

lokalny PRZEKRÓJ

z dostawą do domu

KOSTRZYN NAD ODRĄ SŁUBICE GÓRZYCA RZEPIN OŚNO LUBUSKIE CYBINKA

KUPIĘ MOTOCYKLESHL, WSK, WFM, Junak, Simson,
MZ, Komar, Romet, Jawa, NSU
oraz inne...**tel. 726 085 110**

ZAPRASZAMY DO NASZEJ KAWIARENKI NA DWORCU PKP W KOSTRZYNIE - JESTEŚMY OTWARCI 7 DNI W TYGODNIU

Słodka chwila przyjemności czeka właśnie na Ciebie!

W naszej kawiarence kuszą zapachem świeżo pieczone, ciepłutkie domowe drożdżoweczki, przygotowywane z sercem i w przeróżnych smakach: z soczystymi malinami, truskawkami, czekoladą, delikatnym twarożkiem, makiem oraz jabłkami z aromatycznym cynamonem i nie tylko.

Do tego aromatyczna kawusia, pyszne domowe ciasta i rozplywające się w ustach deserki - idealne na chwilę odpoczynku, miłe spotkanie czy słodką przyjemność tylko dla siebie.

U nas pachnie świeżym wypiekiem, kawa smakuje wyjątkowo, a każdy dzień staje się odrobinę słodszy!

Serwujemy również śniadanka oraz coś ciepłego na podróż pociągiem.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY - WPADNIJ DO NAS NA KAWUSIĘ I COŚ PYSZNEGO!

Unilink

LIDER UBEZPIECZEŃ

Znajdziemy dla Ciebie najlepsze ubezpieczenie!

Zapraszamy do nas, do placówki i sprawdź naszą ofertę!

Ubezpieczenia Czyżewscy
tel.: 509 117 603
Kostrzyn nad Odrą
ul. Kopernika 4A, POK. 13
Więcej na: unilink.pl

GABINET PODOLOGIA KOSMETYKA

Sylvia Mazurek

PODOLOGIA

- Malowanie paznokci hybryda (stopy)
- Malowanie paznokci lakier
- Terapia brodawki
- Pedicure kosmetyczny * hybryda
- Pedicure kosmetyczny malowanie lakier
- Opracowanie pięt
- Obcięcie i opracowanie paznokci u stóp
- Rekonstrukcja paznokcia
- Opracowanie pękających pięt/rozpadlin
- Tamponada
- Usunięcie wrastającego paznokcia
- Oczyszczanie paznokci
- Pedicure podologiczny / specjalistyczny
- Założenie klamry
- Konsultacja podologiczna
- Kontrola klamry (przełożenie)
- Terapia każda kolejna brodawka

KOSMETYKA

- Oczyszczanie manualne twarzy
- Henna brwi i rzęs + regulacja
- Henna brwi + regulacja
- Henna brwi
- RFrax Lift Inwazyjny
- Zabieg bankietowy
- Mezoterapia bezigłowa
- RFrax SRF Nieinwazyjny
- Oczyszczanie Wodorowe
- DermaPen
- Eksfoliacja kwasami
- Zabiegi pielęgnacyjne Purles
- Bezbolesne przekłuwanie uszu
- Peeling kawitacyjny + maska
- Depilacja Bikini
- Depilacja Uszu
- Depilacja Nos
- Depilacja Uda
- Depilacja Łydki
- Depilacja Nogi (całe)
- Depilacja Pach
- Depilacja Wąsik

UMÓW SIĘ JUŻ DZISIAJ!
ulica Mickiewicza 22F
66-470 Kostrzyn nad Odrą
575 808 301
www.sylwiamazurek.com

CENTRUM HIPOTECZNE

BEZPŁATNE WSPARCIE
EKSPERTA FINANSOWEGO

Kredyty: hipoteczne, unijne
gotówkowe, firmowe

Pożyczki Hipoteczne

Leasing

Obsługa Prawna

Negocjacje Warunków Finansowych

Kostrzyn nad Odrą, Ul. Sikorskiego 16
C.H Rondo, 1 piętro
malgorzata.pieprzka@lendi.pl
504 037 697

ALAB laboratoria

Punkty Pobrań blisko Ciebie:

- Ponad 3500 badań w ofercie
 - Bez skierowania
 - Wyniki odbierzesz online
- alab.pl

- Kostrzyn nad Odrą**
Osiedle Parkowe 17
otwarty w soboty
- Słubice**
Plac Przyjaźni 23/3
otwarty w soboty

Dziś w numerze:

- Dlaczego baterie nie mogą trafić do kosza** str. 4
- Natura w służbie zdrowiu** str. 7
- Wiadomości gospodarcze** str. 8-9
- 10 lat i pozamiatane!** str. 10
- Ogromny sukces kostrzyńskich piłkarek** str. 13

media electro

BOSCH**PLYTA INDUKCYJNA
PUE63RBB5E**

- Szybkie i czyste gotowanie przy niskim zużyciu energii
- Funkcje ReStart, QuickStart PowerBoost: do 50% szybszego grzania
- Panel sterowania TouchSelect
- 17 poziomów mocy
- Szerokość 60 cm

450 ZŁ TANIEJ!**1099 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 1549 zł

BOSCH**PIEKARNIK
HBG536EB4**

- AutoPilot: 10 automat. programów
- Termoobieg 3D: pieczenie nawet na 3 poziomach
- Funkcja CleanCoating: ułatwia czyszczenie piekarnika
- Funkcja Air Fry z tacą

450 ZŁ TANIEJ!**1599 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 1999 zł

KERNAU**ŁODÓWKA
KFRC 18153.1 NF W**

- Technologia NoFrost
- Precyzyjna temperatura dzięki elektronicznemu pokrętle
- Inwerterowy kompresor zapewniający cichą i energooszczędną pracę
- Wytrzymałe szklane półki z opcją wygodnej regulacji wysokości

200 ZŁ TANIEJ!**1399 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 1599 zł

SAMSUNG**PRALKA
WW90FG3M05AWE0**

- Program Higieniczna Para
- Silnik Digital Inverter
- Funkcja opóźnione zakończenie
- Wyświetlacz LED
- Wsad 9 kg
- Głośność 76 dB(A)

A**400 ZŁ TANIEJ!****1499 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 1899 zł

beko**KUCHNIA
FSE52321DWD**

- Gazowo-elektryczna
- Czyszczenie parowe Simple Steam - ułatwia czyszczenie
- Funkcja Booster - błyskawiczne nagrzanie piekarnika
- Termoobieg - równomierne pieczenie
- Funkcja grill

A**150 ZŁ TANIEJ!****1149 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 1299 zł

gorenje**ZMYWARKA
GV16D9**

- Strefa intensywna dla trudnych zabrudzeń
- Idealnie suche naczynia dzięki TotalDry
- Skuteczny program 60'
- Program automatyczny sam dostosowuje się do załadunku i zabrudzenia

D**100 ZŁ TANIEJ!****1699 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 1799 zł

PHILIPS**TELEWIZOR
50PUS8001/12****50"****UHD
4K****SMART
TV**

- Intuicyjny system Titan OS
- Podświetlenie Ambilight
- obsługa technologii HDR10+
- Dolby Atmos oraz DTS:X
- HDMI x 3 oraz USB x 2

100 ZŁ TANIEJ!**1799 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 1899 zł

BOSCH**FRYTKOWNICA
BEZTŁUSZCZOWA**

- Podświetlane okienko do podglądu potraw
- 7 programów automatycznych
- Technologia smażenia powietrzem przyspiesza pracę nawet o 60%
- Duży kosz 7,2 litra
- Moc 1800 W

50 ZŁ TANIEJ!**509 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 559 zł

Raranson**GRZEJNIK
KONWERTOROWY**

- Płynna regulacja temperatury
- Zabezpieczenie przed przegrzaniem
- Dodatkowy nadmuch powietrza TURBO
- Termostat
- 3 poziomy mocy

PROMOCJA**129 zł**

Najniższa cena z ostatnich 30 dni: 148 zł

**BLACK RED WHITE****1059 zł****oszczędzasz
900 zł**Szafa **Kaspian**
domowa garderoba
w eleganckiej odsłonie
S153 x G56 x W211Komoda **Tetrix**
SxGxW 150 cm x 45 cm x 75,50 cm
Waga 49,5 kg**499 zł****69 zł**Krzesło **Wani**
tapicerowane**STALE
NISKIE
CENY**NA SETKI MEBLI
I DODATKÓWmedia  electro**793 575 525**

ul. Gorzowska 96, 66-470 Kostrzyn nad Odrą

NOWE BOISKO PIŁKARSKIE PRZY UL. NIEPODLEGŁOŚCI KOSTRZYN NAD ODRĄ PODPISAŁ UMOWĘ NA MODERNIZACJĘ OBIEKTU

Miasto zyska nowoczesne boisko piłkarskie. Podpisano już umowę na modernizację obiektu przy ul. Niepodległości, która będzie kosztować ponad 4,5 miliona złotych. Dotychczasową murawę zastąpi nawierzchnia z bezpiecznej dla środowiska, sztucznej trawy, a pierwsze prace budowlane rozpoczną się jeszcze w tym roku.



