



W NUMERZE

Publikacja RPO o doświadczeniach molestowania studentek i studentów



STR. 10

Psycholog: rośnie akceptacja dla karmienia piersią w miejscach publicznych



STR. 11

Eksperti: sprawność fizyczna dzieci w Polsce drastycznie spada



STR. 12

REKLAMA



tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii

Zmiany w podatku od wynagrodzeń w 2019 roku

W Holandii stawki podatku są bardzo wysokie, ponieważ zawierają dodatkowo składki na ubezpieczenie społeczne. Wynikiem tego jest wprowadzenie przez urząd skarbowy Belastingdienst wielu rodzajów ulg podatkowych. Kto może z nich skorzystać?

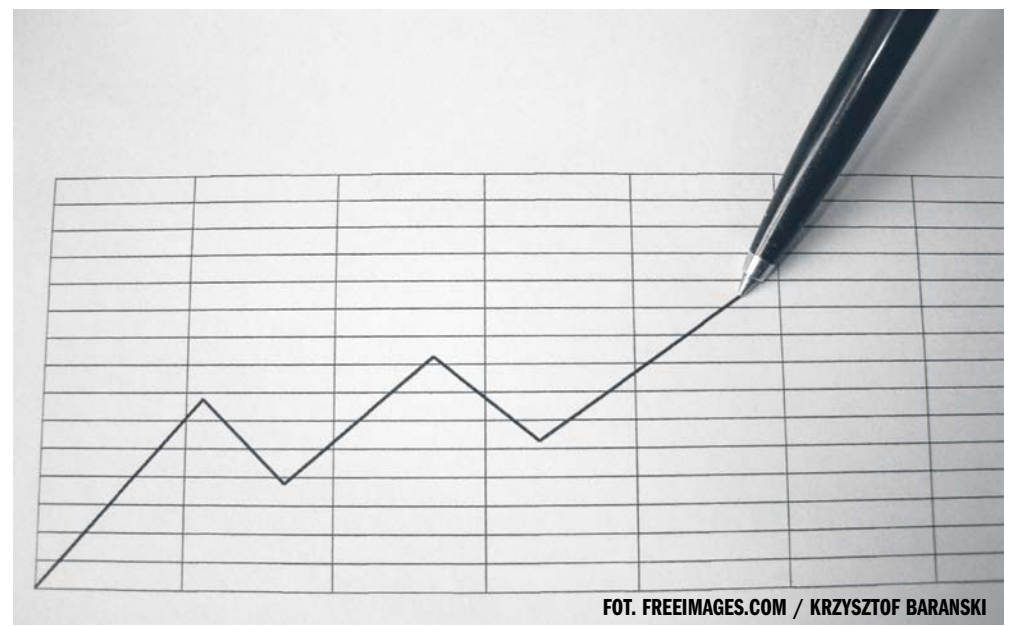
Żeby odpowiedzieć na to pytanie, należy wyjaśnić pojęcie „kwalifikowany podatnik zagraniczny nie będący rezydentem”. Jest to osoba, której 90 procent dochodów pochodzi z Holandii, lecz centrum jej interesów życiowych znajduje się w innym kraju

należącym do Unii Europejskiej. Zatem pracownik zagraniczny, który chce korzystać ze wszystkich form odliczeń od podatku, musi posiadać status kwalifikowanego podatnika zagranicznego.

Podstawową ulgą w Holandii jest tzw. algemene heffingskorting, czyli ogólna ulga podatkowa, której wysokość w 2019 roku przedstawia tabela na stronie 2 (Tab.1).

W Holandii algemene heffingskorting uwzględnia pracodawca, obliczając zaliczkę na podatek dochodowy od wynagrodzenia. Zatrudniając nową osobę, pracodawca nie zna jej statusu podatkowego, więc do tej pory odliczał pełną wysokość tej ulgi. Jeżeli na

DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. FREEIMAGES.COM / KRZYSZTOF BARANSKI

Reklama

Umów się na spotkanie w Holandii nie wychodząc z domu!



**ZWROT PODATKU
Z HOLANDII**
Anna Kłosowska

Zadzwoń - przyjedziemy do Ciebie!

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

Zmiany w podatku od wynagrodzeń w 2019 roku

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

koniec roku rozliczeniowego okazało się, że dany pracownik nie był kwalifikowanym podatnikiem zagranicznym, to był on zobligowany do zwrotu części ogólnej ulgi podatkowej. W praktyce było to możliwe tylko po wysłaniu deklaracji podatkowej do urzędu i wydaniu decyzji podatkowej. W związku z tym wszystkie te osoby, które nie złożyły deklaracji podatkowej, unikały dopłaty do podatku.

Aby zapobiec takim sytuacjom, od stycznia 2019 roku zostały wprowadzone pewne obostrzenia dotyczące korzystania z algemene heffingskorting. Żeby zobrazować ich wpływ, należy wyróżnić trzy kategorie podatników:

- mieszkańcy Holandii (do tej grupy należą wszyscy podatnicy, którzy są zameldowani na terenie

Niderlandów i znajduje się tutaj ich centrum interesów osobistych; to tzw. rezydenci podatkowi i w ich przypadku ogólna ulga podatkowa będzie przyznawana tak, jak w poprzednich latach),

- kwalifikowani podatnicy zagraniczni niebędący rezydentami (dochody pracowników należących do tej grupy mogą zmniejszyć się nawet o 50 euro miesięcznie, ponieważ pracodawca może nie uwzględnić ogólnej ulgi podatkowej; przy składaniu rocznej deklaracji w urzędzie skarbowym ulga ta zostanie w całości naliczona i zwrócona podatnikowi w formie zwrotu z podatku),

- pozostali pracownicy (w podatku tej grupy dochody na pewno zostaną obniżone, ponieważ ulga nie należy się, a zatem pracodawca powinien odliczyć wyższe zaliczki na podatek dochodowy, co wpływa negatywnie na wysokość pensji netto otrzymywanej

przez podatnika; ta grupa osób nie otrzyma zwrotu z podatku, ale nie będzie musiała dopłacać do należnego podatku jak to bywało w latach poprzednich).

Zmiany w podatku od wynagrodzeń nie wpływają na zmniejszenie rocznego dochodu pracownika. W rzeczywistości jego sytuacja ekonomiczna nie zmienia się, ponieważ saldo jego dochodu na koniec roku będzie takie samo, jak w latach poprzednich. Różnica wynika tylko ze sposobu egzekwowania podatku. Od 2019 roku Belastingdienst będzie otrzymywał zaliczki na podatek od wynagrodzeń regularnie, nie musząc się martwić czy podatnicy niekwalifikowani przesiłą rozliczenie roczne i dopłaca do podatku czy też nie. Natomiast kwalifikowani podatnicy zagraniczni, od których pobierano za wysokie zaliczki na podatek dochodowy, otrzymują

go w formie zwrotu z podatku po złożeniu deklaracji podatkowej.

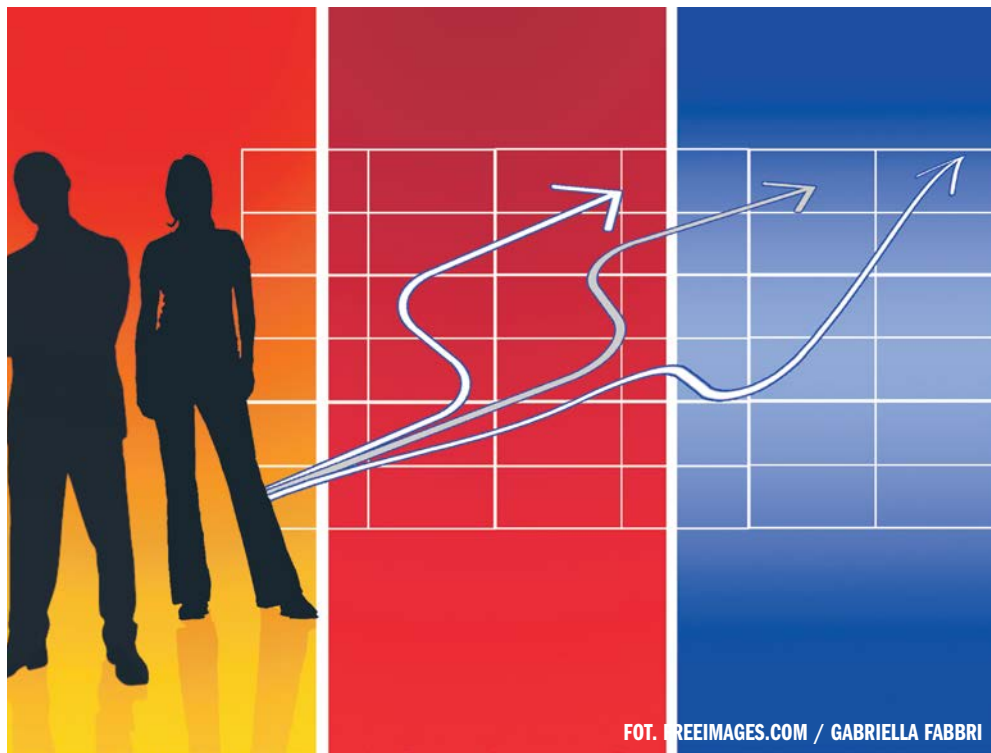
Tak czy inaczej Belastingdienst nie musi się martwić o wpływ do budżetu, a podatnik, jeśli zapłacił za duże zaliczki na podatek, będzie musiał zadbać o złożenie deklaracji podatkowej za rok 2019.

WOJCIECH WYSPIAŃSKI
ARTYKUŁ POWSTAŁ PRZY
WSPÓŁPRACY
Z KANCELARIĄ PODATKOWĄ
MGR ANNA KŁOSOWSKA WWW.
ROZLICZSIE.PL



Dochód do opodatkowania (€)	Algemene heffingskorting (€)
0 - 20384	2477
20384 - 68507	2477 - 5,147% x 20384
od 68507	0

Tab.1 Wysokość algemene heffingskorting w 2019 roku.



FOT. FREEIMAGES.COM / GABRIELLA FABBRI



FOT. FREEIMAGES.COM / FILIPPO VICARELLI

Reklama

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@goniecpolaki.nl

* - cena za prenumeratę na terenie Holandii

PRACA

Dekarz. Zzp. Poszukuje osób z zpp do pracy przy dachówce, w Den Haag, płatność po 14 dniach, praca od pon, tel 0642836192.

Operator wózka elektrycznego EPT. JUZ OD ZARAZ. Agencja Pracy Czasowej Jupiter dla swojego Holenderskiego klienta poszukuje osób do pracy jako operator wózka elektrycznego w magazynie wysyłkowym. Miejsce pracy: Venlo. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego lub niemieckiego-

warunek konieczny, certyfikat i doświadczenie - minimum 2 miesięczne jako operator wózka elektrycznego, doświadczenie jako order picker preferowane, motywacja i chęć do pracy, a także dyspozycyjność do pracy od zaraz, biegła obsługa komputera oraz MS Office, dobre zdolności interpersonalne i nastawienie na współpracę. Oferujemy: pracę w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, umowa o pracę z holenderską filią Jupiter Uitzendbureau, organizację płatnego wyjazdu do Holandii, co tygodniowe wypłaty przelewa-

ne bezpośrednio na konto, jak również cotygodniowe zestawienie przepracowanych godzin i kosztów, zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru Sofii, ubezpieczenie zdrowotne, bezpłatny transport samochodem z miejsca zamieszkania do pracy, dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Osoby zainteresowane prosimy o wysłanie CV na s.sadowska@jupiterpolaki.nl w temacie wpisując Operator wózka elektrycznego EPT. Po

CIĄG DALSZY NA STR. 4

Luksusowe wczasy w Kołobrzegu



Apartamenty Polanki Park to miejsce **przyjazne rodzinom z dziećmi**. Najmłodsi mogą spędzić czas na **placach zabaw, w bawialni** i oczywiście na **basenie**.

