

Ukazujemy się
w sieci gazet
bezpłatnych
EXTRA

W NUMERZE

MŚ: działania w Puszczy
Białowieskiej wynikają
z prawa europejskiego
i krajowego



STRONA 10

Zrób ferment dla zdrowia



STRONA 12

Pytania do eksperta
- listy Czytelników



redakcja@goniecpolanski.nl

STRONA 14

Reklama



tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń
dla Polaków w Holandii

Rozlicz swój podatek z Belgii za rok 2016, aby uzyskać nawet ponad 2000€!

W Belgii płaci się jedne z najwyższych podatków w całej Europie. To fakt. Co prawda dochód w pierwszym (25 procent) progu podatkowym został podwyższony, bo w roku 2015 wynosił 8710 euro, a w roku 2016 już 10860 euro, jednak dalej taryfy podatkowe w Belgii stoją na bardzo wysokim poziomie.

Ta spora zwyczajka dochodu w pierwszym progu podatkowym w odniesieniu do roku 2015 powinna przyczynić do uzyskania wyższego zwrotu podatku przez wszystkich rozliczających się z podatku z Belgii za rok 2016.

Jak kształtują się progi podatkowe w Belgii za rok kalendarzowy 2016 przedstawia znajdująca się na stronie drugiej tabela 1 (Tab. 1). Natomiast jak wyglądają one w roku 2017 przedstawia tabela 2 (Tab. 2).

Rozliczenie podatku w Belgii to nie tylko obowiązek, ale i niejednokrotnie ogromny zastrzyk gotówki. Jeśli pracodawca odprowadził za dużo zaliczek na podatek, to można śmiało starać się o zwrot z podatku, a co za tym idzie, zwiększyć zawartość swojego portfela. Rozliczenie z belgijskim urzędem skarbowym może przynieść Ci nawet ponad 2000 euro dodatkowych funduszy, dlatego też warto tego dokonać.

Pamiętaj, jeśli nie rozliczyłeś się jeszcze za lata 2015

DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. FREEIMAGES.COM / AUKE JONGBLOED

Umów się na spotkanie w Holandii nie wychodząc z domu!



Zadzwoń - przyjedziemy do Ciebie!

Lelystad	0031 (0) 630 778 576
Apeldoorn	0031 (0) 622 214 013
Tilburg	0031 (0) 623 338 603
Den Haag	0031 (0) 619 842 805
Den Haag	0031 (0) 617 650 776

Progi podatkowe	Progi dochodowe	Podatek
Próg 1	0 € do 10 860 €	25 %
Próg 2	10 860,01 € do 12 470 €	30 %
Próg 3	12 470,01 € do 20 780 €	40 %
Próg 4	20 780,01 € do 38 080 €	45 %
Próg 5	powyżej 38 080,01 €	50 %

Tab.1 Progi podatkowe w Belgii za rok kalendarzowy 2016.

Progi podatkowe	Progi dochodowe	Podatek
Próg 1	0 € do 11 070 €	25 %
Próg 2	11 070,01 € do 12 720 €	30 %
Próg 3	12 720,01 € do 21 190 €	40 %
Próg 4	21 190,01 € do 38 830 €	45 %
Próg 5	powyżej 38 830,01 €	50 %

Tab.2 Progi podatkowe w Belgii za rok kalendarzowy 2017.

Rozlicz swój podatek z Belgii za rok 2016, aby uzyskać nawet ponad 2000€!

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1 (RED.)
ARTYKUŁ POWSTAŁ PRZY WSPÓŁPRACY Z KANCELARIĄ PODATKOWĄ ANNA KŁOSOWSKA WWW.ROZLICZSIE.PL
oraz 2014, to nadal jest to możliwe. Nie zwlekaj więc i rozlicz się jak najprędzej!

Jeśli masz jakieś pytania lub potrzebujesz pomocy w tym zakresie zapraszamy do wysyłania e-maili na adres redakcja@goniecpolski.nl. Odpowiedzi udzielimy na łamach gazety.



FOT. FREEIMAGES. COM / PATRYCJA CIESZKOWSKA



Sklep Polonez oferuje specjalnie wyselekcjonowane produkty polskie i rosyjskie, najwyższej jakości. Dostarcza codziennie swoim klientom świeże pieczywo, pączki oraz bułki słodkie.

Co tydzień zapewnia dostawę wędlin oraz nabiału.

Ponadto oferuje szeroką rangę produktów spożywczych (słodycze, piwa, makarony, sosy, przyprawy) najlepszych i najcenniejszych marek. W ofercie posiada leki, prasę i nowości książkowe. Istnieje możliwość zamówienia produktów na specjalne życzenie klienta. Na miejscu zastaną Państwo przyjazną i fachową obsługę.

Zapraszamy na zakupy do POLONEZ SUPERMARKET!

Zapewniamy Panstwu duzy bezpłatny parking.

Godziny otwarcia:
poniedziałek- sobota: 09.00- 22.00
każda niedziela od 12.00-18.00



Polonez Supermarket
Monsieur Nolenstraat 1
7331 RB Apeldoorn
Gelderland, Holandia / Nederland

E-mail: polonez@hotmail.nl
Tel. : 06 49587777

facebook:
<https://www.facebook.com/polonez.m>
Polonez Supermarket Apeldoorn

ADVERTORIAL

Ubezpieczenie dla pracownika migrującego

Piotr Dziewulski od kilku tygodni pracuje w Holandii i nie za bardzo orientuje się w holenderskich ubezpieczeniach. Chętnie dowiedziałby się, jak one działają i co musi zrobić. Zwrócił się więc z kilkoma pytaniami do HollandZorg. HollandZorg jest towarzystwem ubezpieczeniowym specjalizującym się w ubezpieczeniach dla pracowników migrujących.

Dlaczego istnieje obowiązek zawarcia ubezpieczenia w Holandii?

Każdy, kto mieszka lub pracuje w Holandii, zobowiązany jest zawrzeć podstawowe ubezpieczenie zdrowotne. Podstawowe ubezpieczenie zdrowotne jest ubezpieczeniem kosztów leczenia zawierającym podstawowy pakiet refundacji, który jest taki sam dla wszystkich.

Co podlega refundacji z podstawowego pakietu ubezpieczenia zdrowotnego?

Zakres ubezpieczenia podstawowego jest każdego roku określany przez rząd. Z podstawowego ubezpieczenia zdrowotnego refundowane są koszty opieki lekarza rodzinnego, produktów leczniczych i środków pomocniczych, opieka pielęgniarska i opieka położnej oraz opieka dentystyczna do 18 roku życia.

W przypadku, gdy potrzebna jest szersza ochrona istnieje możliwość zawarcia dodatkowego ubezpieczenia w HollandZorg. Istnieją do wyboru cztery rodzaje ubezpieczenia dodatkowego i trzy rodzaje ubezpieczeń opieki dentystycznej.

W ten sposób można zestawić pakiet ubezpieczeniowy zgodny z własnymi potrzebami. Doskonałe rozwiązanie!

Czy w przypadku udania się do dentysty, koszt wizyty zostanie zrefundowany?

Wyłącznie osoby, które nie ukończyły jeszcze 18 roku życia objęte są refundacją z podstawowego pakietu ubezpieczenia zdrowotnego. W przypadku osób, które ukończyły 18 rok życia, najlepszym rozwiązaniem jest zawarcie dodatkowego ubezpieczenia zdrowotnego na opiekę dentystyczną, którego koszt wynosi 11 EUR miesięcznie. Ubezpieczenie to można w prosty sposób dodać do podstawowego pakietu ubezpieczenia zdrowotnego w HollandZorg. Ubezpieczenia te wzajemnie się uzupełniają.

Czy otrzymam rabat na zawarcie ubezpieczenia zdrowotnego?

Specjalnie dla klientów Kancelarii Podatkowej Anny Kłosowskiej przygotowaliśmy rabat na ubezpieczenie grupowe. Osoby

ubezpieczające się otrzymują rabat na ubezpieczenie podstawowe i dodatkowe w wysokości 10%. Wynosi to ponad 11 EUR miesięcznie. Ubezpieczający się płaci więc 103,46 EUR miesięcznie za podstawowe ubezpieczenie zdrowotne.

Słyszałem, że jest mi potrzebny formularz E-106 na koszty opieki zdrowotnej w kraju mojego zamieszkania. Czy to prawda?

Tak, to prawda. Przy pomocy tego formularza zostaje wykazane, że zostało zawarte ubezpieczenie zdrowotne w innym kraju UE. W przypadku zawarcia podstawowego ubezpieczenia zdrowotnego w HollandZorg formularz E106/S1 wydawany jest automatycznie na adres zamieszkania w Polsce. W kraju zamieszkania należy zgłosić się do ubezpieczyciela wraz z formularzem E106/S1 otrzymanym z HollandZorg.

Co objęte jest refundacją, w przypadku skorzystania z formularza E-106

Formularz E106/S1 uprawnia do opieki zdrowotnej przewidzianej ustawą o ubezpieczeniu zdrowotnym w Polsce. Oprócz tego ma się prawo do wszelkich świadczeń przysługujących z tytułu podstawowego ubezpieczenia zdrowotnego w HollandZorg. W takim przypadku do refundacji opieki zdrowotnej dochodzi na holenderskich zasadach. Koszty poczynione we własnym kraju nie zawsze są w pełni refundowane. Zależy to zarówno od rodzaju opieki zdrowotnej, jak i kraju zamieszkania. Przed skorzystaniem z danego rodzaju leczenia w Polsce dobrze jest dowiedzieć się, czy podlega ono refundacji, żeby po czasie nie zostać niemiłe zaskoczonym.

Co to jest karta EHIC i do czego jest mi ona potrzebna?

W chwili zawarcia ubezpieczenia zdrowotnego w HollandZorg ubezpieczony otrzymuje automatycznie kartę ubezpieczenia HollandZorg, na której podane są dane dotyczące ubezpieczenia. Karta ubezpieczenia jest jednocześnie kartą europejskiego ubezpieczenia zdrowotnego - European Health Insurance Card (EHIC). Karta EHIC uprawnia do refundacji kosztów koniecznej opieki zdrowotnej w trakcie tymczasowego pobytu w krajach Unii Europejskiej/Europejskiego Obszaru Gospodarczego i w Szwajcarii.

W jaki sposób mogę złożyć deklarację w sprawie poniesionych kosztów, jeżeli skorzystałem z opieki zdrowotnej?

Uzgodniliśmy sposób deklarowania kosztów tej opieki z większością

podmiotów świadczących usługi w zakresie opieki zdrowotnej w Holandii. Składają oni deklaracje bezpośrednio do nas. Czasami ubezpieczony otrzymuje fakturę za poczynione koszty. Na przykład po wizycie u dentysty. Można taką fakturę łatwo zadeklarować przy pomocy aplikacji mobilnej (app) HollandZorg. Można również przesłać deklarację do HollandZorg pocztą tradycyjną. Z reguły faktura zostaje rozpatrzona w ciągu 5 dni roboczych.

Czy mogę uzyskać wgląd w poczynione przeze mnie koszty opieki?

Poczynione koszty można obejrzeć w zakładce Mój HollandZorg. W celu otrzymania E-kodów i zalogowania się konieczne jest przejście procedury rejestracji. Można w prosty sposób dokonać tego przy pomocy aplikacji mobilnej HollandZorg lub poprzez SMS. Po więcej informacji proszę przejść na stronę www.hollandzorg.com.

Co to jest dodatek do ubezpieczenia zdrowotnego? Czy mogę o niego wystąpić za pośrednictwem HollandZorg?

Dodatek do ubezpieczenia zdrowotnego to świadczenie celowe na koszty ubezpieczenia zdrowotnego, dzięki któremu rząd stara się zapewnić każdemu podstawowe ubezpieczenie zdrowotne. Wysokość dodatku zależna jest od dochodu ubezpieczonego. Przyjmowaniem wniosków, jak i wypłatą dodatku do ubezpieczenia zdrowotnego zajmuje się Wydział Dodatków Urzędu Skarbowego.

Co przemawia za wyborem HollandZorg?

HollandZorg ma ponad 10-letnie doświadczenie w ubezpieczaniu pracowników migrujących. Jest to ogromny atut. Jesteśmy w stanie komunikować się w języku polskim, co umożliwia ubezpieczonym dostęp do potrzebnych im informacji. Czy wie Pan, że dzieci mieszkające w Holandii ubezpieczone są bezpłatnie do 18 roku życia? Dzieci ubezpieczonego objęte są ochroną ubezpieczeniową w takim samym zakresie, jak ubezpieczony. Proszę zapoznać się z.

www.hollandzorg.com/kpak

HollandZorg
Onbegrensde zekerheid

OGŁOSZENIA DROBNE

Transport – oferuję: EURO-LANSER busy z Holandii do Polski. EUROLANSER - Licencjonowany Przewóz Osób 0048 600 357 059. Bus Polska Niemcy Holandia. Bus Holandia Niemcy Polska. W Polsce obsługujemy województwa: MAŁOPOLSKIE, ŚLĄSKIE, OPOLSKIE, DOLNO-ŚLĄSKIE, LUBUSKIE. W Holandii obsługujemy WSZYSTKIE regiony i miasta. Odbieramy Pasażerów spod adresu i dowozimy pod wskazany adres, bez uciąż-

liwych przesiadek! NASZE CAŁKIEM NOWE AUTA MARKI MERCEDES VITO, SĄ WYPOSAŻONE W: Darmowy dostęp do Internetu podczas całej podróży!; Najlepsze systemy nawigacyjne; Systemy bezpieczeństwa: ABS, ESP, System Parktronic (PTS); Podwójną klimatyzację; osobna dla przestrzeni pasażerskiej; Komfortowe, rozkładane fotele, wyposażone w podłokietniki; Dużą ilość miejsca dla każdego pasażera; Automatycznie otwie-

rane drzwi; Uchwyty do napojów; Gniazdka elektryczne 12V oraz zwykłe gniazdka domowe 220V, umożliwiające pracę na komputerze lub ładowanie telefonu w czasie podróży; Szyby w przestrzeni pasażerskiej z czarnego szkła. Każdy pasażer objęty jest ubezpieczeniem! Posiadamy dodatkowe ubezpieczenie w całej UE. Rezerwacja EuroLanser: 0048 600 357 059, rezerwacja@eurolanser.com. Zapraszamy do odwiedzania dzia-

łu PROMOCJE na naszej stronie www.eurolanser.com.