Oficjalne spotkanie w tej sprawie odbyło się 1 października 2026 roku w Urzędzie Miasta. Kontrakt ze strony Kostrzyna nad Odrą podpisali **burmistrz Andrzej Kunt** oraz **skarbnik Mirella Ławońska**. Wykonawcą inwestycji została wrocławska firma SPORT-TRACK, reprezentowana przez prezes **Anitę Białczewską-Węclewską**. Nadzór nad przebudową z ramienia urzędu objął zastępca burmistrza **Zbigniew Biedulski**.

WYKONAWCA ZAPROJEKTUJE I WYBUDUJE

Inwestycję zaplanowano w formule „zaprojektuj i wybuduj”. Wybrana w przetargu firma bierze na siebie pełną odpowiedzialność za inwestycję. Najpierw przygotuje dokumentację i uzyska niezbędne pozwolenia budowlane, a następnie wejdzie na plac budowy i wykona zaplanowane prace. Przez cały ten czas będzie też czuwać nad poprawnością realizacji projektu.

CO DOKŁADNIE ZMIENI SIĘ PRZY UL. NIEPODLEGŁOŚCI?

Obecne boisko z naturalną trawą przejdzie gruntowną modernizację. Głównym punktem inwestycji jest ułożenie sztucznej trawy z naturalnym wypełnieniem na polu gry o wymiarach 103 m x 63 m. Ponadto wykonawca ma za zadanie:

- Wybudować drenaż oraz zbiornik retencyjny na wodę.
- Zamontować automatyczny system nawadniania oraz piłkochwyty.
- Ustawić zadaszone ławki dla zawodników rezerwowych i kabinę dla noszowych.
- Dostarczyć przenośne bramki oraz specjalną maszynę do konserwacji nowej murawy.

HARMONOGRAM I FINANSOWANIE Z MINISTERSTWA

Koszt całego przedsięwzięcia to dokładnie 4.570.777,40 zł brutto. Miasto pokryje tylko część tej kwoty, ponieważ zdobyło dofinansowanie z Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej, przyznawane przez Ministerstwo Sportu i Turystyki.

Terminy są precyzyjnie określone. Etap projektowy musi zakończyć się do 30 listopada 2026 roku. Z kolei fizyczne prace budowlane wykonawca musi rozpocząć jeszcze przed końcem 2026 roku - był to kluczowy warunek, aby miasto mogło skorzystać z przyznanej dotacji. Cała inwestycja ma zostać sfinalizowana w ciągu 13 miesięcy od dnia podpisania umowy.

NORMY FIFA I DŁUGA GWARANCJA

Zgodnie z umową wrocławska firma daje na wykonane prace 5 lat gwarancji. Po zakończeniu przebudowy nowa murawa przejdzie testy, które wykażą, czy spełnia ona wymogi normy PN-EN 15330-1 lub standardy federacji FIFA. Bezpieczeństwo finansowe miasta zabezpiecza gwarancja ubezpieczeniowa oraz polisa OC wykonawcy opiewająca na co najmniej 4 miliony złotych.

LEPSZE WARUNKI DO TRENINGÓW I MECZÓW

Pierwsze spotkania robocze i prace projektowe, prowadzone w stałym porozumieniu z urzędnikami, ruszą w ciągu najbliższych tygodni. Nowa infrastruktura ma ułatwić codzienne treningi lokalnym sportowcom oraz pozwoli na rozgrywanie meczów w znacznie lepszych warunkach, niezależnie od pory roku czy pogody.

PRACOWNIA PROTETYCZNA DARIUSZ LECH

EKSPRESOWA NAPRAWA PROTEZ ZĘBOWYCH



ulica Jagiellońska 1/3
66-470 Kostrzyn nad Odrą



785 403 224

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

DOPOSAŻENIE ŚCIEŻKI EDUKACYJNEJ W ZUOK W DŁUGOSZYNIE

Zakład Unieszkodliwiania Odpadów Komunalnych w Długoszynie wzbogacił się o nowe, atrakcyjne elementy wspierające edukację ekologiczną. W ramach projektu „Kultura Segregacji”, którego organizatorem jest Organizacja Odzysku Opakowań Rekopol S.A. ścieżka zyskała dwie nowe tablice edukacyjne oraz dwa ławostoły.



Nowa infrastruktura to nie tylko estetyczne, drewniane konstrukcje, ale przede wszystkim przemyślane narzędzia dydaktyczne dla najmłodszych. Przemyślane wykonanie tablic angażuje dzieci motorycznie: obracanie kafelków pozwala odkryć odpowiedź a forma labiryntu motywuje do logicznego myślenia. Wizualizacja procesu ratowania przedmiotów przed trafeniem na wysypisko kształtuje szacunek do rzeczy i promuje proekologiczne postawy w codziennym życiu.

Celowy Związek Gmin CZG-12 w 2026 roku gościł na terenie zakładu ponad 300 dzieci z przedszkoli, szkół podstawowych i innych placówek. Ekolekcje są stałym elementem edukacyjnym ZUOK pozwalającym w prosty sposób przybliżyć sposób gospodarki odpadami w regionie. Grupy zainteresowane taką formą edukacji mogą kontaktować się z **Działem Edukacji Ekologicznej**: dzwoniąc pod numer 95 755 93 71 lub mailowo: edukacja@czg12.pl



BATERIE I URZĄDZENIA Z WBUDOWANYM AKUMULATOREM Dlaczego nie mogą trafiać do kosza?

Powerbank, jednorazowy e-papieros czy zepsuta zabawka elektroniczna na baterie...niewielkie przedmioty, które często lądują w koszu „przy okazji”. Tymczasem właśnie te małe urządzenia elektryczne i elektroniczne coraz częściej stają się przyczyną pożarów w śmieciarek czy sortowni, do których trafiają. Niestety takich zdarzeń jest coraz więcej, a wraz z nimi pojawiają się pożary wywołane właśnie bateriami i akumulatorami.

MAŁE ODPADY WIELKIE KONSEKWENCJE

Nowoczesne baterie, szczególnie litowo-jonowe, są wydajne i powszechne, ale też bardzo wrażliwe na uszkodzenia. W warunkach panujących w śmieciarce czy sortowni, w wyniku zgniatania, nacisku, tarcia, może dojść do zwarcia, przegrzania i samozapłonu. Wystarczy jedna bateria, by zapaliły się odpady wewnątrz pojazdu lub hali. A tego rodzaju elektroodpadów jest mnóstwo, np. jedno- i wielorazowe e-papierosy, świecące dekoracje, lampki solarne a nawet świecąca odzież i buty. Wiele z tych przedmiotów trafia do najbliższego kosza, bo są małe, tanie lub „nie wyglądają groźnie”. Musimy zapamiętać, że bateria ukryta w zabawce czy wkładzie do znicza jest odpadem niebezpiecznym i powinna trafić do specjalnego pojemnika. Prawidłowe postępowanie z bateriami pozwala szybciej przekazać je do recyklingu oraz odzyskać cenne

surowce, takie jak: lit, kobalt czy nikiel. Prawidłowa segregacja to element naszej codziennej odpowiedzialności za wspólne bezpieczeństwo.



GDZIE NALEŻY WYRZUCAĆ BATERIE I ELEKTROŚMIECI:

- Odpady te należy oddawać do wyznaczonych punktów zbiórki, takich jak PSZOK (Punkty Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych).
- Należy korzystać z dedykowanych kontenerów i pojemników przeznaczonych na drobne elektrośmieci oraz zużyte baterie i akumulatory.

SEGREGUJ BATERIE !



SENIORZY O ZDROWIU, PROBLEMACH I AKTYWIZACJI

O najważniejszych wyzwaniach związanych z sytuacją osób starszych oraz postępującym procesie starzenia się społeczeństwa rozmawiano 19 sierpnia 2026 r. w Urzędzie Marszałkowskim w Zielonej Górze.

Członkini Zarządu Województwa Lubuskiego Anna Chinalska spotkała się z przedstawicielami Obywatelskiego Parlamentu Seniorów - **Lubuskiej Delegatury OPS**.

W trakcie spotkania omówiono aktualne potrzeby i problemy seniorów, w szczególności kwestie związane z aktywnością społeczną, dostępem do usług publicznych, ochroną zdrowia, bezpieczeństwem i wykluczeniem społecznym osób starszych. Zwrócono również uwagę na konieczność tworzenia warunków sprzyjających aktywnemu i godnemu starzeniu się oraz zwiększania udziału seniorów w życiu społecznym i obywatelskim.

Istotnym elementem rozmów było określenie kierunków dalszej współpracy pomiędzy środowiskiem senioralnym a samorządem. Omówiono możliwości realizacji inicjatyw i przedsięwzięć skierowanych do osób starszych, a także sposoby wspierania aktywności obywatelskiej i społecznej seniorów.

Rozmawiano również o możliwościach pozyskiwania środków finansowych na działalność oraz realizację projektów na rzecz seniorów, w tym



o dostępnych programach, konkursach i innych formach finansowania. Wskazano na potrzebę współpracy przy przygotowywaniu i realizacji projektów, które mogą przyczynić się do zwiększenia aktywności oraz poprawy jakości życia osób starszych.

Przedstawiono także możliwości wsparcia ze strony samorządu, zarówno w zakresie organizacyjnym i infor-

macyjnym, jak i w miarę dostępnych możliwości finansowych. Podkreślono znaczenie bieżącego dialogu i wzajemnego informowania się o potrzebach, planowanych działaniach i możliwościach współpracy.