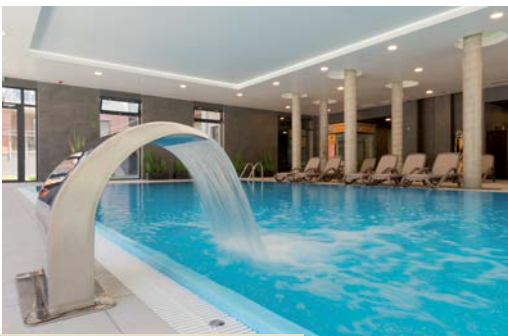


Zarezerwuj już dziś!

www.polankipark.com
info@polankipark.com
www.facebook.com/polankipark
 +48 508 502 313



Obiekt dysponuje własną **strefą basenową**, na którą składają się: **basen, kryty i zewnętrzny, jacuzzi oraz sauna**. Depelnieniem strefy relaksu jest **taras słoneczny z leżakami**.



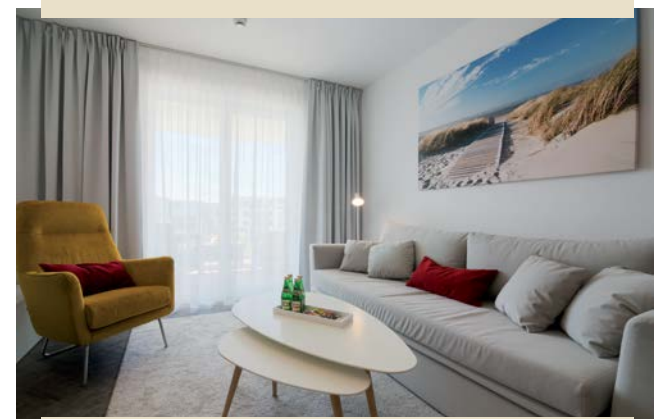
Spędź czas w najpiękniejszym zakątku nad **polskim morzem**.

Apartamentowiec Polanki Park znajduje się w dzielnicy uzdrowskiej Kołobrzegu **zaledwie 300 m od morza z piękną i piaszczystą plażą**. W swojej ofercie posiada luksusowo urządzone apartamenty.

W naszych apartamentach połączyliśmy **przestrzeń, komfort i luksus**, zapewniając naszym gościom pełne wyposażenie na najwyższym poziomie.

Niebanalne wnętrza sprawiają, że każdy gość poczuje się tu swobodnie - bo przecież tak istotne jest, by wszędzie czuć się jak w domu.

Przestrzeń i komfort



Odpuść w Kołobrzegu

Każdy apartament posiada **własny taras** idealny by odpocząć na powietrzu bogatym w jod. Na terenie kompleksu znajduje się **restauracja i wypożyczalnia rowerów**.



PRACA

CIĄG DALSZY ZE STR. 2

więcej informacji proszę dzwonić pod numer +48517493205.

Pracownik pralni. (K/M) Eindhoven. Dla naszego klienta szukamy pracowników do pracy w pralni. Czy chcesz pracować w hipernowoczesnej firmie w Eindhoven? Jeśli tak, to ta praca jest dla Ciebie! Twoje obowiązki: Praca w zautomatyzowanej wielodziałowej pralni przemysłowej, Sortowanie, składanie i wieszanie prania, Kontrola jakości poszczególnych sztuk, Podstawowa obsługa maszyn piorących, Inne prace pomocnicze na terenie pralni. Wymagania: Lubisz pracować w zespole, Jesteś elastyczny i dokładny, Przyczyniasz się do miłej atmosfery, Doświadczenie w pracy na produkcji jest dodatkowym atutem, Mieszkasz w okolicy Eindhoven, Mówisz po holendersku / angielsku lub niemiecku. Oferujemy: Praca na pełny etat, Praca na długi okres, możliwość stałego zatrudnienia, Możliwość rozwoju. Dni robocze od poniedziałku do piątku 40 godzin tygodniowo. Zainteresowana/y? Aplikuj! jola@multiworknederland.hub.

pl Masz pytania? Zadzwoń! +31 686 476 401.

Pracownik produkcyjny. PRODUKCJA ZIÓŁ, PRZYPRAW ORAZ ODŻYWEK. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy w Holandii. W skład oferty wchodzi: prace produkcyjne w fabryce zajmującej się produkcją ziół, przypraw oraz odżywek (Deurne). Agencja Pracy TPM oferuje: zakwaterowanie, ubezpieczenie zdrowotne, transport na terenie Holandii, opiekę polskiego koordynatora, cotygodniowe wypłaty na konto, możliwość pracy długoterminowej, legalną pracę zgodną z holenderskim Układem Zbiorowym Pracy (zwanym CAO). Charakter pracy: praca od lutego 2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem PRODUKCJA DEURNE na adres: info@theprecmatch.pl LUB info@tpmwork.com LUB kontakt telefoniczny pod numerem +48618205550 (Certyfikat nr 2318). Prosimy o zawarcie w aplikacji zgody o następującej treści: Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w mojej aplikacji przez The Perfect Match Sp. z o.o., 62-080 Tarnowo Podgórne ulica 25 Stycznia 27, na potrzeby przeprowadze-

nia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

Operator maszyn produkcyjnych. Praca stała jako operator maszyn produkcyjnych OD ZARAZ !!!! Venlo. Agencja Pracy Czasowej Jupiter dla swojego Holenderskiego klienta poszukuje osób do pracy jako operator maszyn produkcyjnych (Praca stała z dużą ilością godzin!!!). Miejsce pracy: Okolice Venlo. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego lub niemieckiego- warunek konieczny, mile widziane doświadczenie jako operator maszyn, motywacja i chęci do pracy, a także dyspozycyjność do pracy od zaraz, biegła obsługa komputera oraz MS Office, bardzo dobre zdolności interpersonalne i nastawienie na współpracę. Oferujemy: pracę stałą w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, możliwość pracy z dużą ilością godzin, umowa o pracę z holenderską filią Jupiter Uintzembureau, organizację płatnego wyjazdu do Holandii, co tygodniowe wypłaty przelewane bezpośrednio na konto,

jak również cotygodniowe zestawienie przepracowanych godzin i kosztów, zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru Sofii, ubezpieczenie zdrowotne, bezpłatny transport samochodem z miejsca zamieszkania do pracy, dodatki urlopowe i wakacyjne, rozliczenia podatkowe (Jaaropgave) dzięki którym odzyskasz nadpłacony podatek. Rekrutacja: Osoby zainteresowane prosimy o wysłanie CV na s.sadowska@jupiterpolska.pl w temacie wpisując 'Operator maszyn produkcyjnych'.

Operator wózka widłowego bocznego. 11.23 euro brutto- 16 euro brutto + extra bonusy i dodatki zmianowe. Agencja Pracy Czasowej Jupiter (nr cert. 10790) poszukuje dla nowego Holenderskiego klienta z branży logistycznej osób do pracy jako: Operator wózka widłowego bocznego (REACHTRUCK). Miejsce pracy: Holandia, okolice Venlo. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego - warunek konieczny, certyfikat oraz minimum roczne doświadczenie jako operator wózka re-

achtruck, motywacja i chęci do pracy, a także dyspozycyjność do pracy od zaraz, bardzo dobre zdolności interpersonalne i nastawienie na współpracę. Oferujemy: Stawka 11.23 euro brutto- 16 euro brutto + extra bonusy i dodatki zmianowe, minimum formalności w Polsce- Holenderska umowa o pracę podpisywana w naszej filii głównej w Venlo, pracę w renomowanej i stabilnej firmie z możliwością rozwoju zawodowego, co tygodniowe wypłaty przelewane bezpośrednio na konto, zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru Sofii, ubezpieczenie zdrowotne, bezpłatny transport samochodem z miejsca zamieszkania do pracy, dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Sandra Sadowska, Tel.: +48 51 749 32 05, E-mail: s.sadowska@jupiterpolska.pl, W aplikacji prosimy umieścić następującą klauzulę: Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.97 r. o ochronie danych osobowych Dz. U. nr 133, poz. 883 ze zm.).

Praca na magazynie. Szukasz pracy w Eindhoven – aplikuj. ITS Flex Service z siedzibą w Breda poszukuje kandydatów do pracy w na magazynie w Eindhoven. Praca dla mężczyzn i kobiet. Start sobota 23.02 = stawka 150 procent. Stawka 11.20 + zwrot kosztów dojazdu 0.19 za kilometr. Praca na dwie lub trzy zmiany. Wymagania: znajomość języka angielskiego lub holenderskiego, własne zakwaterowanie i transport, dyspozycyjność rzetelność i sumienność. Oferujemy: stawka 11.20 brutto, zwrot kosztów dojazdu, umowa o pracę na holenderskich warunkach, ubezpieczenie zdrowotne w razie potrzeby, opieka polskiego personelu w razie konieczności. CV w języku angielskim, holenderskim lub ewentualnie polskim należy wysłać na adres jobs@its-flexservice.com z dopiskiem praca magazyn. Poszukujemy ludzi zdecydowanych.

Jobcoach. Do naszego klienta poszukujemy osób chętnych do pracy jako koordynator. Wymagania: Znajomość języka angielskiego w stopniu B2, Mile widziana znajomość języka niderlandzkiego, Wykształcenie wyższe, Kultura osobista,

Reklama

Ubezpieczenie dla pracowników migracyjnych? To oczywiście HollandZorg!

10% zniżki przy zakupie polisy ubezpieczenia zdrowotnego

Dumni ze współpracy z Kancelarią Podatkową Anny Kłosowskiej!

HollandZorg jest liderem na rynku ubezpieczeń dla pracowników migrujących. Wraz z Kancelarią Podatkową Anny Kłosowskiej przygotowaliśmy specjalnie ukierunkowaną ofertę grupową, która przynosi Państwu określone korzyści.

Dlaczego ubezpieczenie zdrowotne HollandZorg?

- 10% zniżki dla Państwa i członków rodziny
- dzieci do 18 roku życia ubezpieczone bezpłatnie
- wybór spośród 4 ubezpieczeń dodatkowych i 3 ubezpieczeń na leczenie dentystyczne
- bezpłatna aplikacja do wykonywania tłumaczeń (polski-holenderski)
- polisa i karta ubezpieczeniowa wraz z kartą europejskiego ubezpieczenia zdrowotnego (EHIC) w ciągu 5 dni w domu
- składanie deklaracji online poprzez stronę Mój HollandZorg
- zwrot zadeklarowanych kosztów w ciągu 10 dni
- informacje zawsze dostępne w języku angielskim i często w języku polskim.

Pytania?

W celu zasięgnięcia informacji proszę skontaktować się z Kancelarią Podatkową Anny Kłosowskiej tel.: +31 202 170 640 lub wejść na stronę www.hollandzorg.com/KPAK

HollandZorg
No borders to security



PRACA

Prawo jazdy. Zainteresowane osoby prosimy o przesłanie CV i list motywacyjny w języku angielskim lub niderlandzkim na adres e-mail michal.banach@abeos.nl, w tytule wiadomości proszę wpisać INT/GLD.

Operator wózka widłowego / EPT. Agencja Pracy Czasowej Jupiter dla swojego Holenderskiego klienta poszukuje osób do pracy jako operator wózków widłowych lub elektrycznych. Miejsce pracy: Okolice Venlo. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego lub niemieckiego- warunek konieczny, certyfikat i doświadczenie - minimum 2 miesięczne jako operator wózka widłowego lub elektrycznego, doświadczenie jako order picker preferowane, motywacja i chęci do pracy, a także dyspozycyjność do pracy od zaraz, biegła obsługa komputera oraz MS Office, dobre zdolności interpersonalne i nastawienie na współpracę. Oferujemy: pracę w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, umowa o pracę z holenderska filia Jupiter Uitzendbureau, organizację płatnego wyjazdu do Holandii, co tygodniowe wypłaty przelewane bezpośrednio na konto, jak również cotygodniowe zestawienie przepracowanych godzin i kosztów, zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru Sofii, ubezpieczenie zdrowotne, bezpłatny transport samochodem z miejsca zamieszkania do pracy, dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Osoby zainteresowane prosimy o wysłanie CV na s.sadowska@jupiterpolska.pl w temacie wpisując Operator wózka widłowego/EPT. Po więcej informacji proszę dzwonić pod numer +48517493205.

