

REKLAMA
511 225 133

ISSN 2084-4255
nr 9(160)/2025

październik 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
DOOKOŁA NAGROBKÓW

691 265 669

SULĘCIN ul. Paderewskiego 14

www.kamieniarstwo-gardziejewski.pl



TAXI

+48 691 622 407
Sulęcín

W numerze:

XXXI Międzynarodowy Zjazd Cyklistów- str. 3

Od października obowiązuje system kaucyjny - str. 5

50 Kowirówka - lokalny przewodnik po kulturze - str. 7

PKS na naszym terenie ma już 75 lat - str. 11

KOMFORT SALON MEBLOWY

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



f
meblesulecin

WULKANIZACJA, MECHANIKA POJAZDOWA „U PAWŁA”

wymiana opon, wyważanie

opony nowe oraz używane

wymiana oleju i filtrów

spawanie plastików

naprawy bieżące

Ostrów 69
69-200 Sulęcín



tel. **727 686 655**

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

minął miesiąc

Ruch jak w Paryżu na wsi



LECH MALINOWSKI
lechm47@wp.pl

Oczywiście w polityce. Wiadomo już, że Szymon z Wielkim Ego przeanalizował swoją szansę po nocnych tajno-jawnych układach z pisowcami i zaprzysiężeniem Prezydenta bez konkretnych danych wyników głosowania. Zdecydował się opuścić polskie salony polityczne na rzecz stanowiska Wielkiego Komisarza Narodów Zjednoczonych ds. uchodźców w Genewie. Dokładniej aplikuje dopiero, a frukta są tam znaczne. Aby było ciekawiej,

to Szymon głosował ostatnio przeciw ochronie uchodźców. Kończący urzędowanie Włoch ma super CV i dokonania (wg danych Wikipedii i innych wiarygodnych źródeł). Nasz nie ma wykształcenia wyższego, polityk z niego taki jak wiadomo co z koziego zadka, dwa lata w polityce i jak szczur ucieka z tonącego okrętu, zostawiając swych wyborców, itd., itp. Jego CV jest zapewne małym G..., no ale popiera go Karol Działasz, co zapewne ujmy nie przynosi ale nie wróży też powodzenia. Co o Szymonie sądzą respondenci ankiet, internauci czy politycy, to ogólnie wiadomo. Na koniec wspomnę, że Szymon mówiąc o szambie, przez które przeszedł, nie wspominał, że 50% tej śmierdzącej mazi sam wyprodukował jako Marszałek Sejmu. Nie poparł demokratycznego Trzaskowskiego tylko stale w kampanii go atakował, a to już jest

chamstwo w wykonaniu koalicjanta, nabijał się z posłów opozycji, trzymał w zamrażarce projekty ustaw dot. LGBT i kobiet, no i zaprzysiął bez konkretnego policzenia głosów... Szymon miał "partię na pokolenia, nie kadencję"... i teraz mówi: "dzięki, idę dalej". Odchodzi, Batyr przyklaskuje, a Polacy patrzą jak zmieniają się fotele, a nie realia. I ciekawe, kto teraz przejmie stery? Na pokolenia, nie kadencję – tak długo, aż fotele się zmieniają. W sieci drwią: Polska 2050? Bardziej Polska do pierwszego lepszego etatu. W sieci pod pytaniem jak jednym słowem określić Szymona – blisko 5 tys. internatów użyło określeń nie możliwych do zacytowania z uwagi na wewnętrzną cenzurę. Czytelnicy sami się domyślą, bo rozum mają!

Gdy światowi przywódcy mówią o bezpieczeństwie, o wojnie, o pokoju, polski Ka-

rol Działasz nie jest w stanie wytrzymać kilku godzin bez woreczka pod wargę. Czy tak ma wyglądać wizytówka Polski na arenie międzynarodowej? – pyta wielu. W sieci krążą filmiki z tego, nawet emitowane przez rosyjską telewizję. Snusy Nawrockiego irytowały nawet polityków PiS. Czemuż to? Wszak woreczek jest biały i wkładany na czerwone dziąsło – czyli biało-czerwono, patriotycznie! Snusy zawierające tytoń są w Polsce niedozwolone. Mamy głowę państwa uzależnionego i kropka.

Skoro tak jest, to całkiem zrozumiałym jest jego wywód w telewizorni u Romanowskiego, że często w Belwederze rozmawia nocą z Ziukiem czyli Marszałkiem Piłsudskim. To też Rosjanie puścili w swej TV. Obciach na całego.

Mały Prezes nie cierpi Niemców (jak Władysław Gomułka). Podczas spotkania w Zielonej Górze i Wrocławiu wielokrotnie podkreślał, że tu na Ziemiach Zachodnich następuje regermanizacja ludności. Ciekawe co on bierze, że takie duby smalone plecie? Wojna jest na Wschodzie, agresorem jest Rosja a nie Niemcy. A Lubuskie to nie Dzikie Zachód gdzie byle łajza, z rewolwerem lub bez, głosi swoje racje. Do Niemców mamy w linii prostej ok. 50 km. Przed 1945 r. wszystko tutaj było niemieckie i ta obecność niemiecka jest nadal widoczna w starych zaułkach miast, bo przecież nie w blokowiskach z lat 70. i 80. tych ubiegłego wieku. Wzajemne kontakty handlowe czy turystyczne są na porządku dziennym. Więc niech ten konus z Żoliborza z łupieżem na głowie głupot nam nie wciska, że następuje Zreniemczanie i Regermanizacja. Zarzut, że

Lubuskie wystawiało się za Odrą w niemieckim pawilonie określić można zwykłym pieprzeniem człowieka, który ma problemy z ten, tego... czyli głową. Nie zna języków, to jego problem. Nawet te w butach byle jak wiązanych stanowią dlań problem. To człowiek nie tylko wykluczony cyfrowo, ale w ogóle w sensie ogólnym - cywilizacyjnie. Jedyne co potrafi, to nienawidzić. ON nienawidzi perfekcyjnie. Nienawidzi wszystkiego tego, czego jego czerep nie ogarnia. Jest naszą narodową tragedią. Jego chorej narracji nie wolno się poddawać! Zwyczajnie obraził mieszkańców Zielonej Góry oraz całego Dolnego Śląska.

Zero doprowadzony przed komisję zarzucił jej nielegalność, aby następnie złożyć przysięgę mówienia Prawdy. I dalej ostro nie na temat, jednak wobec przedstawionych faktów zwał winę na współtowarzyszy. Ponownie oszkalował tak Giertycha jak i Nowaka. Temu ostatniemu sąd wobec braku dowodów nic nie zrobił, a Giertych poda Zero do sądu za kolejne kalumnie i konto Zbyszka ponownie nieco się zuboży.

Posel Kowalski (zwany w sieci bezrobotnym psycholem) krytykuje ostro podstawę programową Edukacji Zdrowotnej, której jako lewacką w ogóle nie czytał. Nie czytał ale wie! On chyba nawet Biblii nie czytał, choć ją też wybiórczo zachwala. Metoda PiSu na zamęt, kłamanie. Przyznany mu niegdyś tytuł Dzbana Roku był trafioną nagrodą!

