwie postępować ze swoimi odpadami, którymi są np.: folia rolnicza czy opony. Podczas rozmów z mieszkańcami również przypomniano o właściwym kompostowaniu odpadów. Choć osób posiadających własne gospodarstwa rolne nie trzeba uświadamiać o korzyściach płynących z kompostowania, to już mieszkańcy budynków wielorodzinnych mają często trudności w prawidłowej selektywnej zbiórce tego rodzaju odpadów. Najczęstszym błędem dostrzeganym w zbiórce wielorodzinnej jest wyrzucanie bioodpadów w workach foliowych lub całych przetworów wraz ze słoikami...

KONKURS CZG-12

ZBIERAJ SUROWCE WTÓRNE

CHROŃ ŚRODOWISKO I ZDOBYWAJ NAGRODY!

Celowy Związek Gmin CZG-12 ogłasza 29. edycję akcji „Zielona Szkoła, Zielone Przedszkole” skierowaną do placówek oświatowych i placówek opiekuńczo-wychowawczych z terenu gmin należących do Związku.

W ramach akcji zbieranych jest 7 asortymentów surowców wtórnych:

- baterie,
- makulatura,
- zużyte telefony,
- płyty CD/DVD,
- puszki aluminiowe,
- butelki plastikowe PET,
- kartoniki wielomateriałowe po płynnej żywności,

Dla laureatów akcji czekają atrakcyjne nagrody, których łączna pula to prawie 17 tys. złotych!

WAŻNE!

Regulamin akcji wraz z formularzem zgłoszeniowym dostępny jest na stronie internetowej Celowego Związku Gmin CZG-12 pod adresem

www.czg12.pl

CZG12 Na zgłoszenia placówek do akcji CZG-12 czeka do końca października br. !

Piknik sąsiedzki przy Domu Joannitów

11 lipca br. przy Domu Joannitów w Sulęcinie odbył się Piknik Sąsiedzki zorganizowany przez Stowarzyszenie Młodych Lubuszan przy współpracy z Gminą Sulęcín w ramach projektu „Przy murach – Nowa przestrzeń sąsiedzka” (projekt realizowany jest przez Gminę Sulęcín wraz ze Stowarzyszeniem Młodych Lubuszan w ramach programu dotacyjnego „Regiony Rewitalizacji – Edycja 3.0” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej oraz budżetu państwa).

Mimo deszczowej aury, mieszkańcy Sulęcína chętnie korzystali z zorganizowanych form aktywności. Dużym powodzeniem cieszyły się warsztaty rękodzieła dla małych i dużych, przeprowadzone przez Stowarzyszenie Mam Pomysł. W ramach warsztatów uczestnicy pod okiem pań instruktoerek wykonali piękne, autorskie torby oraz kolorowe, ozdobne ryby. O pyszną strawę podczas pikniku zadbał kucharz Kamil Tużnik, który w ramach warsztatów z uczestnikami pikniku przygotował zupę tajsą oraz



smaczne tortille z warzywami. Dla uczestników zorganizowano także słodki bufet oraz lemoniadę przygotowaną przez Koło Gospodyń Wiejskich w Żubrowie. W ramach pikniku

odbyły się także warsztaty z pierwszej pomocy z niezawodnym Danielem Naranowiczem (MED-NAR Daniel Naranowicz). Dzięki nim mieszkańcy mogli nauczyć się, jak skutecznie re-



agować w sytuacjach zagrożenia życia. Nie zabrakło również atrakcji: dmuchańców, waty cukrowej oraz animacji dla najmłodszych.

Mimo towarzyszącego desz-

czu udało się zintegrować sulęcińską społeczność i stworzyć ciepłą, rodzinną atmosferę. Zapraszamy mieszkańców Sulęcína do udziału w kolejnych sąsiedzkich działaniach.

Miejska gra plenerowa ożywiła Sulęcín

W sobotę, 9 sierpnia 2025 r., w Sulęcinie odbyła się **miejska gra plenerowa pod hasłem „Podchody historyczne przy murach miejskich”**. Ulice i skwery miasta zamieniły się w wielką planszę gry pełną zadań i zagadek, związanych z historią i współczesnością Sulęcína. Start gry miał miejsce przy Domu Joannitów, skąd uczestnicy wyruszyli, aby odnajdywać kolejne punkty i wykonywać przygotowane wyzwania. Trasa prowadziła przez różne części miasta, dzięki czemu gracze mogli lepiej poznać jego przestrzeń i odkryć mniej znane miejsca.

Na zakończenie gry odbyło się podsumowanie oraz rozdanie nagród dla najlepszych drużyn. Drobne upominki trafiły także do wszystkich uczestników, a wydarzenie zakończyło się wspólnym posiłkiem integra-



cyjnym, przygotowanym przez KGW Słoneczniki z Brzeźna. Było mnóstwo śmiechu, zdrowej rywalizacji i świetnej zabawy dla całych rodzin. Gra miejska była częścią działań integracyjno-społecznych realizowanych w Sulęcinie przez Stowarzyszenie Młodych Lubuszan i Gminę Sulęcín,

która ma na celu aktywizację mieszkańców oraz budowanie więzi międzypokoleniowych. Wydarzenie spotkało się z dużym zainteresowaniem i potwierdziło, że tego typu inicjatywy stanowią atrakcyjną formę spędzania czasu w przestrzeni miejskiej.