Prace fizyczne. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy fizycznej w Holandii. Jest to praca polegająca na sortowaniu, klasyfikowaniu opon oraz układaniu/przenoszeniu ich na palety i regały w firmie zajmującej się recyklingiem opon (Amsterdam). Wymagania: prawo jazdy kat.B. Agencja Pracy TPM oferuje: zakwaterowanie, ubezpieczenie zdrowotne, transport na terenie Holandii, opiekę polskiego koordynatora, cotygodniowe wypłaty na konto, możliwość pracy długoterminowej, legalną pracę zgodną z holenderskim Układem Zbiorowym Pracy (zwanym CAO). Charakter pracy: praca od lutego 2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem OPONY na adres: info@tpmwork.com LUB kontakt telefoniczny pod numerem +48618205550 (Certyfikat nr

2318). Prosimy o zawarcie w aplikacji zgody o następującej treści: Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w mojej aplikacji przez The Perfect Match Sp. z o.o., 62-080 Tarnowo Podgórne ulica 25 Stycznia 27, na potrzeby przeprowadzenia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

Pracownik produkcji. Z komunikatywną znajomością języka angielskiego Eindhoven. Agencja Pracy Czasowej Jupiter ma już dwadzieścia lat doświadczenia w rekrutacji i selekcji pracowników (nr cert. 10790). Poszukujemy nowych pracowników na stanowisko: Pracownik produkcyjny(firma Scherpenhuizen-Eindhoven). Praca polega na asertywnym czytaniu instrukcji. Osoby dostają wytyczne od pracodawcy jaka gramatura dane warzywa wchodzi w skład plastikowego pudełka. Takie gotowe pudełka stycerujemy i wkładamy na palety. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego- WYMÓG KONIECZNY, motywacji do pracy, wcześniejsze doświadczenie na podobnym stanowisku, dyspozycyjność do pracy na dłuższy okres czasu. Oferujemy: zakwaterowanie pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru sofii, pracę w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, wynagrodzenie w systemie tygodniowym, darmowy transport do pracy, dla osób które nie ukończyły 20 lat oferujemy darmowe mieszkania, Możliwa praca także dla par, Stawki zgodne z holenderskim CAO, Ubezpieczenie zdrowotne, Dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Bardzo proszę o wysłanie swojego CV (w języku angielskim) na adres s.sadowska@jupiterpolska.pl w tytule wpisując 'Scherpenhuizen' lub też proszę o kontakt telefoniczny pod numerem telefonu +48 517 493205.

Operator wózka widłowego Reachtruck. Wysokie stawki ! Echt. Agencja Pracy Czasowej Jupiter (nr cert. 10790) poszukuje dla nowego Holenderskiego klienta z branży logistycznej osób do pracy jako: Operator wózka widłowego bocznego (REACHTRUCK). Specyfika pracy: Jest to praca w magazynie logistycznym. Zadaniem operatora jest replenishment- wymiana palet oraz ładunek i załadunek kontenerów. Przed rozpoczęciem pracy każdy operator przejdzie test

sprawdzający, jeżeli taki test zostaje zdany- operator rozpoczyna prace w firmie. Jest to praca 3 zmianowa. Każdy pracownik rozpoczyna od zmiany nocnej- na której przeprowadzony jest trening (płatny plus 50 procent) Po dwóch tygodniach przechodzi na zmianę popołudniową. Miejsce pracy: Holandia, miejscowość Echt. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego

- warunek konieczny, certyfikat oraz minimum roczne doświadczenie jako operator wózka reachtruck, motywacja i chęci do pracy, a także dyspozycyjność do pracy od zaraz, bardzo dobre zdolności interpersonalne i nastawienie na współpracę. Oferujemy: Stawka 11.36 euro brutto+ (0.50 euro za każdą godzinę pracy po przepracowaniu 4 tygodni) plus 10.87 procent dodatek wakacyjny = 13.15 euro, minimum formalności w

Polsce- Holenderska umowa o prace podpisana w naszej filii głównej w Venlo, pracę w renomowanej i stabilnej firmie z możliwością rozwoju zawodowego, co tygodniowe wypłaty przelewane bezpośrednio na konto, zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii. Sandra Sadowska 517493205.

Administratief medewerker. Dit ga je doen tijdens

je werk: Je zorgt ervoor dat de voorkomende administratieve werkzaamheden conform procedures worden uitgevoerd. Je voert gegevens in en verwerkt deze in een geautomatiseerd administratief systeem. Je controleert gegevens op juistheid en volledigheid en vult waar nodig de ontbrekende gegevens aan. Je voert eenvoudige berekeningen uit om tot

[CIAG DALSZY NA STR. 6](#)

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

Reklama



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

Co tydzień zapewniamy dostawę wędlin oraz nabiału.

Ponadto oferuje szeroką rangę produktów spożywczych (słodczyce, 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 obsługą.

Zapraszamy na zakupy do POLONEZ SUPERMARKET!

Zapewniamy Państwu duży 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

PRACA

CIAG DALSZY ZE STR. 5

volledigheid van gegevens te komen. Je bergt en archiveert gegevens. Je weet vragen over gegevens te vertalen naar een informatief overzicht. Wij zoeken iemand die: 32-40 uur per week beschikbaar is; Pools en Nederlands kan in woord en geschrift, Engels is een pre. Je beschikt over de volgende skills: Je bent klantgericht; Je kunt werken en je concentreren binnen een dynamische en levendige omgeving; Je bent geduldig, vriendelijk, hulpvaardig en stressbestendig; Je kunt gemakkelijk prioriteiten stellen; Je bent alert en denkt continu in oplossingen; De Poolse en Nederlandse taal hebben voor jou geen geheimen en je spreekt bij voorkeur ook Engels. Jouw werkzaamheden zullen in eerste instantie vanuit Dronten plaatsvinden, in de loop van 2019 verhuizen deze werkzaamheden naar Almén. Ons aanbod: Wij bieden een afwisselende en uitdagende baan. In je functie beschik je over een grote mate van zelfstandigheid en verantwoordelijkheid. De arbeidsvoorwaarden zijn uitstekend. Wij bieden daarnaast uitstekende

secundaire arbeidsvoorwaarden. CV proszę wysłać na email michal.banach@abeos.nl z dopiskiem Admin.

Sprzątanie hali produkcyjnej. Praca stała przy sprzątaniu OD DZIS!!! Agencja Pracy Czasowej Jupiter ma już dwadzieścia lat doświadczenia w rekrutacji i selekcji pracowników (nr cert. 10790). Poszukujemy osób którzy poszukują pracy stałej przy sprzątaniu hali produkcyjnej. Panie mile widziane. Miejscowość: Asten. Wymagania: mile widziana komunikatywna znajomość języka angielskiego, motywacji do pracy, wcześniejsze doświadczenie na podobnym stanowisku mile widziane, dyspozycyjność do pracy na dłuższy okres czasu, brak lęku wysokości. Oferujemy: zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru sofi, pracę w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, wynagrodzenie w systemie tygodniowym, darmowy transport do pracy, dla osób które nie ukończyły 20 lat oferujemy darmowe mieszkania, Możliwa praca także dla par, Stawki zgodne z holenderskim CAO, Ubezpie-

czenie zdrowotne, Dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Bardzo proszę o wysłanie swojego CV na adres s.sadowska@jupiterpolska.pl w tytule wpisując Sprzątanie lub też proszę o kontakt telefoniczny pod numerem telefonu +48 517 493 205 Sandra Sadowska. W aplikacji prosimy umieścić następującą klauzulę: Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zawartych w ofercie pracy dla potrzeb niezbędnych do realizacji.

Pracownik produkcyjno-fizyczny. DEURNE - PRACE PRODUKCYJNO-FIZYCZNE. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy w Holandii. W skład oferty wchodzi: prace produkcyjno-fizyczne w zakładach zajmujących się produkcją ziół, przypraw, aromatów wykorzystywanych w przemyśle spożywczym (Deurne). Agencja Pracy TPM oferuje: zakwaterowanie, ubezpieczenie zdrowotne, transport na terenie Holandii, opiekę polskiego koordynatora, cotygodniowe wypłaty na konto, możliwość pracy długoterminowej, legalną pracę zgodną z holenderskim Układem Zbiorowym Pracy (zwanym

CAO). Charakter pracy: praca od lutego 2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem PRZYPRAWY na adres: info@tpmwork.com LUB kontakt telefoniczny pod numerem +48618205550 (Certyfikat nr 2318). Prosimy o zawarcie w aplikacji zgody o następującej treści: Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w mojej aplikacji przez The Perfect Match Sp. z o.o., 62-080 Tarnowo Podgórne ulica 25 Stycznia 27, na potrzeby przeprowadzenia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

Operator wózka widłowego. JUZ OD ZARAZ. Agencja Pracy Czasowej Jupiter dla swojego Holenderskiego klienta poszukuje osób do pracy jako operator wózków widłowych. Miejsce pracy: Okolice Venlo. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego lub niemieckiego, warunek konieczny, certyfikat i doświadczenie - minimum 2 miesięczne jako operator wózka widłowego boczny, do-

świadczanie jako order picker preferowane, motywacja i chęć do pracy, a także dyspozycyjność do pracy od zaraz, biegła obsługa komputera oraz MS Office, dobre zdolności interpersonalne i nastawienie na współpracę. Oferujemy: pracę w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, umowa o pracę z holenderską filią Jupiter Uitzendbureau, organizacja płatnego wyjazdu do Holandii, co tygodniowe wypłaty przelewane bezpośrednio na konto, jak również cotygodniowe zestawienie przepracowanych godzin i kosztów, zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru Sofii, ubezpieczenie zdrowotne, bezpłatny transport samochodem z miejsca zamieszkania do pracy, dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Osoby zainteresowane prosimy o wysłanie CV na s.sadowska@jupiterpolska.pl w temacie wpisując Operator wózka widłowego. Po więcej informacji proszę dzwonić pod numer +48517493205.

Produkcja kartonów. Praca stała przy produkcji kartonów OD ZARAZ!!! Ven-

lo. Agencja Pracy Czasowej Jupiter ma już dwadzieścia lat doświadczenia w rekrutacji i selekcji pracowników (nr cert. 10790). Poszukujemy osób którzy poszukują pracy stałej przy produkcji kartonów. Wymagania: komunikatywna znajomość języka angielskiego- WYMÓG KONIECZNY, motywacji do pracy, wcześniejsze doświadczenie na podobnym stanowisku, dyspozycyjność do pracy na dłuższy okres czasu. Oferujemy: zakwaterowanie, pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, pomoc przy wyrobieniu numeru sofi, pracę w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, wynagrodzenie w systemie tygodniowym, darmowy transport do pracy, dla osób które nie ukończyły 20 lat oferujemy darmowe mieszkania, Możliwa praca także dla par, Stawki zgodne z holenderskim CAO, Ubezpieczenie zdrowotne, Dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Bardzo proszę o wysłanie swojego CV na adres s.sadowska@jupiterpolska.pl w tytule wpisując Produkcja kartonów lub też proszę o kontakt telefoniczny pod numerem telefonu +48 517 493 205 Sandra Sadowska.

Międzynarodowy Mistrz Polski, Belgii i Holandii poszukuje sponsora

Szanowni Państwo!

Nazywam się Rafał Pazur. Mam 45 lat i pochodzę z Polski. Obecnie mieszkam w Zwaag, Północna Holandia. Od dziewięciu lat pracuję w Centrum Dystrybucji Lidl w Holandii.

W wolnym czasie już od trzydziestu jeden lat uprawiam aktywnie podnoszenie ciężarów i jest to moja pasja.

Nie wymieniając od początku mojej kariery wszystkich moich osiągnięć, to w ciągu ostatnich lat udało mi się zdobyć:

- Holenderskie Mistrzostwo Masters w latach: 2013, 2018,
- Mistrzostwo Belgii Masters w latach: 2013, 2018,
- Międzynarodowe Mistrzostwo Polski Master w latach: 2013, 2017,
- ósme miejsce na Mistrzostwach Świata Masters w 2018 roku.