Usługi – remonty: Schody drewniane - FABER Przemysław Jania. Działamy na terenie Polski, Belgii i Holandii. Oferujemy schody samonośne lub na beton. Z drewna bukowego, dębowego lub jesionowego. Wykonamy projekt wraz z wyceną. Każdy projekt schodów omawiamy z klientem indywidualnie. Ceny schodów ustalamy po dokład-

nym pomiarze i omówieniu technicznej specyfikacji. Wartość waha się w zależności od wysokości, szerokości, ilości zabiegów i materiału. Odpowiemy na wszystkie Państwa pytania związane z wykonaniem lub odnowieniem schodów. Istnieje również możliwość wykonania innych usług stolarskich. Kontakt: e-mail: info.stolarnia@gmail.com, tel. kom.: 0048 508 745 876.

Transport – oferuję:

Przewóz osób do Polski i Holandii. Z adresu pod adres. WI-FI w busach! LICENCJONOWANY PRZEWÓZ OSÓB. TEL. +48 600 357 059. BUS POLSKA HOLANDIA. BUS HOLANDIA POLSKA. Zapraszamy! Jeździmy codziennie! Oferujemy: * PRZEJAZDY NA MIEJSCE Z ADRESU POD WSKAZANY ADRES * WYJAZDY Z POLSKI DO HOLANDII I NIEMIEC CODZIENNIE * POWROTY Z HOLANDII I NIEMIEC DO POLSKI CODZIENNIE * INTERNET WIFI PRZEZ CAŁĄ DROGĘ GRATIS * PRZYSTĘPNA CENA ORAZ ZNIŻKI DLA GRUP I STAŁYCH KLIENTÓW * PRZEWÓZ PACZEK (paczki zabieramy tylko przy okazji, jeśli jesteśmy w okolicy) Kraków, Krzeszowice, Alwernia, Chrzanów, Trzebinia i okolice Katowice, Tychy, Łędziny, Mysłowice, Jaworzno, Sosnowiec, Siemianowice Śląskie, Będzin, Czeladź, Dąbrowa Górnicza, Olkusz, Bytom, Piekary Śląskie, Pyskowice, Chorzów, Gliwice, Zabrze, Świętochłowice, Ruda Śląska, Knurów, Rybnik i okolice Opole, Strzelce Opolskie, Krapkowice, Niemodlin, Brzeg, Kędzierzyn-Koźle, Grodków, Lewin Brzeski, Gogolin, Ujazd, Zdzeszowice, Toszek i okolice Wrocław, Oleśnica, Syców, Bierutów, Kępno, Kobyła Góra, Milicz, Międzybórz, Twardogóra, Oława, Strzelin, Jelcz-Laskowice, Kąty Wrocławskie, Kostomłoty i okolice Legnica, Legnickie Pole, Strzegom, Jawor, Chojnów, Złotoryja, Krzywa, Tomaszów Bolesławicki, Bolesławiec, Zgorzelec, Jędrzychowice i okolice Żary, Żagań, Olszyna, Iłowa i okolice. ZAINTERESOWANY INNĄ OKOLICĄ? ZADZWOŃ! Z PEWNOŚCIĄ ZA-TAM JEDZIEMY! Obsługujemy całą Holandię!

paczek do Belgii; - Przewozy osób i paczek do Luksemburga; - Przewozy osób i paczek do Polski; - Przewozy pracownicze > grupowe i indywidualne; - Przewozy turystyczne > okazjonalne; WYJAZDY POLSKA -> NIEMCY PÓŁNOCNE, HOLANDIA, BELGIA: w niedziele (rano), poniedziałki (po południu), środa (rano) i czwartki (po południu); WYJAZDY POLSKA -> POŁUDNIOWE NIEMCY, LUKSEMBURG: w niedziele (rano) i środy (rano); POWROTY NIEMCY PÓŁNOCNE, HOLANDIA, BELGIA -> Polska: w poniedziałki (rano), wtorki (po południu), czwartki (rano) i piątki (po południu); POWROTY POŁUDNIOWE NIEMCY, LUKSEMBURG -> POLSKA: w poniedziałki (rano) i czwartki (rano); Obsługujemy województwa: - pomorskie - zachodnio-pomorskie - część województwa Kujawsko-Pomorskiego - część województwa Wielkopolskiego - Lubuskie. Z adresu pod adres bezpiecznie i na czas. Pełna oferta na naszej stronie internetowej: www.raftranschojnice.pl. ZA-PRASZAMY !!! KONTAKT: e-mail: raftranschojnice@poczta.onet.pl, gg:28050267, tel.kom.: +48660580120, www.raftranschojnice.pl, www.przewozdoniemiec.pl, Adres: 89-600 Chojnice, ul. Angowska 53.

Zdrowie i uroda: Masaż medyczny. W pełni profesjonalne masaże wszelkiego rodzaju, rehabilitacja, likwidacja przykurczów mięśniowych, likwidacja stanów zapalnych, poprawa samopoczucia. 0 626 621 486.

Transport – oferuję: Busy do Holandii / Busy do Polski z WiFi i DVD od 60 Euro !!! Przewóz osób Polska - Niemcy - Holandia. Przejazd już od 60 EUR* (250 Zł*) Codzienne wyjazdy w obie strony!!! Busy z WiFi na całej trasie oraz z DVD. Firma LUXADA oferuje Państwu: - licencjonowany przewóz osób, - jeździmy na trasie Polska - Niemcy - Holandia, - codzienne wyjazdy, - odbiór z miejsca zamieszkania i dowóz pod wskazany adres, - wysoki komfort oraz bezpieczeństwo, - atrakcyjne ceny i liczne promocje, - busy wyposażone w klimatyzację, WiFi, oraz monitory LCD, lub tablety!, - wyjazdy z województwa: podkarpackiego, małopolskiego, śląskiego, opolskiego, dolnośląskiego, małopolskiego, lubuskiego. Nasza flota składa się z nowych busów posiadających klimatyzację 3-strefową oraz dodatkowe ogrzewanie na tył. Busy LUXADA wyposażone są w tablety, lub zagięte multimedialne (monitory LCD), pozwalające oglądać filmy podczas przejazdu!!! Każdy pasażer ma do dyspozycji słuchawki, dzięki czemu osoby oglądające film

Reklama

**20.05.2017
ROTTERDAM**



**SPRING
Roll FESTIVAL**

**HEMP GRU / MAŁACH RUFUZ
POLSKA WERSJA / PARTY : DJ SHADOWFACE
DJ RASMATAŁ**

**CLUB EMPIRE · GROTEKERKPLEIN 70, 3011 GE
OTWARCIE KLUBU: 19.00 · START KONCERTÓW: 20.30 · +16**

**BILETY: €25 NORMALNY / €30 PREMIUM (FREE CD MIXTAPE DILL) / €40 PRZED KONCERTEM
WWW.YOURTICKETPROVIDER.NL ORAZ W POLSKICH SKLEPACH:**

POLSKI STREET SZOP - KATENDRECHTSE LAGEDOK 363A ROTTERDAM · GHOSZEK - EENHAEZERSTRAAT 26, 3063 RN ROTTERDAM
GHOSZEK SUPERMARKT - ZUIDERPARKELAAN 28, 3324HK DEN HAAG
POLSKIE DELIKATESY DELI - VAN MUSSCHENBROEKSTRAAT 146, 2522 AW DEN HAAG
PEWER NL - AMBACHTSQAARDE 20, 2542 ES DEN HAAG · FEWER - BOOVLUSTLAAN 87, 2544JP DEN HAAG
BEDROCKA - ADMIRAALSPLEIN 167, 3317BC DORDRECHT

OGŁOSZENIA DROBNE

nie przeskadzają pasażerom śpiącym podczas jazdy. Koszt przejazdu od 60 EUR* (250 ZŁ*) *Cena uzależniona od trasy. Kontakt: www.LUXADA.pl, Tel.: +48 888 999 143, e-mail: luxada@luxada.pl, www.facebook.com/LUXADA.

Transport – oferuję: Busy do Holandi Niemiec Nowe busy WIFI Komfort. POLSKA 0048-516496652, HOLLANDIA 0031-684886783, www.vip-trans.pl, WOJ.WIELKOPOLSKIE: Nowy Tomiśł Grodzisk Wilkp. Wolsztyn Środa Wilkp. Jerka Mosina Śrem Kościan Jarocin Pleszew Kotlin Leszno Gostyń Pogorzela Krotoszyn Kobylin Zduny Krobia Odolanów Sośnie Ostrów Wilkp. Miłstat Grabów Wielowieś Godziesze Brzeziny Strzyżew Kraszewice Doruchów Ostrzeszów Kobyła Góra Bralin Kępno Kalisz Opatówek Pyzdry Kórnik Żerków Książ Wilkp Dolsk Borek Wilkp Mochy Śmigiel i inne. WOJ.DOLNOŚLĄSKIE: Rawicz Trzebnica Lubin, Polkowice Głogów Przemków Góra Żmigród Oleśnica Syców Międzybórz Twardogóra Milicz Wińsko Wąsosz Rudna Bierutów Wrocław Złotoryja Jawor Lubania Legnica Brzeg Dolny Prusice Oława Jelcz Laskowice Zgorzelec Bolesławiec Złotoryja Środa ŚL. Chojnów Prochowice i inne. WOJ.LUBUSKIE: Słubice Sulęcın Świebodzin Krosno Odrz. Zielona Góra Cybinka Kargowa Babimost Nowa Sól Żary Żagan Szprotawa Lubsko Gubin Kozuchów Sława Wschowa i inne. WOJ.ŁÓDZKIE: Zduńska Wola Dobroń Aleksandrów ł. Konstantynów ł. Łódź Zgierz Pabianice Wieluń Biała Czarozżył Ostrów Konopnica Osjaków Wieruszów Sokolniki Galewice Lututów Czastary Bolesławiec Lubnice Sieradz Klonowa Złoczew Brąszewice Brzeźno Burzenin Błaszki Wróblew i inne. ZAMAWIAJĄC PRZEJAZD NALEŻY PODAĆ: IMIĘ, NAZWISKO, DATĘ PLANOWANEGO WYJAZDU, NUMER TELEFONU ORAZ DOKŁADNY ADRES SKĄD-DOKĄD MAJĄ ZABRAĆ. Firma: Vip Trans NIP:PL8291612219 REGON:361295493, Telefon: POLSKA 0048 516496652 HOLLANDIA 0031 684886783.

Usługi – inne: Usługi krawieckie ROTTERDAM. Szeroki zakres usług krawieckich. Przerabianie odzieży- skracanie spodni, sukienek, spodnic, bluzek, wszywanie zamków, podszycanie zaslon, firan i obrusów. Zapraszam 0644034097.

Sklepy: Polski Sklep Centrum okien i drzwi Roosendaal. Proponujemy Państwu drzwi wewnętrzne o różnych wzorach, rozmiarach i kolorach oraz drzwi zewnętrzne drewniane i metalowe do budynków mieszkalnych i

przemysłowych. W naszej ofercie znajdziecie także ościeżnice regulowane i stale. Dobra Marka Nasze produkty dostarczamy osobiscie, bez udziału firm kurierskich, podnosząc jakość świadczonych usług, dzięki czemu drzwi docierają na miejsce bez uszkodzeń i istnieje możliwość obejrzenia ich przed odbiorem. Jesteśmy jedyną firmą Polska w Holandii ze znakiem jakości. Keurmerk Kwaliteits Vakman, 4703jc Roosendaal. Tel 0629016395, tel.0626244546, kvk 56894554, piotr-lefik@handymen-pools.eu, www.handymen-pools.eu.

Meble - kupię/sprzedam: Jeśli potrzebujesz mebli do salonu, sypialni, jadalni, do przedpokoju, a może dla dziecka to trafieś pod dobry adres. Nasza firma oferuje szeroki wybór mebli od Polskich producentów, które w ciągu dwóch tygodni dostarczymy prosto do Ciebie do domu, bez ponoszenia dodatkowych kosztów. Chciałbyś coś zmienić w oferowanych przez nas zestawach, nie ma problemu. Na zakupione meble udzielamy 2-letniej gwarancji. Wystawiamy również faktury vat. Masz jakieś pytania? Możesz do nas zadzwonić, lub napisać. Meubelvooriedereen Marek Tomasik, info@meubelvooriedereen.nl, +31 683162004. Obsługujemy całą Holandię, Belgię, Luksemburg oraz część Niemiec.

Transport – oferuję: Firma Jupiter Transport oferuje Państwu przeprowadzki, przewóz rzeczy z Polski do Holandii, z Holandii do Polski jak i na terenie całej Europy! Obszar naszej działalności obejmuje takie miasta jak Amsterdam, Utrecht, Tilburg, Eindhoven, Breda, Rotterdam, Haga, Haarlem, Groningen, Emmen, IJssel, Apeldoorn oraz inne miejscowości, miasteczka i wsie położone na terenie Holandii. Odbieramy ładunek z każdej miejscowości w Polsce i za granicą. www.jupiter-transport.pl, www.transport-chlodniczy.com.pl, Tel. +48 696-126-142 . Tel. , +48 506-525-960.

Transport – oferuję: TRANSPORT PRZEPROWADZKI PO HOLLANDII I BELGII! tel. 0649318747. LOTNISKA IMPREZY DYSKOTEKI LUNA. Waalwijk Tilburg Breda Den Bosch i okolice. Cała Holandia, Belgia i Niemcy. Posiadam wygodny i komfortowy samochód. OPEL ZAFIRA 7-OSOBOWY - MOGĘ ZABRAĆ 6

OSÓB + kierowca. Chcesz jechać sam? Lub w mniej osób? Nie ma problemu! Sprawdź, zadzwoń, napisz, u mnie zawsze dobra cena! Posiadam najnowszą nawigację z bieżącą informacją o korkach! Dostępne foteliki dziecięce 0 - 18kg! Zawiozę gdzie chcesz! Im dalej tym taniej za km! Zadzwoń lub napisz! Na pewno się dogadamy! Kontakt tel. 0649318747 , +31649318747. Dysponuję czasem: Poniedziałek - Piątek po godz. 16.30. Weekendy -

Sobota - Niedziela - 24h ! Można dzwonić lub wysłać smsa z informacją skąd i dokąd chcesz jechać, a skontaktuje się z Tobą! Gdy nie odbieram, proszę o sms! Mogę zabrać maks. do 6 osób! Pozdrawiam i zapraszam!