Pomoc Techniczna
dla Funduszy Europejskich



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Projekt „Przy Murach – Nowa przestrzeń sąsiedzka” jest realizowany przez Gminę Sulęcín oraz Stowarzyszenie Młodych Lubuszan w ramach dotacji „Regiony Rewitalizacji – Edycja 3.0”, współfinansowanej ze środków Unii Europejskiej i budżetu państwa.



KONCERTOWE OTWARCIE NOWEGO SEZONU ARTYSTYCZNEGO!

Sulęciński Ośrodek Kultury otwiera nowy sezon artystyczny wyjątkowym wydarzeniem. 27 września 2025 roku na scenie Sali Widowiskowej wystąpi Renata Przemyk - jedna z najbardziej charyzmatycznych i cenionych artystek polskiej sceny muzycznej.

Renata Przemyk od ponad trzydziestu lat zachwyca publiczność swoim niepowtarzalnym głosem i artystyczną osobowością. Utwory takie jak „Babę zesłał Bóg”, „Kochana” czy „Boogie-woogie” na stałe zapisały się w historii polskiej muzyki rozrywkowej. Podczas koncertu w Sulęcinie usłyszymy zarówno największe przeboje, jak i nowsze kompozycje, które w wyjątkowych aranżacjach nabiorą nowego wymiaru.

To wydarzenie będzie nie tylko spotkaniem z artystką, której twórczość łączy pokolenia, ale również inauguracją sezonu pełnego koncertów, spektakli, wystaw i innych propozycji kulturalnych przygotowanych przez Sulęciński Ośrodek Kultury.

Ten wyjątkowy koncert jest częścią cyklu wydarzeń, które w sezonie 2025/2026 tworzą obchody 80-lecia kultury w Sulęcinie. Przez cały rok będziemy zapraszać mieszkańców na koncerty, spotkania, wystawy i wydarzenia kulturalne, przypominając o tym, co działo się w naszym mieście na przestrzeni lat. To okazja, by wspólnie świętować bogatą tradycję, a także tworzyć nowe, piękne wspomnienia.

Finał jubileuszowych obchodów zaplanowaliśmy na czerwiec 2026 roku, podczas Dni Sulęcina.

Data: 27 września 2025 r. (sobota)

Godzina: 19:00

Miejsce: Sala Widowiskowa Sulęcińskiego Ośrodka Kultury,

Bilety: 80 zł / 100 zł

Bilety dostępne w sekretariacie SOK w godz. 8:00 - 15:00

Sprzedaż internetowa prowadzona jest na stronie stage24.pl.

Sezon na kulturę - jesień i zima 2025

Po intensywnych miesiącach letnich Sulęciński Ośrodek Kultury i Biblioteka Publiczna zapraszają mieszkańców oraz gości na wyjątkowo bogaty sezon kulturalny. Od września aż do końca grudnia na scenach i w salach SOK-u oraz w przestrzeni miejskiej czeka na wszystkich kalejdoskop wydarzeń – koncerty, spektakle, spotkania literackie, konkursy, kino, a także imprezy plenerowe. Tegoroczna jesień i zima w Sulęcinie to czas pełen emocji, dźwięków i barwnych spotkań, które tworzą wyjątkową, różnorodną mozaikę.



foto: Artur Pawlik

Wrzesień – mocne otwarcie sezonu

Już we wrześniu miłośnicy muzyki spotkają się na koncercie **Renaty Przemyskiej** – jednej z najbardziej charyzmatycznych artystek polskiej sceny. To wydarzenie inauguruje nowy sezon koncertowy w SOK-u, które zapowiada bogactwo artystycznych propozycji kolejnych miesięcy. W tym samym miesiącu na miejskim rynku zagości **Sulęciński Pchli Targ** – miejsce, gdzie każdy może znaleźć coś wyjątkowego, a także spędzić czas w nieformalnej, sąsiedzkiej atmosferze.

Październik – technologie sprzed lat i klimaty Halloween

Październik upłynie pod znakiem różnorodności. Na początek powrót do dzieciństwa i młodości wielu z nas – **RetroGry**, czyli interaktywna wystawa dawnych konsol, komputerów i gier, która przyciąga całe rodziny i kolekcjonerów wspomnień. W połowie miesiąca odbędzie się **Święto Latawca**, które jak co roku zamieni niebo nad stadionem w feerię barwnych konstrukcji.

Nie zabraknie także mocnych muzycznych brzmień – klub „u Bulka” rozkołyszą zespoły **Internal Quiet**, **The Mind Parasites** i **Druides**, a pod koniec miesiąca usłyszymy grupę **Wszystkiego Najlepszego**. Biblioteka Publiczna zaprosi natomiast na spotkanie autorskie ze **Sławkiem Gortychem** oraz konkurs recytatorski dla najmłodszych. W programie znajdzie się również wyjątkowa **Noc Bibliotek** – ogólnopolska akcja promująca czytelnictwo, która co roku przyciąga wielu miłośników książek.

Jesień to także kino – **Kino Objazdowe** i tradycyjny już **Maraton Horrorów**. Październik zakończy się hucznie podczas **Święta Dyni** i **Halloween**, które połączy rodzinne zabawy z klimatem jesiennych tradycji.

Listopad – muzyka, wspomnienia i świętowanie

Listopad w SOK-u to prawdziwa uczta muzyczna. Na deskach klubowej sceny wystąpią **Pablopavo** i **Ludziki** oraz **Jakub Skorupa**, a w sali widowiskowej usłyszymy koncert niezwykłego projektu **Retro Gitary – Osiecka z Krajewskim**. Życie to bal, a także światowej klasy jazz w wykonaniu **Wojtka Mazolewskiego Quintetu**.