Moim celem na rok 2019 jest wystartować w:

- 02 marzec - Międzynarodowych Mistrzostwach Holandii Masters,
- 27/28 kwiecień - Międzynarodowych Mistrzostwach Polski Masters,
- 18 maj - Międzynarodowym turnieju w Belgii - Waregem,
- 12/19 czerwiec - Mistrzostwach Europy Masters Rovaniemi - Finlandia,
- 26 lipiec / 04 sierpień - Masters European Games Torino-Włochy,
- sierpień - Mistrzostwach Świata Masters Kanada - Montreal.

rodowych Mistrzostwach Polski Masters,

- 18 maj - Międzynarodowym turnieju w Belgii - Waregem,

- 12/19 czerwiec - Mistrzostwach Europy Masters Rovaniemi - Finlandia,

- 26 lipiec / 04 sierpień - Masters European Games Torino-Włochy,

- sierpień - Mistrzostwach Świata Masters Kanada - Montreal.

Moim jedynym problemem, z jakim się zmagam, jest brak środków finansowych na podróże

oraz koszty pobytów w hotelach dla naszej ekipy. W roku 2018 musiałem z niektórych zawodów zrezygnować - nie pojechałem na Międzynarodowe Mistrzostwa Polski, gdzie mogłem zdobyć złoty medal, jak również nie było mnie na mistrzostwach Europy Masters, gdzie miałem pewne medalowe miejsce.

Za wyjazdy na zawody do tej pory płaciłem z własnego budżetu, lecz niestety brak środków finansowych nie pozwala mi na udział we wszystkich zawodach, więc liczę na wsparcie, wierząc, że oprócz satysfakcji będzie to również wspinała promocja i reklama Państwa firm.

Jestem również otwarty na wszelkie sposoby promocji.

Wierzę, że Wasza pomoc umożliwi mi zrealizowanie celów zamierzonych na rok 2019 i będzie to również wkład w rozwój podnoszenia ciężarów w Hoorn.

Z wyrazami szacunku
Rafał Pazur

Dane kontaktowe:

Rafał Pazur

Personeelsnummer:
30611

Stijbeugel 110

1689VI Zwaag

Tel: 0619253716

marinow2@wp.pl

TEKST/FOT.
PRZESŁAŁ RAFAŁ PAZUR



OGŁOSZENIA DROBNE

Transport – oferuję: BUSY POLSKA - HOLANDIA BEZ PRZESIADK TONIO SZYBKO BEZPIECZNIE +48 601 380 539. PRZEJAZDY BEZ PRZESIADK. DO HOLANDII - PONIEDZIAŁEK I CZWARTEK. DO POLSKI - WTOREK I PIĄTEK. CONNECT - LICENCJONOWANE PRZEWOZY BUSEM POLSKA - HOLANDIA. Tel. +48 601380539, www.przewozyconnect.pl. Oferujemy przewozy komfortowymi busami 9 osobowymi na trasie Polska - Holandia. Niewątpliwą zaletą podróży jest stosunkowo krótki czas przejazdu, ODBIÓR i DOWÓZ pasażerów pod wskazany adres od DRZWI do DRZWI. Trasy przejazdu planowane tak, aby maksymalnie skrócić czas podróży. Dla stałych klientów i grup zorganizowanych korzystne rabaty! www.przewozyconnect.pl, tel. +48 601 380 539.

Transport – oferuję: Komfortowo z Adresu pod Adres do Niemiec i Holandii - LancCar. PL +48 514 436 222 NL +31 620 999 731, www.lanccar.eu. Jeżeli cenisz sobie komfort i wygodę wybierz LancCar. Posiadamy samochody Renault Master z zabudową VIP: komfortowe siedzenia z dużą ilością miejsca, dodatkowe ogrzewanie, klimatyzacja, dvd, wi-fi na terenie Polski. Świadczymy usługi w zakresie przewozu osób z południowej Polski przez środkowe Niemcy do Holandii i Belgii, przewożymy ludzi z adresu pod adres, organizujemy wyjazdy weekendowe do dowolnego miasta w Europie, możliwość wynajęcie samochodu z kierowcą lub bez. Jeśli masz jakieś pytania zadzwoń lub napisz.

Transport – oferuję: Taxi Holandia, Niemcy, Belgia. Tel. +31687323783. Szukacie państwo transportu na terenie Holandii, Niemiec, Belgii? Dobrze trafiłiscie. Oferuje bezpieczny transport z adresu pod

adres w rozsądnej cenie. Przewóz maksymalnie dla 4 osób komfortowym samochodem w miłej atmosferze. Prowadzę obsługę lotnisk Eindhoven, Weeze, Dortmund. Oferuje dojazdy do urzędów, lekarzy, na dyskoteki-Luna, Shuffle, Geldern i inne. Usługa także dotyczy zakupów (również w godzinach nocnych i weekendy), także pomoc w małych przeprowadzkach, oraz wszelkie inne według potrzeby klienta. Ceny do negocjacji, dla stałych klientów duże rabaty. Lokalizacja Cuijk koło Nijmegen. Postaw na sprawdzonych, zaoszczędzisz pieniądze i nerwy. Pozdrawiam. Telefon: Dzwoni każdego dnia o każdej porze +31687323783.

Transport – oferuję: Wolne miejsca do POLSKI NAJ-TANIEJ. Podkarpackie, Wielkopolskie, Dolnośląskie, Lubuskie, Świętokrzyskie, Łódzkie, Małopolskie, Śląskie, Opolskie. POLSKA 0048-516496652 HOLANDIA 0031-68488678. 5ty przejazd GRATIS, atestowane fotele, nowe samochody, wif, klimatyzacja, najlepsi kierowcy z wieloletnim doświadczeniem, często podwójne obsady, szybkie mikrobusy busy oraz duże busy z DVD, ubezpieczenie podczas podróży, najkrótszy czas przejazdu, uprzejmi, profesjonalni kierowcy. ZAMAWIAJĄC PRZEJAZD NALEŻY PODAĆ: IMIĘ, NAZWISKO, DATĘ PLANOWANEGO WYJAZDU, NUMER TELEFONU ORAZ DOKŁADNY Łódzkie, Wielkopolskie, Dolnośląskie, Lubuskie, Świętokrzyskie, Podkarpackie. POLSKA 0048-516496652 HOLANDIA 0031-684886783, www.vip-trans.pl.

Transport – oferuję: CODZIENNE PRZEWÓZ OSÓB POLSKA - NIEMCY - HOLANDIA ! OD 55 EURO, FIRMA MILEKTRANS OFERUJE CODZIENNE PRZEJAZDY Z ADRESU NA ADRES NA TRASIE POLSKA-NIEMCY -HO-

LANDIA, KONTAKT: +48 609 822 180 (przyjmujemy również rezerwacje SMS), www.MILEKTRANS.pl (rezerwacje internetowe), OBSŁUGIWANE WOJEWÓDZTWA W POLSCE: ŚLĄSKIEPOLSKIE, DOLNOŚLĄSKIE, LUBUSKIE (Żary, Żagań, Trzebień, Iłowa i okolice), WIELKOPOLSKIE (Ostrzeszów, Kępno, Syców i okolice), ŁÓDZKIE, MAŁOPOLSKIE, ŚWIĘTOKRZYSKIE (Jędrzejów, Kielce, Włoszczowa). PODKARPAC-KIE (Dębica, Rzeszów). PROMOCJE: PRZEJAZD W DWIE STRONY (oszczędzasz 5 euro lub 40zł), ZNIŻKI GRUPOWE 3 OSOBY LUB WIĘCEJ (zniżka 5euro lub 20zł każda osoba), TANIE CZWARTKI (wyjazd z PL), NIEDZIELE, PONIEDZIAŁKI (powrót do PL) przejazdy od 50euro/ 210zł. SAMOCHODY: MERCEDES SPRINTER (duża przestrzeń bagażowa + maksymalny komfort podróży), RENAULT MASTER (duża przestrzeń bagażowa + maksymalny komfort podróży), OPEL VI-VARO (pojedyncze rozkładane fotele), FORD TRANSIT (przestranny i komfortowy). POCZUJ SIĘ WYJĄTKOWO PODRÓŻUJ KOMFORTOWO!!!

Transport – oferuję: Firma DAN-MAR oferuje transport osób, paczek oraz korespondencji. Nasza firma posiada CERTYFIKAT ZAUFANEGO PRZEWOŹNIKA!!!! Zapewniamy krótszy czas podróży, możliwy dowóz osób pod wskazany adres oraz ubezpieczenie na czas przejazdu. Każdy bus posiada klimatyzację, DVD oraz wygodne rozkładane fotele, które gwarantują komfort i wygodę każdemu pasażerowi. 6 kurs - 50% taniej!!! W razie potrzeby wystawiamy faktury VAT. Wyjazdy z Polski: Wtorek, Środa, Piątek, Sobota. Powroty do Polski: Środa, Piątek, Sobota, Niedziela. Grupy zorganizowane lub powyżej 4 osób- wyjazd

CIĄG DALSZY NA STR. 8

Reklama

DZIEŃ KARIERY I DORADZTWA ZAWODOWEGO

W dniu 06.02.2019 i 20.03.2019, godz. 17:30-20:00

odbędzie się spotkanie dotyczące planowania kariery i rozwoju zawodowego dla pracowników tymczasowych SBA Flex.

Gdzie: Biuro SBA Flex, Boogschutterstraat 5, Tilburg

Co zyskam pracując w SBA Flex?

- Szeroki wybór ofert
- Możliwość zdobycia nowych umiejętności – kursy VCA i na wózek widłowy
- Nauka języka holenderskiego
- Elastyczne opcje zakwaterowania – prywatnie lub firmowo
- Indywidualne planowanie kroków kariery zawodowej

Dla wszystkich osób, które nas odwiedzą mamy konkurs!

Powiedz nam (w 50 słowach lub w formie video - 1,5 minuty) jakie są Twoje marzenia i plany zawodowe na najbliższą przyszłość! Najciekawsza wypowiedź zostanie nagrodzona czekiem 250 EUR.



↑ Dołącz do SBAflex!



f /SBA.flex

www.sbaflex.pl

OGŁOSZENIA DROBNE

CIĄG DALSZY ZE STR. 7

każdego dnia tygodnia z 20% rabatem!!! W Polsce jeździmy przez takie województwa jak: lubelskie, podkarpackie, mazowieckie, świętokrzyskie, wielkopolskie, małopolskie, śląskie, dolnośląskie, łódzkie oraz opolskie i lubuskie. Kontakt pod numerem +48 660 562 625 lub +31 617 679 151, e-mail: danmarprzewozy@wp.pl.

Nauka: Kurs j.holenderskiego. STICHTING NOSTRI MUNDI (Fundacja Nasz Świat) w Waddinxveen już od lat organizuje kursy języka niderlandzkiego na poziomach od A0 do B2. Zajęcia odbywają się w sobotę wieczorem i przez całą niedzielę, w małych 6 - 10 osobowych grupach. Nie jesteś pewny na jakim poziomie jest Twój niderlandzki? Nasz specjalny test pomoże Tobie (i nam) to ustalić. Aby na kursie osiągnąć poziom A1, trzeba zaliczyć 2 moduły, każdy po 16 godzin zegarowych. Spotykamy się raz w tygodniu na 2 godziny. Aby na kursie osiągnąć poziom A2, trzeba zaliczyć 2 dalsze moduły, po 16 godzin zegarowych

każdy. Spotykamy się raz w tygodniu na 2 godziny. Moduły A1 i A2 kończą się egzaminem i rozdaniem certyfikatów tym kursantom, którzy egzamin zdali. W przypadku kursów na poziomie B1 i B2, oprócz egzaminu pisemnego, moduły kończą się dodatkowym egzaminem ustnym. Cena jednego modułu wynosi 200 euro, niezależnie od poziomu. Warto zapytać pracodawcę, czy zechciałby zainwestować w Twój kurs. Lekcje prowadzi nauczycielka z wykształceniem wyższym lingwistycznym i mieszkająca w Holandii już 40 lat. Zadzwoń lub wyślij wiadomość na numer 0628742810. Albo napisz do nas maila: info@nostrimundi.nl, Serdecznie zapraszamy!