I tak się wszystko kręci niczym karuzela. Ruch jak w Paryżu na wsi!

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-alerlog.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)

XXXI Międzynarodowy Zjazd Cyklistów

Oficjalne rozpoczęcie XXXI Międzynarodowego Zjazdu Cyklistów Sulęcina 2025 odbyło się 20 września na boisku Szkoły Podstawowej nr2 im. Polskich Olimpijczyków w Sulęcinie. Ponad 900 rowerzystów przywitał dyrektor Sulęcińskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji Paweł Krzyżaniak oraz burmistrza Sulęcina Dariusz Ejchart.

W tym roku cykliści mieli do wyboru kilka tras rowerowych, które kończyły swój bieg na Uroczysku Lubniewsko w sołectwie Żubrow.

Trasa nr 1 Komandora Międzynarodowych Zjazdów Cyklistów śp. Zbigniewa Kędziory liczyła 20 kilometrów, której przewodnikiem był Wojciech Lewandowski.

Trasie nr 2 przewodniczył Zbigniew Szczepański. Liczyła około 12 kilometrów i prowadziła do Koźlego Kamienia.

Trasie nr 3 przewodniczył Robert Ko-

łodnicki. Liczyła około 15 kilometrów i prowadziła przez wąwozy.

Trasie nr 4 przewodniczył Sławomir Słonik. Liczyła ponad 45 kilometrów w kierunku Torzymia i Jeziora Jasnego.

Trasie nr 5 przewodniczył Andrzej Mikutel. Była jedyną trasą z niespodziankami.

Pozostali uczestnicy zjazd niebiorący udziału w wyżej wymienionych trasach, udali się na Uroczysko Lubniewsko ścieżką rowerową prowadzącą z Sulęcina do Żubrowa.

Na Uroczysku Lubniewsko rozbili swoje namioty między innymi: Nadleśnictwo Sulęcina, Komenda Powiatowa Policji, Kawiarenka Szymka, z której dochód przekazany został na rzecz Szymona Zgoły, Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna, namiot z grochówką, jak również Zakręcone Rowery i dmuchane zjeżdżalnie.

Podczas zjazdu odbyło się



kilka konkurencji sportowych. Między innymi tor lot, tor sprawnościowy o puchar burmistrza Sulęcina i trasa Uphill.

W rzutkach do tarczy zwyciężył Jacek Krzyśków, II miejsce zajął Wojtek Pietrzak, a III miejsce Kajetan Melanowicz.

W rowerowym torze sprawnościowym o puchar burmistrza Sulęcina I miejsce zajął Nikodem Jaskuła, II miej-

sce Filip Jakubowski i III miejsce Fabian Bęben.

W kategorii par najlepszą na trasie Uphill okazała się Aleksandra Ikoniak. II miejsce zajęła Monika Matla-Fink i III miejsce zajęła Małgorzata Zając. Nagrodę specjalną Uphill otrzymała najmłodsza uczestniczka Emilka Siudak.

W kategorii panów trasę Uphill naj-

cd. na str. 6



GABINETY STOMATOLOGICZNE
"UŚMIECHNIJ SIĘ"
LEK. STOM. OLIMPIA RYWACKA-HARDYK
BLĘDZEW 880 388 862
 UL. KOŚCIUSZKI 16
LUBNIEWICE 730 303 801
 UL. HARGERSKA 21

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 SULĘCIN ul. POZNAŃSKA 1 p.2 66-470 KOSTRZYN nad ODRĄ ul. RADOŚCI 20



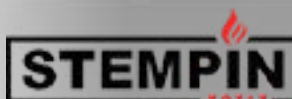
Centrum Instalacyjno-Techniczne „LITKA” Jarosław Litka

- 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 Sulęcín



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

SYSTEM KAUCYJNY

Od 1 października 2025 roku w Polsce obowiązuje tzw. system kaucyjny. Obejmuje on trzy główne kategorie opakowań, tj. butelki plastikowe, butelki szklane i aluminiowe puszki. To zmiana, która wpłynie zarówno na konsumentów, jak i przedsiębiorców, a jej celem jest zwiększenie poziomu recyklingu w Polsce.

Czym jest system kaucyjny i dlaczego zostanie wprowadzony?

System kaucyjny to mechanizm, w którym przy zakupie napojów w określonych opakowaniach (np. butelkach PET do 3 litrów, puszkach aluminiowych do 1 litra czy butelkach szklanych wielokrotnego użytku do 1,5 litra) doliczana jest dodatkowa opłata: kaucja. Po zużyciu produktu konsument może zwrócić opakowanie w wyznaczonym punkcie i odzyskać zapłaconą kaucję. Wprowadzenie tego rozwiązania wynika z unijnych regulacji, które nakładają na państwa członkowskie obowiązek poprawy gospodarki odpadami i zwiększenia odsetka opakowań poddawanych recyklingowi. Wysokość kaucji wyniesie od 0,50 zł do 1,00 zł za opakowanie w zależności od jego rodzaju.

Zasady działania systemu

źródło: www.gov.pl/web/klimat/system-kaucyjny-zasady

1. Przy zakupie napoju w opakowaniu z logotypem od klienta pobierana będzie kaucja.

WAŻNE: kaucja zostanie doliczona do ceny napojów dopiero przy kasie.

2. Wszystkie jednostki handlowe, niezależnie od ich powierzchni, jeżeli oferują napoje w opakowaniach objętych systemem, będą pobierały kaucję.

WAŻNE: nie ma tu znaczenia profil działalności danego sklepu tylko oferowane produkty.

3. Opakowania objęte systemem będą odpowiednio oznakowane, logotypem systemu kaucyjnego.

WAŻNE: nie będzie możliwości odebrania kaucji za opakowania bez logotypu.

4. Kaucję będzie można odebrać przy zwrocie opakowania.

WAŻNE: przy zwrocie opakowań, w celu odzyskania kaucji, nie będzie wymagane okazanie paragonu.

5. Opakowanie można będzie zwracać w dowolnym punkcie zbiórki - Obowiązek zbierania opakowań objętych systemem nałożony jest na sklepy powyżej 200 m², a małe sklepy poniżej 200 m² mogą dobrowolnie przystępować do systemu.

WAŻNE: opakowań nie należy zginać przed oddaniem do punktu zbiórki.

6. Wprowadzono wymóg utworzenia co najmniej jednego stacjonarnego punktu odbierania opakowań oraz odpadów opakowaniowych objętych systemem kaucyjnym w każdej gminie.

WAŻNE: możliwe będzie tworzenie punktów zbierania pustych opakowań poza jednostkami handlowymi.