Oprócz koncertów będzie też czas na refleksję – **Uroczysta Akademia z okazji Święta Niepodległości** 11 listopada tradycyjnie zgromadzi mieszkańców, by wspólnie celebrować ważne rocznice historyczne. Dla najmłodszych przygotowano **Światowy Dzień Pluszowego Misia**, a smakosze spotkają się podczas **Jesiennego Wieczoru Dobrego Smaku**, gdzie zaprezentowane zostaną najlepsze domowe trunki i przetwory. W programie znalazło się również spotkanie autorskie z **Katarzyną Sztubą-Frąckowiak**. Całość dopełni zabawa taneczna – **Andrzej Coś Kręci**, czyli dyskoteka w klimacie lat '90.



Grudzień – magia świąt i wielki finał roku

Grudzień w Sulęcinie rozbłyśnie światłem świątecznych atrakcji. W pierwszy weekend miesiąca – **6 grudnia** – na scenie widowiskowej zobaczymy spektakl teatralny **„Sposób na Blondynkę”** (godz. 18:00), a dzień później, w niedzielę, na rynku odbędą się rodzinne **Mikołajki** z atrakcjami dla dzieci i dorosłych. Klub „u Bulka” rozgrzeją ostre rockowe dźwięki zespołów **Pull The Wire** i **Hamulec**, a wspólnotowy charakter podkreśli **Wigilia Miejska**, kiedy mieszkańcy spotkają się przy opłatku i kolędach na rynku. W programie znajdzie się także wydarzenie **„Razem na scenie – śpiewamy bez barier”** – karaoke z uczestnikami **SOSW**, **ŚDS** i **WTZ** oraz spotkanie autorskie z **Hanną Bilińską-Stecyszyn**. Rok zakończy się mocnym akcentem – **Ostatnim Koncertem w Ro(c)ku**, który tradycyjnie przyciąga fanów dobrej muzyki i świetnej zabawy.

Bogactwo dla każdego

Program jesiennie-zimowy w Sulęcińskim Ośrodku Kultury i Bibliotece Publicznej to dowód, że lokalna kultura nie tylko trwa, ale i rozwija się w imponującym tempie. Od wielkich koncertów po spotkania literackie, od imprez plenerowych po spektakle teatralne – każdy znajdzie coś dla siebie. To czas, w którym Sulęcin tętni muzyką, literaturą, filmem i wspólnym świętowaniem.

KONCERTY / SPOTKANIA AUTORSKIE / WARSZTATY / SPEKTAKLE
KONKURSY / KINO / IMPREZY PLENEROWE / MUZYKA KLUBOWA
KULTURA LOKALNA / ZABAWA / TANIEC



SEZON NA KULTURĘ 2025

SULĘCIŃSKI OŚRODEK KULTURY / BIBLIOTEKA PUBLICZNA

WRZESIEŃ

27.09 - RENATA PRZEMYSK - koncert

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 19:00, wstęp: od 80 pln)

28.09 - SULĘCIŃSKI PCHLI TARG

(miejsce: sulęciński rynek, godz. 10:00 - 16:00, wstęp wolny / zapasy)

PAŹDZIERNIK

04-05.10 - RETRO GRY - GRY Z MINIONEJ EPOKI

(miejsce: sala Duży (S)pokój / SOK, godz. 11:00 - 18:00, wstęp wolny)

11.10 - INTERNAL QUIET / THE MIND PARASITES / DRUIDES - koncert

(miejsce: Klub u Bułki, godz. 19:00, wstęp: 40/50 pln)

12.10 - ŚWIĘTO LATAWCA

(miejsce: Stadion Miejski im. Stanisława Ozoga, godz. 12:00, wstęp wolny)

16.10 - SPOTKANIE AUTORSKIE - Sławek Gortych

(miejsce: Biblioteka Publiczna, godz. 18:00, wstęp wolny)

17.10 - NOC BIBLIOTEK

(miejsce: Biblioteka Publiczna, wstęp wolny, zapisy)

22.10 - POWIATOWY KONKURS RECYTATORSKI

"O PLUSZOWĄ KACZKĘ DZIWACZKĘ"

(miejsce: Biblioteka Publiczna, godz. 10:00)

23.10 - KINO OBJAZDOWE

(miejsce: sala widowiskowa SOK, wstęp biletowany)

25.10 - WSZYSTKIEGO NAJLEPSZEGO - koncert

(miejsce: Klub u Bułki, godz. 20:00, wstęp: 60/70 pln)

31.10 - ŚWIĘTO DYNI / HALLOWEN

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 17:00, wstęp wolny)

31.10 - MARATON HORRORÓW

(miejsce: sala kinowa SOKino, godz. 20:00, wstęp wolny)

Oferta zajęć i sekcji – już niedługo dostępna!

Chcesz być na bieżąco
z KULTURĄ?