Spotkanie było okazją do wymiany doświadczeń, przedstawienia postulatów środowiska seniorów i omówienia konkretnych obszarów, w których moż-

liwe jest podejmowanie wspólnych działań. Ustalono, że współpraca będzie kontynuowana, a kolejne działania będą koncentrowały się na wspieraniu aktywności seniorów, pozyskiwaniu środków na inicjatywy senioralne oraz tworzeniu warunków sprzyjających aktywnemu i godnemu starzeniu się.

W spotkaniu wzięły udział:

- sekretarz województwa lubuskiego **Małgorzata Mizera-Wołowicz**,
- dyrektor Departamentu Infrastruktury Społecznej **Tatiana Janiak**,
- dyrektor Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej **Agnieszka Krzaczkowska**
- kierownik Wydziału Spraw Społecznych w UMWL **Agnieszka Domalewska**.

Ze strony Lubuskiej Delegatury Obywatelskiego Parlamentu Seniorów wzięli udział:

- **Jerzy Jabłoński** - przewodniczący,
- **Irena Szarek** - wiceprzewodnicząca,
- **Urszula Miara** - sekretarz
- **Maria Kolanko** - członek zarządu.

Źródło:

*Małgorzata Tramś-Zielińska/UMWL
Fot. Katarzyna Klimkowska/UMWL*

BRODAWKI NA DŁONIACH I STOPACH DLACZEGO NIE WARTO ICH LEKCEWAŻYĆ

Brodawki wirusowe to częsty problem skóry wywołany przez wirusa HPV. Mogą pojawić się zarówno na dłoniach, jak i stopach, a do zakażenia może dojść przez kontakt z zakażoną skórą lub powierzchniami, na których znajduje się wirus, np. w basenach, szatniach czy siłowniach.

Zmiany nie zawsze powodują dolegliwości, jednak brodawki zlokalizowane na stopach mogą wywoływać ból podczas chodzenia, a na dłoniach utrudniać wykonywanie codziennych czynności. Warto pamiętać, że zakażenie może przenieść się również na inne miejsca skóry, dlatego nie należy brodawek rozdrapywać ani samodzielnie usuwać. Wirus może także przenosić się na inne osoby.

W leczeniu brodawek coraz częściej zwraca się uwagę nie tylko na usunięcie samej zmiany, ale także na reakcję organizmu. Jednym z nowych

kierunków jest wykorzystanie kontrolowanego ciepła, które może wspierać naturalną odpowiedź immunologiczną.

Jeżeli brodawka utrzymuje się przez dłuższy czas, powiększa się lub powoduje dyskomfort, warto zgłosić się na konsultację. Odpowiednia ocena zmiany pozwala dobrać właściwe postępowanie i ograniczyć ryzyko jej rozprzestrzeniania się.



od 12 lat zajmuje się oceną zmian oraz postępowaniem w przypadku schorzeń skóry i paznokci stóp i dłoni.

*Więcej informacji znajdziesz
na Instagramie i Facebook
Podolog Agata Mihułka Kostrzyn nad Odrą*

**OSIEDLE PARKOWE 13, KOSTRZYN NAD ODRĄ
tel. 663 610 676**





POZNAJ PODOPIECZNYCH SCHRONISKA!

zapraszamy do nowej odsłony miejskiej galerii

Kostrzyn nad Odrą wspiera czworonogi przebywające w schronisku „Kolebka Słońca” w Górzycy. W naszej samorządowej galerii zaprezentowaliśmy nowe psy, które z nadzieją wyczekują odpowiedzialnych i troskliwych opiekunów.



Galeria powstała po to, aby przybliżyć sylwetki zwierząt mieszkańcom Kostrzyna nad Odrą i ułatwić im podjęcie tej ważnej, życiowej decyzji. Serdecznie zachęcamy do odwiedzenia strony internetowej miasta i zapoznania się z aktualną bazą. Każda fotografia została opatrzona opisem psa. Dzięki temu mogą Państwo bliżej poznać tych uroczych podopiecznych i udać się do Górzycy z myślą o konkretnym czworonożnym przyjacielu.

Wirtualna galeria „Kto tu merda” udowadnia, że za każdym spojrzeniem zza schroniskowych krat kryje się niezwykła historia i serce gotowe do wielkiej miłości. Codziennosc w górzycyjskiej placówce upływa na chwilach radości na wybiegach i profesjonalnej opiece. Niemniej jednak, nawet najlepsze warunki bytowe i pełna miska nie zastąpią tego, co najważniejsze - własnego domu oraz ciepła ludzkiej dłoni po długim, wspólnym spacerze.

PROCEDURA ODPOWIEDZIALNEJ ADOPCJI: KROK PO KROKU

Adopcja to zobowiązanie na wiele lat, dlatego cały proces w schronisku „Kolebka Słońca” przebiega w sposób starannie przemyślany:

- **Rozmowa i ankieta:** Pierwszym etapem jest wywiad przedadopcacyjny z pracownikiem schroniska, co pozwala optymalnie dopasować temperament psa do Państwa stylu życia.
- **Wspólne spacer:** Przed podjęciem ostatecznej decyzji wymagane są co najmniej dwa spaceru zapoznawcze w obecności pracownika placówki. To kluczowy czas na zbudowanie pierwszej więzi.
- **Formalności:** Proces ten wieńczy podpisanie oficjalnej umowy adopcyjnej.
- Warto dodać, że w szczególnych, uzasadnionych przypadkach procedura ta może zostać zmodyfikowana.

ORGANIZACJA WIZYTY W SCHRONISKU

Schronisko, prowadzone przez Fundację Pro-Animale, jest otwarte dla odwiedzających codziennie (również w dni świąteczne) w godzinach 13:00 - 15:00. **Ważna informacja:** Prosimy o uwzględnienie przerw technicznych przeznaczonych na karmienie zwierząt, podczas których wstęp na teren placówki nie jest możliwy (w godzinach 9:30-11:30 oraz 15:30-17:30).

Gorąco zapraszamy do odwiedzenia witryny miejskiej www.kostrzyn.pl, wejścia w zakładkę z galerią „Kto tu merda” i bliższego poznania naszych czworonożnych mieszkańców. Państwa dom może stać się bezpieczną przystanią, na którą te zwierzęta czekają z tak wielką nadzieją.

Zapraszamy do zapoznania się z profilami psów na stronie www.kostrzyn.pl



S K L E P M E D Y C Z N Y

**Oferujemy sprzedaż i wynajem sprzętu medycznego:
łóżka rehabilitacyjne, koncentratory tlenu,
aparat do kompresji przeciwozrękowej
wózki, balkoniki i inne**

- sprzęt rehabilitacyjny
- kule, balkoniki, wózki inwalidzkie elektryczne,
- krzesła prysznicowe i toaletowe, nasadki podwyższające
- pieluchomajtki, artykuły stomijne, sanitarne i przeciwżyłakowe
- materace i poduszki, poduszki ortopedyczne i lędźwiowe,
- masażery, lampy Solux, inhalatory, ciśnieniomierze, termometry
- odzież medyczna, obuwie dla diabetyków, wkładki ortopedyczne, skarpety zdrowotne,

KOSTRZYN NAD ODRĄ, ul. Adama Mickiewicza 39

DĘBNO, ul. Tadeusza Kościuszki 17

KONTAKT: tel. 95 752 19 34; kom. 513 045 556; e-mail: med-life@wp.pl

GODZINY OTWARCIA: poniedziałek-piątek 9-17; sobota 9-14

REFUNDACJA
NFZ



PONAD 100 NATURALNYCH SUBSTANCJI W JEDNYM ZABIEGU

Dlaczego warto zaufać hirudoterapii i pijawkom lekarskim?



Czy wiesz, że ślina pijawki lekarskiej to jedno z najbardziej wszechstronnych, naturalnych laboratoriów na świecie? Podczas jednego zabiegu do organizmu trafia ponad sto bioaktywnych związków, które działają jak naturalny zastrzyk witaminy. To właśnie ta unikalna mieszanka sprawia, że osoby zmagające się z codziennym bólem i dolegliwościami tak szybko odczuwają wyraźną ulgę.

W JAKICH OBSZARACH ZABIEG PRZYNOSI NAJLEPSZE EFEKTY?

1. Naturalne rozrzedzenie krwi i ochrona naczyń

Najcenniejszym składnikiem jest hirudyna - jeden z najsilniejszych naturalnych antykoagulantów. Wspomaga zapobieganie powstawaniu zakrzepów, poprawia płynność krwi i wspiera profilaktykę przeciw odkładaniu się blaszek miażdżycowych. Dzięki temu hirudoterapia znajduje zastosowanie wspomagające u osób z: miażdżycą, nadciśnieniem, chorobą wieńcową, żylakami, hemoroidami, zaburzeniami krążenia obwodowego.

Poprawa mikrokrażenia ma szczególne znaczenie również u osób z cukrzycą (zwłaszcza przy tzw. stopie cukrzycowej), gdzie niedokrwienie oraz trudności w gojeniu ran stanowią duże wyzwanie dla organizmu.

2. Dyskomfort bólowy i stany zapalne pod kontrolą

Substancje takie jak bdeliny i egliny działają jak naturalne środki łagodzące stany zapalne i dolegliwości bólowe.