Transport – oferuję: Codziennie bez limitu na bagaż. +48 729 248 162 www.busy-dohollandii.org CODZIENNIE DO HOLLANDII BEZ LIMITU NA BAGAŻ. MOŻESZ ZABRAĆ ZE SOBĄ 10 WALIZEK PRALKĘ ORAZ

TELEWIZOR !! I TAK ZAPŁACISZ NORMALNĄ KWOTĘ MAX 85€ CZEKAMY NA CIEBIE! DBAMY O TWOJE FINANSE:) Obsługujemy województwa: małopolskie, podkarpackie, świętokrzyskie, śląskie, opolskie, dolnośląskie. Jeździmy do: HOLLANDII, NIEMIEC, BELGII, POLSKI. Więcej o nas: nowe komfortowe samochody, duża przestrzeń bagażowa, w wybranie dni brak limitu na bagaż, bez przesiadek, z adresu na adres, zawodowi kierowcy, CODZIENNIE do Polski-CODZIENNIE do Holandii :) Zadzwoń do NAS :) +48 729 248 162 lub wejdź na www.busy-dohollandii.org.

dzwoń do NAS :) +48 729 248 162 lub wejdź na www.busy-dohollandii.org.

Sprzedam – różne: Pyszne domowe Ciasta i Torty na każdą okazję. Pyszne domowe ciasta i torty na każdą okazję, nasze wypieki można zobaczyć na stronie: www.facebook.com/ciastatorty-hollandia. Zapraszam do kontaktu: tel: 0649791022 lub email: grajcar1986@gmail.com, odbiór w Gouda lub dowozimy na terenie całej Holandii: Rotterdam Den Haag Utrecht itd.

Reklama



Prześlij nam swoje CV cv@seniorvip.pl

Szukasz pracy?

Zostań Opiekunem Osoby Starszej

Oferujemy:

- pracę na terenie Niemiec
- legalne zatrudnienie
- wsparcie koordynatora
- zakwaterowanie i wyżywienie
- atrakcyjne wynagrodzenie
- naukę języka niemieckiego

Oczekujemy:

- miłego i ciepłego usposobienia
- cierpliwości do osób starszych
- znajomości języka niemieckiego w stopniu komunikatywnym
- gotowości wyjazdu do Niemiec na co najmniej 2 miesiące

seniorvip.pl

☎ 222 478 110

☎ 222 478 114

PRACA

Lektorzy. Filos Logos poszukuje lektorów. Dołącz do nas! Filos Logos poszukuje lektorów języka niderlandzkiego oraz angielskiego w Utrechcie i Eindhoven oraz nauczycieli online. Centrum Języków Obcych Filos Logos prowadzi działalność związaną z kursami językowymi, tłumaczeniami oraz wsparciem lingwistycznym na terenie Polski oraz Holandii. W związku z dynamicznym rozwojem firmy, obecnie poszukujemy lektorów języka niderlandzkiego i angielskiego do oddziałów szkoły językowej w Utrechcie, Wrocławiu i Eindhoven oraz lektorów do prowadzenia zajęć online. Wymagania: minimum dwuletnie doświadczenie w nauczaniu języków obcych, wykształcenie filologiczne, poziom biegłości językowej C1/C2, dyspozycyjność, dobra organizacja pracy, komunikatywność, umiejętność pracy z ludźmi. Oferujemy: elastyczny grafik, możliwość prowadzenia zajęć: stacjonarnych grupowych i indywidualnych oraz online, pracę w kreatywnym i zgranym zespole. Osoby zainteresowane ofertą prosimy o przesłanie swojego CV na adres praca@filoslogos.pl. W razie jakichkolwiek pytań zapraszamy do kontaktu!

OPERATOR WÓZKÓW WIDŁOWYCH. kandydatów do pracy jako: OPERATOR WÓZKÓW WIDŁOWYCH. Miejsce: Oss, Helmond, Deurne – Holandia. Zakres obowiązków: Operator wózków widłowych czołowych i bocznych wysokiego składowania. Wymagania: Znajomość języka angielskiego lub niemieckiego lub holenderskiego na poziomie komunikatywnym; Status osoby niekaranej w Polsce. Zapewniamy: Holenderską umowę o pracę; Zakwaterowanie; Ubezpieczenie zdrowotne; Dojazd do pracy na terenie Holandii; Opiekę polskich koordynatorów; Pomoc przy założeniu nr BSN/sofi; Możliwość wyjazdu dla par; Dodatki służbowe rekompensujące koszty zakwaterowania. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie swojego CV na adres e-mail: info@workforce.pl.

Operator WALCA. Biuro pośrednictwa pracy TRAMPER Flexwork poszukuje pracowników z ukończonym kursem VCA do pracy na stanowisko operatora walca. Miejsce pracy: Goes, Zeeland. Wymagania: doświadczenie, kurs VCA, znajomość języka angielskiego lub holenderskiego.

skiego, prawo jazdy. Osoby zainteresowane prosimy o przesyłanie CV, kopie certyfikatu VCA, sofi numer oraz kopie dowodu osobistego na adres e-mail: info@tramperflexwork.nl.

PRACOWNIK PRODUKCJI OD ZARAZ!! OFERTA PRACY Z ZAKWATEROWANIEM. Agencja Zatrudnienia i Pracy Tymczasowej KLAVER Sp. z o.o. z certyfikatem o numerze 13570 poszukuje dla jednego ze swoich klientów zagranicznych pracowników produkcyjnych. Zatrudnimy osoby dyspozycyjne do podjęcia pracy na okres minimum 3 miesięcy, bądź na stały kontrakt. Mille widziane zarówno osoby pojedyncze, jak i pary lub grupy osób. Oferujemy: stawkę od 8,96 E/h do 10,10E/h, extra płatne nadgodziny i prace w weekendy (od 11,20 E/h do 13,44E/h), legalne zatrudnienie o umowę o pracę na warunkach Holenderskich, zorganizowany przejazd z Polski do Holandii (płatny według cennika przewoźnika), możliwość nawiązania dłuższej współpracy możliwość pracy w nadgodzinach, zakwaterowanie w mieszkaniach, domkach, hotelach o odpowiednim standardzie, szkolenie

wstępne przed podjęciem pracy, opieka koordynatorów podczas pobytu, ubezpieczenie, odzież ochronną. Wymagania: dyspozycyjność, elastyczność (podjęcie pracy na różnych stanowiskach i w różnym czasie), zaangażowanie, odpowiedzialność i sumienność, mile widziana znajomość języka angielskiego lub holenderskiego. Zakres obowiązków: pakowanie i sortowanie warzyw i owoców (w tym owijanie w opakowania, naklejanie logo, sprawdzanie jakości produktów), prace szklarniowe (zrywanie warzyw, podcinanie liści, pielęgnacja pędów oraz inne prace porządkowe), pakowanie kawy, masła, praca przy kwiatach (wykonywanie stroików, ozdób, bukietów z kwiatów) i wiele innych prac produkcyjnych do których nie wymagamy doświadczenia. Osoby zainteresowane w/w stanowiskiem proszone są o wysłanie CV na adres mailowy podany w ogłoszeniu, bądź o kontakt telefoniczny. KLAVER – Agencja Zatrudnienia i Pracy Tymczasowej, tel: +48 570 901 913, Pn-Pt: 9:00-17:00 Zapraszamy, e-mail: praca@klaverteam.com, www.klaverteam.com.

Murarz-klinkier. 11E/h netto. Holenderska firma poszukuje doświadczonych murarzy do pracy przy klinkierze. Wymagania: doświadczenie na w/w stanowisku, komunikatywny język obcy, auto (1 na grupę), VCA lub SCC018 mile widziane. Oferujemy: holenderską umowę o pracę, 450e netto/40 godzin, darmowe zakwaterowanie, ubezpieczenie pełne (opłacone przez pracodawcę). Osoby zainteresowane prosimy o kontakt +48 864711471 lub cv@ch-24.com.

Monter paneli słonecznych. Holandia-500 EUR/40h netto + zakwaterowanie. Wymagania: VCA lub SCC018, podstawowy język obcy, samochód na grupę, gotowość do podjęcia pracy na wysokościach. Oferujemy: stałe zatrudnienie na holenderskiej umowie o pracę, stawka 500 euro za 40h netto, darmowe zakwaterowanie, ubezpieczenie pełne. Osoby chętne prosimy o kontakt email cv@ch-24.com lub pod numerem telefonu +48 864711471.

PRODUKCJA SPOŻYWCZA. Aktualnie poszukujemy kandydatów w: PRODUKCJI

SPOŻYWCZEJ. W miejscowościach: Best, Venlo, Tilburg, Leuwarden, Venlo – Holandia. Zakres obowiązków: Sortowanie i pakowanie owoców, warzyw, produkcja wyrobów mięsnych. Wymagania: Brak przeciwwskazań zdrowotnych do pracy z żywnością, Status osoby niekaranej w Polsce, Znajomość języka angielskiego/niemieckiego/holenderskiego na poziomie komunikatywnym będzie dodatkowym atutem. Zapewniamy: Holenderską umowę o pracę; Zakwaterowanie; Ubezpieczenie zdrowotne; Dojazd do pracy na terenie Holandii; Opiekę polskich koordynatorów; Pomoc przy założeniu nr BSN/sofi; Możliwość wyjazdu dla par; Darmowy transport do Holandii dla osób na stawkach wiekowych; Dodatki służbowe rekompensujące koszty zakwaterowania. Osoby zainteresowane prosimy o przesyłanie swojego CV na adres e-mail: info@workforce.pl.

Przepalacz złomu z VCA. Biuro pośrednictwa pracy TRAMPER Flexwork poszukuje pracowników na stanowisko przepalacza złomu. Miejsce pracy: okolice Vlissingen, Zeeland.

Reklama

PRACOWNIK OBSŁUGI KLIENTA

Międzynarodowa firma poszukuje pracowników z terenu Apeldoornu do pracy w zakresie obsługi klienta.

Wymagamy od pracownika:

- bardzo dobrej znajomości języka holenderskiego lub angielskiego,
- zorientowania w sprawach podatkowych i socjalnych w Holandii,
- dyspozycyjności,
- dobrej organizacji pracy,
- prawo jazdy kat. B.

Oferujemy:

- ciekawą pracę w młodym zespole,
- elastyczny czas pracy,
- cykl szkoleń przygotowawczych do podjęcia pracy,
- samochód i telefon służbowy.

Wszystkie osoby zainteresowane prosimy o wysyłanie swojego CV wraz z listem motywacyjnym na adres:

cv@klosowska.com

PRACA

Wymagania: doświadczenie, znajomość języka angielskiego lub holenderskiego, mile widziane prawo jazdy. Osoby zainteresowane prosimy o przesyłanie CV, sofi numer oraz kopie dowodu osobistego na adres e-mail: info@tramperflexwork.nl.

Pokojówka. Pilnie poszukujemy Pan z okolic Amsterdamu do pracy w hotelach w Amsterdamie. Stanowisko: Praca polega na przygotowywaniu pokoi dla gości według standardów wytyczonych przez hotel. Wymagania: Przynajmniej komunikatywna znajomość języka angielskiego, Brak tatuaży w widocznych miejscach (ręce, szyja) oraz piercingu na twarzy, Komunikatywność, energia w działaniu, motywacja oraz zdolności interpersonalne, Wysoka kultura osobista, Miła aparycja. Oferujemy: Legalne zatrudnienie zgodnie z prawem holenderskim, Profesjonalne szkolenie w hotelu, Ubezpieczenie zdrowotne, Opieka w Holandii sprawowana przez naszych polskich koordynatorów. Zainteresowane Panie prosimy o przesłanie swojego CV na adres email: praca@bizztemp.nl z informacją w tytule: Pokojówka. Szczegóły finansowe i oferty wysyłamy pozytywnie zweryfikowanym kandydatom na adres email oraz kontaktujemy się telefonicznie.

PRACA W SZKLARNI-PAKOWANIE POMIDORÓW OD ZARAZ!! OFERTA PRACY Z ZAKWATEROWANIEM. Agencja Zatrudnienia i Pracy Tymczasowej KLAVER Sp. z o.o z certyfikatem o numerze 13570 poszukuje dla jednego ze swoich klientów zagranicznych PRACOWNIKÓW SZKLARNIOWYCH (POMIDORY). Zatrudnimy osoby dyspozycyjne do podjęcia pracy na okres minimum 3 miesięcy, bądź na stały kontrakt. Mile widziane osoby posiadające prywatne zakwaterowanie na terenie Hagii. Oferujemy: stawka godzinowa 9,43 euro brutto/ godzinę. Wymagania: doświadczenie w szklarni z pomidorami, mile widziane osoby z własnym zakwaterowaniem w Hadze, motywacja do pracy, mile widziana znajomość języka angielskiego. Zakres obowiązków: wszelkie prace związane z pielęgnacją i zbiorem pomidorów. Dodatkowo do każdej oferty pracodawca dolicza 8 procent pieniędzy wakacyjnych i 8 procent pieniędzy urlopowych. Ponadto każdy pracownik może ubiegać się o zwrot nadpłaty podatku w rozliczeniu rocznym oraz o zwrot do 70 procent kwoty ubezpieczenia zdrowotnego. Osoby zainteresowane w/w stanowiskiem

proszone są o wysłanie CV na adres mailowy podany w ogłoszeniu, bądź o kontakt telefoniczny. KLAVER – Agencja Zatrudnienia i Pracy Tymczasowej, tel: +48 570 901 913, Pn-Pt: 9:00-17:00 Zapraszamy, e-mail: praca@klaverteam.com, www.klaverteam.com.

Praca przy produkcji. Dla Naszego klienta poszukujemy zmotywowanych osób, chcących pracować w pełnym wymiarze godzin na produkcji, w systemie zmianowym. Praca przy profilach - Produkcja - w Tilburgu. Stawka: 9.43 + dodatki zmianowe. Wymagania: własne zakwaterowanie, oraz transport na terenie Tilburga i bliskich okolic, język angielski lub holenderski – komunikatywny. Osoby zainteresowane proszę o wysłanie CV na adres: info@lfflex.nl.

MURARZ KLINKIERU. Wymagania: Doświadczenie w pracach murarskich na terenie Europy zachodniej, Doświadczenie w murowaniu klinkieru, minimum 2 lata, Certyfikat VCA / SCC (lub gotowość do zdobycia), Komunikatywny język niemiecki lub angielski, Udokumentowane doświadczenie w tej pracy na aktualnym CV, Posiadanie własnego dojazdu do pracy. Oferujemy: 40 godzin tygodniowo, Zatrudnienie i wynagrodzenie na warunkach Holenderskich, 12 - 13 euro netto na godzinę (w zależności od doświadczenia), Wynagrodzenie wypłacane tygodniowo, Darmowe mieszkanie; Wsparcie podczas pobytu w Holandii. Zainteresowany? Prześlij nam swoje cv info@happyworkerseu.nl . Więcej info www.happyworkerseu.nl.