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

SMS

Wyślij SMS o treści **INFO SOK**
na nr **506 070 879**

LISTOPAD

07.11 - SPOTKANIE AUTORSKIE -

Katarzyna Sztuba-Frąckowiak

(miejsce: Biblioteka Publiczna, wstęp wolny)

08.11 - PABLOPAVO I LUDZIKI - koncert

(miejsce: Klub u Bułki, godz. 20:00, wstęp od 95 pln)

11.11 - UROCZYSTA AKADEMIA

ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 12:00, wstęp wolny)

14.11 - RETRO GITARY:

"Osiecka z Krajewskim - Życie to bal" - koncert

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 19:00, wstęp: 80 pln)

21.11 - ŚWIATOWY DZIEŃ PLUSZOWEGO MISIA

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 17:00, wstęp wolny)

22.11 - JESIENNY WIECZÓR DOBREGO SMAKU

konkurs na domowe trunki i przetwory

(miejsce: Klub u Bułki, godz. 17:00, wstęp z zaproszeniem)

26.11 - WOJTEK MAZOLEWSKI QUINTET - koncert

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 19:00, wstęp wolny)

28.11 - ANDRZEJ COŚ KRĘCI - dyskoteka z lat '90

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 19:00, wstęp biletowany)

29.11 - JAKUB SKORUPA - koncert

(miejsce: Klub u Bułki, godz. 20:00, wstęp: 89 PLN)

GRUDZIEŃ

03.12 - RAZEM NA SCENIE - śpiewamy bez barier

KARAOKE Z UCZESTNIKAMI SOSW, ŚDS I WTZ

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 10:00, wstęp wolny)

06.12 - TEATR - "Sposób na Blondynkę"

(miejsce: sala widowiskowa SOK, godz. 18:00, wstęp biletowany)

06.12 - MIKOŁAJKI

(miejsce: Sulęciński Rynek, godz. 16:00, wstęp wolny)

11.12 - SPOTKANIE AUTORSKIE -

Hanna Bilińska-Stecyszyn

(miejsce: Biblioteka Publiczna, wstęp wolny)

13.12 - PULL THE WIRE / HAMULEC - koncert

(miejsce: Klub u Bułki, godz. 19:00, wstęp: 80 PLN)

14.12 - WIGILIA MIEJSKA

(miejsce: Sulęciński Rynek, godz. 15:00, wstęp wolny)

27.12 - OSTATNI KONCERT W RO(c)KU

(miejsce: Klub u Bułki, godz. 19:00)

ORGANIZATOR ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO ZMIAN W PROGRAMIE
Szczegółowe informacje na temat wydarzeń na www.soksulecin.pl



PODRÓŻ PRZEZ DZIESIĘCIOLECIA PIKSELOWEJ ROZRYWKI

RETROGRY

WYSTAWA INTERAKTYWNA

DOSTĘPNE MIĘDZY INNYMI:
 PEGASUS - SNES - GAMECUBE - ZX SPECTRUM - COMMODORE 64
 ATARI 2600 - AMEPROD - PLAYSTATION 1 - PLAYSTATION 2
 AMIGA 600 - ATARI 65 XE - XBOX

STREFA PLANSZÓWEK

GRY:
 SUPER MARIO - PAC-MAN - DONKEY KONG - GIANA SISTERS
 DOOM - MORTAL KOMBAT 3 - DELUXE SKI JUMP
 MARIO KART - SONIC 3
 I WIELE INNYCH

**4-5 PAŹDZIERNIKA
 GODZ. 11.00-18.00**
 SULĘCIŃSKI OŚRODEK KULTURY
 WSTĘP WOLNY

www.soksulecin.pl
 www.bibliotekasulecin.pl
 sekretariat@soksulecin.pl
 biblioteka@soksulecin.pl
 ul. Moniuszki 1
 69-200 Sulęcín
 95 755 24 77
 95 755 31 72

RetroGRY – interaktywna podróż po świecie gier już w październiku w Sulęcińskim Ośrodku Kultury

Zapraszamy Was do Sulęcińskiego Ośrodka Kultury na kolejną edycję RetroGRY – naszej interaktywnej wystawy starych komputerów, konsol i gier. W tym roku przygotowaliśmy dla Was coś jeszcze – specjalną strefę gier planszowych. Chcemy, aby każdy mógł odnaleźć tutaj kawałek swojego dzieciństwa i wspólnej zabawy – bez rywalizacji, bez presji, za to z dobrą energią, nostalgią i uśmiechem.

Gdzie: Sulęciński Ośrodek Kultury
 Kiedy: 4–5 października 2025 r.
 Godziny: 11.00–18.00



Przygotowaliśmy dla Was szeroką gamę sprzętu, który przez lata rozpalal wyobraźnię graczy: ZX Spectrum, Commodore 64, Atari 65 XE, Amiga 500/600, Atari 2600, PlayStation 1, PlayStation 2, Xbox (oryginalny), Nintendo GameCube, Pegasus, Nintendo Wii, NES, Super Nintendo.

Na konsolach Nintendo zagrać w takie hity jak Super Mario czy Mario Kart – to klasyki, które od zawsze wywołują uśmiechy na twarzach graczy w każdym wieku.

Dla miłośników komputerów 8-bitowych przygotowaliśmy legendy, które wciąż bawią i wciągają: Pac-Man, Space Invaders, Donkey Kong, Boulder Dash, River Raid.

Nie zapomnieliśmy także o Amidze – komputerze, który w latach 80. i 90. zachwycał grafiką i dźwiękiem. To właśnie na niej powstały takie perełki jak Sensible World of Soccer czy Lemmings, które do dziś zachwycają pomysłowością i klimatem.

Z kolei na PlayStation 1 czekają na Was prawdziwe hity ery 3D: Crash Bandicoot 2, Wipeout 2097 i Tony Hawk's Pro Skater 2.

Przygotowaliśmy także klasyki z komputerów PC – takie jak Doom czy Deluxe Ski Jump.

RetroGRY to wydarzenie dla całych rodzin, dla pasjonatów retro i dla wszystkich, którzy chcą na chwilę oderwać się od codzienności i poczuć analogowy smak gier – tych, które kiedyś łączyły pokolenia.