Dlatego hirudoterapia jest chętnie wybierana jako wsparcie m.i.n przy mianach zwyrodnieniowych stawów, reumatoidalnym zapaleniu stawów (RZS), dnie moczanowej, bólach kolan i ich nawracających obrzękach, stanach zapalnych ścięgien, bólach kręgosłupa i rwie kulszowej.

Łagodzenie stanów zapalnych często przekłada się na poprawę ruchomości stawów oraz wyraźną redukcję porannej sztywności.

3. Lepsze krążenie - ulga dla zatok, głowy i układu nerwowego

Dzięki enzymowi hialuronidazie tkanki stają się bardziej przepustowe, a przepływ krwi i limfy ulega poprawie. Ma to ogromne znaczenie nie tylko w obrębie kończyn, ale również głowy.

Hirudoterapia bywa stosowana wspomagająco przy: przewlekłych zapaleniach zatok, migrenach i napięciowych bólach głowy, stanach po udarze, neuropatiach.

Lepsze ukrwienie i zmniejszenie obrzęków tkanek często pomagają ograniczyć częstotliwość i intensywność bólów głowy.

4. Obrzęki, zastój limfy i regeneracja tkanek

Poprawa odpływu żylnego i limfatycznego sprawia, że zabieg jest pomocny u osób z: obrzękami kończyn i kolan, zastojem limfy, trudno gojącymi się ranami, owrzodzeniami i bliznami pooperacyjnymi.

5. Układ pokarmowy i narządy wewnętrzne

Zabiegi stanowią również wartościowe wsparcie przy: chorobach prostaty, wrzodach żołądka i dwunastnicy.

Warto wiedzieć: Zabieg stymuluje również wydzielanie endorfin - naturalnych hormonów poprawiających samopoczucie. Dzięki temu wspiera redukcję stresu, rozluźnienie organizmu oraz sprzyja głębszemu, lepszemu senowi.

JAK WYGLĄDA ZABIEG? BEZBOLEŚNIE I W PEŁNI KOMFORTOWO

Często największym wyzwaniem jest sam lęk przed nieznanym - zupełnie niepotrzebnie! Przebieg zabiegu jest niezwykle prosty i bardzo delikatny dla pacjenta:

Precyzyjne przystawienie: Po wstępnej konsultacji terapeuta wybiera odpowiednie, biologicznie aktywne punkty na ciele i przystawia pijawkę.

Bezbolesne działanie: W momencie przyłożenia odczujesz jedynie delikatne, chwilowe uszczypnięcie (jak uszczypnięcie komara). Ślina pijawki natychmiast uwalnia naturalne substancje znieczulające, dzięki czemu cały proces jest całkowicie bezbolesny.

Biochemiczny zastrzyk zdrowia: Pijawka delikatnie pobiera niewielką ilość krwi, wprowadzając w zamian cenny koktajl ponad 100 bioaktywnych związków.

Naturalny koniec i profesjonalny opatrunek: Gdy pijawka wykona swoją pracę i nasyci się, sama delikatnie odpada od skóry. Na koniec miejsce zabiegu zostaje zabezpieczone sterylnym, chłonnym opatrunkiem.

KURACJA PIJAWKAMI

Pomóż sobie i bliskim

WSKAZANIA

- Nadciśnienie ✓
- Hemoroidy ✓
- Miażdżycy ✓
- 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

Pn-Sb 9:00-21:00

BEZPIECZEŃSTWO PODCZAS ZABIEGU

100% Higieny i sterylności: W gabinecie stosowane są wyłącznie pijawki pochodzące z certyfikowanych, sterylnie prowadzonych hodowli laboratoryjnych. Każda z nich używana jest jednorazowo i po zabiegu trafia do bezpiecznej utylizacji.



Dla osób starszych lub mających problemy z poruszaniem się istnieje możliwość przeprowadzenia zabiegu w domu pacjenta!

MEDICAL - KURACJA PIJAWKAMI

TELEFON: 572-079-092

GODZINY OTWARCIA: PON – SOB: 9:00 – 21:00

ADRES: SŁOŃSK

Zapraszamy do kontaktu!

PIERWSZY STREFOWY BUSINESS MIXER POŁĄCZYŁ PRZEDSIĘBIORCÓW K-S SSE S.A.

W Ośrodku Muzealno-Edukacyjnym Parku Narodowego „Ujście Warty” w Słonsku odbyła się 24 września 2026 r. pierwsza edycja Strefowego Business Mixera Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A. W wydarzeniu uczestniczyło 16 firm, których przedstawiciele podczas prezentacji i bezpośrednich rozmów poszukiwali nowych klientów, dostawców i partnerów biznesowych.

Główne założenia projektu przedstawili Wiceprezes Zarządu K-S SSE S.A. **Magda Hilszer** oraz Członek Zarządu **Antoni Sołtys**. Celem inicjatywy jest lepsze poznanie potencjału przedsiębiorstw działających w Strefie, ich ofert, potrzeb i planów rozwojowych, a także tworzenie warunków do podejmowania wspólnych przedsięwzięć.

Spotkanie prowadziła **Iwona Sztuka**, Zastępca Dyrektora Marketingu K-S SSE S.A. Każda z 16 firm zaprezentowała swoją działalność, ofertę, aktualne potrzeby biznesowe i kierunki rozwoju. Po części prezentacyjnej odbyły się rozmowy służące wymianie doświadczeń, nawiązywaniu kontaktów i rozpoznawaniu możliwości współpracy w ramach strefowej społeczności.

W wydarzeniu uczestniczyły: ICT Poland Kostrzyn nad Odrą, Preston Packaging, Perceptus Sp. z o.o., Rolnicza Spółdzielnia Produkcyjna w Rzecku, TPV Displays Polska, Promet Cargo, HMP Heidenhain Microprint Polska Sp. z o.o. w likwidacji, Biuro Plus Krępa sp. j., Best-Trans Sp. z o.o., Beyond.pl, APVACUUM, RCE Automatyka Iwicki Sp. j., J&P Rogowscy - mobilne usługi administracyjno-biurowe, Nordic Fastening Group oraz Panattoni Poland.

Program uzupełniły wystąpienia przedstawicieli Lubuskiego Klastra Metalowego, który zaprezentował korzyści wynikające z członkostwa w klastrze, oraz Michała Goska, dzielącego się praktyczną wiedzą podatkową. W organizację wydarzenia włączył się również Zielonogórski Integrator Biznesowy. Partnerami spotkania byli Panattoni Poland i Stal Gorzów.

Pierwsza edycja Business Mixera pokazała, że bezpośrednie spotkania przedsiębiorców mogą stać się skutecznym narzędziem budowania relacji gospodarczych w obrębie K-S SSE S.A. Kolejna odsłona wydarzenia ma przyjąć bardziej praktyczną formułę, opartą na prezentacjach produktów i usług firm działających w Strefie.



MSPO 2026: TECHNOLOGIE, PARTNERSTWA I NOWE MOŻLIWOŚCI WSPÓŁPRACY

Przedstawiciele Kostrzyńsko-Słubickiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej S.A. uczestniczyli w otwarciu 34. Międzynarodowego Salonu Przemysłu Obronnego MSPO 2026 w Kielcach. Wydarzenie zgromadziło 1209 wystawców z 43 krajów oraz 60 oficjalnych delegacji zagranicznych.

K-S SSE S.A. reprezentowali Prezes Zarządu **Tomasz Pisarek**, Członek Zarządu **Antoni Sołtys** oraz **Iwona Sztuka**, Zastępca Dyrektora Marketingu. Wizyta była okazją do rozmów o nowych technologiach, inwestycjach oraz współpracy badawczo-rozwojowej.

Delegacja spotkała się z przedstawicielami WB GROUP, holenderskiej misji gospodarczej oraz Ambasadorem Królestwa Niderlandów w Polsce **Jennesem de Molem**. Rozmowy dotyczyły rozwoju biznesu, współpracy z firmami sektora obronnego i dual-use oraz możliwości lokowania inwestycji w zachodniej Polsce.

Ważnym punktem wizyty było również spotkanie z Tomaszem Mackiewiczem z Łukasiewicz - Poznańskiego Instytutu Technologicznego. Jego efektem ma być wspólne wydarzenie prezentujące przedsiębiorcom strefowym możliwości współpracy z Instytutem i wdrażania innowacyjnych rozwiązań.

Udział w MSPO 2026 umożliwił K-S SSE S.A. połączenie prezentacji potencjału inwestycyjnego regionu z budowaniem relacji, które mogą zaowocować nowymi projektami technologicznymi i gospodarczymi



WIEDZA DLA BIZNESU - CYKL KWARTALNYCH SZKOLEŃ K-S SSE S.A.

Kostrzyńsko-Słubicka Specjalna Strefa Ekonomiczna S.A. zorganizowała w Poznaniu, Szczecinie i Zielonej Górze cykl kwartalnych szkoleń dla przedsiębiorców. Spotkania zgromadziły liczne grono uczestników zainteresowanych zmianami wpływającymi na działalność firm korzystających ze wsparcia w ramach Polskiej Strefy Inwestycji.