Mechanik samochodów ciężarowych. Witam dla naszego klienta w Tilburgu poszukujemy mechanika samochodów ciężarowych z doświadczeniem! Praca na długi okres czasu, znajomość jęz. angielskiego w stopniu komunikatywnym, stawka do wynegocjowania według układu cao tln. Zainteresowane osoby prosimy o wysłanie CV na adres mailowy info@lfflex.nl.

Pracownik fizyczny z VCA. Biuro pośrednictwa pracy TRAMPER Flexwork poszukuje chętnych osób do pracy fizycznej z ukończonym kursem VCA. Miejsce pracy: Vlissingen, Zeeland. Wymagania: VCA, mile widziane prawo jazdy kat B. Osoby zainteresowane prosimy o przesyłanie CV, sofi numer oraz kopie dowodu osobistego na adres e-mail: info@tramperflexwork.nl.

Praca produkcyjna - OD ZARAZ. Agencja pośrednictwa pracy Inforcontracting Group poszukuje chętnych osoby do pracy na stanowisko pracownika produkcyjnego. Praca polega na pakowaniu promocyjnych puszek piwa do krat oraz układaniu ich na palety. Wymagania: chęć do pracy w dużym wymiarze godzin, mile widziane doświadczenie w pracy produkcyjnej, prawo jazdy kat.B, znajomość języka angielskiego. Oferujemy: dużą ilość godzin, możliwość zakwaterowania, opiekę polskiego koordynatora, cotygodniowe rozliczenie godzin. Zainteresowane osoby prosimy o przesłanie CV na meila werk@inforcontracting.com lub kontakt pod numerem 0786202829.

Monter regipsów. Holandia-Amsterdam, Vlissingen - 450e/40h netto + darmowe zakwaterowanie. Wymagania: doświadczenie na w/w stanowisku, mile widziane VCA lub SCC018, komunikatywny język obcy, auto (1 na grupę), własne narzędzia (poziomica, aku-wkrętarka, wiertarka, młotki, nożyki itd.). Warunki: stałe zatrudnienie na holenderskiej umowie o pracę, stawka 450e netto/40h, darmowe zakwaterowanie, ubezpieczenie pełne (opłacone przez pracodawcę). Osoby chętnie prosimy o kontakt email cv@ch-24.com lub pod numerem telefonu +48 864711471.

JEŻYNY, MALINY, TRUSKAWKI - ZBIÓR OD ZARAZ!! OFERTA PRACY Z ZAKWATEROWANIEM. Szukasz dobrze płatnej pracy w Holandii ? Świetnie mamy dla Ciebie idealną ofertę! Jesteśmy Agencją Zatrudnienia i Pracy Tymczasowej KLAVER Sp. z o.o z certyfikatem o numerze 13570. Oferujemy pracę na okres minimum 2 miesięcy. Poszukujemy osób do pracy przy sadzonkach malin, jeżyn, truskawek oraz zbiorach malin, truskawek i jeżyn. Oferta skierowana jest tylko i wyłącznie do osób które są w 100% pewne i zdecydowane na wyjazd. Oferujemy: zarobki 9,43 euro brutto za godzinę pracy, transport, zakwaterowanie, ubezpieczenie zdrowotne. Warunki pracy: pierwsze dwa tygodnie praca przy sadzonkach malin, truskawek i jeżyn, później przy zbiorach malin, truskawek i jeżyn po 2 miesiącach zjazd na urlop i możliwość powrotu do pracy. Wymagania: mile widziane Panie, motywacja do pracy. Ilość miejsc ograniczona!!! Jeśli jesteś zainteresowany w/w ofertą skontaktuj się z nami tel 731901913. KLAVER – Agencja Zatrudnienia

CIĄG DALSZY NA STR. 8

Reklama

Czy pracujesz w sektorze mięsnym?



Związek Zawodowy FNV potrzebuje twojej pomocy.

FNV Przemysł Spożywczy chce dowiedzieć się czy pracodawcy w sektorze mięsnym właściwie wdrażają warunki zatrudnienia określone w umowach zbiorowych CAO i / lub je przestrzegają. Pomyśl np. o dodatku za pracę w zimnie, siatce płac, godzinach pracy, wysokich kosztach mieszkaniowych, kosztach podróży. Nie wszyscy pracodawcy biorą to pod uwagę, podczas gdy wielu pracowników ma prawo do tego.

Chcielibyśmy otrzymać informacje o firmach, takich jak Westfort vleesproducten w IJsselstein; Van Rooij w Helmond, Van Loon w Best, Hilton Meat w Zaandam czy takich firm jak Vion.

Czy pracujesz dla firmy jak powyżej i podejrzewasz, że pewne zasady nie są przestrzegane? Skontaktuj się z nami. Możesz wysłać e-mail do naszej polskojęzycznej koleżanki Natalii Cremers na adres mailowy: natalia.cremers@fnv.nl

Wszystkie informacje, które otrzymamy od Państwa będą traktowane jako poufne i anonimowo.

Hodowla labradorów "Czekoladowy Mix"



14 szceniaków koloru czekoladowego czeka na nowych właścicieli:

- 7 chłopców i 7 dziewczynek,
- urodzone 09.10.2015 roku,
- do odbioru po 20.11.2015 roku.

Cena 1700 PLN

Kontakt:

Beata Kunicka
ul. Partyzancka 52
45-802 Opole

tel 0048 504 249 860
<http://czekoladowymix.pl>



Przewozy Osobowe

Holandia - Polska Polska - Holandia

Jeździmy codziennie z adresu pod adres. Komfortowe busy wyposażone w DVD i internet Wi-Fi.

Atrakcyjne
ceny!



Więcej na stronie www.busymustang.pl

lub pod numerami telefonów

☎ 48 606 22 88 11 ☎ 48 606 22 88 44

f Mustang przewozy międzynarodowe



PRACA

CIAG DALSZY ZE STR. 7

nia i Pracy Tymczasowej, tel:+48 570 901 913 pn-pt 9-17 zapraszamy, e-mail: praca@klaverteam.com, www.klaverteam.com.

Avon-Zostań Konsultantką w Holandii. Serdecznie zapraszam do współpracy w branży kosmetycznej na terenie Holandii. Pracujemy na polskich katalogach, a co za tym idzie, wszystkie produkty są w polskich cenach. Ceny zatem, w przeliczeniu na EURO, są naprawdę niskie, a to z kolei jest doskonały argument do zachęcenia klientek do wypróbowania dobrej jakości kosmetyków. Avon oferuje: -Upusty od 15% do 40%, -Wpisowe 0 zł !!, -Nagrody i upusty w ofertach promocyjnych, -Dostęp do produktów przedpremierowych, -Przywileje, konkursy, super nagrody, -Prezenty i atrakcyjne oferty w ramach specjalnego programu dla nowej konsultantki. Poza tym ode mnie: -pakiet startowy (w tym katalogi i próbki), -pewny kurier z kosmetykami Polska -Holandia, -opieka i pomoc. Darmowa rejestracja Ty planujesz ile godzin pracujesz. Zapraszamy. Skontaktuj się ze mną:

Angelika, tel:0617 800 383, email:avonholandia@vp.pl.

Praca przy pakowaniu mięsa - OD ZARAZ. Agencja Pośrednictwa Pracy Inforcontracting Group poszukuje dla swojego klienta kandydatów do prac produkcyjnych przy mięsie. Praca polega na układaniu produktów mięsnych na tacki m.in.: kotlety, kulki mięsne, szaszłyki itp. Wymagamy: mile widziana znajomość j. angielskiego/holenderskiego, mile widziane prawo jazdy kat B, doświadczenie na produkcji. Oferujemy: umowę o pracę na holenderskich warunkach, wynagrodzenie adekwatne do zadań i wykonywanej pracy zgodne z holenderskimi stawkami dla branży/sektora, cotygodniowe rozliczenie godzin, możliwość wypłaty zaliczek, możliwość zakwaterowania, opiekę polskich koordynatorów. Osoby zainteresowane proszę o wysłanie CV na adres: werk@inforcontracting.com z dopiskiem: „Prace produkcyjne przy miesie” lub kontakt pod numerem 0786202829.

Cieśla szalunkowy. Wymagania: Doświadczenie w pracach jako cieśla szalunkowy (min. rok), Udokumentowane

doświadczenie w tej pracy na swoim aktualnym CV, Certyfikat VCA / SCC (warunek zatrudnienia), Komunikatywny język niemiecki, angielski lub holenderski (znajomość języka jest priorytetem), Umiejętność czytania rysunku technicznego, posiadanie własnego dowozu do pracy. Oferujemy: 40 godzin tygodniowo, Zatrudnienie i wynagrodzenie na warunkach Holenderskich, 450 euro za przepracowany tydzień (40h), Wakacyjne i dni urlopowe dodatkowo, Wynagrodzenie wypłacane tygodniowo, Darmowe mieszkanie, Wsparcie podczas pobytu w Holandii. Zainteresowany? Prześlij nam swoje cv info@happyworkerseu.nl, Więcej info www.happyworkerseu.nl.

SORTOWANIE WARZYW I OWOCÓW OD ZARAZ!! OFERTA PRACY Z ZAKWATEROWANIEM. Agencja Zatrudnienia i Pracy Tymczasowej KLAVER Sp. z o.o z certyfikatem o numerze 13570 poszukuje dla jednego ze swoich klientów zagranicznych pracowników produkcyjnych do sortowania i pakowania warzyw i owoców. Zatrudnimy osoby dyspozycyjne do podjęcia pracy na okres minimum 3 miesięcy, bądź na stały kontrakt.

Mile widziane kobiety. Oferujemy: zarobki od 8,96 - 9,80 euro Brutto/ godzinę, zakwaterowanie 89,26 euro/tydzień, ubezpieczenie 22,40 euro/tydzień, praca na dłuższy czas. Wymagania: gotowość do podjęcia pracy od zaraz, motywacja do pracy, odpowiedzialność, umiejętność pracy pod presją czasu, dobra organizacja stanowiska pracy. Zakres obowiązków: prace produkcyjne, sortowanie warzyw i owoców, prace na magazynie, prace na hali. Rejestracja osobiście: KLAVER sp.z o.o., ul.Gajcego 2, Częstochowa, +48 570901913, www.klaverteam.com.

Praca w przemyśle mięsnym. Panie i Panowie! Jesteśmy liderem w rekrutacji wykwalifikowanych rzeźników, klasowaczy oraz ubojowców do przemysłu przetwórstwa mięsnego na terenie całej Holandii. Miejsce pracy: HOLANDIA- Amsterdam i Tilburg. Data rozpoczęcia pracy: od zaraz! OPIS STANOWISKA: Trybowanie, Klasowanie, Obróbka, Ubój. Szukamy osób, które: mają doświadczenie w pracy z nożem przy wykrawaniu/ trybowaniu min 6msc (warunek konieczny), posiadają prawo jazdy kat B - mile widziane. OFERUJE-

MY: atrakcyjne wynagrodzenie, praca na warunkach Holenderskich, zakwaterowanie, ubezpieczenie, opiekę polskiego koordynatora na miejscu. Osoby zainteresowane powyższą ofertą zapraszamy do aplikowania przez przesłanie CV na praca@bizztemp.nl wpisując w tytule "Wolowina" lub pod numerem telefonu +31614731834.

Philips Lighting Polska rekrutuje kandydatów ze znajomością j. niderlandzkiego. Poszukujemy osób z bardzo dobrą znajomością języka niderlandzkiego, które chciałyby dołączyć do naszego centrum HR/Kadr i Płac w Polsce, w Pile (województwo wielkopolskie). Szukamy absolwentów zainteresowanych rozwojem w dziale Human Resources, bądź też osób z doświadczeniem w tym obszarze. Gwarantujemy: umowę o pracę oraz atrakcyjne benefity (prywatna opieka medyczna, kartę MultiSport, roczny bonus w zależności od wyników, zniżki na produkty firmy Philips). Pomożemy także w relokacji do Piły - zapewniamy pakiet relokacyjny. Dołącz do nas i pomóż nam tworzyć lepszy, kolorowszy świat: <https://youtu.be/oTOv7H->

k16Bl. Sprawdź więcej szczegółów na naszej stronie karier <http://www.philips.com/careers/lighting> lub skontaktuj się z nami bezpośrednio drogą mailową: anna.barcinska@philips.com.

Konsultantka Avon. Witam, szukam konsultantek z AVON! Jeśli chcesz zarobić: extra pieniądze, chcesz mieć tańsze kosmetyki, jesteś uwiązany i potrzebujesz nienormowanego wymiaru pracy!!! To jest praca właśnie dla Ciebie!!! Avon to świetna perspektywa, gdy: nie masz dostępu do kosmetyków AVON, chcesz mieć tańsze kosmetyki; chcesz trochę dorobić i nawiązać współpracę z tą firmą. Co zyskujesz po zastaniu konsultantką? 1. Produkty tańsze nawet do 40 % 2. Możliwość kupowania z wyprzedaży przeznaczonych tylko dla konsultantek (zniżki nawet do 85%). Nie ma obowiązku składania każdego zamówienia! Pomogę w dostawie! W każdym katalogu produkt dla konsultantki za 1 zł!! Jeżeli jesteś zainteresowana/y napisz a udzielię wszystkich niezbędnych informacji zapraszam do współpracy E-MAIL: marzena.rog@poczta.pl lub dzwoni 619592946.

Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii



**Wejdź, zarejestruj się i
dodawaj BEZPŁATNIE
swoje ogłoszenia**

PRACA

Monter płyt KG. Do firmy zajmującej się realizacją projektów budowlanych poszukujemy doświadczonych monterów ścian szkieletowych z komunikatywną znajomością języka angielskiego lub niemieckiego. Wymagania: Minimum 1 letnie doświadczenie w pracy przy montażu ścian szkieletowych lub podobnych, Certyfikat VCA / SCC (lub chęć zdobycia), Mile widziany komunikatywny język niemiecki lub angielski, Udokumentowane doświadczenie w tej pracy na swoim CV (znajomość języka jest priorytetem), Posiadanie własnego dowozu do pracy. Oferujemy: Zatrudnienie i wynagrodzenie na warunkach Holenderskich, 450 euro netto za przepracowany tydzień (40h), Darmowe mieszkanie. Płatne dni urlopowe + wakacyjne, Renomowane firmy, Wsparcie podczas pobytu w Holandii. Jesteś zainteresowany? Prześlij nam swoje cv info@happyworkerseu.nl Więcej info www.happyworkerseu.nl.