Zapraszamy serdecznie – wstęp wolny!

TU GRA INTERNETOWE RADIO SOK

radiosoksulecin

radiosoksulecin

SOKowirówka

radio@soksulecin.pl

www.radiosok.pl



- AUDYCJE
- WIEŚCI KULTURALNE
- LISTA PRZEBÓJÓW
- PŁYTA TYGODNIA
- MUZYCZNE NOWOŚCI
- WYWIADY

GRAMY 24 GODZINY NA DOBĘ, 7 DNI W TYGODNIU



www.soksulecin.pl
 www.bibliotekasulecin.pl
 sulęcinskiosrodekukultury
 bibliotekasoksulecin

sekretariat@soksulecin.pl
 biblioteka@soksulecin.pl
 sulęcinskiosrodekukultury

ul. Moniuszki 1
 69-200 Sulęcín
 95 755 24 77
 95 755 31 72



V-lecie Koła GiGW

Koło Gospodyń Wiejskich w Ostrowie działa od wielu lat i jest widoczne nie tylko w Gminie Sulęcina. 31 lipca 2020 roku Koło Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich z Ostrowa zostało zarejestrowane w Głównym Urzędzie Statystycznym i Krajowym Rejestrze Kół Gospodyń Wiejskich. Zarejestrowaniem koła zajęła się ówczesna sołtys

Ostrowa Agnieszka Szmytkowska.

Z powodów osobistych Agnieszka Szmytkowska ustąpiła z zajmowanego stanowiska, a na jej miejsce została wybrana Anna Kopyt, która jednocześnie przyjęła przewodnictwo nad Kołem Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich. Po dwóch latach na przewodniczącą Koła wybrano Izabelę Kościółek,

która do chwili obecnej jest przewodniczącą. W wielu sprawach organizacyjnych wspiera nową przewodniczącą Katarzyna Kopyt, która prowadzi ewidencję, księgowość, sprawy techniczne i porządkowe.

Z okazji pięciolecia Koła Gospodyń i Gospodarzy Wiejskich z Ostrowa 2 sierpnia w świetlicy wiejskiej odbyło się spotkanie mieszkańców z działaczami Koła, zaproszonymi sołtysami z Gminy Sulęcina, radnym Rady Miejskiej Stanisławem Przybylskim, burmi-

strzem Sulęcina Dariuszem Ejchartem i zastępcą burmistrza Iwoną Walczak.

W imieniu mieszkańców Gminy Sulęcina, burmistrz Sulęcina Dariusz Ejchart złożył wszystkim działaczom serdecznie podziękowanie za wieloletnią bezinteresowną pracę na rzecz mieszkańców sołectwa Ostrowa i Gminy Sulęcina.

Maciek Barden



Gliństock 2025 - Festiwal Wolności i Wyrazu Osobistego

16 sierpnia 2025 roku w Glińsku, tuż przy Świebodzinie, odbyła się kolejna edycja niezwykłego wydarzenia – Gliństock, festiwalu zamkniętego organizowanego przez terapeutów i pacjentów Ośrodka dla Osób Uzależnionych SPZOZ Nowy Dworek. To nie tylko impreza muzyczna i artystyczna, ale przede wszystkim manifest siły, odwagi i przemiany. Tegoroczne hasło „Wejść na scenę. Zrób to po swojemu” zachęcało uczestników terapii do odważnego wyrażenia siebie.

Pomysłodawcą wydarzenia jest **Dariusz Duliban**, starszy instruktor terapii uzależnień, który od 2003 roku pracuje z osobami uzależnionymi. Jego podejście do terapii opiera się na budowaniu poczucia własnej wartości i odnajdywaniu autentycznej radości życia.

– „Gliństock to nie jest impreza dla elity – to scena dla każdego, kto chce coś z siebie wyrzucić, pokazać, poczuć. Dla osób uzależnionych to coś więcej niż występ – to przełamanie wstydu, to często pierwszy raz, kiedy ktoś mówi: ‘Jestem okej taki, jaki jestem’. Terapia to nie tylko rozmowy – to także śmiech, ekspresja, muzyka. Chcemy, żeby ten dzień był świętem wolności. Pokazujemy, że życie może być nie tylko trzeźwe, ale też kolorowe, zajebiste i pełne sensu.” – mówi Dariusz Duliban.



Festiwal Gliństock odbywa się nieprzerwanie od 2018 roku, przyciągając coraz większą liczbę uczestników i artystów-amatorów. To wydarzenie, w którym terapia spotyka się ze sztuką, a siła wspólnoty z autentycznym przeżyciem.

Nowy Dworek – ośrodek, z którego wywodzi się inicjatywa, wyróżnia się w skali regionu nowoczesnym podejściem do terapii. Silny nacisk kładziony jest na konstruktywne spędzanie wolnego czasu, pracę z emocjami oraz odkrywanie własnych pasji. W codziennym procesie leczenia wykorzystywane są m.in. elementy treningu DBT (Dialektyczna Terapia Behawioralna), który uczy regulacji emocji, budowania relacji i radzenia sobie z



trudnymi sytuacjami. Pacjenci tworzą muzykę, malują, uprawiają sport i pracują twórczo z własnymi przeżyciami – wszystko po to, by odnaleźć sens i

siłę do życia.

Gliństock 2025 to terapia, która łączy profesjonalizm z sercem, a leczenie z kreatywnością.