Transport – oferuję: Busy do Holandi Niemiec Nowe busy WIFI Komfort. NL: +31 686 15 44 92, PL: +48 888 05 07 07* atestowane, kubałkowe fotele, * ubezpieczenie na całej trasie* Wi-Fi, DvD, dwustrefowa klimatyzacja. Duże wygodne busy i szybkie mikrobusy. Podkarpackie, Małopolska, Śląsk, Świętokrzyskie, Opolskie, Lubuskie, Dolny Śląsk, Łódzkie, Wielkopolskie, Lubelskie. BEZPIECZNIE. SZYBKO. BEZ PRZE-

SIADK.NL: +31 686 15 44 92, PL: +48 888 05 07 07* atestowane, kubałkowe fotele, * ubezpieczenie na całej trasie* Wi-Fi, DvD, dwustrefowa klimatyzacja. Rezerwacje przyjmujemy od poniedziałku do soboty w godz: 9:00-20:00, rezerwacja sms całą dobę.

Transport – oferuję: CODZIENNE PRZEWÓZ OSÓB - POLSKA - HOLANDIA BELGIA NIEMCY. MIĘDZYKRAJOWY PRZEWÓZ OSÓB Z FIRMA POEUROPIE.PL. Wyjeżdżamy codziennie z POLSKI, NIEMIEC, BELGII, HOLANDII. Obsługujemy województwa: podkarpackie, świętokrzyskie, małopolskie, śląskie, opolskie, dolnośląskie. Kursy międzynarodowe realizujemy busami 9-osobowymi o wysokim standardzie. Wykonujemy przewozy osób w systemie „door to door”, ze wskazanego adresu początkowego pod wskazany adres końcowy. Oferujemy Państwu KONKURENCYJNE CENY oraz wiele ZNIŻEK: 6-ty przejazd za 50 procent ceny lub 10-ty tylko za 1 zł, 5 procent rabatu za płatność z góry, zniżki dla grup (już od 2 osób), rezerwacja w dwie strony -10 euro. Więcej na naszej stronie

www.poeuropie.pl. Kontakt PL + 48 666 66 10 20, NL + 31 687 75 06 02 (lycamobile), GG 49870095, mail: biuro@poeuropie.pl, www.poeuropie.pl, JAK REZERWOWAĆ? Wybierz jedną z możliwości: 1. Wypełnij formularz: <http://poeuropie.com.pl/kontakt.php>. 2. Wyślij SMS z rezerwacją na numer +48 66666 10 20 lub +31 687 750 602. W treści wiadomości wpisz: datę wyjazdu, adres początkowy – gdzie mamy po Ciebie przyjechać, adres końcowy – gdzie mamy Cię zawieźć, imię i nazwisko pasażera, dodatkowe informacje np. numer telefonu, datę powrotu itp. 3. Zadzwoń do nas. Rezerwacja jest ważna po potwierdzeniu przez nas.

Transport – oferuję: INTER-TOUR BUSY DO NIEMIEC I HOLANDII. Przewóz osób Polska - Niemcy - Holandia. Obsługujemy województwa: OPOLSKIE, DOLNOŚLĄSKIE, ŚLĄSKIE. Ceny przejazdu: Polska - Holandia: od 250 zł. Holandia - Polska: od 60 euro. Firma Inter-tour oferuje Państwu: indywidualne przewozy do Niemiec i Holandii, transport zorganizowanych grup z dowol-

nych miejsc oraz w dowolnych terminach, transport z miejsca zamieszkania bezpośrednio pod wskazany adres, atrakcyjne ceny, zniżki dla dzieci do 15 lat, spokojną i komfortową podróż. Nasza firma dysponuje nowoczesną flotą około 75 pojazdów, która na bieżąco jest modernizowana. Wszystkie nasze samochody znajdują się w nienagannym stanie technicznym. Chcesz dotrzeć szybko i bezpiecznie? Nie szukaj więcej. Kontakt: www.inter-tour.eu, Tel: +48 602 782 271, Tel: +48 77 484 40 11.

Transport – oferuję: Transport z Holandii do Polski? Dzwon: 660-322-166. Busy z 2017 roku zapewnią Ci bezpieczny i szybki przejazd. Wyjeżdżasz do Holandii? Masz pilny wyjazd do Belgii? Musisz być zaraz w Niemczech albo we Francji? Zapisz ten numer i dzwoń teraz. Z Polski: 660-322-166, z zagranicy: 0048-660-322-166. Albo wyślij SMS – oddzwonimy. Nasze samochody wożą tanio, komfortowo i na miejsce. Renault Trafic z roku 2017, najmocniejszy silnik, nowe opony Michelin, dwustrefowa klimatyzacja, ładowarka do smartfonu/tabletu

dla każdego, podłokietnik przy każdym siedzeniu, siedziska dla dzieci. Na miejsce wozi doświadczony i ugodowy kierowca. Nasza trasa i terminy: Holandia – Polska: w piątek i poniedziałek około godziny 18.00. Polska – Holandia: we czwartek i niedzielę około godziny 6.00. Trasa do Holandii trwa około 12 godzin. Zaczynamy w Toruniu, a odbierzemy Cię z dowolnego miejsca w północno-zachodniej Polsce. Rewelacyjna cena: 60 Euro! Czemu warto jechać z nami do Holandii? 1. Jedziemy z miejsca, które wskażesz, prosto do celu. 2. Masz wiele własnego miejsca w 9-osobowym busie o najwyższym standardzie. 3. Jedziesz bezpiecznie, bo doświadczony kierowca do Renault Trafica z 2017 roku założył najlepsze opony, Michelin. 4. Zawieziemy Twoje bagaże i paczki. 5. Gwarantujemy ładowarki do komórek, dwustrefową klimatyzację, przyciemniane szyby i podłokietniki osobne dla każdego. 6. Jeśli jedziesz w grupie i zapytasz o rabat, to na pewno dostaniesz. 7. Wystawiamy paragon lub FV – jedziesz legalnie, a po rozliczeniu podatku możesz oszczędzić 23 procent! Więcej na www.Szofer.biz.

Reklama

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





EXTRA ZWROT NA DZIECKO

Masz dziecko w wieku poniżej 12 lat?
Zapewnij sobie dodatkowe pieniądze z rozliczenia podatkowego.

W sumie możesz otrzymać nawet:

12 000 euro za 5 lat



Rozliczyłeś się już z podatku za wcześniejsze lata?

**Zadzwoń i zapytaj o warunki
do korekty rozliczeń do 5 lat wstecz**

INFOLINIA

+31 641 350 515 +48 224 546 600

CZYNNA 7 DNI W TYGODNIU

8:00 - 20:00

WWW.ROZLICZSIE.PL

Publikacja RPO o doświadczeniach molestowania studentek i studentów

Od początku studiów ok. 40 proc. studentów i studentek doświadczyło molestowania. Zjawisko to bardziej dotyka kobiet (47 proc.) niż mężczyzn (31 proc.) - wynika z badania, które prezentuje Rzecznik Praw Obywatelskich Adam Bodnar w dokumencie "Doświadczenie molestowania wśród studentek i studentów".

Publikację "Doświadczenie molestowania wśród studentek i studentów" Rzecznik Praw Obywatelskich zaprezentował w ramach Międzynarodowego Dnia Kobiet i Dziewcząt w Nauce (11 lutego).

"Uczelnie wydają się być szczególnie istotne w procesie przeciwdziałania i zwalczania molestowania i molestowania seksualnego" - napisano w podsumowaniu raportu.

Z zaprezentowanych w nim analiz wynika, że płęć jest jednym z kluczowych czynników związanych z molestowaniem, molestowaniem seksualnym i przemocą seksualną. Czynnikiem mającym wpływ na występowanie przemocy, w tym przemocy seksualnej, są także władza i zwierzchnictwo w organizacji. W analizie zwraca się też uwagę, że osoby doświadczające molestowania, molestowania seksualnego czy przemocy seksualnej na uczelni wyższej mogą ponosić długotrwałe konsekwencje tych zdarzeń.

Badanie ankietowe zrealizo-

wano przez firmę PBS sp. z o.o. na grupie ponad 4 tys. (N = 4284) osób - studentów, studentek, doktorantów i doktorantek.

Pytano o wszystkie zachowania, które można określić mianem molestowania (czy też nękania, szykanowania - ang. harrasment). Zaliczano do takich działań m.in. nieprzyjemne komentarze, stawianie wyższych wymagań, utrudnianie wypowiedzania się, prześladowania czy naruszania nietykalności cielesnej.

63 proc. badanych przyznało, że w życiu doświadczyło co najmniej jednej formy molestowania. Było to 71 proc. kobiet i 51 proc. mężczyzn. Pytano też, czy problemy te wystąpiły w czasie studiów.

"Wyniki pokazują, że od momentu rozpoczęcia studiów 40,7 proc. studentów i studentek doświadczyło molestowania - przy czym w podziale na płęć było to 31,10 proc. mężczyzn i 47 proc. kobiet" - napisano w dokumencie RPO.

Co czwarty uczestnik badania (24 proc.) doświadczył molestowania na terenie uczelni.

Zjawisko badano w różnych typach uczelni z podziałem na płęć. Z badania wynika, że najbardziej narażone na molestowanie są studentki uczelni technicznych (molestowania doświadczyło 62 proc. takich badanych kobiet), a najmniej - mężczyźni studiujący na uczelniach niepublicznych (odpowiednio 20 proc.).

Badanym, którzy doświadczyli molestowania, zadano pytania o najbardziej przykre doświadczenie. W znacznej większości sprawcą takiego zachowania był mężczyzna (70 proc.). "Sprawca

co trzeciej sytuacji, wskazywanej przez osoby badane jako najbardziej przykrej, był pracownik naukowy lub pracowniczka naukowa. Podobnie często (29 proc.) osoby doświadczyły tej sytuacji ze strony kogoś z grupy dalszych bądź bliższych znajomych. Oznacza to, że pracownicy i pracowniczki uczelni, których główną rolą jest wspieranie studentów i studentek w procesie dydaktycznym, i którzy pozostają ze studentami i studentkami w zależności zawodowej, są sprawcami/sprawczyniami molestowania podobnie często jak osoby, z którymi tej zależności nie ma, bez względu na to, czy ofiarą była kobieta czy mężczyzna" - napisano w dokumencie RPO.

W dalszej części badania pytano o molestowanie seksualne. Z całej próby badanych niemal co trzecia osoba (31 proc. studentów i studentek) zadeklarowała, że doświadczyła przynajmniej jednego zachowania o charakterze molestowania seksualnego od momentu rozpoczęcia studiów. Było to 12 proc. badanych mężczyzn i aż 44 proc. kobiet.

Wśród badanych kobiet, które doświadczyły molestowania seksualnego, niemal dwie na trzy (62 proc.) zdecydowały się powiedzieć komuś o zajściu. Wskaźnik ten spadał jednak do 56 proc. w przypadku kobiet (173 z 310 kobiet), które doświadczyły takiego zdarzenia na uczelni. "To oznacza, że kobiety, które opisywały sytuację o charakterze molestowania seksualnego, do której doszło w przestrzeni uczelnianej, były istotnie mniej skłonne informować o niej innych w porównaniu do tych,

które mówiły o zdarzeniu poza uczelnią" - skomentowano w dokumencie.

Badanych pytano też o poczucie bezpieczeństwa. "Osoby, które od początku studiów doświadczyły co najmniej jednego zachowania o charakterze molestowania seksualnego, miały znacznie niższe poczucie bezpieczeństwa w porównaniu do tych, które nie miały tego rodzaju doświadczeń" - czytamy w analizie.

Wśród zaleceń RPO są: wzmocnienie ochrony prawnej przed molestowaniem, rozpoznanie wiedzy o tych negatywnych zjawiskach i ich konsekwencjach, a także zwiększenie - m.in. wśród studiujących - wiedzy o tym, jakie instrumenty prawne mogą im służyć w związku z molestowaniem. Kolejnym zaleceniem jest zagwarantowanie wsparcia dla studentek i studentów zagrożonych tymi problemami.

Dr Adam Bodnar wyraził nadzieję, że wyniki badania i sformułowane na tej podstawie rekomendacje przyczynią się do wypracowania i wdrożenia właściwych środków identyfikowania i reagowania na zjawiska i zdarzenia, od których społeczność akademicka powinna być wolna.