ZASADY SEGREGACJI ODPADÓW NA CMENTARZACH

tworzywa sztuczne i metale	papier	szkło	bioodpady	zmieszane	ODPADY PROBLEMOWE
- TORBY FOLIOWE - BUTELKI PLASTIKOWE - AKCESORIA DO SPRZĄTANIA Z METALU I/LUB PLASTIKU - DONICZKI I OSŁONKI PLASTIKOWE - PLASTIKOWE I METALOWE ELEMENTY PO ZNICZACH (bez wosku)	KARTONY PO ZNICZACH I INNYCH PRODUKTACH	OPAKOWANIA SZKLANE TYPU: SŁOIKI, BUTELKI NIE WRZUCAJ ZNICZY SZKLANYCH !	- TRAWA, LIŚCIE - KWIATY DONICZKOWE (BEZ DONICZEK) - WIĄZANKI Z NATURALNYCH KWIATÓW (BEZ GĄBEK, WSTĄŻEK I FOLII)	- GĄBKI I SZMATKI - NAWILŻANE CHUSTECZKI - WKLADY Z WOSKIEM - ZNICZE/WAZONY SZKLANE I CERAMICZNE - SZTUCZNE KWIATY - GĄBKI FLORYSTYCZNE - WSTĄŻKI - DONICE CERAMICZNE - SZCZOTKI I ZMIOTKI	ZNICZE SOLARNE, WKLADY ZASILANE BATERIAMI ORAZ BATERIE NALEŻY WRZUCAĆ DO SPECJALNYCH POJEMNIKÓW NA ZUŻYTE SPRZĘTY ELEKTRYCZNE I ELEKTRONICZNE (ZSEE) I ZBIÓRKI BATERII!

XXXI Międzynarodowy Zjazd Cyklistów

cd. na str. 6

szybciej pokonał Igor Nowaczyk. II miejsce zajął Maciej Zając, i III miejsce Mateusz Zdanowski.

Nagrody i puchary uczestnikom Uphill wręczył burmistrz Sulęcina Dariusz Ejchart i przewodniczący Uphill Andrzej Mikutel.

Na zakończenie XXXI Międzynarodowego Zjazdu Cyklistów odbyło się losowanie nagród ufundowanych przez Radę Miejską /voucher na rower o wartości 1500 złotych/, burmistrza

Sulęcina /voucher na rower o wartości 1500 złotych/, rower oraz 20 zestawów gadżetów ufundowaną przez Firmę Molex z Sulęcina, jak również sześć voucherów na basen, mini golfa i kręgle ufundowane przez Hotel Kormoran Resort & Spa z Sulęcina.

Szczęśliwe numery losowali i nagrody uczestnikom losowania wręczyli: burmistrz Sulęcina Dariusz Ejchart, przewodniczący Rady Miejskiej Krystian Bilecki i przedstawicielka Firmy Molex Marta Szkiela.

Maciek Barden



Tworzyli z drewna, aż wióry leciały...

Ależ to były warsztaty! W Sulęcinie odbyły się niezwykle, pełne radości, kreatywności i pozytywnej energii **międzypokoleniowe warsztaty stolarsko-przyrodnicze**, które połączyły doświadczenie seniorów i entuzjazm najmłodszych mieszkańców miasta.

W wydarzeniu wzięli udział **sulęcińscy seniorzy oraz uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1 im. Jana Pawła II w Sulęcinie**, którzy pod okiem instruktorów i biologów stworzyli prawdziwe cuda z drewna. Uczestnicy wspólnie wykonali domki i wiaty dla kaczek nad Postomią, domki dla jeży, budki lęgowe i poidelka dla ptaków, hotele dla owadów, ozdobne mini-hoteliki i drewniane dekoracje.

Efekty ich pracy można już podziwiać **przy murach miejskich, wokół Domu Joannitów**, gdzie pojawiły się nowe, estetyczne elementy małej architektury, służące zarówno mieszkańcom, jak i naszym mniejszym braciom – ptakom, owadom i jeżom.

Atmosfera podczas warsztatów była niezwykle ciepła i pełna współpracy. Nie zabrakło śmiechu, rozmów i wspólnej satysfakcji z dobrze wyko-



nanej pracy. To wyjątkowe spotkanie pokazało, jak wiele można osiągnąć, gdy połączy się pokolenia i wspólne działania na rzecz lokalnej przestrzeni.

Organizatorzy apelują, by uszanować powstałe elementy w ramach wspólnie podjętej inicjatywy i dbać o to miejsce. Powstało ono z serca, zaangażowania i pracy wielu osób.



Pomoc Techniczna
dla Funduszy Europejskich



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Warsztaty odbyły się w ramach projektu „Przy murach – Nowa przestrzeń sąsiedzka”, realizowanego przez Gminę Sulęcina oraz Stowarzyszenie Młodych Lubuszan. Projekt dofinansowano z programu „Regiony Rewitalizacji – Edycja 3.0”, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej oraz budżetu państwa.



SOKOWIRÓWKA

SULĘCIŃSKI OŚRODEK KULTURY I BIBLIOTEKA PUBLICZNA

SEZON NA KULTURĘ W PEŁNI !

Jesień w Sulęcińskim Ośrodku Kultury rozpoczęła się pełną dźwięków, wspomnień i dobrej energii. Za nami pierwsze wydarzenia nowego sezonu, które pokazały, że SOK to miejsce, gdzie spotykają się ludzie, pasje i emocje. Wspólne przeżywanie sztuki, rozmowy i muzyka sprawiły, że wrzesień i początek października wypełniły się wyjątkową atmosferą.

Renata Przymyk otworzyła nowy sezon koncertowy

27 września w sali widowiskowej SOK odbyła się uroczysta inauguracja sezonu artystycznego - koncert Renaty Przymyk, artystki, która od ponad trzech dekad zachwyca charyzmą i niepowtarzalnym stylem. Koncert „Babę zesłał Bóg” był niezwykłą podróżą przez muzyczne emocje – publiczność reagowała żywiołowo, śpiewała razem z artystką i nagradzała każdy utwór gromkimi brawami. Wieczór upłynął w atmosferze wzruszenia i wspólnego świętowania, a koncert stał się symbolicznym początkiem nowego Sezonu na kulturę w Sulęcinie.



Pchli Targ i Łobuzy Kultury – jesień w sąsiedzkim klimacie

Zaledwie dzień po koncercie, 28 września, Plac Czarnieckiego zamienił się w tętniący życiem jarmark pomysłów i spotkań. Trzecia edycja Sulęcińskiego Pchlego Targu przyciągnęła mieszkańców w każdym wieku – tych, którzy przyszli kupić, sprzedać lub po prostu spędzić czas w dobrym towarzystwie. Na stoiskach można było znaleźć prawdziwe perełki, a występy solistów Studia Piosenki SOK dodawały wydarzeniu muzycznego uroku. Nie zabrakło też emocji związanych z naszą akcją „Łobuzy Kultury” – tym razem wylosowano dwóch nowych „łobuzów”, którzy dołączyli do grona ambasadorów sulęcińskiej kultury.



RetroGRY 2025 – pikselowa podróż w czasie

Na początku października przenieśliśmy się w czasie - do lat, gdy gry mieściły się na kasetach, a joystick był królem salonu. RetroGRY 2025 po raz kolejny przyciągnęły tłumy miłośników gier i wspomnień, którzy wypełnili sale SOK przez cały weekend. Na wystawie można było zobaczyć legendarne konsole i komputery, a szczególnym powodzeniem cieszyła się Strefa Planszówek, w której rodziny rywalizowały przy grach takich jak Ubongo 3D czy Harry Potter Funkoverse. RetroGRY to wydarzenie, które łączy pokolenia – dzieci poznają historię gier, a dorośli z sentymentem wracają do lat młodości.