Święto Plonów Sulęcina 2025

Tegoroczne Święto Plonów Sulęcina 2025 odbyło się 6 września na Placu Stefana Czarnieckiego przy fontannie dobrośiedztwa, które poprzedziła msza w kościele parafialnym Świętego Mikołaja w intencji rolników i ogrodników.



**POLSKO-NIEMIECKI
SULECIŃSKI
Raid
NORDIC WALKING 2025**

OBIEKTY SPORTOWE SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 2
IM. POLSKICH OLIMPIJCZYKÓW
W SULECINKU

27.09.2025

Program:

- OD 9:30 ZAPISY, WYDAWANIE NUMERÓW STARTOWYCH I PROWIANTU
- 10:00 OFICJALNE OTWARCIE (POWITANIE UCZESTNIKÓW ORAZ ZAPROSZONYCH GOŚCI, POKAZ INTRUKTAŻOWY I TRENING NORDIC WALKING, WYMARSZ GRUP NA TRASY)
- 12:30-13:30 POWRÓT GRUP
- OD 13:00 GORĄCY POSIŁEK
- OD 13:00 GRY I ZABAWY SPORTOWE ORAZ KONKURENCJE Z ATRAKCYJNYMI NAGRODAMI

*Nagroda główna
Voucher na rower!*

Interreg Brandenburg – Polska



W uroczystości obchodów wzięło udział dziewięć sołectw z Gminy Sulęcinek, które zaprezentowały swoje stoiska, osiągnięcia w sztuce kulinarnej, wypiekami i wystrojem.

W święcie uczestniczyli mieszkańcy miasta i gminy, osoby przyjezdne, zaproszeni goście, przedstawiciele służb mundurowych, kombatanów, Rady Miejskiej, kościoła, kultury, sportu, powiatu sulęcińskiego oraz gospodarz Gminy Sulęcinek Dariusz Ejchart.

Podczas wydarzenia odbyły się również konkursy na najsmaczniejsze przetwory, pierogowe wariacje, jabłkowe szaleństwo, najładniej udekorowane stoisko i najładniejszy kosz dożynkowy.

W kategorii najładniejsze stoisko dożynkowe I miejsce zajęło Sołectwo Rychlik, II miejsce przyznano sołectwu Długoszyń i III miejsce sołectwu Grochowo.

W kategorii najładniejszy kosz dożynkowy I miejsce zajęło Sołectwo Ostrów, II miejsce Sołectwo Rychlik i III

miejsce Sołectwo Tursk.

W kategorii najsmaczniejsze przetwory I miejsce zajęło Sołectwo Drogomina, II miejsce Sołectwo Trzebów i trzecie miejsce ex aequo Sołectwo Długoszyń i Sołectwo Grochowo.

W kategorii pierogowe wariacje I miejsce zajęło Sołectwo Brzeźno, II miejsce Sołectwo Miechów i III miejsce Sołectwo Rychlik.

W kategorii jabłkowe szaleństwo I miejsce zajęło Sołectwo Długoszyń, II miejsce Sołectwo Trzebów i III miejsce Sołectwo Drogomina.

Wszystkim zwycięzcom bony pieniężne wręczyła wiceprzewodnicząca Rady Miejskiej Anna Wyczachowska, burmistrz Sulęcinka Dariusz Ejchart, dyrektor Sulęcińskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji Paweł Krzyżaniak i dyrektor Sulęcińskiego Ośrodka Kultury Jacek Filipek.

Maciek Barden



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

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

**69-200 Sulęcinek,
ul. Lipowa 80/1**

Tel: 730 782 738



II Turniej piłki plażowej o puchar burmistrza Sulęcina

Na terenie Sulęcińskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji 23 sierpnia odbyły się II Mistrzostwa Sulęcina Siatkówki Plażowej o Puchar Burmistrza Sulęcina 2025. Do zawodów stanęło czternaście drużyn dwuosobowych, które rozegrały mecze systemem brazylijskim.

Do rywalizacji zgłosiły się następujące zespoły:

KANGURY – Dominik Obst, Tomasz Olak,
FALA – Paweł Szpilewski, Cyprian Wal-kowiak,
BETON – Hubert Wagner, Jakub Szum-lewicz,
JJ TEAM – Jacek Biernacki, Jacek Miel-czarek,
TIMON I PUMBA – Szymon Maćko-wiak, Jakub Zemanek,
AL-NASRR – Kacper Pestka, Dawid Kuźmichonek,
BENIAMINEK – Robert Maciej, Benia-min Granieczny,
PYTONGI – Maksymilian Kocik, Krzysz-tof Wichłacz,
SZEREGOWY I SKIPER – Jakub Gudacz, Kacper Rajmondowski,
LEWORĘCZNI – Mateusz Stefanowicz, Jakub Uller,
UŚMIECHNIĘTA BRYGADA – Kacper

Witek, Max Obrzud,
STILON 1 – Sebastian Kuźmich, Igor Bartol,
STILON 2 – Max Strączek, Filip Rudzki,
NOIFAJNO – Miłosz Gniot, Mateusz Kleina, Mateusz Plaszcza.

Turniej otworzyli: dyrektor Sulęcińskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji Paweł Krzyżaniak oraz Burmistrz Sulęcina Dariusz Ejchart. Zasady rozgrywek przedstawił sędzia Przemysław Struch.