Murarzy klinkieru. PanPol sp. z o.o., Agencja Zatrudnienia (KRAZ 1670) poszukuje: murarzy klinkieru z UDOKUMENTOWANYM doświadczeniem w Holandii, Belgii lub Niemczech. Stała praca na umowie hollen-

derskiej. Wymagania: udokumentowane doświadczenie w zawodzie, najlepiej w Holandii, ostatecznie w Belgii lub Niemczech, komunikatywna znajomość języka angielskiego, niemieckiego lub holenderskiego, prawo jazdy, mile widziany certyfikat VCA lub SCC (certyfikat bezpieczeństwa, jest wymagany w większości firm w Holandii), mile widziany numer SoFi (BSN) - jest to holenderski numer podatkowo-ubezpieczeniowy (w razie jego braku zostanie zorganizowane spotkanie w holenderskim urzędzie skarbowym - Belastingdienst - w celu jego wyrobienia). Warunki finansowe: stawka godzinowa netto: 13 Euro, mieszkanie gratis (pokój dwuosobowy), samochód firmowy. Osoby spełniające powyższe wymagania prosimy o przesyłanie CV po angielsku (w formacie *.doc) wraz ze skanami posiadanych certyfikatów i referencji na adres: cv@euroworker.pl.

Praca stała w chłodni. Stała praca od zaraz. Poszukujemy osób chętnych do podjęcia pracy w naszej chłodni z drobniem na różnych stanowiskach produkcyjnych. Ofertę kierujemy jedynie do osób mających zakwaterowanie w Hadze. Oferujemy:

całoroczną pracę z dużą ilością godzin, transport do pracy, wynagrodzenie w systemie miesięcznym, opiekę polskiego koordynatora. Kontakt: tel. 0621 277 237, email: wioleta@allstargroup.nl, adres biura: Fruitweg 25, Den Haag.

PERSONEL PORZĄDKOWY. Aktualnie poszukujemy kandydatów do pracy jako: PERSONEL PORZĄDKOWY. Miejsco-wość: Leeuwarden - Holandia. Zakres obowiązków: Sprzątanie hal produkcyjnych. Wymagania: Znajomość języka angielskiego lub niemieckiego na poziomie komunikatywnym, Status osoby niekaranej w Polsce. Zapewniamy: Holenderską umowę o pracę, Zakwaterowanie, Ubezpieczenie zdrowotne, Dojazd do pracy na terenie Holandii, Opiekę polskich koordynatorów, Pomoc przy założeniu nr BSN/sofi, Możliwość wyjazdu do Holandii dla osób na stawkach wiekowych, Dodatki służbowe rekompensujące koszty zakwaterowania. Osoby zainteresowane prosimy o przesyłanie swojego CV na adres e-mail: info@workforce.pl.

Praca w hotelach w Amsterdamie - Sprzątanie. Pilnie poszukujemy osób do sprzątania hoteli w Amsterdamie. Jest możliwość przyuczenia wiec doświadczenie nie jest wymagane. Oczekujemy dyspozycyjności, chęci do pracy, zamieszkania w Amsterdamie bądź okolicach, gotowości podjęcia pracy od zaraz. Oferujemy kontrakt godzinowy, prace na full-time, 3 tygodnie płatnego urlopu na rok, dodatek wakacyjny i place za każda przeprac-

waną godzinę. Zainteresowane osoby proszę o kontakt telefoniczny pod nr 020 4860 490 (również w j. polskim) lub wysłanie CV na adres: barbara@2fmprompts.nl.

DEKARZ. Wymagania: Doświadczenie min. 3 lata na w/w stanowisku, Doświadczenie zdobyte w Holandii, Udokumentowane doświadczenie w tej pracy na swoim aktualnym CV, Certyfikat VCA / SCC, Komunikatywny język niemiecki, angielski lub hollen-

derski (znajomość języka jest priorytetem), Posiadanie własnego dowozu do pracy. Oferujemy: 40 godzin tygodniowo, Zatrudnienie i wynagrodzenie na warunkach Holenderskich, 450 euro netto za przepracowany tydzień (40h), Wakacyjne i dni urlopowe dodatkowo, Wynagrodzenie wypłacane tygodniowo, Darmowe mieszkanie, Wsparcie podczas pobytu w Holandii. Zainteresowany? Prześlij nam swoje cv info@happyworkerseu.nl Więcej info: www.happyworkerseu.nl.

Reklama

MIĘDZYNARODOWY PRZEWÓZ OSÓB
POLSKA•NIEMCY•HOLANDIA•BELGIA

4 WYJAZD ZA POŁOWE CENY

tel.: +48 662 151 047

MŚ: działania w Puszczy Białowieskiej wynikają z prawa europejskiego i krajowego

Działania prowadzone w Puszczy Białowieskiej wynikają z prawa europejskiego i krajowego, w tym m.in. z przepisów dyrektyw siedliskowej i ptasiej – poinformował w czwartkowym komunikacie rzecznik prasowy Ministerstwa Środowiska Paweł Mucha.

Komisja Europejska poinformowała w czwartek o przejściu do drugiego etapu prowadzonej od ubiegłego roku procedury przeciwko Polsce w związku z decyzją o zwiększonej wycince w Puszczy Białowieskiej. Komisja skierowała do naszych władz wezwanie do usunięcia uchybień, domagając się przestrzegania unijnych przepisów z dyrektyw ptasiej i siedliskowej. Warszawa dostała krótszy niż zazwyczaj czas na odpowiedź. Wynosi on miesiąc, a nie jak zwykle dwa.

Rzecznik KE Enrico Brivio tłumaczył w czwartek, iż wynika to tego, że sytuacja jest pilna. „Komisja Europejska wzywa Polskę do wstrzymania zaplanowanego na szeroką skalę wyrębu w Puszczy Białowieskiej – ostatnim w Europie kompleksie pierwotnej puszczy i obszarze ochrony przyrody objętym siecią Natura 2000” – podkreślono w unijnym komunikacie.

„Wypełniamy zapisy dyrektyw ptasiej i siedliskowej. Zobowiązują one nasz kraj do dbania o gatunki i siedliska występujące w Puszczy Białowieskiej” – zaznaczył Mucha, cytowany w komunikacie resortu.

„Obecny stan Puszczy Białowieskiej stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa, w związku z tym niezbędne jest podejmowanie działań” – podkreślił z kolei cytowany w komunikacie minister środowiska Jan Szyszko. Jak wyjaśnił, skupiają się one na przestrzeganiu prawa,

„a więc wykonaniu dyrektyw unijnych oraz planu zadań ochronnych, zgodnego z planem urządzania lasu, a także zapewnienia bezpieczeństwa i dobrobytu ludzi, którzy żyją na tym terenie od stuleci”.

„Deklarujemy, że bierzemy pełną odpowiedzialność za działania, które wykonujemy. Mam nadzieję, że ci, którzy opowiadają się za brakiem działań w Puszczy Białowieskiej, również są gotowi ponieść odpowiedzialność za swoje decyzje” – podkreślił Szyszko.

Według Ministerstwa Środowiska pozostawienie Puszczy samej sobie doprowadzi do jej wewnętrznego wyniszczenia. „Bez działań naprawczych będą zamierały kolejne połacie lasu, który dotąd był chlubą polskiej szkoły leśnictwa i wyjątkowym obiektem dziedzictwa kulturowo-przyrodniczego. Nieusuwanie chorých, zaatakowanych przez

kornika drzew może skutkować tragicznymi wypadkami, jakie miały miejsce w ostatnim czasie w Puszczy Białowieskiej” – podkreślił resort w komunikacie.

„Jako członkowie Unii Europejskiej, zobowiązaliśmy się do przestrzegania prawa i wprowadzenia obszarów Natura 2000, dlatego musimy dbać o te siedliska, które wyznaczyliśmy. Celem działania, które oparte jest na wiedzy i doświadczeniu leśników, jest zahamowanie procesu destrukcji siedlisk ważnych z punktu widzenia Unii Europejskiej” – napisało w komunikacie ministerstwo.

Według Pawła Muchy, w sprawie działań w Puszczy Białowieskiej Ministerstwo Środowiska jest w stałym dialogu z Komisją Europejską. „Uważamy, że KE, opierając się na prawie i wieloletnich doświadczeniach polskiej szkoły ochrony przyrody, podzieli prezentowane od dawna w tej sprawie poglądy resortu” – zaznaczył.

Resort wskazał, że dzięki odpowiedniemu sposobowi użytkowania Puszczy Białowieskiej, korzystania z jej zasobów, udawało się ją zachować przez lata w dobrym stanie. I podkreślił, że „lokalna społeczność wyraża poparcie dla działań ministra Jana Szyszko”.

Puszcza Białowieska, jak przypomniiał resort, została podzielona na dwie części. W 1/3 nie są podejmowane żadne działania, zgodnie z postulatami niektórych organizacji pozarządowych. Pozostałe 2/3 puszczy jest poddawane czynnej ochronie, zgodnie z wymogami programu Natura 2000. „Leśnicy, zgodnie ze sztuką leśną oraz dobrymi praktykami zachodnich ekologów, usuwają z Puszczy Białowieskiej zarażone drzewa. Przeprowadzone tam cięcia sanitarne mają na celu zapobieganie rozszerzaniu się chorób, a także realizowanie nasadzeń zastępczych” – wyjaśniono.

Działania ochronne dla Puszczy Białowieskiej zostały, jak podkreślił resort, poprzedzone inwentaryzacją siedlisk przyrodniczych. Została ona zorganizowana po raz pierwszy i objęła ok. 1400 powierzchni referencyjnych. Udział w niej wzięło 200 specjalistów. Dzięki inwentaryzacji ma być wiadomo, który ze sposobów ochrony jest skuteczny – czynny, który Ministerstwo Środowiska uważa za słuszny, czy bierny.

Położona w północno-wschodniej Polsce Puszcza Białowieska to ostatni na niżu Europy las naturalny, o charakterze pierwot-



FOT. FREEIMAGES.COM / LYSANNE OOTEMAN



FOT. FREEIMAGES.COM / MICHALSKI

nym, jaki przed wiekami rozciągał się w strefie lasów liściastych i mieszanych. Najlepiej zachowany fragment lasu chroni Białowieski Park Narodowy, zajmujący centralną część puszczy. Za początki istnienia parku przyjmuje się rok 1921, kiedy na części obecnego obszaru Parku utworzono leśnictwo „Rezerwat”.

Park zajmuje ponad 10,5 tys. ha, czyli 1/6 polskiej części Puszczy Białowieskiej; pod ścisłą ochroną jest ponad 6 tys. ha. W parku występuje m.in. 809 gatunków roślin naczyniowych,

ponad 3 tys. gatunków roślin zarodnikowych i grzybów, prawie 200 gatunków mchów i 283 gatunki porostów. W puszczy żyją 52 gatunki ssaków, ponad 8 tys. gatunków bezkręgowców oraz ok. 120 gatunków ptaków lęgowych – m.in. sóweczka, dzięcioł trójpalczasty.

Białowieski Park Narodowy jest jedynym polskim obiektem przyrodniczym, wpisanym na listę Światowego Dziedzictwa UNESCO.

(PAP)

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE
- WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. FREEIMAGES.COM / MICHALSKI



FOT. FREEIMAGES.COM / MICHALSKI

Dorosłość nie jest atrakcyjna i budzi obawy

Młodzi w wieku 18-29 lat czują się dojrzały, ale nie dojrzały. Skoncentrowani na edukacji nie rozwijają kompetencji społecznych i obywatelskich poza wirtualną rzeczywistością. Uzależnieni emocjonalnie i materialnie od nadopiekuńczych rodziców nie osiągają wczesnej samodzielności. Psychologowie oraz socjologowie z Uniwersytetu SWPS sprawdzili, jak młode pokolenie postrzega dorosłość i jakie bariery musi przezwyciężać.

DOROSŁOŚĆ TO JUŻ NIE ROLE SPOŁECZNE

„Dziś młodzi szybciej niż kiedyś nabywają kompetencje poznawcze, intelektualne, związane także z możliwością pracy zawodowej i niezależnością. Ze względu na wzrost tendencji indywidualistycznych i rozwój nowych technologii, otwiera się przed nimi wiele możliwości, w tym samodzielne podejmowanie decyzji i odnajdywanie się w świecie wirtualnym, dotąd identyfikowanym ze światem dorosłych. Często jednak uskarżają się na brak kompetencji społeczno-emocjonalnych pozwalających na budowanie bliskich relacji” – wyjaśnia dr Dorota Wiszejko-Wierzbicka, kierownik zespołu badawczego.

Naukowcy z SWPS zapytali ponad 3 tysiące kobiet i mężczyzn w wieku 18-29 lat o to, jak definiują dorosłość, czy sami czują się dojrzały i co uważają za wyznaczniki dojrzałości.

Pięć klasycznych społecznych kryteriów dojrzałości obejmuje: wejście na rynek pracy, wyprawę z domu rodzinnego, założenie własnego gospodarstwa

domowego, wstąpienie w związek małżeński oraz posiadanie dziecka. Młode pokolenie uważa inaczej. Zdaniem badanych oznaką dorosłości jest mądrość życiowa i dojrzałość psychiczna.

„Uznaliśmy, że młodzi mogą odchodzić od definiowania dorosłości w kategoriach ról społecznych – rodzica, małżonka czy pracownika, a skłaniać się ku poszukiwaniu nowych definicji dorosłości w kategoriach złożonych umiejętności psychicznych, na przykład umożliwiających zbudowanie trwałego związku” – dodaje dr Wiszejko-Wierzbicka.

Spśród pięciu tradycyjnych, społecznych kategorii dorosłości najważniejsze dla badanych okazało się samodzielne prowadzenie gospodarstwa domowego. Tylko co czwarta badana osoba wskazała na stałe zatrudnienie, a co dziesiąta posiadanie dzieci.

W zdecydowanej większości młodzi badani czują się dojrzały psychicznie (85 proc.). Wynika to z poczucia możliwości podejmowania własnych decyzji oraz posiadanych umiejętności społecznych i emocjonalnych pozwalających na utrzymanie siebie.

Wśród warunków niezbędnych do bycia dorosłym wskazane są kompetencje społeczne, takie jak umiejętność zarobienia na siebie (66 proc.) lub na rodzinę (63 proc.). Istotną miarą dorosłości według badanych jest także zaplanowanie własnej kariery zawodowej (43 proc.), a także tworzenie bliskich relacji (35 proc.).