Kultura, która łączy i inspiruje

Trzy wydarzenia, trzy różne klimaty – koncert, jarmark i wystawa – a jeden wspólny mianownik: radość bycia razem. Sulęciński Ośrodek Kultury po raz kolejny udowodnił, że kultura to nie tylko sztuka, ale przede wszystkim ludzie, emocje i wspólne przeżycia. Za nami intensywny początek Sezonu na kulturę, ale to dopiero początek! Jesień w SOK zapowiada się bogato, różnorodnie i inspirująco. Dziękujemy, że jesteście z nami i współtworzycie miejsce, w którym kultura ma twarz każdego z Was.



Wrzesień 2025

TWOJE MIEJSCE NA KONCERTY

Jesień w Sulęcińskim Ośrodku Kultury mija pod znakiem muzyki, emocji i wspólnych spotkań. Wraz z koncertem Renaty Przemyk rozpoczęliśmy nowy sezon artystyczny oraz wyjątkową zabawę lojalnościową „Jesień z koncertami w SOK”, która już na dobre rozgrzała publiczność i wypełniła nasze sale pozytywną energią.

Karty koncertowe rozdawane były podczas dwóch pierwszych wydarzeń - koncertów Renaty Przemyk i Internal Quiet. Od tego momentu uczestnicy zbierają naklejki za udział w koncertach, walcząc o muzyczne nagrody i tytuł najbardziej koncertowej publiczności tej jesieni.

Każdy koncert to kolejna okazja, by spotkać się w gronie przyjaciół, odkrywać nowe brzmienia i wspólnie celebrować muzykę na żywo.

Zasady zabawy są proste: każdy koncert to jedna naklejka, a zebranie co najmniej pięciu daje szansę na udział w losowaniu nagród o łącznej wartości blisko dwóch tysięcy złotych. Na zwycięzców czekają bilety i vouchery na koncerty w 2026 roku, płyty, koszulki i muzyczne gadżety. Losowanie odbędzie się 19 grudnia, a uroczyste wręczenie nagród – 27 grudnia, podczas koncertu kończącego rok w Klubie u Bulka.

Jesień w SOK i Klubie u Bulka to czas pełen różnorodnych brzmień, emocji i spotkań z wyjątkowymi artystami. Sala widowiskowa i klubowe wnętrza tętnią życiem, a publiczność tworzy niepowtarzalną atmosferę – ciepłą, bliską i prawdziwie sulęcińską.

Sulęciński Ośrodek Kultury od lat jest miejscem, gdzie muzyka łączy pokolenia. Dziękujemy, że jesteście z nami i wspólnie tworzycie ten wyjątkowy Sezon na kulturę – w Waszym miejscu na koncerty.

25 paź **WSZYSTKIEGO NAJLEPSZEGO**

Wszystkiego Najlepszego – zespół związany z nurtem Krainy Łagodności, od lat 90. łączący poezję śpiewaną z akustycznym brzmieniem i nastrojowymi, melodyjnymi piosenkami. Ich twórczość na stałe wpisała się w krajobraz polskiej sceny poezji śpiewanej.

KLUB U BULKA / SOK , GODZ. 20:00

08 lis **PABLOPAVO i Ludziki**

Pablopavo i Ludziki – zespół dowodzony przez Pawła „Pablopavo” Sołtysa, łączący reggae, rock, folk i miejską poezję, tworząc unikalne opowieści o codzienności, miłości i Warszawie. Grupa od lat koncertuje w całej Polsce, zdobywając uznanie publiczności i krytyków.

KLUB U BULKA / SOK , GODZ. 20:00

14 lis **RETRO GITARY**
Osiecka z Krajewskim

Retro Gitary - projekt muzyczny przypominający największe przeboje Agnieszki Osieckiej i Seweryna Krajewskiego. To koncert pełen melodii i tekstów, które na trwałe zapisały się w historii polskiej piosenki, a nastrojowe aranżacje i klasyczne brzmienia gitar sprawiają, że poruszy zarówno starszą, jak i młodszą publiczność.

SALA WIDOWISKOWA / SOK , GODZ. 20:00

25 lis **WOJTEK MAZOLEWSKI QUINTET**

Wojtek Mazolewski Quintet - jeden z najważniejszych zespołów jazzowych w Polsce, dowodzony przez kontrabasistę i kompozytora Wojtkę Mazolewskiego. Ich koncerty łączą jazz z rockiem, alternatywą i folkem, pokazując, że to muzyka pełna pasji i wolności.

SALA WIDOWISKOWA SOK , GODZ. 20:00

29 lis **JAKUB SKORUPA**

Jakub Skorupa - młody wokalista, gitarzysta i autor tekstów, który szybko zdobywa uznanie na polskiej scenie muzycznej. Jego utwory łączą indie pop, alternatywę i szczere, osobiste teksty, a w krótkim czasie udowodnił, że ma własny, niepowtarzalny styl i ogromny potencjał twórczy.

KLUB U BULKA / SOK , GODZ. 20:00

13 gru **PULL THE WIRE**
+ HAMULEC

Pull The Wire - rockowo-punkowa formacja znana z energetycznych koncertów, ostrego brzmienia i ironicznego humoru, która zyskała fanów autentycznością i sceniczną charyzmą. W Sulęcinie zagrają z supportem – grupą Hamulec.

KLUB U BULKA / SOK , GODZ. 20:00

Sezon na kulturę w Sulęcinie – czas twórczości i wspólnego działania

To zaproszenie do świata twórczej energii, wspólnego działania i inspirujących spotkań. Nadchodzące miesiące będą pełne wydarzeń, warsztatów i zajęć, które pozwolą mieszkańcom rozwijać pasję, odkrywać nowe zainteresowania i spędzać czas w wyjątkowej, artystycznej atmosferze. W programie znajdzie się miejsce zarówno dla miłośników sztuki, teatru i muzyki, jak i dla tych, którzy wolą kameralne rozmowy o książkach czy filmowe seanse. Biblioteka, oprócz bogatej oferty czytelniczej, stanie się przestrzenią kreatywnych spotkań, warsztatów i zajęć literacko-plastycznych. **Z kolei SOK, jak co roku, otworzy swoje drzwi dla uczestników w każdym wieku, oferując możliwość wspólnej nauki, zabawy i rozwijania talentów.**

Nowy sezon to także czas testów i odkryć – aż do końca roku wszystkie zajęcia są bezpłatne, aby każdy mógł sprawdzić, które formy aktywności najbardziej go inspirują. To doskonała okazja, by bez zobowiązań spróbować swoich sił w nowej dziedzinie lub po prostu spędzić czas w gronie ludzi, których łączy pasja do kultury. **Biblioteczne filie w Żubrowie, Ostrowie i Trzemesznie tętnią życiem, oferując ciekawe zajęcia i spotkania dopasowane do potrzeb lokalnych społeczności.** Sulęciński Ośrodek Kultury i Biblioteka Publiczna stają się dzięki temu miejscami otwartymi, przyjaznymi i bliskimi mieszkańcom, a jesień i zima w Sulęcinie zapowiadają się jako czas pełen inspiracji, twórczej energii i wspólnego świętowania 80 lat kultury w naszym mieście.