PAP - NAUKA W POLSCE,
LUDWIKA TOMALA

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



FOT. FREEIMAGES.COM / CAROL O'DRISCOLL

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



FOT. FREEIMAGES.COM / KET QUANG

Psycholog: rośnie akceptacja dla karmienia piersią w miejscach publicznych

Badania pokazują, że akceptacja Polaków dla karmienia piersią w miejscach publicznych wzrasta, ale wciąż jest mocno niezadowolająca – mówi psycholog dr Marta Kucharska. Najbardziej akceptowalne jest karmienie piersią w centrach handlowych, restauracjach, najmniej – w komunikacji publicznej.

Psycholog z Instytutu Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego przypomina, że zgodnie z zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia, Amerykańskiej Akademii Pediatrycznej czy Ministerstwa Zdrowia dzieci powinny być karmione wyłącznie mlekiem matki do 6. miesiąca życia. Oczywiście jeżeli nie pojawiają się konkretne przeciwwskazania np. medyczne, czy problemy ze zdrowiem matki.

„Później zaleca się karmienie do pierwszego, drugiego lub dłużej, roku życia wraz z coraz bardziej urozmaiconymi pokarmami, które dziecko przyjmuje zgodnie z wiekiem. I tak naprawdę nie ma górnej granicy wieku karmienia piersią – żadna z tych organizacji nie podaje wieku, do którego można w sposób naturalny karmić dziecko” – dodała psycholog.

W Polsce na karmienie piersią zaraz po urodzeniu dziecka decyduje się większość kobiet – według badań – ok. 97 proc. „Natomiast ponad połowa z nich przestaje karmić piersią w okolicach

2-3 miesiąca życia dziecka. Badania pokazują, że średni okres karmienia piersią przez kobiety w Polsce wynosi ok. 4,8 miesiąca, czyli jest to dość krótki okres, niezgodny z zaleceniami medycznymi i naukowymi” – podkreśliła dr Kucharska.

Najnowsze dane uwzględniające 21 krajów UE wskazują, że tylko 13 proc. niemowląt jest karmionych wyłącznie mlekiem matki w 6 pierwszych miesiącach życia (zgodnie z zaleceniami WHO).

Z czego to wynika? Zdaniem psycholog, po pierwsze z bardzo niskiego poziomu wiedzy nt. problematyki laktacyjnej. Na szczęście – w jej ocenie – coraz częściej pojawiają się organizacje, które szerzą wiedzę na ten temat i kobiety dostają coraz większe wsparcie w tej kwestii. Karmienie piersią nie zawsze jest proste i nie zawsze przebiega w sposób zupełnie naturalny. Czasami i dziecko, i kobieta muszą się tego nauczyć, co może być bardzo frustrujące szczególnie dla młodej matki, dla której jest to zupełnie nowe doświadczenie.

„Więc jeżeli ona nie dostaje wsparcia ze strony personelu medycznego, czy nie dostaje wsparcia społecznego, to nie można się dziwić, że rzeczywiście rezygnuje po kilku nieudanych próbach” – dodaje dr Kucharska.

Dodatkowo – jej zdaniem – lekarze i położne bardzo często nie informują kobiet, które urodziły dziecko, jakie są zalecenia, więc kobiety o tym po prostu nie wiedzą. Część badań i komentarzy matek pokazuje, że są one wręcz czasami zachęcane, żeby porzucić karmienie naturalne.

Wśród powodów rezygnacji z karmienia piersią kobiety podają kwestię małej ilości mleka. „Rzeczywiście mogą się pojawić problemy laktacyjne, a jeżeli kobieta nie korzysta z porady specjalistów, to może to bardzo skutecznie odstręczać od karmienia dziecka” – dodaje.

Niektóre dzieci nie chcą być karmione piersią, zdarza się także, że sama matka odczuwa niechęć do karmienia naturalnego, bo nie do końca je akceptuje, albo ważne są dla niej względy estetyczne. Inna kwestia to logistyka, czyli np. konieczność powrotu kobiety do pracy i niemożność karmienia dziecka w sposób regularny.

Karmienie piersią bywa też czasami bolesne, pojawiają się bóle brodawek, gryzienie przez dziecko, kiedy pojawiają się pierwsze ząbki. „Oczywiście są sposoby jak temu zaradzić, ale również jest to coś, co może niektóre z matek zniechęcać” – ocenia ekspertka.

„To jest kwestia podjęcia decyzji. Ale przede wszystkim najistotniejsze jest to, żeby kobieta miała wiedzę i świadomie tę decyzję podejmowała, znając konsekwencje zarówno jednego jak i drugiego wyboru, do których ma absolutne prawo” – podkreśliła dr Kucharska.

Najwięcej kontrowersji w Polsce, i nie tylko, wzbudza kwestia karmienia piersią w miejscach publicznych.

Psycholog przyznaje, że badania pokazują, iż akceptacja Polaków dla karmienia piersią w miejscach publicznych wzrasta, natomiast – w jej odczuciu – cały czas jest mocno niezadowolająca. W jej ocenie, wynika to przede wszystkim z faktu, że nie potrafimy od aktu karmienia odłączyć fizyczności kobiecej związanej np. z eksponowaniem piersi.

„Choć kobieta nie eksponuje piersi, to widz nadaje temu taką interpretację. To nie jest problem kobiety, która po prostu karmi swoje dziecko, czyli używa piersi do podawania pokarmu. Jednak osoba, która to obserwuje może nadawać temu znaczenie,



FOT. FREEIMAGES.COM / TRACY WADE

np. dodając pewne konotacje erotyczne. I to jest główny problem” – zaznaczyła. Przyznaje jednocześnie, że każdy ma prawo do tego, żeby czuć się niekomfortowo w takiej sytuacji i może nie chcieć patrzeć na ten akt. „W związku z czym, nie musi na to patrzeć” – podkreśla.

Psycholog przytoczyła również badania pokazujące, że akceptowalność dla karmienia piersią w różnych miejscach i przestrzeniach publicznych, jest różna. Według niej w Polsce najbardziej akceptujemy karmienie piersią w centrach handlowych, w restauracjach, kawiarniach czy w parkach, natomiast absolutnie najmniej akceptowane jest to w komunikacji publicznej.

„I jest to dość mocno uzasadnione, ponieważ jest to przestrzeń bardzo zamknięta, w której rzeczywiście trudno jest zadbać o intymność zarówno karmiącej matki, jak i o intymność i prywatność osoby, która jest świadkiem tego aktu” – dodała.

Mniej akceptowane jest także karmienie w szkołach, na uczelniach, w urzędach czy w pracy. W jej ocenie, może to wynikać z faktu, że w takich miejscach kobieta wchodzi też w inną rolę – oprócz roli matki, pełni też rolę pracownika, studentki, uczennicy czy petentki.

Jak podnosić akceptację dla karmienia piersią w miejscach publicznych? Zdaniem psycholog ważne byłyby uregulowania prawne, których w Polsce obecnie nie ma, a występują w innych krajach, nie tylko europejskich. I tak np. w Skandynawii dozwolone jest karmienie piersią we wszystkich miejscach publicznych, podobnie



FOT. FREEIMAGES.COM / JENNY ROLLO

jak w Holandii, gdzie obowiązuje także ustawa dotycząca karmienia w miejscu pracy. Również niektóre kraje Ameryki Południowej mają ustanowione prawo do karmienia w przestrzeni publicznej.

Naprzeciw kobietom karmiącym coraz częściej wychodzą różne instytucje publiczne i społeczne. Powstają miejsca, w których kobiety mają stworzone warunki, do tego, żeby w sposób godny i wygodny mogły nakarmić swoje dziecko. Coraz częściej zapewniane jest odpowiednie zaplecze nie tylko dla karmiących matek, ale ogólnie dla rodziców z dziećmi.

„Myślę, że idziemy w dobrą stronę. Mówienie na ten temat, tworzenie kampanii społecznych, uświadamianie tego, jaka jest funkcja karmienia piersią i

odsłaniania piersi w miejscu publicznym; pokazywanie, że to nie ma absolutnie żadnych konotacji związanych z fizycznością i seksualnością, jest tutaj istotne” – podkreśliła dr Marta Kucharska.

W ocenie psycholog, ważna jest zarówno edukacja samych kobiet, które mają podjąć decyzję o ewentualnym karmieniu w sposób naturalny, ale też podnoszenie świadomości specjalistów. „Ponieważ ja mam wciąż przekonanie, że niestety specjaliści przekazują też błędną wiedzę, opartą na pewnych potocznych opiniach” – zaznaczyła.



FOT. FREEIMAGES.COM / ALICIA HYLTON

Eksperci: sprawność fizyczna dzieci w Polsce drastycznie spada

W Polsce niewiele ponad 20 proc. dzieci jest codziennie aktywnych fizycznie przez godzinę. Sprawność najmłodszych systematycznie spada od końca lat 70. XX wieku – alarmowali eksperci na spotkaniu prasowym w śróde w Warszawie.

Według dr. Janusza Dobosza z Narodowego Centrum Badania Kondycji Fizycznej na Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie na to, że sprawność fizyczna polskich dzieci stale się pogarsza wskazują wyniki z badań realizowanych przez warszawską AWF od ponad 30 lat.

Dla przykładu w 1979 r. – kiedy w Polsce mieliśmy szczyt kryzysu gospodarczego – chłopcy w wieku 10,5 lat byli w stanie utrzymać się w zwisie na drążku na ugiętych ramionach ponad 24 sekundy. W kolejnych latach czas ten ulegał skróceniu – w 1999 r. było to 15,5 sekundy, a w 2009 r. 12 sekund. Co więcej w badaniu sprawności fizycznej przeprowadzonym w 2018 r. wśród uczniów szkół podstawowych, które weszły do programu Aktywne Szkoły MultiSport, czas ten był jeszcze krótszy i wynosił 8 sekund. Podobnie jest z innymi próbami fizycznymi, jak np. skok w dal, które stosuje się do oceny sprawności.

„To dowodzi, że nie jest dobrze, a sprawność fizyczna dzieci w Polsce ulega ciągłej degradacji” – ocenił dr Dobosz. W jego opinii, jeśli ta tendencja spadkowa się utrzyma, to wkrótce 60 proc. dzieci w naszym kraju może mieć słabą lub bardzo słabą sprawność fizyczną w odniesieniu do rezultatów z 1979 r. Tymczasem,

sprawność fizyczna to wyznacznik zdrowia człowieka, podkreślał specjalista.

Eksperti obecni na spotkaniu zgodzili się, że istotną przyczyną tych niekorzystnych zmian jest zbyt mała aktywność fizyczna dzieci i młodzieży w Polsce.

Z najnowszej edycji badania HBSC z 2018 r. (przewodzonego pod egidą Światowej Organizacji Zdrowia - WHO) wynika, że w naszym kraju zaledwie 21 proc. dziewcząt i 24 proc. chłopców w wieku 11 lat każdego dnia podejmuje godzinną, zaplanowaną aktywność fizyczną, zgodnie z zaleceniami WHO.

„Aktywność fizyczna wpływa na sprawność i rozwój układu mięśniowego, układu kostnego, zwiększa mineralizację kości, sprawność stawów i zapobiega osteoporozie w przyszłości” – przypomniła pediatra dr Aneta Górka-Kot. Regularne ćwiczenia pobudzają rozwój układu krążenia, układu oddechowego, aktywność układu odporności, korzystnie wpływają na sen.

„Dodatkowo aktywność fizyczna – zwłaszcza gry zespołowe – wpływa na kompetencje społeczne dzieci. Dzieci uczą się kooperować ze swoimi rówieśnikami, nawiązywać więzi” – wymieniła specjalistka. Zwróciła też uwagę, że ruch w istotny sposób oddziałuje na zdolności poznawcze dziecka, jego stan psychiczny i emocjonalny. Z badań wynika, że dzieci aktywne fizycznie są w mniejszym stopniu zagrożone depresją. Badania aktywności mózgu i różnych funkcji poznawczych dowodzą, że aktywność fizyczna poprawia zdolności uczenia się, zwłaszcza czytania.