MŁODZI BOJĄ SIĘ NIE-ATRAKCYJNEJ DOROSŁOŚCI

Poczucie dojrzałości w przeprowadzonym badaniu okazało się niezależne od płci. Podobna liczba kobiet i mężczyzn deklarowała w ramach bada-

nia, że w wieku 18-29 lat czuje się dorosła i dojrzała psychicznie. Znaczenie ma natomiast wiek. W przedziale 18-21 lat za dorosłych uznało się 54 proc. respondentów, w przedziale 22-25 lat – 72 proc., natomiast w przedziale najstarszym 85 proc. badanych.

Półowa respondentów ma obawy przed wejściem w dorosłość i uznała, że ten etap życia nie jest atrakcyjniejszy niż dzieciństwo, zaś 34 proc., twierdzi, że gdyby mogło o tym zdecydować, nie wchodziłoby w dorosłość. Młodzi skarżą się na brak umiejętności społecznych i emocjonalnych odpowiedzialnych za budowanie bliskich relacji. Większość osób, które wzięły udział w badaniu, czuje się dorosła dzięki posiadanym kompetencjom zawodowym oraz zatrudnieniu. Mniejsza grupa czuje się dorosła z uwagi na posiadaną niezależność, czyli samodzielne mieszkanie i własne gospodarstwo domowe czy bycie w związku.

Badacze wyróżniają pięć strategii wchodzenia w dorosłość. „Profesjonalista” rozwija kompetencje, radzi sobie w sferze materialnej, dąży do posiadania zawodu i zatrudnienia, a także zarobienia na siebie oraz zapewnienia bytu rodzinie. „Kowal własnego losu” rozwija autonomię i buduje niezależność; mieszka bez rodziców. „Domator” buduje relacje i bliskie związki, umie utrzymać stałą, bliską relacją partnerską. „Mędrzec” dba o rozwój wewnętrzny. Chce zdobyć wiedzę życiową i ponosić konsekwencje własnych decyzji. „Migrant” to osoba niezdecydowana, ma prawo jazdy i ukończoną edukację szkolną.

Najczęściej barierą w osiągnięciu dojrzałości młodzi widzą w samych sobie. Uskarżają się

na strach, lęk, obawę przed dorosłością i ponoszeniem odpowiedzialności czy podejmowaniem ryzyka. Przeszkodą są również nadopiekuńczy rodzice, z którymi wiąże młodych relacja finansowa, a także uczuciowa, przyjmująca niekiedy formę „uzależnienia”.

„Jak mówili sami badani, nie służy ono rozwojowi samodzielności oraz autonomii. Wpajane latami przez rodziców przekonanie, że należy posiadać wyższe wykształcenie, które zagwarantuje pracę jest zdaniem respondentów błędnym sądem w obecnej rzeczywistości, gdzie dyplom uczelni nie gwarantuje już zatrudnienia, a ważniejsze okazuje się doświadczenie i umiejętności” – wyjaśnia dr Wiszejko-Wierzbicka.

Zdaniem młodych przez to, że byli skoncentrowani na edukacji ucierpiała możliwość zdobywania przez nich doświadczeń zawodowych w tym czasie oraz poznawania i rozwoju innych swoich kompetencji, chociażby w zakresie relacji społecznych czy aktywności obywatelskiej. Często wymianą barierą przez badanych jest brak pracy, a co za tym idzie – możliwości rozwoju zawodowego i usamodzielnienie się, pozyskania względnego bezpieczeństwa, które umożliwiłoby odseparowanie się od rodziców i założenie własnego gospodarstwa domowego. Jako przeszkodę wskazywano również wydłużony okres edukacji.

Badaniem objęto osoby w wieku 18-29 lat, ze zróżnicowanym wykształceniem oraz miejscem zamieszkania – wieś, małe, średniej wielkości, duże miasto.

PAP – NAUKA W POLSCE
ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE
– WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. FREEIMAGES.COM / MARCOS SANTOS



FOT. FREEIMAGES.COM / KAI KUUSIK-GREENBAUM



FOT. FREEIMAGES.COM / JERRY PROUDLOCK

Zrób ferment dla zdrowia

Sfermentowane produkty np. warzywa, owoce, ziarna czy niektóre wędliny pomagają przyswajać witaminy z grupy B, wiele składników mineralnych i niektóre aminokwasy, zwiększają też odporność organizmu. Warto jednak pamiętać, że podczas fermentacji tracą znaczne ilości witaminy C i że zawierają sporo soli.

W niektórych częściach świata żywność fermentowana jest bardzo popularna, różnorodna i ceniona za dobry wpływ na organizm. W innych z kolei – uważana za szkodliwą, niesmaczną i niezdadną do spożycia.

W Azji bardzo popularne są produkty fermentowane w solance (np. kimchi) oraz pikle owocowe i warzywne (np. wasabi). Temu procesowi poddawane są także soki owocowe i suszone warzywa. Podobnie jest w Afryce, gdzie poza piklami warzywnymi i owocowymi, różnego rodzaju octami i sosami chili bardzo popularnym daniem są fermentowane ziarna. W Ameryce Południowej nadal chętnie zjadane są kiszone warzywa i owoce, fermentowane ziarna, a także wina i inne napoje alkoholowe, jak np. syrop z agawy.

„Choć taki sposób konserwo-



FOT. FREEIMAGES.COM / ALLISON CARTER

wania żywności jest tani i skuteczny, umożliwia spożycie takich roślin i ich części, które w innej postaci niekoniecznie nadają się do jedzenia, to społeczeństwa bogatsze w znacznym stopniu ograniczyły konsumpcję produktów fermentowanych na korzyść mrożonek, produktów pasteryzowanych czy liofilizowanych” – informuje Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego (SGGW) (<http://www.sggw.pl/>).

Asortyment żywności fermentowanej znacznie skurczył się np. w Ameryce Północnej. Amerykanie zaczęli bardzo zwracać uwagę na produkowa-

nie żywności czystej mikrobiologicznie. Obecnie tylko nieliczne gospodarstwa domowe przygotowują potrawy fermentowane, a ich smak nie odpowiada większości społeczeństwa. Również w Europie żywność fermentowana nie jest już tak popularna. Najczęściej spotykane produkty to kiszone warzywa i owoce, głównie kapusta i oliwki. Europejczycy spożywają także spore ilości napojów fermentowanych (wino, piwo, kwas chlebowy).

Jak zauważa dr hab. Małgorzata Drywień ze Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego, odejście od produktów fermen-

towanych nie jest krokiem w dobrą stronę, bo drobnoustroje uczestniczące w procesie fermentacji mają bardzo dobry wpływ na nasze zdrowie.

Wyniki badań wykazują, że w procesie fermentacji rozkładane są antyodżywcze substancje zawarte w pożywieniu. Dzięki temu nasz organizm lepiej przyswaja składniki mineralne zawarte w produkcie. Fermentacja zwiększa też przyswajalność witamin z grupy B i niektórych aminokwasów. Żelazo, cynk i wapń podawane z produktami fermentowanymi są nawet o 80 proc. bardziej dostępne dla naszego organizmu.

Mikroorganizmy biorące udział w procesie fermentacji przyczyniają się także do zmniejszenia ilości substancji toksycznych w produkcie. Na przykład – wytwarzanych przez grzyby – aflatoksyn jest nawet 70 proc. mniej. Te związki chemiczne są odporne na wszystkie inne metody unieszkodliwiania. Ponadto w produktach poddanych fermentacji mlekowej – np. kiszonej kapuście – mniej jest azotanów niż w ich świeżych odpowiednikach.

„Badania wykazują, że zawarte w żywności fermentowanej bakteriocyny ograniczają rozwój szkodliwych mikroorganizmów, a także korzystnie wpływają na odporność naszego organizmu. Żywność fermentowana jest więc nie tylko bezpieczna dla naszego zdrowia, lecz także może być źródłem naturalnych antybiotyków” – informuje SGGW.

Ekspertyzy przeprowadzone na myszach z wszczepionym nowotworem wątroby wykazały, że guz zmniejszył się po 30-dniowym stosowaniu fermentowanego soku warzywno-owocowego. Z kolei u mężczyzn regularnie spożywających kimchi dostrzeżono m.in. korzystną zmianę wskaźników lipidowych krwi – ilość „złego” cholesterolu (LDL) zmalała, a „dobrego” (HDL) – wzrosła.

Warto jednak pamiętać – wspomina dr Drywień – że choć żywność fermentowana jest bogata w niektóre składniki odżywcze, to traci np. znaczne ilości witaminy C w stosunku do produktu świeżego. Zawiera także znaczne ilości soli, przez co nie jest zbyt dobrym pożywieniem dla osób z chorobami nerek lub nadciśnieniem. W dodatku proces fermentacji wymaga czasu, który niekoniecznie musi służyć produktowi. „Jeśli żywność zostanie poddana obróbce niezgodnej ze sztuką kulinarną, istnieje ryzyko, że wytworzą się w niej związki i organizmy chorobotwórcze, takie jak np. pleśń” – przestrzegają specjaliści SGGW.

Fermentacja była jednym z zagadnień podejmowanych podczas konferencji z cyklu Fakty i Fikcje w Żywieniu Człowieka i Konsumpcji SGGW. Dr hab. Małgorzata Drywień wygłosiła referat pt.: „Roślinne produkty fermentowane – korzyści i zagrożenia”.

PAP – NAUKA W POLSCE
ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE
– WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. FREEIMAGES.COM / DANIEL L

Reklama

BILETY AUTOKAROWE REZERWACJA, SPRZEDAŻ

HOLANDIA

0031-648-719-489

POLSKA

0048-51175-66-40

**Zadzwoń, zarezerwuj bilet, zapłać
w dniu wyjazdu w autobusie**

bilety on-line: www.twojbilet.eu

Zdrowie schowane w strączkach



FOT. FREEIMAGES.COM / ELAINE TAN

Cieciorka może służyć za afrodyzjak; białko soi od białka zwierzęcego różni się tylko jednym aminokwasem; a groch odkwasza organizm. Rośliny strączkowe są zdrowe i bezpieczne, jeśli odpowiednio długo je namoczymy i wygotujemy z odrobiną przypraw i ziół – przekonują eksperci.

Rośliny strączkowe – choć bardzo zdrowe – w Polsce wciąż nie są darzone estymą, a często kojarzone wyłącznie jako warzywa ciężkostrawne. Z czarnym PR-em od dawna musi mierzyć się np. groch. Każdy chyba zna dziecięcą rymowankę: „Kipi kasza, kipi groch. Lepsza kasza niż ten groch, bo od grochu boli brzuch, a po kaszy człowiek zdrowy”.

Tymczasem eksperci przekonują, że groch wprawdzie jest dość ciężkostrawny – podobnie jak inne warzywa strączkowe – ale tylko wtedy, gdy jest źle ugotowany. Strawność roślin strączkowych poprawia dodatek: tymianku, majeranku, kminku, czosnku, oregano bazylii, rozmarynu, cząbra, kopru włoskiego, anyżu, kolen-dry, kminu rzymskiego. Gdy nasiona dobrze wy-moczymy i podczas gotowania dodamy do nich przyprawy, to nie powinny nas spotkać żadne sensacje po zjedzeniu. Dlatego tak ważne jest odpowiednie przygotowanie warzyw strączkowych i nie-lekceważenie rad o ich wcześniejszym moczeniu

i długim gotowaniu. Odpowiednia obróbka kulinarna nasion pozwoli też na zachowanie wartości odżywczej strączkowych, bo usuwane są wtedy zawarte w nich związki anty-odżywcze np. taniny, lektyny.

Około 60 proc. masy suchych nasion roślin strączkowych stanowią węglowodany, a około 2 proc. tłuszcz. Wyjątkiem jest soja, w której zawartość tłuszczu przekracza 20 proc. Aż 70 proc. tłuszczu stanowią niezbędne do naszego funkcjonowania nienasycone kwasy tłuszczowe takie jak: linolowy, linolenowy i olejowy. Jednocześnie strączkowe nie zawierają cholesterolu.

„Rośliny strączkowe zawierają za to najwięcej białka spośród wszystkich roślin uprawnych. Stanowi ono od 17 do nawet 40 proc. ich suchej masy. Najwięcej białka zawierają soja i soczewica, następnie groch oraz fasola. Z tego względu powinny koniecznie znaleźć się w diecie wegan i wegetarian” – mówi dr hab. Ewelina Hallmann ze Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie.

Najlepszym źródłem białka są suche nasiona soi. Zawierają one praktycznie cały komplet aminokwasów w proporcjach bardzo zbliżonych do tzw. białka wzorcowego, czyli białka pochodzenia zwierzęcego. Z 20 aminokwasów zawierają aż 19, a brakuje w nich tylko izoleucyny. W dodatku białko z soi jest również bardzo dobrze przez nasz organizm przyswajane. Według skali wartości biologicznej białek PDCAAS przyswajalność

białka sojowego oceniana jest na 0,91, a białka pochodzącego z wołowiny na 0,92.

Oprócz białka, stanowiącego 43 proc. suchych nasion soi, zawierają one również tłuszcz, którego może być aż 20 proc. Soja jest też dobrym źródłem wapnia i witaminy K, dlatego nasiona soi powinny być spożywane przez osoby z grupy ryzyka choroby osteoporozy. Zawierają też magnez, kwas foliowy, a także mangan i miedź, które są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania układu enzymatycznego oraz odporności komórkowej. Dr Hallmann radzi jednak, żeby przy zakupie nasion i produktów z soi zachować czujność i czytać etykiety, bo w sprzedaży można znaleźć soję modyfikowaną genetycznie.

W kuchni arabskiej i indyjskiej – spośród nasion strączkowych – powszechnie stosowana jest soczewica. W starożytnym Egipcie była ona powiązana z sacrum i według wierzeń miała potężną moc utrzymania dusz zmarłych. Niemcy podają ją jako danie noworoczne, wierząc, że zapewni domowi dobrobyt. Nasiona soczewicy zawierają 25 proc. białka w suchej masie oraz 20 proc. tłuszczu; są bogate w żelazo, fosfor i magnez, a także witaminy z grupy B; mogą być spożywane przez cukrzyków, ponieważ mają niski indeks glikemiczny.