SEZON NA KULTURĘ

2025/2026

Oferta zajęć Sulęcińskiego Ośrodka Kultury
oraz Biblioteki Publicznej w Sulęciniu

PRZYJDŹ I ZOBACZ, JAK SMAKUJE KULTURA
UWAGA! LICZBA MIEJSC OGRANICZONA!

SEZON NA SZTUKĘ - WARSZTATY PLASTYCZNE

I grupa: 7-12 lat/ pn., godz. 16:00-17:30
spotkanie organizacyjne: 13.10.2025 r.

II grupa: 13-18 lat/ śr., godz. 16:00-17:30
spotkanie organizacyjne: 15.10.2025 r.

RETRO GRY PO GODZINACH

15+/ pt., godz. 18:00-21:00 (raz w miesiącu)
spotkanie organizacyjne: 17.10.2025 r., godz. 18:00

TEATR BA-JAGA

I-III SP/ raz w tygodniu, godz. 16:00-18:00
spotkanie organizacyjne: 17.10.2025 r., godz. 16:00

ZAJĘCIA PRAKTYCZNO-TECHNICZNE

IV-VI SP/raz w miesiącu, godz. 16:00-18:00
spotkanie organizacyjne: 17.10.2025 r., godz. 17:00

KOMIKS JAKI JEST, KAŻDY WIDZI

7-14 lat/ wt., godz. 16:00-17:30
spotkanie organizacyjne: 14.10.2025 r.
14-99 lat/ wt., godz. 17:30-19:00
spotkanie organizacyjne: 14.10.2025 r.

GRUPA TEATRALNO-KABARETOWA TERAZ MY

raz w tygodniu, po 2 godziny

DKK- DYSKUSYJNY KLUB KSIĄŻKI

18+/ raz w miesiącu
szczegółowe informacje w Bibliotece Publicznej

STUDIO PIOSENKI SOK

7-18 lat /pn., śr., pt., godz. 16:00-20:00

SOKINO

1. piątek miesiąca, godz. 20:00

SENIOR- ART (GRUPA ZAMKNIĘTA)

NASZE FILIE:

BIBLIOTEKA W ŻUBROWIE
(zapisy: +48 95 755 33 29)

KREATYWNE CZWARTKI W BIBLIOTECIE
(2. i 4. czwartek miesiąca, godz. 15:30)

SENIOR Z PASJĄ
(1. i 3. środa miesiąca, godz. 15:30)

BIBLIOTEKA W OSTROWIE
(zapisy: +48 95 718 04 61)

BIBLIOTEKA CZEKA

zajęcia literacko - kreatywne dla dzieci
(co 2. wtorek miesiąca, godz. 15:30, start: 30.09.2025r.)

KLUB ROBÓTKOWY

zajęcia kreatywne dla dorosłych
(1. poniedziałek miesiąca, godz. 15:30, start: 06.10.2025r.)

BIBLIOTEKA W TRZEMESZNIE
(zapisy: +48 505 988 266)

AKADEMIA MALUCHA

(co 2. wtorek miesiąca, godz. 16:00)

DO KOŃCA ROKU ZAJĘCIA BEZPŁATNE!
SPRAWDŹ, CO CIĘ PORWIE!

Zapisy oraz szczegółowe informacje
pod numerem tel.: +48 95 755 24 77.

Sulęciński Ośrodek Kultury
ul. Moniuszki 1, 69-200 Sulęcín

SPOTKAJMY SIĘ W BIBLIOTECE!



W górach, gdzie rodzą się historie – spotkanie ze Sławkiem Gortychem

W Bibliotece Publicznej w Sulęcinie odbędzie się spotkanie autorskie ze Sławkiem Gortychem, autorem uznanej Sagi Karkonoskiej - cyklu kryminałów rozgrywających się w tajemniczych Karkonoszach, pełnych legend i mroku. To okazja, by poznać pisarza, który połączył zamiłowanie do gór z literacką pasją, tworząc historie, w których przeszłość przenika teraźniejszość. Podczas spotkania autor opowie o swojej twórczości, inspiracjach i pracy nad serią powieści, która zdobyła serca czytelników w całej Polsce.

Wydarzenie wspiera Leks – Piekarnia i Cukiernia.



16.10.2025 r.



18:00



Wstęp bezpłatny



Noc Bibliotek z Joanną Krzyżanek – magiczna przygoda wśród książek

W Bibliotece Publicznej w Sulęcinie odbędzie się wyjątkowa Noc Bibliotek z udziałem Joanny Krzyżanek, autorki uwielbianych przez dzieci książek o Cecylce Knedelek i wielu innych bohaterach. Spotkanie połączy literacką zabawę z twórczymi warsztatami, podczas których uczestnicy będą mogli posłuchać opowieści, tworzyć i odkrywać świat wyobraźni. To wieczór pełen humoru, inspiracji i dobrej energii, który pokaże, że biblioteka potrafi zmienić się w prawdziwie magiczne miejsce. Wydarzenie odbywa się w ramach ogólnopolskiej Nocy Bibliotek, organizowanej przez Centrum Edukacji Obywatelskiej.



17.10.2025 r.



18:00



Wstęp bezpłatny



Cienie z przeszłości – wieczór z Katarzyną Sztubą-Frąckowiak

W bibliotece Sulęcińskiego Ośrodka Kultury odbędzie się spotkanie autorskie z Katarzyną Sztubą-Frąckowiak, połączone z promocją książki „Szpital Psychiatryczny w Obrzyckach 1904-1945. Cienie z przeszłości”. Publikacja przybliży historię obrzyckiego szpitala - miejsca pełnego tajemnic i ludzkich losów, które przez lata pozostawały w cieniu. Spotkanie będzie okazją do poznania kulis powstawania książki oraz rozmowy z autorką o jej badaniach i inspiracjach. Podczas wydarzenia będzie można również zakupić egzemplarz publikacji.



07.11.2025 r.



17:00



Wstęp bezpłatny



Pluszowy Miś bohaterem dnia !

Światowy Dzień Pluszowego Misia to ciepłe i radosne święto przyjaźni, które przypomina, jak wyjątkowe miejsce w naszym życiu zajmują ukochane pluszaki. Od pokoleń towarzyszą dzieciom w zabawie i codziennych przygodach, pocieszają, gdy jest smutno, i zawsze są gotowe do przytulenia. Tego dnia w bibliotece króluje uśmiech, taniec i dobra zabawa, a każdy miś - mały czy duży - staje się prawdziwym bohaterem. To święto, które łączy pokolenia i przywołuje najcieplejsze wspomnienia z dzieciństwa.



21.11.2025 r.



17:00



Wstęp bezpłatny



www.soksulecin.pl
www.bibliotekasulecin.pl



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



sekretariat@soksulecin.pl
biblioteka@soksulecin.pl



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



ul. Moniuszki 1
69-200 Sulęcín



95 755 24 77
95 755 31 72

www.soksulecin.pl/apka



PKS na naszym terenie ma już 75 lat

23 września w gorzowskim Teatrze im. J. Osterwy odbył się jubileusz 75. lecia Państwowej Komunikacji Samochodowej w Gorzowie Wlkp i 25. lecie funkcjonowania jako spółki pracowniczej. W wypełnionej sali zasiedli Ci, którzy tworzyli historię firmy jak i budowali jej tradycję na przestrzeni lat, i zmian ustrojowych. Byli również przedstawiciele władz samorządowych i rządowych. Był obecny **Zdzisław Szczerbaciuk** – prezes Polskiej Izby Gospodarczej Transportu Samochodowego i Spedycji.