Poszczególne spotkania otworzyli przedstawiciele K-S SSE S.A. w Poznaniu uczestników powitała Wiceprezes Zarządu **Magda Hilszer**, w Szczecinie Dyrektor Działu Marketingu **Andrzej Kail**. Szkolenie w Zielonej Górze zainaugurowali Członek Zarządu **Antoni Sołtys** oraz Zastępca Dyrektora ds. Marketingu **Iwona Sztuka**. W wystąpieniach otwierających przedstawiono najważniejsze zmiany legislacyjne i bieżącą działalność spółki i podsumowano pierwszą edycję Strefowego Business Mixera.

Główną część merytoryczną cyklu poprowadzili eksperci Deloitte Polska: **Krzysztof Szymaniak**, **Agnieszka Szczotkowska**, **Anna Jaroszewicz-Gałwa**, **Magdalena Kwiatkowska** i **Justyna Kobek**. Omówili zasady rozliczania zwolnienia podatkowego w ramach Polskiej Strefy Inwestycji, obowiązki sprawozdawcze i dyskontowanie

środków. Przybliżyli również najnowsze orzecznictwo i planowane zmiany w przepisach.

Program spotkania w Poznaniu uzupełniło wystąpienie Krystyny Skaczkowskiej-Rychlewskiej z Agencji Rozwoju Przemysłu S.A., która zaprezentowała instrumenty finansowe oraz możliwości wsparcia dostępne dla przedsiębiorstw.

Wysoka frekwencja podczas wszystkich trzech szkoleń oraz aktywny udział uczestników w dyskusjach potwierdziły duże zapotrzebowanie przedsiębiorców na aktualną, praktyczną wiedzę i bezpośredni kontakt z ekspertami. Cykl stworzył także przestrzeń do wymiany doświadczeń i rozmów o wyzwaniach związanych z prowadzeniem działalności w ramach Polskiej Strefy Inwestycji.



„WIOSKA DLA ZIEMI” PO RAZ TRZECI W STAROŚCINIE



W dniach 11–12 września 2026 roku Technikum Leśne im. prof. Jana Miklaszewskiego w Staroście po raz trzeci gościło „Wioskę dla Ziemi”. Wydarzenie w Puszczy Rzepińskiej połączyło edukację przyrodniczą, ekologię i promocję regionu z obchodami 70-lecia szkoły.

Program obejmował stoiska poświęcone leśnictwu i ochronie przyrody, warsztaty, eksperymenty, prezentacje oraz rozmowy z ekspertami. Jubileusz był również okazją do przypomnienia dorobku placówki i jej roli w kształceniu kolejnych pokoleń specjalistów.

K-S SSE S.A. objęła wydarzenie patronatem i zaprezentowała swoją działalność na stoisku odwiedzanym przez uczniów, gości i przedstawicieli instytucji. Podczas uroczystości Strefę reprezentował **Antoni Sołtys**, Członek Zarządu K-S SSE S.A., który odczytał list gratulacyjny w imieniu Zarządu Spółki.

10 LAT i POZAMIATANE!

Jubileusz Grupy Progress, skupiającej blisko 100 osób odbył się 12 września w obiektach Agroturystyki "Pod Akacją" w Starym Dworze w Gminie Bledzew. Zanim rozpoczęto oficjalnie imprezę godów cynkowych lub aluminium (bo tak się to określa w związku wiadomo jakim) właściciele firmy zawieźli autokarem pracowników i gości nad kanał w rzeczonoj miejscowości, gdzie przy jednym z dwóch czynnych mostów obrotowych Międzyrzeckiego Rejonu Umocnionego z czasów ostatniej wojny, czekał przewodnik. Była to nie lada atrakcja zobaczyć, uruchomić obrotowe przęsło i być podczas obrotu na nim. Pogoda dopisała, humory także, a przekaz słowny przewodnika zostanie zapamiętany.



Przerobiona stodoła na wspaniały lokal użytkowy, z zachowanymi w konstrukcji dźwigarami, i krokami tworzącymi nastrój była przygotowana na przyjęcie wszystkich, którzy zasiedli na ławach przy suto zastawionych stołach.

Właściciele **Kamila i Adam Piotrowscy** serdecznie powitali obecnych, ciesząc się, że mogli się spotkać w takim gronie współpracowników. Nie mogło zabraknąć wystąpienia Najważniejszych. Rezolutnie Kamila scedowała to na męża. Tenże zaczął bardzo oficjalnie: - *Kiedy zaczynaliśmy 10 lat temu, chyba nikt nie zakładał, że dojdziemy do miejsca, w którym jesteśmy dzisiaj. A dzisiaj Grupa Progress o prawie 100 osób, mnóstwo obsługiwanych obiektów, kilometry dróg i chodników, hektary zieleni i tysiące godzin pracy - często wtedy, kiedy inni jeszcze śpią albo już dawno są w domu. Przez te 10 lat sprzątaliśmy, kosiliśmy, grabiliśmy, sadziliśmy, odśnieżaliśmy, walczyliśmy z liśćmi, chwastami, błotem i śniegiem. Bywało, że śnieg spadł dokładnie wtedy, kiedy absolutnie nie powinien. Bywało też, że nie spadł wtedy, kiedy byliśmy na niego przygotowani najlepiej. W tym miejscu nieco szelmowski uśmiech szefa była skwitowany oklaskami.*

Firma kupowała kolejne maszyny, zdobywała nowe kontrakty, wygrywała przetargi, bywało że coś przegrywała. Z popełnianych błędów wyciągano wnioski i wdrażano je w realizację. Z czasem Firma bardzo się wielokierunkowo zmieniała. Za wyjątkiem jednej rzeczy - Bez ludzi nie ma firmy, pracowników którzy potrafili właściwie eksploatować sprzęt, który stale jest modernizowany. Można wygrywać nawet duże kontrakty, jednak na końcu otrzymanego zlecenia stoi człowiek, który rano przychodzi do pracy i robi swoje.

Właśnie za to, tym którzy pracują w Grupie Progress niemalże od początku, jak i tym którzy dołączyli niedawno, pracownikom w terenie, brygadzistom, kierowcom, operatorom maszyn, osobom sprzątającym i tym, którzy organizują całą tę pracę - Kamila i Adam złożyli serdeczne podziękowania puentując słowami - *Każdy z Was dołożył swoją część do tego, gdzie dzisiaj jesteśmy.*

Podczas jubileuszu słusznym odniesieniem było zaznaczenie, że przez te 10 lat nie zawsze było łatwo, bo nie było. Były trudne kontrakty, telefony o dziwnych godzinach, awarie, braki ludzi, pandemia, nagle zmiany i sytuacje, w których trzeba było po prostu zakasać rękawy i zrobić robotę. A jednak Firma przetrwała i obecnie śmiało można rzec, że wspólną pracą zbudowano solidną Grupę Progress. I to jest powód do dumy.

Oklaski i toasty to standard takiej uroczystości. Rodzi się pytanie: **Gdzie będzie Firma za kolejne 10 lat?** Szefostwo zapewniło, że będą więksi, silniejsi poprzez dalszą modernizację sprzętu i zdobywaniem ciekawszych kontraktów. A to zapewne możliwe będzie przy wsparciu pracowników, na których można liczyć. Były wyróżnienia wręczone brygadzistom, co jest formą uznania właściwego kierowania małymi zespołami w terenie.

Jubileusz to świętowanie przy biesiadnych stołach. Tradycyjny tort z racami ogniowymi to standard. Był dzik pieczony w cieście to tradycyjne, niezwykle efektowne danie kuchni myśliwskiej (nie jest tajemnicą, że został "położony" strzałem ze sztucera przez Adama Piotrowskiego, współwłaściciela firmy, który poluje i wędkuje). Pieczony w otoczce z ciasta chlebowego pozwala zatrzymać wszystkie soki wewnątrz, dzięki czemu dziczyzna nie wysycha i staje się krucha. Pychota, do której trzeba było odstać w kolejce. Smakowite jadlo na stołach i Wiejskim Stole oraz muzyka i różne napoje było bodźcem do wspaniałej zabawy, która trwała do piania pierwszych kogutów i wówczas zgodnie z dewizą Grupy Progress - było POZAMIATANE.

Gwoli kronikarskiego obowiązku przypomnę, że Grupa Progress jest również wydawcą trzech mutacji miesięcznika "Przekrój Lokalny", który ukazuje się na terenie powiatu sulcińskiego, w zachodniej części dawnego województwa gorzowskiego oraz terenie powiatu międzyrzeckiego.