Po kilku godzinach zmagania pozna-liśmy najlepsze drużyny tegorocznych mistrzostw:

I miejsce i Puchar Burmistrza Sulęcina zdobył duet STILON 2,
II miejsce – BENIAMINEK,
III miejsce – LEWORĘCZNI,
IV miejsce – UŚMIECHNIĘTA BRYGA-DA.

Nagrody, medale i puchar wręczyli: dyrektor SOSiR Paweł Krzyżaniak oraz trener STS Olimpia Sulęcina Damian

Sławiak.

Serdecznie gratulujemy zwycięzcom oraz wszystkim uczestnikom, którzy stworzyli niezapomniane widowisko sportowe. Dziękujemy także firmie Intermarché Sulęcina za wsparcie przy organizacji strefy bufetowej i zawodnicy mogli liczyć na świeże

owoce, grilla i wodę, która w takich warunkach była niezwykle cenna.

Informacja na podstawie danych Sulęcińskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji.

Maciek Barden



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)



JEZIORO COMO

... moja włoska przygoda - cz. I

Powoli odkrywam Włochy. Na razie północną część tego kraju. Rok temu była Garda (o niej jeszcze napiszę), a tego lata padło na Jezioro Como. I muszę przyznać: urzekło mnie niesamowicie.

Wcale się nie dziwię, że to miejsce przyciąga turystów z całego świata. Kto raz tu przyjedzie, zakocha się — gwarantuję. O mojej przygodzie mógłbym pisać bez końca. Gdybym chciał zmieścić wszystko w jednym artykule, zabrakłoby miejsca w całym numerze „Przekroju Lokalnego” — a może i kartek w ogóle. Dlatego opis podzieliłem na dwie części.



Kilka faktów o Como.

Jezioro ma kształt odwróconej litery „Y” i należy do najpiękniejszych w Europie. Jego powierzchnia to 146 km², linia brzegowa liczy ponad 170 km, a maksymalna głębokość sięga 410 metrów. To jedno z najgłębszych jezior Starego Kontynentu. Z Como wiąże się wiele historii — od wizyt sławnych poetów i artystów po filmowe sceny (to tutaj kręcono m.in. Jamesa Bonda i „Gwiezdne Wojny”).

Lecco — głośne, ale klimatyczne.

To miasto około 50 tysięcy mieszkańców, plus turyści więc może być trochę ciasno. Lecco jest chyba najbardziej hałaśliwą miejscowością, w jakiej byłem podczas tej przygody, ale mimo to nie odczułem tłoku. Na ulicach, bulwarze i w knajpkach panował przyjemny luz. Spacerując warto zajrzeć do Bazyliki św. Mikołaja z XIII wieku, kościoła św. Marty, Sanktuarium Błogosławionej Dziewicy Maryi Victorii przejść się po Piazza Venti Settembre czy Piazza Cermenati z marmurowym pomnikiem Mario Cermenatego. Ale najpiękniej spaceruje się bez celu — zaglądając w zakamarki, gubiąc się w uliczkach. Obowiązkowym punktem jest Ristorante Pontile Orestino. To rodzinna restauracja, w której króluje tradycyjna włoska kuchnia. Smacznie, bez udziwnień, w rozsądnych cenach. Uwaga — stolik trzeba rezerwować wcześniej!



W góry nad Como

Lecco to także świetny punkt startowy w góry. Tras trekkingowych jest mnóstwo, w końcu to Alpy. Polecam wjazd kolejką linową na Pizzo d'Erna (1375 m n.p.m.). Już sama kolejka jest atrakcją, a z góry rozciąga się cudowny widok na jezioro, Lecco, góry i dalsze okolice. Co więcej, zamiast wracać kolejką, warto zejść pieszo do miasta. To wędrowka licząca ponad 20 km, pełna pięknych widoków. Na trasie można zatrzymać się w klimatycznym schronisku Rifugio Stoppani, by odpocząć przy włoskim piwie i chłonąć atmosferę alpejskiej przyrody.

Bellano i jego wąwóz.

Jednym z miejsc, które szczególnie mnie zachwyciło, było Bellano. To niewielkie miasteczko położone nad samym brzegiem Como, które skrywa jedną z najciekawszych atrakcji tej strony jeziora — wąwóz Orrido di Bellano. To naturalna szczelina wykuta w skałach przez potok Pioverna. Wąskie korytarze, mostki zawieszone nad wodą i huk spadających kaskad robią niesamowite wrażenie. To miejsce, w którym natura pokazuje swoją dziką i potężną stronę. Spacer po drewnianych kładkach wzdłuż skalnych ścian to przeżycie, które długo zostaje w pamięci i zdecydowanie należy do obowiązkowych punktów podczas podróży nad Como.

Varenna i zamek Vezio.

Jednym z najpiękniejszych punktów była dla mnie Varenna. Tu znajdują się ruiny Castello di Vezio z XI wieku. Zamek nie jest wielki, ale widok z murów zapiera dech — jezioro, góry i ogrody oliwne, z których produkuje się oliwę extra vergine DOP. Spacerując po mieście, trzeba zajrzeć do kościołów San Giorgio i San Giovanni Battista z XI wieku z freskami z XVI stulecia. I koniecznie zejść na brzeg jeziora, by zobaczyć nadbrzeżne kamienice z maleńkimi przystaniami dla łodzi.