- Gorzowska firma PKS ponad siedem dekad wpisała się w historię miasta i kilku regionów, którym służyła przez pokolenia – powiedział **Krzysztof Częstochowski**, prezes zarządu PKS. Jest to zrozumiałe, pomimo zmieniających się trendów w komunikacji i transporcie, zawsze był i jest najważniejszy pasażer. Jakby nie patrzeć, to

wa-Nysa-Bobr” **Czesława Fiedorowicza**, znaną i cenioną osobą w lubuskim pod wieloma względami, **Krystiana Grabowskiego**, wójta Gminy Pszczew czy **Tomasza Prozorowicza**, starostę sulęcińskiego. Do prezesa kolejka z kwiatami, prezentami i życzeniami sięgała poza teatralną scenę. Występ kwartetu smyczkowego Filharmonii Gorzowskiej, wykonując melodie z motywów filmowych, zwieńczył część oficjalną.

Pokolenia pracowników: kierowców, mechaników, dyspozytorów i wiele innych osób, które swoim zaangażowaniem i profesjonalizmem budowały fundamenty firmy – zostały przedstawione w doskonale opracowanej książce „PKS Gorzów Wielkopolski, 75 lat za kółkiem” której autorami są: **Józef T. Finster** i **Robert Piotrowski**.

Książkę otrzymali wszyscy uczestnicy spotkania. Na 128



Część załogi PT PKS Sulęcina

Odrą i Międzyrzecz. Historie tychże placówek także zostały opisane. Zakup angielskich autobusów Leyland z charakterystycznym tygrysem na masce pozwolił uruchomić linie dalekobieżne.

Kilka ciekawostek fotograficznych z książki jest wartych odnotowania – to zdjęcia przedwojennego Landsbergu nad Wartą i Gorzowa Wielkopolskiego z lat 1945-1950. Pojawiły się pierwsze polskie autobusy Star 52, których ekspozycja w Gorzowie miała 10 sztuk, a następnie autobusy SAN H-01. Pracownicy w służbowych mundurach w czapkach z orzełkiem i logiem firmy na otoku, paradowali w nich także mechanicy. Pierwsza kobieta kierowca – konduktor rozpoczęła pracę w 1998 r. Uruchomiono kursy międzynarodowe w transporcie towarowym i osobowym, np. kursy ekspresowe do Berlina.

Ciekawy jest rozdział dotyczący początku końca transportu towarowego, który rozpoczął się po transformacji politycznej i gospodarczej. Wobec silnej konkurencji nowopowstałych firm spedycyjnych było to do przewidzenia. Podsumowując przeszłość, K. Częstochowski powiedział – Jubileusz jest

rzeczą wspaniałą, wielu z nas, nazwijmy to weteranów, żyje. Dzięki zachowanemu zdjęciom, różnym artefaktom i wspomnieniom mogliśmy wydać znakomitą pozycję książkową. Do jubileuszu przygotowaliśmy się przez ponad rok. Dziś jest czas na refleksję, co jest typowe dla każdego jubileuszu. Z latami zmieniała się komunikacja jak i wymogi pasażerów, i nas samych jako firmy. Kiedyś wo-

żono pasażerów, na początku nie zawsze autobusami. Teraz stawia się na komfort i bezpieczeństwo. Jesteśmy jednym z NAJLEPSZYCH i NAJWIĘKSZYCH PKS-ów w kraju, bo utrzymaliśmy się na rynku po 1 lipcu 1990 r., gdy nastąpiło usamodzielnienie się 237 przedsiębiorstw z czego potem 2/3 upadło.

Obecnie firmą kierują: dr **Bogusław Bukowski** – jako dyrektor zarządzający i **Maria Kiernicka** – jako dyrektor ds. przewozów. Firma zatrudnia blisko 300 pracowników i eksploatuje 180 autobusów, które



Gratulacje i życzenia składane prezesowi PKS Gorzów

rocznie przejeżdżają około 5 mln km, przewożąc miliony pasażerów. Zabezpiecza północną część naszego województwa, skupia się jednak głównie na przewozach szkolnych i obsłudze przewozowej gmin.

Niech zatem zwieńczeniem tekstu będą polskie życzenie kierowcom gorzowskiego PKS – „Szerokiej drogi”. To życzenie bezpiecznej i pomyślnej podróży, zazwyczaj skierowane do kierowców stworzył Sobiesław Zasada ponad 60 lat wstecz. A GORZOWSKI PKS ma już 75 lat i dalej jest młody!

Tekst, fot. i reprodukcje
Lech Malinowski



Odznaczenie korporacyjne wręczane na gali jubileuszowej



Chausson, takie autobusy zakupiono w 1955 r.

PKS zawsze był i jest i będzie częścią tkanki społecznej.

Przedstawiony krótki film ujął historię gorzowskiego PKS-u, czasy współczesne i prognozowane kierunki rozwoju. Wręczone zostały medale „Za długoletnią służbę” nadane przez Prezydenta RP oraz Odznaki Honorowe „Zasłużony dla transportu RP” będące odznaczeniami resortowymi (otrzymał ją m.in. **Krzysztof Grzelczyk** z PT Sulęcina) i Honorowe Odznaki „Za Zasługi dla PKS w Gorzowie” przyznane przez prezesa gorzowskiej firmy (**Danuta Olejnik** z Sulęcina). Prezes **K. Częstochowski** został doceniony za szczególne zapisanie się w historii utworzenia województwa gorzowskiego – „Medalem 50-lecia”.

Wśród obecnych dostrzegłem m.in. Prezydenta Konwentu Euroregionu „Spre-

stronach (formatu A4, w full kolorze, i 25 rozdziałach) przedstawiona została historia w słowie, dokumentach i fotografiach, która budzi zrozumiały szacunek. Wszystko rozpoczęło się 16 stycznia 1946 r. od Dekretu Rady Ministrów o utworzeniu PKS. Później przyszedł czas na powstanie Agencji Towarowej PKS i wreszcie w 1955 r. zakupiono francuskie autobusy Chausson, uruchamiając pierwszą linię komunikacyjną do Zielonej Góry. Zakupiono ciężarówki Praga, Skoda i Star. Powstawały kolejno Placówki Terenowe w Słubicach, Sulęcinie (obecnie kierują nią **Krzysztof Kurałowicz**, na wyposażeniu placówki jest 26 autobusów, zatrudnionych jest 35 osób, w tym 7 opiekunów zajmujących się dowozem dzieci do szkół i przedszkoli), Strzelcach Krajeńskich, Kostrzynie/



Pierwszy polski autobus Star 52 w firmie od 1956 r. było 10 szt.