Lech Malinowski
„Przekrój Lokalny” - mutacja C

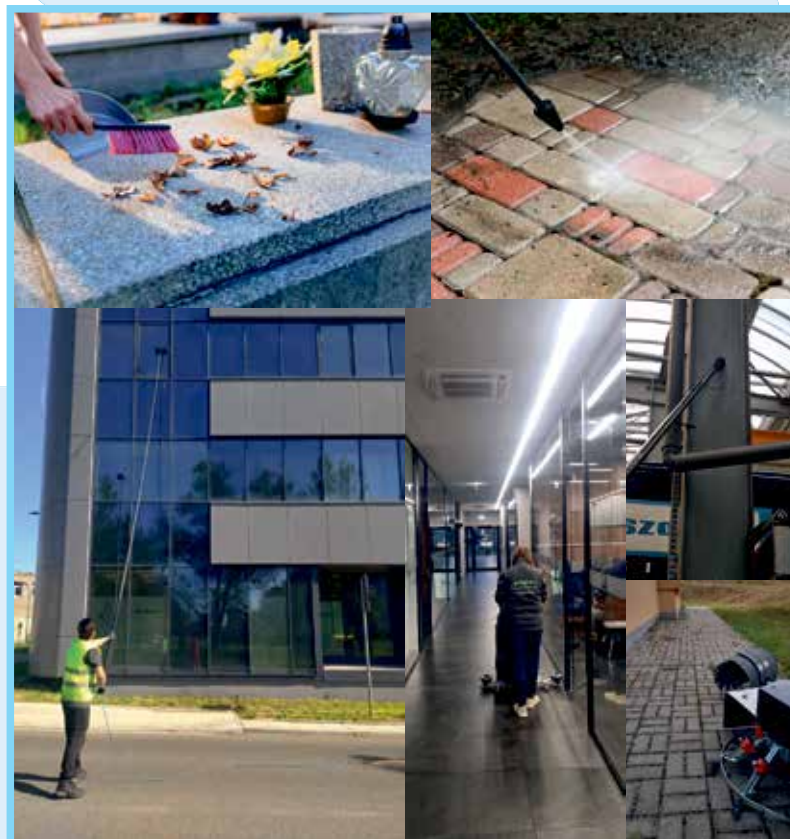


progress

cleaning & garden

CLEANING

- sprzątanie biur i obiektów przemysłowych
- sprzątanie klatek schodowych
- opieka nad grobami
- czyszczenie i konserwacja kostki brukowej
- mycie okien i elewacji wodą demineralizowaną
- odkurzanie hal przemysłowych na wysokości



GARDEN

- ◆ koszenie trawników, dużych powierzchni płaskich (również farmy fotowoltaiczne), boisk sportowych
- ◆ wykaszanie zboczy, rowów, nieużytków
- ◆ wertykulacja i aeracja trawników
- ◆ cięcie żywopłotów
- ◆ zrabkowanie gałęzi
- ◆ sprzątanie terenów wspólnot i spółdzielni mieszkaniowych



Sulęcín, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 4, tel. +48 511 225 133 www.progress24.eu

Zadzwoń! Bezpłacie przygotujemy ofertę!



LEKKOATLETYCZNE PODSUMOWANIA KKL KOSTRZYN NAD ODRĄ



BIEGI PRZEŁAJOWE W SŁOŃSKU

Kostrzyńscy biegacze zdominowali biegi przełajowe w Słońsku, 18 medali dla KKL Kostrzyn nad Odrą to ogromny sukces. W dniu 26 września 39 osobowa ekipa kostrzyńskich biegaczy KKL Kostrzyn nad Odrą pod opieką 4 trenerów udała się do Słońska na **Biegi przełajowe im. Roberta Bartka**. Pogoda dopisała znakomicie, a organizatorzy stanęli na wysokości zadania bardzo dobrze przygotowując trasy biegowe. O godzinie 10:00 nastąpiło otwarcie biegów a rywalizację sportową rozpoczęły najmłodsze dzieci w wieku 3-4 lat, następnie biegali 5-6 latkowie a później odbyły się biegi klas od 1 do 8 na dystansach od 250 m do 1,8 km, a cała imprezę zakończył bieg otwarty na dystansie 1,8 km. Sukcesem tej imprezy były nie tylko medale, których kostrzyńscy biegacze zdobyli przysłowiowy „worek”, ale przede wszystkim ilość dzieci jaka wzięła udział w rywalizacji, 39 startujących w biegach przełajowych na tej niełatwej trasie i dosyć długich dystansach to naprawdę coś wielkiego.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom sobotnich biegów, byliście dziś naprawdę fantastyczni, każdy kto stanął na starcie i ukończył bieg był zwycięzcą. Gratulujemy wszystkim, już 17 października kolejne zawody biegowe.

Zawodnicy KKL Kostrzyn nad Odrą wywalczyli: 10 złotych, 5 srebrnych oraz 3 brązowe medale.

FINAŁ KRAJOWY BIEGÓW PRZEŁAJOWYCH

26 września w Inowrocławiu dwie zawodniczki KKL Kostrzyn nad Odrą reprezentowały województwo lubuskie podczas finałów biegów przełajowych. Była walka, emocje i przede wszystkim kolejne cenne doświadczenie zdobyte na ogólnopolskiej arenie!

Maja Piasecka (U14) Dystans: 1700 m - 3. wynik wśród zawodniczek województwa lubuskiego. Maja już na samym początku biegu zaliczyła upadek, który mocno skomplikował jej rywalizację. Mimo tej sytuacji nie odpuściła i walczyła do samego końca.

To właśnie pokazuje sportowy charakter - upaść, podnieść się i walczyć dalej!

Vitalina Liutko (U12) Dystans: 1100 m - piąta zawodniczka z kadry województwa lubuskiego.

Szczególnie cieszy fakt, że obie nasze zawodniczki są młodsze w swoich kategoriach wiekowych! To oznacza, że mierzyły się z zawodniczkami starszymi od siebie, zdobywając niezwykle wartościowe doświadczenie, które z pewnością zaprocentuje w kolejnych startach. Gratulacje za walkę, zaangażowanie i godne reprezentowanie naszego klubu oraz województwa lubuskiego!

Podziękowania również dla naszej trenerki **Klaudii Kobydeckiej**, która jako opiekun kadry województwa wspierała nasze zawodniczki podczas zawodów.



OGÓLNOPOLSKI FINAŁ LEKKOATLETYCZNYCH NADZIEI OLIMPIJSKICH W DWUBOJU

19 września Vitalina Liutko reprezentowała KKL Kostrzyn nad Odrą oraz województwo lubuskie w finałach dwuboju w Chorzowie. Vitalina zakończyła swój start na 22 miejscu w kraju uzyskując następujące wyniki:

- bieg na 600 m - 2:14.26,
- rzut piłeczką palantową - 28 m.

To ogromne doświadczenie i kolejny piękny krok w jej lekkoatletycznej przygodzie. A sportowych emocji w Chorzowie było jeszcze więcej! Dzień przed swoim startem Vitalina miała okazję kibicować lekkoatletom podczas Memoriału Janusza Kusocińskiego i z bliska oglądać czołowych polskich lekkoatletów.



EVENT LEKKOATLETYCZNY „ZACZNIJ OD LEKKIEJ”

Po raz trzeci w Kostrzynie nad Odrą w dniu 15 września odbył się Event Lekkoatletyczny „ZaczniJ od lekkiej”.

Dzięki staraniom KKL Kostrzyn nad Odrą, MOSiR Kostrzyn nad Odrą a przede wszystkim przychylności dyrektora SP 2 Kostrzyn nad Odrą **Ewy Buksik** impreza ta odbyła się po raz kolejny na obiektach SP 2.

Pogoda sprzyjała zarówno organizatorom jak i uczestnikom. W wydarzeniu wzięło udział blisko 120 uczniów kostrzyńskich szkół. Do rywalizacji przystąpiły trzy kostrzyńskie szkoły:

1. SP 1 Kostrzyn nad Odrą
2. SP 2 Kostrzyn nad Odrą - gospodarz imprezy
3. SP 3 Kostrzyn nad Odrą.

Na każdego uczestnika czekała pamiątkowa koszulka z wydarzenia, medal, dyplom oraz breloczek ufundowane przez Polski Związek Lekkiej Atletyki, a także drobny poczęstunek i woda.

Punktualnie o 10:30 odbyło się oficjalne otwarcie imprezy, a chwilę później wspólną rozgrzewką prowadzoną przez młodych lekkoatletów rozpoczęto rywalizację sportową.

Na początek w 4 grupach wszyscy uczestnicy przystąpili do pokonywania toru przeszkód składającego się

z 4 konkurencji. Zawodnicy mieli do pokonania bieg sztafetowy z pałeczką, bieg z przejściem przez hula hop, bieg z przenoszeniem piłki lekarskiej oraz bieg z pokonywaniem płotków.

Następnie w tych samych grupach uczniowie mieli okazję spróbować swoich sił w konkurencjach lekkoatletycznych takich jak:

- bieg na 60 m
- skok w dal
- skok wzwyż
- rzut piłką lekarską

Zacznij od Lekkiej to ogólnopolski projekt Polskiego Związku Lekkiej Atletyki skierowany do dzieci i młodzieży. Jego celem jest zachęcanie młodych ludzi do aktywności fizycznej, popularyzacja lekkiej atletyki oraz wspieranie szkół w organizacji atrakcyjnych wydarzeń sportowych i to dziś udało się znakomicie. Orlik SP 2 wypełnił się młodymi sportowcami, którzy aktywnie spędzili ponad 2 godziny zmagając się w kilku konkurencjach sportowych, dziś nie było typowej sportowej rywalizacji mimo to każdy z uczestników pokonywał kolejne konkurencje z wielkim zaangażowaniem.

Serdecznie dziękujemy MOSiR Kostrzyn nad Odrą za współorganizację wydarzenia, wpierali nas **Mateusz Migdał, Łukasz Michalski** i dyrektor MOSiR **Mariusz Staniszewski**.

Dziękujemy **kkl-kostrzyn.pl** za pomoc w przygotowaniach i wsparcie organizacyjne.

Dziękujemy **Fotografia Iwona Sobkowska** za uchwycenie sportowych emocji i najpiękniejszych momentów.

Nad bezpieczeństwem uczestników czuwał **Jacek Owsian** z WOPR Kostrzyn nad Odrą - serdecznie dziękujemy za zabezpieczenie imprezy.