Bellagio — „perła Como”

Na deser — Bellagio, obowiązkowy punkt na mapie Como i miejsce, które uchodzi za prawdziwą „perłę jeziora”. To tutaj ściągają tłumy turystów z całego świata, to tu znajdują się najbardziej eleganckie restauracje, luksusowe butik i drogie hotele z widokiem na wodę. Popularność Bellagio czuć na każdym kroku, ale wystarczy zboczyć z głównego szlaku, skręcić w boczną uliczkę, by znaleźć klimatyczną kafejkę, małą trattorię albo spokojny zaułek, w którym można odetchnąć od zgiełku i poczuć prawdziwy włoski klimat. Jedwab kupiony w sklepie z pamiątkami, z którego słynie Como, to świetny pomysł na prezent, ja tradycyjnie kupiłem jedynie magnes. Wędrując uliczkami warto zobaczyć wille i ogrody, zajrzeć do Bazyliki San Giacomo z XI wieku czy do muzeum mieszczącego się w Villa Melzi d'Eril. Mnie jednak najbardziej urzekł mały kościółek San Biagio — ukryty przed światem, cichy i skromny. To właśnie tam udało mi się na chwilę zatrzymać czas.



Podróżując po skrawku Lombardii, przekonałem się, że Włosi są — otwarci, życzliwi i serdeczni. Mają w sobie naturalną energię i temperament, który różni się od naszego, ale sprawia, że człowiek czuje się tu po prostu dobrze. Łatwo złapać z nimi kontakt, a jeszcze łatwiej dać się ponieść ich radości życia.

Jezioro Como to nie tylko piękne krajobrazy i zabytki, ale też spotkania z ludźmi i kultura, która na długo zostaje w sercu. Czy tu wrócę? - raczej tak! A Wy — wróćcie za miesiąc do kolejnego numeru, bo w drugiej części opowiem o mojej wędrowce po lewej stronie jeziora.

JACO tu był...



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

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 wędrowki, 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, pełen 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.

Zdrowie zaczyna się od wiedzy – edukacja, która zaprocentuje!

Dlaczego jako społeczeństwo potrzebujemy edukacji zdrowotnej? – rozmowa z Posłanką na Sejm RP Katarzyną Osos



W tym miesiącu do polskich szkół wszedł nowy przedmiot – edukacja zdrowotna. Zachęca Pani rodziców, aby pozwolili swoim dzieciom uczestniczyć w nim. Dlaczego?

K. Osos: Myślę, że nikt nie powinien mieć wątpliwości, że warto uczęszczać na lekcje edukacji zdrowotnej. Wystarczy odpowiedzieć sobie na pytanie – czy chcemy, by nasze dzieci wiedziały, w jaki sposób przeciwdziałać chorobom i uzależnieniom, troszczyć się o zdrowie psychiczne, budować relacje czy być bezpiecznym online? Jeśli odpowiedź jest pozytywna, to nie odbieramy im możliwości zdobywania wiedzy w tych tematach. Musimy też wiedzieć, że badania pokazują, iż dzisiejsza młodzież czerpie wiedzę głównie z Internetu. Jako rodzice nie wiemy do końca, czy treści te są bezpieczne i rzetelne. Natomiast jeśli chodzi o edukację zdrowotną, znamy program – jest szeroko dostępny, znamy nauczycieli, którzy będą go realizować.

Proszę wierzyć – nikt nie będzie demoralizował czy deprawował dzieci, bo ani szkoła, ani nauczyciele, ani rodzice na to nie pozwolą.

Jakie zagadnienia będą poruszane na lekcjach edukacji zdrowotnej?

K. Osos: Podstawa programowa obejmuje 10 działów – wartości i postawy, zdrowie fizyczne, aktywność fizyczna, odżywianie, zdrowie psychiczne, zdrowie społeczne, dojrzewanie, zdrowie seksualne, zdrowie środowiskowe, Internet i profilaktyka uzależnień, a w szkołach ponadpodstawowych dodatkowo system ochrony zdrowia. Zadajmy sobie otwarcie pytanie – czy jako dorośli mamy wystarczające zaplecze, by merytorycznie odpowiedzieć swoim

dzieciom na wszystkie pytania z tych dziedzin? W dobie rosnącej liczby zachorowań na nowotwory, złej jakości żywności, kryzysów w relacjach międzyludzkich czy zwiększonych problemów z różnymi uzależnieniami nowy przedmiot może stanowić bardzo potrzebny element profilaktyki. Wykorzystajmy tę możliwość. To tylko przyniesie korzyści dla nas wszystkich – chcemy przecież mieć młodzież, która będzie podejmować świadome i odpowiedzialne decyzje. Straszanie tym przedmiotem przez niektóre organizacje czy polityków to wyłącznie działanie na szkodę naszych dzieci.

Dziękuję za rozmowę.

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 Sulęcín

2 działki w Długoszynie
2 działki w Długoszynie
dom jednorodzinny w Ośnie L.
pola rolne 11,6 ha Żelechów
mieszkanie ul. Szpitalna
mieszkanie ul. Żeromskiego
dom Lubniewice-Spacerowa
2 mieszkania 2-pok. Wędrzyn
dom ul. Pineckiego
kawalerka Ośno Lub.

mieszkanie Gądków W.
mieszkanie w Rudnicy
dom (bud.) Lubniewice
4,58 ha w Smogórach
działka budowlana Lubniewice
działka budowlana Ostrów
12 działek ul. Młynarska
8 działek Bielice
mieszkanie Pl. Mickiewicza S-n
mieszkanie Dębowiec

kiosk handlowy ul. Kościuszki
sklep budowlany Torzym

Do wynajęcia:
Mieszkanie Osiedle Żubrów
Mieszkanie w Sulęcín
lokal handlowy Sulęcín-rynek
6 hal w Ośnie Lub.

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