Zaproszenie dla seniorów 60+ do udziału w projekcie

Stowarzyszenie Młodych Lubuszan z siedzibą w Sulęcinie informuje, że po raz drugi otrzymało dofinansowanie na realizację zadania publicznego pn. „Aktywny Senior - Świadomy Senior”. W ramach projektu, na seniorów 60+ z powiatu sulęcińskiego czekają liczne zajęcia edukacyjne, a także wyjazdy do obiektów kulturalnych, sportowych i edukacyjnych. Zapraszamy do udziału. Szczegóły na plakacie.



STOWARZYSZENIE MŁODYCH LUBUSZAN
z siedzibą w Sulęcinie

zaprasza

SENIORÓW 60+
z powiatu sulęcińskiego

na

BEZPŁATNE ZAJĘCIA EDUKACYJNE
I SPOTKANIA EDUKACYJNO-KULTURALNE
oraz **SPORTOWE**

w ramach projektu „Aktywny senior-świadomy senior - II edycja”

- nordic walking
- wyjazdy do obiektów sportowych
- wyjazdy do obiektów kultury
- szkolenie w zakresie wolontariatu
- warsztaty medytacji uważności
- pierwsza pomoc przedmedyczna
- warsztaty rękodzielnicze
- zajęcia z obsługi komputera
- wyjazdy do obiektów edukacyjnych
- kurs samoobrony

Zajęcia edukacyjne oraz wyjazdy edukacyjno-kulturalne i sportowe organizuje:
Stowarzyszenie Młodych Lubuszan

Zapisy na zajęcia oraz szczegółowe informacje można uzyskać:
pod nr telefonu: 517 573 386 oraz 789 417 349; mailowo: mlodzilubuszenie@gmail.com

Bezpośrednio w siedzibie Stowarzyszenia:
Dom Joannitów w Sulęcinie (I piętro); ul. Młynarska 1, 69-200 Sulęcin



Projekt „Aktywny senior-świadomy senior - II edycja” jest dofinansowany ze środków rządowego programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021-2025; edycja 2025.

Obchody Dnia Sybiraka

Z udziałem pocztów sztandarowych, przedstawicieli Sybiraków, kombatantów, służb mundurowych, delegacji przedszkoli, kościoła, szkół podstawowych i średnich, grona pedagogicznego, jednostek administracyjnych gminy i powiatu, starosty sulęcińskiego i zastępcy burmistrza Sulęcina Iwony Walczak, 17 września przy obelisku Pamięci Sybiraków odbyła się uroczystość z okazji Dnia Sybiraka.

W swoim wystąpieniu zastępca burmistrza Sulęcina Iwona Walczak podkreśliła między innymi:

„...Musimy dołożyć wszelkich starań, aby dramatyczne wydarzenia tamtego okresu przetrwały w pamięci i świadomości kolejnych pokoleń, ponieważ pamięć o przeszłości jest mądrością narodu, dzięki której możliwe jest pielęgnowanie takich wartości jak: honor, godność i odwaga, a ofiara z życia poniesiona przez ofiary Sybiru nie była nadaremna. Cześć i chwała poległym! Niech spoczywają w pokoju!”

W trakcie uroczystości wyżej wymienieni przedstawiciele i delegacje złożyły przy pomniku wiązanek kwiatów i zapaliły znicze.

Podczas obchodów w inscenizacji słono-muzycznej wystąpili uczniowie Szkoły Podstawowej nr1 im. Jana Pawła II z Sulęcina.



Maciek Barden



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 Sulęcin,
ul. Lipowa 80/1

Tel: 730 782 738

HIRUDOTERAPIA: SIŁY NATURY W NOWOCZESNYM WYDANIU

W świecie, w którym stres, szybkie tempo życia i choroby cywilizacyjne coraz częściej dają o sobie znać, rośnie potrzeba sięgania po metody, które nie tylko leczą, ale też przywracają równowagę całemu organizmowi. Jedną z takich terapii jest hirudoterapia, czyli leczenie pijawkami lekarskimi – metoda, która łączy mądrość natury z osiągnięciami współczesnej medycyny.



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

To, co kiedyś było kojarzone z medycyną ludową, dziś wraca w profesjonalnej, certyfikowanej formie. Zabiegi z użyciem pijawek wykonuje się w gabinetach medycznych i rehabilitacyjnych na całym świecie - także w Polsce - a ich skuteczność potwierdzają zarówno pacjenci, jak i lekarze.

NATURALNA ALTERNATYWA DLA ZABIEGÓW LASEROWYCH

Wielu pacjentów borykających się z problemami krążenia, żylakami czy stanami zapalnymi szuka sposobów, które nie wymagają ingerencji chirurgicznej. Hirudoterapia okazuje się tu skuteczną, naturalną alternatywą dla laseroterapii – poprawia kondycję żył i naczyń, pobudza krążenie, redukuje obrzęki i wspiera procesy regeneracji.

Pijawki lekarskie działają na organizm wielowymiarowo, ponieważ ich ślina zawiera ponad 100 biologicznie aktywnych substancji, które wspierają procesy naprawcze, regulują pracę układu krążenia i pomagają usuwać stany zapalne.

JAK DZIAŁA TERAPIA PIJAWKAMI?

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

- rozrzedzają krew i zapobiegają zakrzepom,
- poprawiają mikrokrążenie i dotlenienie tkanek,
- zmniejszają obrzęki i stany zapalne,
- łagodzą ból,
- przyspieszają gojenie ran i regenerację skóry.

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

W JAKICH DOLEGLIWOŚCIACH POMAGA HIRUDOTERAPIA?

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

- układ krążenia:** żylaki, zakrzepica, nadciśnienie, miażdżyca, choroba wieńcowa, profilaktyka udarów,
- obrzęki i zastój limfy:** opuchlizna nóg, obrzęki pooperacyjne i pourazowe,
- układ ruchu:** bóle stawów, kręgosłupa, urazy sportowe, RZS, dna moczanowa,
- neurologia:** udar mózgu, migreny, rwa kulszowa, neuropatie, 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.

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

TRADYCJA, KTÓREJ UFA WSPÓŁCZESNA MEDYCYNĄ

Hirudoterapia to nie relikty przeszłości, lecz potwierdzona naukowo metoda, 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.

UMÓW SIĘ JUŻ DZISIAJ!

Adres: 3-go Lutego, Słońsk

Godziny otwarcia: Poniedziałek-Sobota, 9:00-21:00

Telefon: 572-079-092

Facebook: Medical Kuracja Pijawkami



Festyn w Miechowie

Coroczny festyn rodzinny „Zakończenie lata” odbył się 13 września w sołectwie Miechów. Wśród wielu atrakcji przygotowanych przez organizatorów zaprezentował swój repertuar Zespół Ludowy „Rudniczanki” z Rudnicy w Gminie Krzeszyce oraz gorzowska solistka Jadwiga Puchała.

Odbyła się również loteria fantowa oraz charytatywna sprzedaż festynowych wianków, z którego cały dochód w kwocie 812 złotych został przekazany mamie Pawła Mokrzyckiego, który jest osobą nie w pełni sprawną.