Okryty złą sławą groch również jest bardzo dobrym źródłem białka, zawierającego szczególnie dużo lizyny i treoniny, ale także innych tzw. aminokwasów eg-

zogennych – które musimy dostarczać z pożywieniem, gdyż nasz organizm ich nie syntetyzuje. Jego zaletą jest także niski indeks glikemiczny. To cecha szczególnie ważna dla chorych na cukrzycę typu II, ponieważ gotowany groch powoli i stopniowo uwalnia glukozę. Groch odgrywa dużą rolę w zapobieganiu rakowi jelita grubego, pomaga w leczeniu raka piersi, trzustki, prostaty, płuc czy białaczki. Należy do roślin zasadowotwórczych, jest więc doskonałym pokarmem odkwaszającym organizm.

Z Bliskiego Wschodu pochodzi inna coraz bardziej popularna roślina strączkowa – cieciorka, zwana także cieciorką lub włoskim grochem. Uprawiana tam była już w 6500 r. p. n. e., stamtąd dotarła do Europy, do Hiszpanii i Francji. Uprawia się ją również w Indiach, dlatego często jest składnikiem tradycyjnych potraw kuchni hinduskiej, a także pakistańskiej oraz arabskiej. Sama cieciorka jest też idealnym zamiennikiem m.in. kawy – ze względu na duże ilości choliny. W Egipcie, ze względu na właściwości pobudzające, jej nasiona traktowane są jako afrodyzjak.

Dr hab. Ewelina Hallmann wykład poświęcony roślinom strączkowym wygłosiła w ramach Wszechnicy Żywnościowej – Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego.

PAP – NAUKA W POLSCE,

EWELINA KRAJCZYŃSKA

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE

– WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL

Reklama

**Zamieść swoje ogłoszenie
bezpłatnie na naszej stronie**

**lub wyślij sms z treścią ogłoszenia na numer
0031 (0) 686 127 604 , a my zrobimy to za Ciebie**

www.GoniecPolski.nl

PRENUMERATA

PROMOCJA!!!

Tylko 2,50 €* za numer!

26 numerów - 65,00 € (rok)
13 numerów - 32,50 € (pół roku)
6 numerów - 15,00 € (kwartał)

Zamówienia prosimy kierować na maila
redakcja@goniecpolki.nl



* - cena za prenumeratę na terenie Holandii

Pytania do eksperta – listy Czytelników

Otrzymaliśmy od Was wiele listów dotyczących holenderskich spraw podatkowych. Dziś prezentujemy kolejne z nich. Na pytania Czytelników odpowiadamy we współpracy z pracownikami Kancelarii Podatkowej Anna Kłosowska www.rozliczcie.pl. Serdecznie dziękujemy za wszystkie nadesłane wiadomości, jak również za okazane nam zaufanie.

Jeżeli macie jakieś pytania do naszych ekspertów czekamy na Wasze maile pod adresem redakcja@goniecypolski.nl



...

Witam,
Bardzo proszę Państwa o pomoc. W Holandii pracowałem od 21 września 2015 roku i w jednej firmie przepracowałem aż 1 dzień, a dokładnie 3 godziny. Potem zatrudniłem się 28.09.2015 roku w innej firmie i pracowałem tam do 08.12.2015 roku. Na jarograwe mam napisane z tej drugiej firmy: „Jaaropgaaf van het loon en de inhoudingen over de periode 28-09 – 31-12”. Czy jest w ogóle sens, abym

się rozliczał? Czy jeżeli tego nie zrobię, to czy będę ponosił jakieś kary? Do Holandii już więcej nie wracam. Powiem jeszcze, że księgowa chciała okresy zatrudnienia, natomiast nie wiem, jak to wyjaśnić w przypadku tej drugiej firmy. Tam miałem czterotygodniowy okres wypłat, a nie co tydzień. Jeżeli podaję okresy zatrudnienia do 08.12.2015 roku, to wychodzi, że mam zwrócić 100 euro, a jeżeli do 31.12.2015 roku, jak mam napisane na jarograwe, to wychodzi na 0. Proszę mi dora-

dzić, co zrobić w takim przypadku. Wiem, że jak wyjdę na 0, to nie muszę w ogóle się rozliczać i czy tak samo będzie na plusie?

Pozdrawiam

(dane osobowe i adres e-mail do wiadomości redakcji)

Odpowiedź:

Często zdarza się, że okresy podane na jaaropgave nie pokrywają się z faktycznym okresem zatrudnienia. Nie do końca jest tak, że jeśli wychodzi

Pan na plusie, to nie musi się Pan rozliczać. Jeśli wynikiem rozliczenia jest zwrot podatku, a podatnik był zameldowany w Holandii lub posiadał nieograniczony obowiązek podatkowy, to tak czy inaczej musi się rozliczyć.

go zwrotnego adresu mailowego bądź też numeru telefonu. Czy takowy rachunek nie powinien przyjść pocztą bądź jakimś bardziej wiarygodnym mailem?

Pozdrawiam

(dane osobowe i adres e-mail do wiadomości redakcji)

Odpowiedź:

Proszę sprawdzić, kto jest nadawcą owego maila i spróbować po nadawcy znaleźć jakiś kontakt do tej instytucji w sieci.

...

Witam,

Mam pytanie: zakończyłem współpracę z pewną firmą w Holandii i ostatnie godziny, czyli ostatnia wypłata nie wpłynęła na moje konto. Pytając panią księgową telefonicznie oraz mailem otrzymałem odpowiedź, że jakiś koleś i usuwa ten plik, a nie mogę odpisać na wiadomość, ponieważ nie ma tam żadnego konta i sobie brał moje

pieniądze. Pani księgowa nie powinna była tak postąpić bez mojego podpisu, a jak się upomniałem, to powiedziała, że to nie jej sprawa i wysłała mi solaris z informacją, na jakie konto dała te pieniądze. Teraz nie wiem, jak upomnieć się o wakacyjne i urlopowe, bo pani w księgowości za moje upominania raczej nie odpowie na to. Pracowałem tam 3 miesiące, więc jakieś to pieniądze są. A co z wypłatą, jaką wysłała na kogoś konto? Czy miała prawo bez mojej wiedzy tak postąpić? Bo raczej ten, co to otrzymał, mi tego nie zwróci.

Z poważaniem

(dane osobowe i adres e-mail do wiadomości redakcji)

Odpowiedź:

Bez wątplenia księgowa nie miała prawa, aby przelać pieniądze na konto, którego Pan jej nie podał. Najlepiej będzie, jeśli zasięgnie Pan porady prawnej, aby dowiedzieć się, jakie środki należy podjąć, aby wyegzekwować owe wynagrodzenie.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadesłanych tekstów.

Reklama



ZWROT PODATKU Z HOLANDII

Rozlicz się **ONLINE**

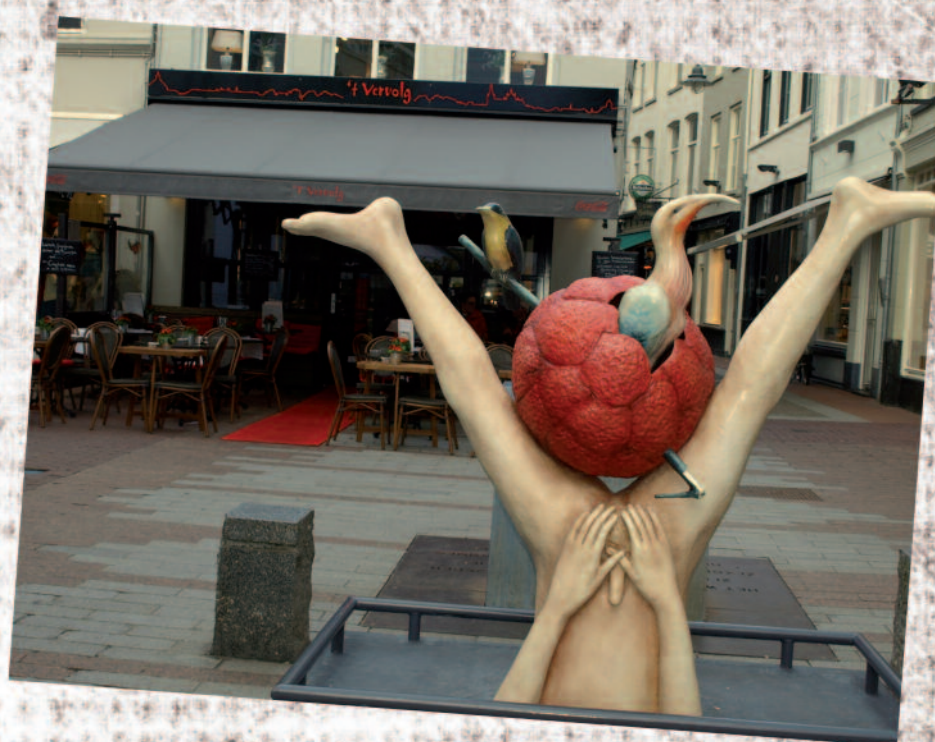
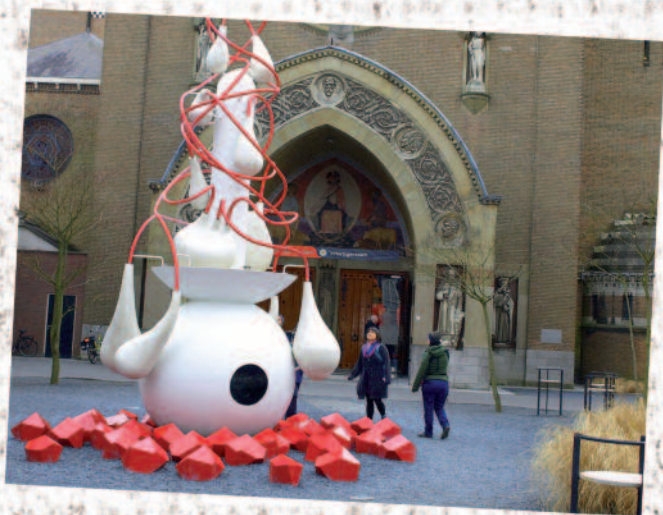
**Szybko
Bezpiecznie
Profesjonalnie**

www.TAX.gg



Galeria zdjęć Czytelników

Dzis prezentujemy zdjęcia ze spaceru po Den Bosch, które nadesłała nasza Czytelniczka – Pani Elzbieta Zaleska z Amsterdamu.



Czekamy na Wasze fotki
pod adresem
fotka@goniecpolski.nl

fot. Elzbieta Zaleska

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM
DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolanski.nl

DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY

Szczęśliwa żona do męża:
– Kochanie, nasz synek już chodzi!
– Tak? To niech wyniesie śmieci.

Pewne plemię afrykańskie odwiedziła okrutna susza. Padając z pragnienia udali się do plemiennego szamana z prośbą o pomoc. Szaman ów wyszedł z lepianki i patrząc po tłumie współplemieńców pyta:

– Kto ma wodę?
Nikt się nie zgłasza to powtórza:

– Kto ma trochę wody?
Nieśmiało zgłasza się jeden z członków plemienia i podając bukłak wody mówi:

– Ja mam jeszcze trochę.
Szaman niewiele myśląc wylał wodę do miseczki, ściągnął koszulę i zaczął ją prać. Mieszkańcy wioski patrzyli ze zgrozą. Wyjął koszulę z wody, wykręcił i wodę wylał w krzaki. Znowu pyta:

– Kto ma jeszcze jakąś wodę?
Kolejny osobnik podając mu bukłak mówi:

– Mnie zostało jeszcze pół...
Szaman wziął wodę, wylał do miski i wypłukał koszulę. Wodę wylał, a koszulę powiesił na sznurku.

Kiedy mieszkańcy wioski chcieli się na niego rzucić zaczęły napływać ciężkie chmury i roz-

padał się deszcz.
Szaman na to:
– Zawsze pada, jak pranie zrobię...

– Często pijesz?
– Od czasu do czasu...
– To znaczy?
– Od czasu jak knajpę otworzą, do czasu jak ją zamkną

Szef dużego przedsiębiorstwa próbuje złapać swojego pracownika w związku z pilnym problemem. Ponieważ pracownika ciągle nie ma w pracy wybiera jego numer domowy. Telefon odbiera Jasia i szeptem mówi:

– Słucham?
– Czy tata jest w domu? – za-
pytał szef
– Tak – wyszeptało dziecko
– Mogę z nim porozmawiać?
– Nie – ze zdziwieniem szef usłyszał wyszeptaną odpowiedź
– A mama jest w domu?
– Tak – znów wyszeptało dziecko
– Mogę z nią porozmawiać?
– Nie – w odpowiedzi usłyszał szept
– A może jest jeszcze ktoś dorosły w domu?
– Tak, policjant – znowu szeptem

– No to czy mogę porozmawiać z policjantem?
– Nie, jest zajęty – dalej szept
– Czym zajęty?!

– Rozmawia z mamą i tatą i strażakiem – szept
Szef zaczął się powoli niepokoić, a w tle coraz głośniejszemu szum.

– Co to za hałas?
– Helikopter – ciągle szept
– A co on tam robi? – coraz bardziej zaniepokojony szef
– Grupa poszukiwawcza właśnie wylądowała – dalej szept
– A czego oni będą szukać?!

– Już poważnie zaniepokojony, żeby nie powiedzieć przerażony szef.
A w słuchawce, dziecięcy głosik szeptem mówi tylko jedno słówko:
– Mnie...

Nowo przyjęty do służby policjant przez pomyłkę

w księgowości nie dostawał pensji przez 4 miesiące. Po odkryciu pomyłki przełożony wzywa policjanta na rozmowę.

– Heniu od 4 miesięcy nie dostajesz pensji. Czemu nic nie mówiłeś?
– Myślałem, że jak dostałem broń służbową to mam sobie już jakoś radzić...

Wraca mąż ze szpitala gdzie odwiedzał ciężko chorą teściową i zły jak nieszczęście mówi do żony:

– Twoja matka jest zdrowa jak koń, niedługo wyjdzie ze szpitala i zamieszka z nami.
– Nie rozumiem – mówi żona – wczoraj lekarz powiedział mi, że mama jest umierająca!
– Nie wiem co on tobie powiedział, ale mnie radził przygotować się na najgorsze.

Pani pyta się Jasia w szkole:

– Kiedy odrabiasz lekcje?
– Po obiedzie.
– To dlaczego dziś masz nieodrobione?
– Bo jestem na diecie.

Z gabinetu dentystycznego wypada pacjent.

– Jak było? – pyta żona.
– Dwa wyrwał.
– Przecież tylko jeden cię bolał.
– Nie miał wydać.

Jasio i tata rozmawiają w salonie. Tata mówi do niego:

– Jasiu, popatrz na swojego ojca: mądry, inteligentny, a Ty głupi jak ten stół.
To mówiąc zastukał w blat.
Na to Jasio:
– Ktoś puka!
– Siedź głupku, sam otworzę.