Dr Górka-Kot podkreśliła, że według WHO siedzący, nieaktywny tryb życia jest czwartą wiodącą

przyczyną śmiertelności ludzi na świecie – za nadciśnieniem tętniczym, paleniem tytoniu oraz podwyższonym poziomem glukozy we krwi. Bezruch to tydzień, a zbyt duża masa ciała zwiększa ryzyko wielu chorób przewlekłych, w tym chorób układu sercowo-naczyniowego i zaburzeń metabolicznych, jak np. cukrzyca typu 2.

Z badania o akronimie COSI (z 2016 r.), którego wyniki przytoczyła specjalistka, wynika, że co trzeci ośmiolatek w Polsce ma nadwagę, co ok. dziesiąty (12,7 proc.) zmagają się z otyłością i również co dziesiąty ma nadciśnienie tętnicze.

„To oznacza, że te dzieci zmierzają w kierunku zespołu metabolicznego ściśle związanego z nadwagą i otyłością, cukrzycą i zaburzeniami gospodarki lipidowej. W bezruchu nasze dzieci chorują, a potem wcześniej umierają” – mówiła pediatra.

Zdaniem dr Dobosza uzyskanie zmian jest możliwe, ale wymaga wprowadzenia programów aktywizujących dzieci i młodzież, jak też rodziców, nauczycieli i całe środowisko szkolne.

Przykładem takiej inicjatywy przedstawionej na środowowym spotkaniu jest program Aktywne Szkoły MultiSport, realizowany przez Fundację V4Sport. W pierwszej edycji objęto nim łącznie ponad dziewięć tys. dzieci z 35 szkół w woj. dolnośląskim.

Celem projektu jest inspirowanie dzieci, rodziców i nauczycieli do wprowadzenia większej aktywności fizycznej w codziennej funkcji poznawczych podstawowych. W ramach warsztatów, w których udział brali nauczyciele, rodzice, władze samorządowe i dzieci, tworzone pomysły na aktywizację ruchową uczniów, jak np. aktywna droga do szkoły, wspólna



FOT. FREEIMAGES.COM / GIANNI TESTORE

aktywność z rodzicami w trakcie weekendów.

Wśród dzieci dwukrotnie (na początku i na zakończenie projektu) przeprowadzono też multimedialny test sprawnościowy. Opiera się on na europejskim teście sprawności fizycznej Eurofit i obejmuje dziewięć stacji z prostymi ćwiczeniami sportowymi, takimi

jak zwis na drążku, skok w dal czy próba ścisku. Test ma formę fabularyzowanej, interaktywnej gry, w której dzieci stają w szranki z potworami z Galaktyki Bezruchu.

„W ciągu 152 dni, bo tyle upłynęło między pierwszym a drugim badaniem, dzieci odzyskały 43 proc. tej sprawności, którą straciło młode pokolenie między

1999 r. a 2009 r.” – powiedział dr Dobosz. Jego zdaniem dowodzi to, że integracja działań na rzecz poprawy sprawności fizycznej dzieci w Polsce może przynieść wymierne efekty.

(PAP)

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



FOT. FREEIMAGES.COM / STACY BRUMLEY



FOT. FREEIMAGES.COM / LAURA MAE LUETT

Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii



tablica.nl

Wejdź, zarejestruj się i dodawaj BEZPŁATNIE swoje ogłoszenia

Naukowiec: miody miejskie są równie zdrowie, jak te z pasiek wiejskich

Miód z pasiek miejskich jest tak samo zdrowy, jak ten z pasiek wiejskich. Pszczoły doskonale radzą sobie w polskich metropoliach i znajdują masę pokarmu przez cały sezon, a jednym z ich ulubionych miejsc są... cmentarze - opowiada PAP dr Hajnalka Szentgyörgyi.

"Miody z pasiek miejskich nie ustępują pod względem jakości tym z terenów wiejskich. Poziom szkodliwych substancji w nich zawartych jest niski i jako taki często nie pozwala odróżnić miejsca produkcji miodu" - opowiada w rozmowie z PAP biolog z Uniwersytetu Rolniczego w Krakowie, dr Hajnalka Szentgyörgyi.

Wbrew pozorom pszczoły w miastach często radzą sobie lepiej, niż na wsi. Z czego to wynika? Jak wyjaśnia biolog, ponad 60 proc. powierzchni Polski zajmują tereny rolnicze, które jednak są coraz mniej przyjazne pszczołom. Z jednej strony owadom szkodzą tam różnego rodzaju pestycydy, z

drugiej nie sprzyja im monokulturowy charakter upraw. Niektóre rośliny kwitną też krótko, np. gryka - zaledwie dwa tygodnie, i tylko w tym momencie pszczoły mogą pozyskać nektar oraz pyłek do bardzo charakterystycznego miodu gryczanego. Później nie mają dostępu do innego pokarmu, bo w najbliższej okolicy często nie rosną i nie kwitną prawie żadne inne miododajne rośliny.

"Tymczasem w miastach różnego rodzaju kwiaty kwitną w zasadzie przez cały sezon, czyli od marca do września. Mowa tu o roślinach rosnących na balkonach, skwerach, parkach czy cmentarzach. Tam pszczoły mają naprawdę bogactwo pokarmu, bo miejskie nekropolie są zadrzewione, nie mówiąc o często składanych kwiatkach ciętych na nagrobkach" - opowiada biolog.

Ponieważ pszczoły w mieście pozyskują nektar i pyłek z bardzo różnych gatunków kwiatów - produkowany przez nie miód jest wielokwiatowy; nie ma szans na wysublimowane rodzaje miodu takie, jak choćby akacyjny czy gryczany.

Dr Szentgyörgyi przeprowadziła wraz z zespołem badania pyłku sprowadzonego do uli przez pszczoły na terenie Krakowa i okolic. Analizami objęto 15 uli z pięciu różnych lokalizacji. Spoglądano na poziom metali ciężkich i węglowodorów aromatycznych, będących składnikami smogu. Ku zaskoczeniu dr Szentgyörgyi analizy wykazały, że stężenie tych substancji w pyłku kwiatowym przyniesionym przez pszczoły do uli na terenach wiejskich czy podmiejskich bywa czasami większe, niż w centrum Krakowa.

"Ta sytuacja związana jest z jakością powietrza. W centrum miasta może być czasami lepsza ze względu na stosowanie centralnego ogrzewania, podczas gdy na przedmieściach lub na wsi stosuje się indywidualne ogrzewanie, używając często paliwa złej jakości" - dodaje badaczka.

Biolog uspokaja, że mimo obecności tych substancji w miodzie ich stężenia są stosunkowo niskie i nie powinny być szkodliwe dla zdrowia.

Miód produkowany jest z nektaru kwiatowego, który kwiaty

wytwarzają na bieżąco. "Dlatego choć kwiat kwitnie nawet tam, gdzie powietrze nie jest zbyt czyste - to nektar nie ulega tak dużemu zanieczyszczeniu, jak choćby pyłek - podkreśla biolog. O wiele więcej zanieczyszczeń znajduje się w pyłku kwiatowym, który pszczoły zbierają wraz z nektarem. Pyłek produkowany jest przez rośliny jednorazowo, po czym pozostaje on przez jakiś czas we wnętrzu kwiatu. Dlatego z biegiem czasu może on ulec stosunkowo większemu zanieczyszczeniu.

"Mitem jest pogląd, że pszczoły filtrują szkodliwe substancje zawarte w nektarze. One jedynie dodają do niego odpowiednie enzymy i zagęszczają, by powstał miód" - zauważa biolog.

Choć spożycie miodu, nawet tego z lokalizacji o zanieczyszczonym powietrzu, jest bezpieczne - to fakt zanieczyszczenia odbija się na samych pszczołach. Z badań dr Szentgyörgyi, przeprowadzonych na grupie pszczoł dzikich (murarek ogrodowych) wynika, że w miejscach zanieczyszczonych zachwiana jest proporcja płci w populacji, mniejsza jest także li-

czebność potomstwa.

Miejskie pszczelarstwo w ostatnich latach staje się w Polsce coraz bardziej popularne. Z danych Wojewódzkiego Związku Pszczelarskiego w Krakowie,

przywoływanych przez badaczkę wynika, że na terenie samego Krakowa znajduje się 2 tys. uli. W zachodniej Europie pasieki takie weszły na stałe do krajobrazu miejskiego. Jednym z najbardziej prężnie rozwiniętych ośrodków pod tym względem jest Berlin z 15 tys. uli! Z kolei w Londynie jest ok. 3,5 tys. pasiek.

PAP - NAUKA W POLSCE, SZYMON ZDZIEBŁOWSKI

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



FOT. FREEIMAGES.COM / GABRIEL T

Pytania do eksperta – listy Czytelników

Otrzymałmy 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.rozliczysie.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@goniecpolanski.nl



Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Całą sprawę zgłasza Pan pracodawcy, u którego Pan pracuje.

Witam,

Jestem samotną matką w Holandii. Po zakończeniu zasiłku chorobowego starałam się o zasiłek dla bezrobotnych, ale niestety nie przyznano mi go, bo w ostatnim czasie przeszłam po miesiącu na chorobowe z powodu ciąży i złego stanu zdrowia. Moje pytanie jest następujące: dwa miesiące jestem bez pracy i chciałabym znaleźć sobie pracę, by poprawić budżet swój i dziecka, lecz nie wiem, gdzie się mam udać po pomoc w znalezieniu przedszkola, bo wszyscy mi mówią, że najpierw muszę mieć pracę, ale gdy ją znajdę, to muszę mieć najpierw opiekę nad dzieckiem. Czy w Gemente udział mi pomocy w jakiś sposób lub może zadzwonić do urzędu UWV, może on coś poradzą, jak Państwo myślą? Z góry dziękuję za odpowiedź

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jest to trudna sytuacja. Może faktycznie udanie się do gminy, w której Pani mieszka, przyniesie pozytywne skutki. Jeśli jest Pani

zameldowana w Holandii, to może Pani zapytać o zasiłek socjalny z gminy.

Witam,

Miałem wypadek w pracy w Holandii i jestem niezdolny do pracy. Byłem w szpitalu, założyli mi 5 szwów. W agencji powiedzieli, żebym jechał do Polski wyleczyć się. Moje pytanie brzmi: czy należy mi się zasiłek chorobowy?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jeśli ma Pan umowę o pracę, to wszystko zależy od pracodawcy. To jemu Pan podlega i to on weryfikuje czy sam wypłaca chorobowe czy zgłasza Pana do UWV.

Witam,

Mam do Państwa pytanie i prośbę o pomoc, tzn. po jakim czasie mogę zacząć pracę bezpośrednio u pracodawcy, u którego pracuję poprzez biuro pracy? Bardzo proszę o odpowiedź.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jeśli nie ma żadnego zapisu w Pana dotychczasowej umowie o pracę, iż nie może Pan jej rozwiązać przed jakimś czasem, to ra-

czej nie powinno być żadnych problemów, aby mógł Pan przejść do pracy bezpośrednio przez firmę, jeśli taką ofertę Pan otrzymał.

Witam,

Chciałem zapytać o transfer zasiłku. Po drugim miesiącu zasiłku w Holandii miałem transfer na 3 miesiące do Polski (łącznie zasiłek na 5 miesięcy). Ale transfer skończył mi się 13 maja, a zasiłek miałem przyznany do 18 maja. Chciałem zapytać, co teraz będzie z tymi kilkoma dniami? Jak urząd wtedy to interpretuje? Dodam, że nie byłem zameldowany w Holandii, a podany tylko był mój adres do korespondencji. Nie rejestrowałem się też ponownie w UWV po transferze.

Dziękuję i pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jeśli nie wrócił Pan do Holandii po transferze zgłaszając się w UWV z taką informacją, to aby otrzymać wypłatę za te 5 dni zasiłku, musi Pan na nowo złożyć wniosek.