Wśród wielu przygotowanych wyrobów kulinarnych uczestnicy festynu mogli skosztować bigosu, pierogów, kiszonych ogórków, chleba ze smalcem, bułki warzywnej, popcornu, herbaty,

szaszłyków, placków ziemniaczanych ze śmietaną, frytek, zupy grochowej, kawy, napojów chłodzących, jak również wielkich ciast.

Do festynu włączyli się również Strażacy Ochotniczej Straży Pożarnej z Miechowa, stoisko ze słodyczami i napojami oraz rękodzielniczy. Festyn zakończyła zabawa taneczna pod chmurką.

W festynie burmistrza Sulęcina Dari-



sza Ejcharta reprezentowała zastępca burmistrza Iwona Walczak.

Organizatorzy festynu oraz sołtys Miechowa Małgorzata Sienkiewicz serdecznie dziękują Filmie Maszoński Logistice za użyczenie samochodu oraz spon-

sorom: Urszuli i Pawłowi Kaczmarkom, Beacie i Tomaszowi Gredkom, Elianie Bednarczyk, Jakubowi Czechowi, Piotrowi Gondorkowi, Grażynie Golińskiej i Natalii Stasińskiej.

Maciek Barden



**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 Sulęcino

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)



JEZIORO COMO

... moja włoska przygoda - cz. II

Druga część włoskiej przygody — tym razem po spokojniejszym brzegu jeziora Como.

Nie zawsze trzeba zobaczyć wszystko, żeby naprawdę coś przeżyć. Czasem wystarczy zatoczka, mała uliczka i chwilę ciszy, by poczuć, że jest się dokładnie tam, gdzie trzeba.



Tym razem moim miejscem wypadowym i noclegowym była miejscowość Griante. Mała wioska, choć tu, nad brzegiem jeziora, miejscowości łączą się ze sobą, tworząc jeden ciąg klimatycznych uliczek, niewielkich domków, hoteli, restauracji i oczywiście przystani, do których przypływają statki, promy i łódki różnej wielkości.

Małe wędrowki i spacerki zaprowadziły mnie do pięknego kościółka San Martino, a także do miejscowości Menaggio, po której warto się poszpendać, pozaglądać w uliczki i zakamarki, usiąść w mniej zatłoczonej knajpce na kawę.

Kolejny dzień to Mezzegra, Lenno, Ossuccio i Colonno. Spacerki wzdłuż brzegu jeziora Como są bardzo przyjemne, nawet w gorące dni.

Ta część, a raczej ten brzeg, wydaje się spokojniejszy. Nie znaczy to, że nie ma tu turystów — nad Como chyba nie ma miejsca, gdzie ich nie ma — ale mam wrażenie, że wszystko toczy się tu wolniej. Turyści nie „latają” od restauracji do restauracji czy od sklepu z pamiątkami do lodziarni, tylko spacerują, chłonąc atmosferę miejsca.



A może tylko mi się tak wydaje, bo od bardziej uczęszczanych miejsc uciekłem w małe uliczki, w zakamarki — mniej atrakcyjne turystycznie, ale dla mnie ciekawsze, bardziej lokalne, włoskie. Lubię podglądać zaplecza restauracji, gdzie życie toczy się innym rytmem — dostawcy przywożą świeże produkty, kucharze wychodzą na papierosa, by chwilę odetchnąć. Z tyłu panuje artystyczny chaos, ale w tym chaosie jest coś niesamowitego. Z małych okien dobiegają włoskie głosy, wszyscy uwijają się w upale, by jak najszybciej podać spaghetti i pizzę na stoły turystów.

A gdy uciekniesz z dala od deptaków, możesz poczuć prawdziwe życie, takie, które dzieje się tu na co dzień.



Ta strona jeziora również obfituje w atrakcje turystyczne, ale mnie bardziej niż kolejne wille ciekawi przyrodna pizzeria, do której zawsze stoi kolejka. Zamiast spacerować po ogrodach, wolę przyglądać się żółwiom pływającym w zatoczce. Zamiast rejsu statkiem — podpatrywać, jak stary Włoch naprawia i maluje swoją małą łódkę, z której pewnie wędkuje.

Wiezorami spaceruję, gdy cichnie gwar, a ciepłe lampki rozświetlają okna małych knajpek, w których przesiadują miejscowi. Tak lubię zwiedzać.



Doskonałym przykładem takiego zwiedzania jest fakt, że... nie odwiedziłem najbardziej znanej atrakcji tej części Como — Villa del Balbianello w Lenno. To właśnie tu, w ogrodach tej przepięknej willi, kręcono sceny do filmów „James Bond: Casino Royale” i „Gwiezdne wojny: Atak Klonów”. Zwlekałem, zwlekałem... i nie kupiłem biletu. Nie zmartwiło mnie to.

Zamiast tego kupiłem małą butelkę piwa w sklepiku, schowałem się w cichej zatoczce, ściągnąłem buty, a stopy włożyłem do zimnej wody i napajałem się widokiem — spokojną taflą jeziora, słońcem odbitym w falach i ciszą, którą przerywał tylko śmiech z dalekiej knajpki.

Tęskno mi będzie za porankami nad Como, za świtem linii horyzontu i cichym szeptem fal. Ale wiem, że jeszcze tu wrócę — bo Como potrafi oczarować każdego, kto pozwoli sobie na wolny krok i uważny wzrok.



Wizytę w tej części Włoch zakończyłem krótkim spacerem po Bergamo — a dokładniej po jego starej części, do której można wjechać zabytkową kolejką. Górne Miasto (Bergamo Alta) to pajęczyna małych, klimatycznych uliczek, pełnych historii zabytków i kamiennych zaułków.

Na urokliwych rynekczkach — Piazza Vecchia i Piazza del Duomo — życie toczy się w rytmie włoskiej kawy, a między nimi stoją wspaniałe świątynie: Bazylika Santa Maria Maggiore i katedra św. Aleksandra. Całość otaczają XVI-wieczne mury obronne, z których rozciąga się widok zapierający dech. Jeden dzień nie wystarczy, by to wszystko zobaczyć...

JACO tu był...



JACO tu był... / Jacek Filipiek

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.

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

Turniej o Puchar Burmistrza

W hali sportowej I Liceum Ogólnokształcącego im. Adama Mickiewicza w Sulęcinie 13 września odbył się Turniej Piłki Siatkowej o Puchar Burmistrza Sulęcina.

Do rozgrywek zgłosiły się cztery drużyny reprezentujące miasta: Gubin, Piłę, Gorzów Wielkopolski i Sulęcin.

Turniej rozegrano systemem barażowym. Najlepszą drużyną turnieju została Jocker UKS SMS z Piły. Kolejne miejsca zajęły: II miejsce STS Olimpia Sulęcin, III miejsce Volley Gubin i IV miejsce Stilon z Gorzowa Wielkopolskiego.

W imieniu burmistrza Sulęcina Dariusza Ejcharta puchary wręczyła drużynom zastępca burmistrza Iwona Walczak.

Maciek Barden



Drużyna Olimpii Sulęcina

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

**Sulęcin
UL. KILIŃSKIEGO 11**

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



OGŁOSZENIA DROBNE

LOKUM Biuro Nieruchomości w Sulęcinie

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 Sulęcinie
lokal handlowy Sulęcin-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 Sulęcin
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