Siedzą wariaci na drzewie i udają gruszki. Jeden pyta:
– Dojrzałeś?
– Nie – odpowiada drugi.
Sytuacja powtarza się.
Za trzecim razem pyta:
– Dojrzałeś?
– Tak.
– No to spadaj!

Młoda żona ma romans z kochankiem. Słyszcząc kroki męża, bez zastanowienia wpycha kochanka na balkon, ubiera się i wita męża. Po krótkim czasie mąż, aby ochłonać po całym dniu wychodzi na balkon... Patrzy, a tu goły facet!

– Panie, co pan tutaj robi?
– pyta zdziwiony.

– Eh, ludzie z góry chcieli mnie zabić zrzucając z balkonu, ale spadłem na wasz.

– Chodź, dam Ci ubranie... My, mężczyźni powinniśmy sobie pomagać!

Dał mu ubranie, poczęstował kieliszkiem i pożegnał.

W nocy leżąc z żoną w łóżku mówi.

– Maryśka... Albo ty mnie zdradzasz albo nam piętrowo dobudowali!

Idzie zajączek przez las. Mówi coś do siebie i macha łapką. Spotkał misia. Miś się mu prze chwile przygląda aż w końcu mówi:

– Co robisz?
Zajączek na to:
– Opowiadam sobie kawały
– A po co machasz łapką?
– Bo niektóre już znam.

Facet kupił fajny, duży telewizor i przyniósł go do domu. Żona patrzy, a na pudle sporo jakichś znaczków informacyjnych.

– Kochanie, co oznacza ten kieliszek na opakowaniu?
– To znaczy, że zakup trzeba opić!

– Panie doktorze, swędzi mnie całe ciało.

– A próbował się pan kąpać, jak mówiłem?
– Tak, wykąpałem się – dwa tygodnie było w porządku ale teraz znowu swędzi.

Mąż i żona siedzą na kanapie i mąż mówi:

– Ile razy mnie zdradziłaś?
Żona milczy.
– No powiedz?
Nadal milczy.
– No ile?
W końcu żona mówi:
– Tyle razy ci mówiłam żebyś mi nie przeszkadzał jak liczę.

Kącik poetycki

Prezentujemy dziś wiersze ks. Mariana Kosińskiego – utalentowanego poety, kompozytora i animatora kultury ludowej. Wrodzona miłość do przyrody i potrzeba obcowania z naturą nigdy nie przeszkadzały mu w działalności organizatorskiej. Regularnie aranżował Ogólnopolskie Spotkania Poetów i Artystów, świąteczne koledowania i rozmaite wydarzenia kulturalne. Założył Ludowy Zespół Kameralny „Miniaturki”, z którym koncertował w wielu krajach Europy, grupę teatralną „Świt”, teatr jednego aktora, przewodził też innym podobnym przedsięwzięciom. Jego działalność spotykała się z uznaniem – jest m.in. kawalerem Brązowego Krzyża Zasługi oraz został odznaczony Medalem im. dr Jordana.

Tworzysz, piszesz poezję? Wyślij nam swoją twórczość na redakcja@goniecpolanski.nl, a my opublikujemy ją na łamach gazety. Czekamy na Wasze prace!

OD BYTOMIA NA ZACHÓD

Od Bytomia na zachód,
Szli powstańcy bez strachu,
Zawsze z nimi w tym pochodzie
Miły uśmiech był na co dzień
Zawsze z nimi w tym pochodzie
Uśmiech w śląskiej pieśni był

Ta piosenka szła z Wami, dolinami, wzgórzami
Zawsze, zawsze w tym pochodzie
Ta pieśń z Wami szła na co dzień
Właśnie, właśnie w tym pochodzie
Ta pieśń z Wami ciągle szła

Od Bytomia na zachód, szlakiem powstań
bez strachu
Idą chłopcy i dziewczyny i wesołe mają miny
Idą chłopcy i dziewczyny i powstańczą nuć pieśń
Ta pieśń, która szła z Wami, dolinami, wzgórzami
Z nami dzisiaj jest w pochodzie
Z nami w pracy jest na co dzień
Z nami także jest w pochodzie
I na co dzień z nami jest

A jak młodość – to miłość, a więc tak się zdarzyło
Że poznali się w pochodzie: On z OPOLA,
Ona z ŁODZI
Że spotkali się w pochodzie
A co dalej wiecie już

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii i Belgii

Redaktor naczelny: D. Gancarz

Redaguje zespół

Kontakt z redakcją:
redakcja@goniecpolanski.nl

Biuro reklamy:
reklama@goniecpolanski.nl

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

Wydawca/Uitgever:
GoniecPolski.nl
Tilburg
Nederland

Regulamin gazety i portalu GoniecPolski.nl
dostępny jest na stronie:
http://goniecpolanski.nl/regulamin/

DOKĄD SIĘ ZWRÓCIĆ W RAZIE PROBLEMÓW

Ambasada RP w Hadze

Alexanderstraat 25
2514 JM Den Haag
Tel.: +31(0)70 799-01-00
Faks: +31(0)70 799-01-37
e-mail: haga.amb.sekretariat@msz.gov.pl
<http://www.haga.msz.gov.pl>

Wydział Konsularny

Alexanderstraat 25
2514 JM Den Haag
(wejście od ulicy Javastraat)
tel. +31(0)70 7990 130
fax. +31(0)70 7990 147
e-mail: haga.konsulat@msz.gov.pl

Holenderska Inspekcja Spraw Społecznych i Zatrudnienia

Strona internetowa zawiera wiele informacji, kluczowych z punktu widzenia pracownika:

http://www.inspectieszw.nl/other_languages/poish/Punkt_zg_aszania_nieuczciwych_biur_po_rednictwa_pracy.aspx

Inspekcja zajmuje się nadzorem nad przestrzeganiem przepisów dotyczących: niewypłacenia bądź zanizenia wynagrodzenia, BHP, czasu pracy oraz dodatku urlopowego. Aby złożyć skargę w tym zakresie możesz skorzystać z formularza w języku polskim na stronie internetowej:

https://fd8.formdesk.com/arbeidsinspectie/klachtenformulier_Polish

Punkt zgłaszania nieuczciwych biur pośrednictwa pracy

Działa w ramach ww. Inspekcji. Skargę zgłosić można telefonicznie (0 800 51 51) w języku angielskim lub holenderskim, faxem (070 333 61 61) lub pocztą (Postbus 820, 3500 AV Utrecht) w języku polskim. Istnieje również możliwość złożenia skargi przez internet w języku polskim:

<https://fd8.formdesk.com/arbeidsinspectie/Zawiadomienie>

Krajowy Punkt Zgłoszeń Nadużyć dla Wsparcia Polaków w Holandii

INFOLINIA.NL to strona, która powstała dzięki współpracy organizacji polonijnych z Policją Haaglanden. Umożliwia (anonimowo) zgłoszenie wszelkich uciążliwości, jakich doświadczają Polacy na holenderskim rynku pracy:

<http://www.infolinia.nl>

Holenderski układ zbiorowy pracy dla Pracowników Tymczasowych na lata 2009-2014 (tzw. CAO)

Jest to rozbudowany zbiór przepisów, który określa obowiązki agencji pracy i pracownika, zasady dotyczące BHP, czasu wolnego, emerytur, szkoleń



umów, urlopów, zakwaterowania (zasad nakładania kar za naruszenie regulaminu) itp. Koniecznie sprawdź przed wyjazdem, czy wykonując pracę w Holandii będziesz podlegał postanowieniom tego układu. Przeczytaj go dokładnie - dostępny jest m.in. na stronie:

<http://www.abu.nl/publicaties/cao>

ABU

Jest to holenderskie zrzeszenie agencji pracy tymczasowej, które zobowiązały się do przestrzegania układu zbiorowego CAO. Strona dostępna jest w języku niderlandzkim oraz częściowo w innych językach, m.in. w języku polskim:

<http://www.abu.nl/pools/informacie-dla-pracownikow-tymczasowych>

Przed podjęciem pracy w holenderskiej agencji warto sprawdzić jej wiarygodność i uzyskać dane o jej działalności. Możliwość wyszukiwania agencji zarejestrowanej w ABU istnieje pod adresem:

<http://www.abu.nl/website/onze-leden>

NBBU

Kolejne holenderskie zrzeszenie agencji pracy tymczasowej przestrzegających układ CAO. Strona dostępna jest w języku niderlandzkim. Znajduje się tu lista zarejestrowanych w tej organizacji agencji: <https://www.nbbu.nl/ledenlijst>

Stowarzyszenie Przestrzegania Układu Zbiorowego Pracy dla Pracowników Tymczasowych

Stowarzyszenie Przestrzegania Układu Zbiorowego Pracy dla Pracowników Tymczasowych (SNCU-Stichting Naleving CAO voor Uitzendkrachten) dogląda przestrzegania układu CAO. W niektórych przypadkach SNCU wszczyna postępowanie przeciwko nieuczciwym agencjom pracy tymczasowej.

Strona dostępna jest w języku polskim, istnieje też możliwość złożenia skargi lub zadania pytania:

<http://www.sncu.nl/pl>

Holenderska Izba Handlowa

Tu można sprawdzić, czy holenderska agencja pracy tymczasowej figuruje w rejestrze przedsiębiorców jako agencja: <http://www.kvk.nl/waadi>

Holenderska Policja

W przypadku gdy stałeś się ofiarą lub świadkiem przestępstwa możesz powiadomić (anonimowo i bezpłatnie) Policję w Holandii (w języku niderlandzkim, angielskim lub niemieckim): Tel: 0800-700

PUNKTY POMOCY

Związki zawodowe

Pracując w Holandii, można rozważyć przynależność do związków zawodowych, które reprezentują Państwa interesy względem pracodawcy. Poza tym mogą Państwu odpowiedzieć na pytania dotyczące zbiorowego układu pracy (CAO), pomóc wypełnić deklarację podatkową czy poradzić w sprawach prawnych. Celem uzyskania informacji uzupełniających prosimy o kontakt ze związkami zawodowymi, na przykład FNV (www.fnv.nl) lub CNV (www.cnv.nl).

Konsulat

Wydział Konsularny Ambasady RP w Hadze dysponuje również informacjami o pracy i życiu w Holandii. W nagłych przypadkach, na przykład w razie wypadku czy wejścia w konflikt z prawem, warto zwrócić się o pomoc do Wydziału Konsularnego. Pracownicy Wydziału Konsularnego mogą także udzielić szczegółowych odpowiedzi na pytania dotyczące podobieństw i rozbieżności przepisów obowiązujących w Holandii i w Polsce. Kontakt telefoniczny w języku polskim: 070 7990 140 (lub: 130, 115, 121, 129, 126); adres mailowy: haga.konsulat@msz.gov.pl

Informacja telefoniczna

Migranda, zrzeszenie zajmujące się sprawami migrantów zarobkowych, stworzyło dla tej grupy specjalny system. Wybierając numer tego zrzeszenia, mogą Państwo odsłuchać w swoim języku ojczystym różne przydatne informacje. Można również skorzystać z opcji bezpośredniego połączenia z inną organizacją, na przykład ze związkami zawodowymi lub ośrodkami informacyjnymi czy jednostkami administracji państwowej, na przykład z Inspekcją SZW lub urzędem podatkowym. Numer telefonu Migrandy: 085-4010440.

Urząd gminy

Urząd gminy może udzielić Państwu pozostałych informacji o usługach gminnych, dotyczących na przykład wywozu śmieci czy miejsc parkingowych w Państwa miejscu zamieszkania.

Zapraszamy na stronę internetową www.rijksoverheid.nl

KOŚCIOŁY:

Rzymskokatolicka Polska Misja Katolicka w Groningen

Ks. Józef Okonek SChr
Blankenslaan Oost 2a, 7901 BE Hogeveen
Tel./fax +31 (52) 8262756, Mobile +31 634 905 233
e-mail: jokonek@live.nl

Polska Misja Katolicka Amsterdam

Ksiądz Krzysztof Obiedziński SChr.
Scarlatillaantje 13
1431 XV Aalsmeer
tel. (0297) 331 678
e-mail: k.obiedzinski@pmkamsterdam.nl

Parafia NMP Częstochowskiej

Proboszcz ks. Tadeusz Kozieński S.Ch.
Kerkhoflaan 17, 6741 BN Lunteren
tel. 0318-482728, kom. +31644210293
fax 0318-486272
e-mail: tkozienki@hotmail.com

Polska Parafia w Bredzie

ks. Sławomir Klim SChr
St. Bavostraat 7A
NL-4891 CG Rijsbergen
tel. +31 (76) 5321 438
mobil: +31 614 243 225
e-mail: slawekklm@hotmail.com

ŹRÓDŁO:

MINISTERSTWO PRACY
I POLITYKI SPOŁECZNEJ



PRACUJESZ W HOLANDII LUB BELGII?

U nas załatwisz wszystkie sprawy socjalne
i podatkowe z krajów UE.

ODWIEDŹ NASZE BIURA W Holandii

lub zadzwoń i umów się na spotkanie!

ZWROT PODATKU oraz
tzw. „ROZŁĄKOWE”



KOREKTY
ROZLICZEŃ –
do 5 lat wstecz

ZASIŁEK DLA
BEZROBOTNYCH



ZORGTOESLAG
HUURTOESLAG

ZASIŁEK RODZINNY



KINDGEBONDEN
BUDGET

ZAPRASZAMY do naszych biur:

APELDOORN

Floralaan 17B, 7321 BA APELDOORN
tel.: 0031 622 214 013

kwiecień - grudzień
czwartek 15.00 - 20.00
piątek 15.00 - 20.00
sobota 12.00 - 18.00

DEN HAAG

Gedempte Burgwal 45, 2512 BS DEN HAAG (I piętro)
tel.: 0031 617 650 776
tel.: 0031 619 842 805

kwiecień - grudzień
czwartek 15.00 - 20.00
piątek 15.00 - 20.00
sobota 12.00 - 18.00

LELYSTAD

Meenthoek 3, 8224 BS LELYSTAD (I piętro)
tel.: 0031 630 778 576

kwiecień - grudzień
niedziela 10.00 - 15.00

TILBURG

Willem II Straat 17, 5038 BA TILBURG
tel.: 0031 623 338 603

kwiecień - grudzień
czwartek 15.00 - 20.00
piątek 15.00 - 20.00
sobota 12.00 - 18.00



www.rozliczsie.pl

infolinia: +48 222 478 142

+31 202 170 640

e-mail: kontakt@klosowska.com