Wzorowo spisali się **uczniowie klasy 8c**, którzy zaangażowali się w obsługę sędziowską.

Dziękujemy szkołom za obecność, zaangażowanie i stworzenie razem z nami wspaniałej atmosfery!

Podziękowania składamy:

Dyrektorowi SP 1 Kostrzyn **Ireneuszowi Sobczakowi** za umożliwienie uczniom i nauczycielom udziału w evencie, nauczycielom SP 1 **Sylwii Wojtala** oraz **Szymonowi Sęsole** za przygotowanie i udział wraz z uczniami w wydarzeniu,

Pani dyrektor SP 3 w Kostrzynie nad Odrą **Alicji Wołkowskiej** za umożliwienie uczniom i nauczycielom udziału w evencie, nauczycielom SP 3 **Laurze Podgórskiej i Annie Pyć** za przygotowanie i udział z uczniami w wydarzeniu.

Szczegółowe podziękowania składamy dla dyrekcji i nauczycieli SP 2 Kostrzyn nad Odrą:

Klaudii Kobydeckiej, Pawła Bihuniaka, Krzysztofa Trzcńskiego oraz Krzysztofa Burdziaga.

Cieszymy się, że mogliśmy wspólnie spędzić ten dzień na sportowo, poznając lekką atletykę i świetnie się przy tym bawiąc.





RODZINY W GRZE

Po miesiącach przygotowań 5 września 2026 roku na boisku w Drzewicach miał miejsce sportowy piknik rodzinny „RODZINY W GRZE!”, zadanie realizowane w ramach programu **AKTYWNI LOKALNIE 2026**, finansowanego ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki.



O remoncie boiska w Drzewicach, którego pomysłodawcą jest trener MUKS PS Kostrzyn nad Odrą **Krzysztof Stępień** można by napisać oddzielny artykuł. Dość napisać, że przy wsparciu władz miasta, wielu sponsorów oraz niezawodnym rodzicom i mieszkańcom konsekwentnej pracy udało się teren dawnego boiska w Drzewicach przywrócić do życia - niwelacja terenu, nawodnienie, elektryfikacja, ogrodzenie czy wreszcie ławki rezerwowych, siedziska dla publiczności oraz zupełnie nowa nawierzchnia trawiasta to tylko część prac, które zostały tu wykonane...

5 września MUKS PS Kostrzyn nad Odrą na czele z prezes **Martą Gronczakiewicz** zaprosił do wspólnej, aktywnej zabawy na pikniku rodzinnym. Zaczęliśmy od Spartakiady Seniorów, w której udział wzięły trzy zespoły złożone z trzech Seniorów, gdzie każdy mógłby pozazdrościć im energii! Rywalizacja była zacięta,

ale przecież liczyła się tutaj dobra zabawa każdy więc otrzymał dyplom, medal i owacje na stojąco.

W ramach pikniku można było pobawić się na dmuchańcach, zjeść ciasto czy kielbaski z grilla, choć pogoda tego dnia popsuła nam nieco plany i kropelki deszczu zmusiły nas do wcześniejszego niż planowaliśmy zakończenia imprezy...

Udało się mimo to rozegrać turniej piłkarski, który rozgrywano na czterech boiskach, a czternaście drużyn walczyło w dwóch grupach o finał. Warto podkreślić, że sędziami były... nasze piłkarki, które spełniły się w tej roli znakomicie! Nad całością czuwał spiker, który informował o wynikach i kolejnych meczach. Wszystkim zawodniczkom i zawodnikom Rodzinnego Turnieju Piłkarskiego dziękujemy za sportową rywalizację, emocje, świetną zabawę i grę w duchu fair play. Właśnie o takie rodzinne granie nam chodziło!

Dziękujemy w tym miejscu ekipie obsługującej grilla (Panu Andrzejowi i Panu Szymonowi) i stoisko z ciastami (Pani Marcie i Pani Teresie) - za ogrom pracy i za to, że przez cały dzień dbaliście o Naszych uczestników, a także wszystkim osobom, które upiekły ciasta - dziękujemy za Wasz czas, zaangażowanie i wszystkie pyszności, które trafiły na nasze stoisko.

Dziękujemy również każdej osobie, która pomagała przed piknikiem, w jego trakcie i po zakończeniu. Takie wydarzenie to mnóstwo pracy, której często nie widać z zewnątrz. Bez Was nie dalibyśmy rady.

Na koniec dziękujemy uczestnikom za to, że przyszliście całymi rodzinami, kibicowaliście, bawiliście się i byliście częścią tego dnia.

A już dzisiaj obiecujemy, że to nie ostatnia impreza na naszym boisku więc uważnie śledźcie nasz profil FB o nazwie MUKS Kostrzyn...



PUCHAR POLSKI ZOSTAJE W KOSTRZYNIE!

Trwa dominacja Międzyszkolnego Uczniowskiego Klubu Sportowego „Przyjaciół Sportu” w Kostrzynie nad Odrą w Pucharze Polski Kobiet na szczeblu Województwa Lubuskiego. Od pięciu lat to właśnie kostrzyński zespół w finale tych elitarnych rozgrywek pokonuje kolejne przeciwniczki - Ladies Soccer Team Gorzów 0:5 (sezon 2022/23), Budowlani Murzynowo 0:6 (2023/24), TS Przylep Zielona Góra dwukrotnie w kolejnych finałach a w sezonie 2026/27 MUKS PS Kostrzyn nad Odrą wygrywa po raz kolejny na wyjeździe z Zielonymi Drożków 2:6.

Warto dodać, że cztery poprzednie Puchary Polski padły „łupem” trenera **Tomasza Zielińskiego**, który w sezonie 2024/25 nie tylko melduje się w Pucharze na szczeblu centralnym, ale dokonuje tam ze swoimi zawodniczkami rzeczy, które są najlepszym wynikiem piłki nożnej w Kostrzynie nad Odrą - docierając do 1/8 finału gdzie uległ pierwszoligowemu JUNA-TRANS Stare Oborzyska 0:2.

Nie można o tym zapominać, bo świadczy to tylko, że zespół ma w DNA walkę o najwyższe cele i również w tym sezonie Puchar Polski na szczeblu wojewódzkim padł łupem Kostrzynianek! To zarazem pierwsze tak duże osiągnięcie trenera **Krzysztofa Stępnia**, który tak mówi o tegorocznym sukcesie: *Kluczem do zwycięstwa okazało się wystawienie dwóch drużyn w tych rozgrywkach, bo dzięki temu w półfinale walczyliśmy jako gospodarze z TS Przylep Zielona Góra, gdzie pewnie zwyciężyliśmy i byliśmy już pewni gry w finale. A grając drugi półfinał w Drożkowie graliśmy co prawda młodszymi zawodniczkami ale mogliśmy zobaczyć jak gra przeciwnik i w finale to Drożków musiał uznać naszą sportową wyższość!*



Nie można tutaj nie dodać, że mistrzowska drużyna to zawodniczki w większości bardzo młode - większość ma około 16 lat... Czy ktokolwiek marzył, że tak młody skład może osiągnąć tak ogromny sukces? Zaryzykuje stwierdzenie, że trudno odnaleźć pośród zdobywców Pucharu Polski (nawet na szczeblu wojewódzkim) drużynę, której średnia wieku była w granicach 18 lat...

MUKS PS KOSTRZYN NAD ODRĄ:

Dorota WYSOCKA (82 min. **Aleksandra ROJEK**), **Anastazja CIESIELSKA**, **Julita FALÓW**, **Marysia KLONOWSKA** (83 min. **Maja RAJCZAKOWSKA**), **Aneta KRUS** (84 min. **Aleksandra WYPART**), **Alicja KUŹMIŃCZUK**, **Julia KWIATKOWSKA**, **Wiktoria NOWACKA** (60 min. **Katarzyna GRZELAK**), **Emilia PARTYKA** (86 min. **Paula PATRZYKĄT**), **Milena STĘPIEŃ**, **Oliwia TICHOW**. Trener: **Krzysztof STĘPIEŃ**. Kierownik drużyny: **Szymon BIAŁY**

Ten sukces to efekt doskonałej pracy sztabu szkoleniowego ale również serca zawodniczek do walki na boisku o każdą piłkę, poprzedzoną ciężką pracą na treningach. Przypomnijmy, że te piłkarki brały udział w elitarnych rozgrywkach Centralnej Ligi Seniorek, a na co dzień reprezentują nasze miasto oraz lubuskie w rozgrywkach III Ligi Kobiet.

Teraz przed drużyną kolejne trudne wyzwanie, jakim jest niewątpliwie mecz 1/32 Pucharu Polski na poziomie centralnym, gdzie wśród 64 drużyn to właśnie Kostrzyn nad Odrą będzie reprezentował Województwo Lubuskie. MUKS PS Kostrzyn nad Odrą zagra przed własną publicznością z 2-ligowym zespołem MUKS Sokół Kolbuszowa Dolna - spotkania tej fazy rozgrywek zaplanowano na 24/25 października...