Witam,

Jestem od zeszłego tygodnia na zasiłku chorobowym. W tą niedzielę wygasła mi umowa z agencją pracy. Podkreśliłam, że byłem zatrudniony na fazie B. Moja choroba jest spowodowana infekcją mięśnia sercowego, przez co spędziłem kilka dni w szpitalu i teraz lekarz prowadzący w szpitalu oznajmił mi, że przez pół roku nie będę mógł wykonywać prac fizycznych. Teraz moja sytuacja jest zależna od lekarza - czy pozwoli mi wrócić do pracy, czy nadal być na zasiłku. Moje pytanie: czy jest możliwość przeniesienia zasiłku chorobowego do Polski, by tam odbywać dalsze leczenie i regenerację mojego serca?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jak najbardziej może Pan prosić o wyjazd do Polski w celu podjęcia leczenia.

Witam,

Przeczytałam Państwa artykuł i mam pytanie. Pracowałam na fazie A 78 tygodni i na fazie B w umowie mam napisane od 23.01.2017 roku do 30.05.2017 roku i mam w nawiasie napisane „11 tygodni”, a to jest 19 tygodni. Czy agencja powinna mnie powiadomić o zakończeniu fazy B (że mi nie przedłużają, mimo że jest to napisane na umowie)? Księgowa, do której chodzę, poinformowała mnie że jest to ich obowiązkiem i że takie zmiany zaszły od 2015 roku. Mało tego - po skontaktowaniu się z nimi nagle dostałam email w pdf o zakończeniu fazy, który teoretycznie został mi wysłany 14.05, a wcale tak nie było. Co mam teraz zrobić?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Pracodawca ma obowiązek powiadomić pracownika, który pracuje na fazie B, minimum 2 tygodnie przed zakończeniem kontraktu, iż kolejnego kontraktu nie będzie. Wysłana wiadomość ma datę wysłania i jeśli widnieje tam 14.05.2017 roku, to pracodawca dopełnił swojego obowiązku, zaś jeśli Pani nie zgadza się z tym, to może Pani zebrać wszelką dokumentację i wybrać się do adwokata.

Dzień dobry,

Przypadkiem znalazłam Państwa stronę i pozwoliłam sobie napisać. Od kilku lat mieszkam w Holandii, obecnie jestem w drugiej ciąży (29 t.c.). W pierwszej nie było problemu, bo pracowałam do samego końca. Problem mam teraz. W grudniu zmieniłam pracę (chciałam sobie polepszyć). Obiecywano, że praca będzie na dłuższy czas, jednak pod koniec roku zaczęły się „kombinacje” i wymówki. Koniec końców trzeba było

czekać na odpowiedź ze strony pracodawcy do połowy stycznia. Odpowiedź brzmiała, że nie potrzebują póki co pracowników, ale jak tylko coś się zmieni, to będą się kontaktować. W międzyczasie złożyłam wniosek do UWV o zasiłek dla bezrobotnych, który skończył mi się 1 maja. W czasie trwania zasiłku znalazłam kolejną pracę, ale niestety w chłodni przy pomidorach po 12 godzin dziennie. Nie wiem, skąd pracownik biura dowiedział się, że jestem w ciąży i w bardzo delikatny sposób mi podziękowali. Skąd wiem, że musieli się dowiedzieć? Ponieważ pracownik biura, rozmawiając ze mną przez telefon powiedział: jak urodzisz, to zapraszamy do nas ponownie. Stąd moje pytanie: co mogę zrobić w takiej sytuacji? Wiem, że na zasiłek macierzyński mogę przejść 6 tygodni przed terminem porodu. Ja chętnie poszłabym do pracy, ale zdaję sobie doskonale sprawę, że żaden pracodawca, widząc ciążowy brzuch, mnie nie zatrudni, tym bardziej, że jestem w ostatnim miesiącu ciąży. Jestem zapisana do ginekologa ze względu na możliwość komplikacji podczas porodu. Czy jest jakieś wyjście z tej sytuacji?!

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Może Pani przejść na zasiłek chorobowy.

Witam,

Moje pytanie brzmi następująco: jeśli już dostanę się na mieszkanie socjalne, to jakie będą potrzebne dokumenty, by je otrzymać?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jeśli dana osoba otrzymuje list z zaproszeniem na oglądanie mieszkania, to dostaje również informację, jakie dokumenty są potrzebne przy wizycie.

Galeria zdjęć Czytelników

Dziś prezentujemy zdjęcia z Rzymu w okresie świątecznym, 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

reklama@goniecpolanski.nl

www.GoniecPolski.nl

NA WESOŁO NA WESOŁO NA WESOŁO NA WESOŁO NA WESOŁO

Dżentelmen rozmawia ze swoją sąsiadką:

- Madame, słyszałem wczoraj jak Pani śpiewała.
- Tak tylko, dla zabicia czasu - odpowiada zawstydzona dama.
- Straszna broń Pani wybrała, Madame!

- Chciałabym coś praktycznego do pokoju dziennego - mówi kobieta w sklepie z dywanami.

- A ile Pani ma dzieci?
- Sześciuro.
- To najpraktyczniejszy byłby asfalt...

- Tatusiu, czy ty wiesz, że mama jest lepszym kierowcą od ciebie?

- Chyba żartujesz?
- Uwierz mi. Sam mówiłeś, że przy zaciągniętym hamulcu ręcznym samochód nie ruszy z miejsca, a mama wczoraj przejechała prawie 15 kilometrów!

Dziadek opowiada wnuczkom:

- A wiesz wnusiu, że kiedyś to w sklepach był tylko ocet?
- Jak to dziadku? W caaaalym Carrefourze?!

Szczyt pijaństwa:

Upić ślimaka tak, żeby do domu nie trafił.

Ojciec piątki dzieci wy-

grał zabawkę w loterii.

Zawołał swoje dzieciaki i spytał, które z nich powinno otrzymać prezent:

- Kto jest najbardziej posłuszny? - spytał - Kto nigdy nie pyskuje mamie? Kto robi wszystko, co każe?

Pięć głosików odpowiedziało jednocześnie:

- Dobra, tato, możesz zatrzymać zabawkę.

Jeden przedszkolak mówi do drugiego:

- U mnie modlimy się przed każdym posiłkiem.
- U mnie nie. Moja mama bardzo dobrze gotuje.

Rozpaczliwie płaczącego syna pyta się ojciec:

- Dlaczego płaczesz synku?
- Zgubiłem moje 10.- zł, odpowiada syn.

- Nie płacz, dam ci 10.- zł
Dziecko się uspokoiło, a po chwili wpada jeszcze w większą rozpacz.

- Co się stało synku? - pyta ojciec.

- Gdybym nie zgubił tamtych 10.- zł, to miałbym teraz 20.- zł.

Dwie blondynki w sklepie rozglądają się za ciuchami.

Podchodzi ekspedientka:

- W czym mogę pomóc?
- Szukam ciekawej sukienki na lato.

- Jakie ma pani wymiary?
- 170 cm, 50 kg, 90/60/90...

Na to koleżanka:
- No co ty Gośka?! Nie jesteś na Gadu-Gadu!

Po meczu trampkarzy trener mówi do jednego z chłopców z drużyny:

- Czy wiesz co to jest współpraca? Co to jest zespół?
Chłopczyk potakuje.

- A czy rozumiesz jak ważne jest to, żebyśmy razem wygrali?
Chłopczyk znów przytakuje.

- Więc, kiedy sędzia odgwiżdże twój faul, rozumiesz, że nie wolno

się z nim kłócić, przeklinać i kopać go?

Mały piłkarz znów pokornie kiwa głową ze zrozumieniem.

- W porządku - mówi trener. -

To teraz idź, proszę, i wytłumacz to swojej mamie.

Po meczu trampkarzy trener mówi do jednego z chłopców z drużyny:

- Czy wiesz co to jest współpraca? Co to jest zespół?

Chłopczyk potakuje.

- A czy rozumiesz jak ważne jest to, żebyśmy razem wygrali?

Chłopczyk znów przytakuje.

- Więc, kiedy sędzia odgwiżdże twój faul, rozumiesz, że nie wolno się z nim kłócić, przeklinać i kopać go?

Mały piłkarz znów pokornie kiwa głową ze zrozumieniem.

- W porządku - mówi trener. -

To teraz idź, proszę, i wytłumacz to swojej mamie.

Dyrektor szkoły przechodzi korytarzem obok klasy, z której słychać straszny wrzask.

Wpada, łapie za rękaw najgłośniejszego wrzeszczącego, wyciąga go na korytarz i stawia w kącie. Po chwili z klasy wychodzi kolejnych trzech młodzianów, którzy pytają:

- Czy możemy już iść do domu?

- A z jakiej racji?

- No... przecież skoro nasz nowy pan od matematyki stoi w kącie, to chyba lekcji nie będzie, prawda?

- Ojciec pyta syna:

- Co robiliście dziś na matematyce?

- Szukaliśmy wspólnego mianownika.

- Coś podobnego! Kiedy ja byłem w szkole, też szukaliśmy wspólnego mianownika! Że też nikt go do tej pory nie znalazł...

Kolejka w aptece.

Pierwszy klient podchodzi do okienka, daje receptę, aptekarz mówi mu:

- 320 złotych proszę.

Drugi podchodzi, daje receptę, aptekarz mówi mu:

- 340 złotych.

Trzeci podchodzi, aptekarz mówi mu:

- 390 złotych.

Czwarty facet w kolejce się lekko poddenerwował i mówi:

- Panie mgr, wszyscy idziemy

od tego samego lekarza, wszyscy mamy taki sam lek na recepcie, dlaczego jedni płacą mniej, a inni więcej? Mgr odpowiada:

- No wie pan, mamy taki kod z lekarzem, taką umowę...

Facet się zdenerwował i mówi:

- Panie, niech pan nam powie co to za lek, dlaczego ma inną cenę? Na recepcie było napisane : CC NWCJMCMCC CC. Klienci zaczęli nerwowo naciskać na aptekarza, bardzo chcieli żeby im przeczytał co to oznacza, co to za lekarstwo... W końcu aptekarz pod wpływem nacisku zaczął czytać z rumieńcami na twarzy:

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

- Cześć Czesiek, Nie Wiem Co Mu Jest, Daj Mu Co Chcesz, Cześć Czesiek.

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!

Ballada 2.

Trzeba nam skutecznie
pospołu
ofiarnie zmierzać
(mimo oporu materii)
drogą mozołu
do niedościgłych wzorów
nieugięcie
pierwszy raz
(jak na prerii)
Aliści
Prawdy nie poznamy zimą
bez wiosny
bez lata
bez jesieni
wszakże trudu przyszłości
trzeba wiernie dotrzymać
w kolorze nadziei
w zieleni
w kwiatach
Aliści
Gdy przejdzie pora zieleni
to znak że odnawia się życie
dla nas (także w nas)
dla potomnych
dla świata

Kolor nadziei wraca radośnie
To życie... obficie...

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii i Belgii

Redaktor naczelny: D. Gancarz

Redaguje zespół

Kontakt z redakcją:
redakcja@goniecpolanski.nl

Biurowo reklam:
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/po-lish/Punkt_zg_aszania_nieuczciwych_biur_po_rednictwa_pracy.aspx

Inspekcja zajmuje się nadzorem nad przestrzeganiem przepisów dotyczących: niewypłacenia bądź zaniżenia 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 Nadużycia 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

Przydatne kontakty w Holandii



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/informacje-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.rijksverheid.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 Koziński SChr.
Kerkhoflaan 17, 6741 BN Lunteren
tel. 0318-482728, kom. +31644210293
fax 0318-486272
e-mail: tkozyński@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: slawekklim@hotmail.com



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”



ZASIŁEK DLA
BEZROBOTNYCH



ZASIŁEK RODZINNY



ZAPRASZAMY do naszych biur:

APELDOORN

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

styczeń - kwiecień
pon. - pt. 15:00 - 20:00
sobota 10:00 - 20:00
niedziela 10:00 - 15:00

DEN HAAG

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

styczeń - kwiecień
pon. - pt. 15:00 - 20:00
sobota 10:00 - 20:00
niedziela 10:00 - 15:00

TILBURG

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

styczeń - kwiecień
pon. - pt. 15:00 - 20:00
sobota 10:00 - 20:00
niedziela 10:00 - 15:00



www.rozliczsie.pl

infolinia: +48 224 546 600
+31 641 350 515

e-mail: kontakt@klosowska.com