PUCHAR POLSKI KOBIEĆ FINAŁ WOJEWÓDZKI

Zieloni Brożków 2
Zofia Tosik 41' - Beata Walczyk 47'
MUKS PS Kostrzyn nad Odrą 6
*Julia Kwiatkowska 11' - Oliwia Tichow 16',
Oliwia Tichow 30' - Wiktoria Nowacka 43',
Aneta Krus 48' - Oliwia Tichow 53',*



40. JUBILEUSZOWA KOSTRZYŃSKA DZIESIĄTKA szybkie tempo, nowe rekordy i fantastyczna atmosfera

Za nami 40. edycja Ogólnopolskiego Biegu Ulicznego „Kostrzyńska Dziesiątka”. Kostrzyn nad Odrą po raz kolejny stał się areną sportowych zmagani i pozytywnych emocji. Tę wyjątkową edycję zapamiętamy nie tylko ze względu na rekordy, ale również za sprawą kilku nowości organizacyjnych oraz rekordowej frekwencji. Patronem Generalnym w tym roku była Kostrzyńsko-Słubicka Specjalna Strefa Ekonomiczna.



6 września 2026 roku ponad 300 biegaczek oraz biegaczy wyruszyło na 10-kilometrową trasę prowadzącą ulicami „Zatorza”. Na 10 minut przed startem 40. „KD” powitania uczestników biegu, sympatyków, gości w osobach: **Andrzeja Kunta** - burmistrza Miasta Kostrzyn nad Odrą, prezesa KKL Kostrzyn nad Odrą **Michała Przymuszały**, **Piotra Dziekana**, **Ryszarda Andrysa**, **Joanny Rozenblut**, **Rafała Żygielewicza** radnych Rady Miasta Kostrzyn nad Odrą, **Anny Samosionek** - inspektor wydziału Oświaty, Kultury i Opieki UM, dokonali **Zygmunt Mendelski**, były dyrektor MOSiR (inicjator i organizator kostrzyńskiego biegu od 1986 roku) oraz dyrektor MOSiR **Mariusz Staniszewski**. Oficjalnego otwarcia biegu dokonał natomiast burmistrz Miasta **Andrzej Kunt**, dziękując wszystkim uczestnikom za przyjęcie zaproszenia do udziału w kostrzyńskiej imprezie biegowej, życząc im uzyskania jak najlepszych miejsc w klasyfikacji generalnej, w poszczególnych kategoriach wiekowych, pobicia swoich życiowych rekordów i zameldowania się w komplecie na linii mety.

Bieg rozpoczął się punktualnie o godzinie 11:00. Od samego początku mocne tempo narzucił **Miłosz Bielak z Żar**, który zdominował rywalizację mężczyzn i z czasem 31:36 minuty ukończył bieg wyprzedzając **Michała Hulewicza z Gorzowa**. Wśród Pań na pierwszym miejscu bieg ukończyła **Wioletta Kuczyńska z Przytocznej** z wynikiem 39:14. Na znakomitym 3 miejscu bieg ukończył pierwszy **kostrzynianin Sławomir Niziński** z czasem 33:22 min.

NAJLEPSI BIEGACZE Z KOSTRZYNA NAD ODRĄ

Kostrzynianie:

- Sławomir Niziński 33:22
- Łukasz Olek 36:52
- Stiven Kurdek 37:01

Kostrzynianki:

- Klaudia Kobydecka 44:03
(KKL Kostrzyn nad Odrą)
- Aneta Orawiec 48:16
(KKL Kostrzyn nad Odrą)
- Magdalena Szydełko 48:34

VIII MISTRZOSTWA PRACOWNIKÓW ZAKŁADÓW PRACY

Po raz ósmy w historii naszej „Kostrzyńskiej Dziesiątki” rozegrano Mistrzostwa Pracowników Zakładów Pracy o „Puchar Burmistrza” Andrzeja Kunta. Udział w biegu wzięło 70 kobiet i mężczyzn, pracowników reprezentujących Firmy: Telemond Holding, ICT Poland, Arctic Paper Kostrzyn, Magna Lighting Kostrzyn, Sam Dong, Wendre Polska.

KLASYFIKACJA DRUŻYNOWA:

1. Telemond Holding
2. ICT Poland
3. Magna Lighting
4. Sam Dong
5. Arctic Paper Kostrzyn
6. Wendre Polska

Szóstka najlepszych w klasyfikacji generalnej open kobiet i mężczyzn, trójka najlepszych biegaczek oraz biegaczy we wszystkich kategoriach „Kostrzyńskiej Dziesiątki” została nagrodzona medalami oraz nagrodami finansowymi ufundowanymi przez MOSiR Kostrzyn nad Odrą. Trójka najlepszych kostrzynianek i kostrzynian w poszczególnych kategoriach wiekowych otrzymała medale, statuetki oraz nagrody finansowe.

Wszystkie reprezentacje zakładowe nagrodzone zostały pucharami „Burmistrza Miasta Kostrzyn nad Odrą”, trójka najlepszych Pań i Panów w klasyfikacji indywidualnej VIII Mistrzostw Pracowników Zakładów Pracy nagrodzona została pucharami, statuetkami i okolicznościowymi medalami. Każdy z uczestników otrzymał pakiet startowy zawierający m.in. koszulkę, medal, wodę i przekąski energetyczne. Ciepły posiłek zapewniła firma LAVI.

Dyrekcja Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, składa serdeczne podziękowania na ręce policjantów **Komisariatu Policji w Kostrzynie nad Odrą** i policjantów **Komisariatu Miejskiego w Gorzowie Wlkp.**, za zabezpieczenie ruchu drogowego i czuwanie nad bezpieczeństwem biegaczy, **Pogotowiu Ratunkowemu Walczak Słubice** - za czuwanie nad zdrowiem uczestników imprezy, **kostrzyńskiemu Szczepowi Harcerskiemu „Twierdza” w Kostrzynie nad Odrą**,

19. plutonowi Strzeleckiemu z Kostrzyna nad Odrą, Strażakom z kostrzyńskiego OSP - za pomoc w organizacji biegu i zabezpieczeniu trasy biegu, **KKL Kostrzyn nad Odrą** - za przygotowanie i prowadzenie podczas biegu punktu z nawadnianiem dla zawodników, **pracownikom MOSiR** za obsługę techniczną - administracyjną biegu, za realizację całości zadań związanych z przygotowaniem biegu, prowadzeniem biura biegu, wydawaniem pakietów startowych.

Przedstawicielom firm: **ICT Poland, Telemond Holding, Arctic Paper Kostrzyn, Magna Lighting Poland, Sam Dong, Wendre Polska** - za wsparcie działań promocyjnych biegu i propagowanie czynnego wypoczynku wśród pracowników uczestniczących w VIII Mistrzostwach Pracowników Zakładów Pracy Kostrzyna nad Odrą o „Puchar Burmistrza” oraz za ufundowanie nagród dla reprezentacji zakładowych.

Dziękujemy Państwu za piękne promowanie biegu jako najprostszej formy na zdrowie. Słowa uznania należą się też uczestnikom biegu, kibicom, sympatykom tej niedzielnej imprezy biegowej. Byliście wspaniali! Dziękujemy! Było super.

Dziękujemy naszym sponsorom i wszystkim wspierającym 40. „Kostrzyńską Dziesiątkę”:

- Miasto Kostrzyn Nad Odrą - burmistrz Andrzej Kunt
- Kostrzyńsko-Słubicka Specjalna Strefa Ekonomiczna S.A. (Patron Generalny Biegu) - prezes Tomasz Pisarek, dyrektor marketingu Andrzej Kail
- Arctic Paper Kostrzyn,
- Telemond Holding,
- ICT Poland
- Filius.pl - Ewa i Jeremi Filuś,
- IKAA Suchomel,
- KKL Kostrzyn nad Odrą,
- Sam Dong

Dziękujemy Jackowi Owsianowi oraz Ewie Filuś z kostrzyńskiego WOPR za prowadzenie zawodników 40. Ogólnopolskiego Biegu Ulicznego „Kostrzyńska Dziesiątka” od startu do mety.

Dziękujemy pacemakerom Biegu!

Dyrektor MOSiR
Mariusz Staniszewski

TELEMOND
HOLDING

*Tu pracuje
się lepiej!*

ZATRUDNIMY:

**SPAWACZY
MONTERÓW KONSTRUKCJI STALOWYCH
POMOCNIKÓW SPAWACZY
OPERATORÓW MASZYN CNC
MAGAZYNIERÓW**

NIE MASZ DOŚWIADCZENIA? NAUCZYMY CIĘ!



**ATRAKCYJNE
WYNAGRODZENIE**



**KARTA
SPORTOWA**



**PRYWATNA OPIEKA
MEDYCZNA**



**BOGATY
PAKIET SOCJALNY**

**SPRAWDŹ
OFERTY PRACY:**



KOSTRZYN NAD ODRĄ



690 810 053

WWW.PRALNIA PERFECT DYWAN.PL

SIENKIEWICZA 8

500-106-206

CZYŚCIMY:
 -dywany, -posadzki przemysłowe
 -tapicerkę, -wykładziny PCV
 polimeryzacja, ozonowanie
 wynajem odkurzaczy piorących



lekarz medycyny Artur Krysik
 Specjalista dermatolog-wenerolog
 Specjalista alergolog



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

PILNIE KUPIĘ
 przyczepę leśną samozaładowczą
 (Palms farma lub inne)
 ciągnik URSUS ZETOR MTZ
 ładowarkę teleskopową
 rozsiewacz wapna RCW



Może być do remontu
tel. 782 655 123 tel. 669 655 351

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)