

Zmiany w systemie ubezpieczeń zdrowotnych w Holandii



FOT. FREEIMAGES.COM / FILIPPO VICARELLI

CIĄG DALSZY ZE STR. 1

Należy jednak pamiętać, że obniżenie wysokości składki nie musi oznaczać, że w przyszłym roku zapłacisz mniej na ubezpieczenie. Jak to jest możliwe? Niektóre firmy stosują pewien trik... Okazuje się, że w Holandii około 2/3 osób ma wykupione przez swoich pracodawców ubezpieczenia grupowe. Ubezpieczyciel informuje o obniżeniu składki o przykładowo 2 procent i jednocześnie zmniejsza zniżkę z tytułu ubezpieczenia zbiorowego z 10 do 5 procent, co w efekcie oznacza, że osoby te zapłacą o 3 procent

więcej.

Jeżeli planujesz pozostanie u tego samego ubezpieczyciela, to warto przypomnieć, że istnieje możliwość znacznego obniżenia składki zwiększając kwotę udziału własnego (eigen risico) z obowiązkowych 385 euro do kwoty maksymalnej 885 euro. Należy jednak pamiętać, że przy takiej modyfikacji ubezpieczenia, może się okazać, że jednorazowa wizyta u lekarza będzie nas słono kosztować.

Pozostając w temacie ubezpieczeń zdrowotnych przypomniemy, że każda osoba legalnie przebywająca na terenie Holandii

i posiadająca ubezpieczenie zdrowotne, ma prawo do tzw. dodatku do ubezpieczenia Zorgtoeslag.

Świadczenie to jest wypłacane miesięcznie, a jego wysokość uzależniona jest od wysokości uzyskanych dochodów. Tabela obok zawiera dane dotyczące wysokości tego dodatku w roku 2019 oraz szacowaną kwotę w roku 2020.

(RED.)

ARTYKUŁ POWSTAŁ PRZY

WSPÓŁPRACY

Z KANCELARIĄ PODATKOWĄ

ANNA KŁOSOWSKA WWW.

ROZLICZSIE.PL

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.

	2019 r.	2020 r.	Różnica
Maksymalna kwota dodatku do ubezpieczenia dla jednoosobowych gospodarstw domowych	1189 €	1256 €	+ 5,6%
Maksymalna kwota dodatku do ubezpieczenia dla wieloosobowych gospodarstw domowych	2314 €	2409 €	+ 4,1 %

Tab.1 Wysokość dodatku do ubezpieczenia Zorgtoeslag w 2019 r. oraz szacowana jego wielkość w 2020 r.



FOT. FREEIMAGES.COM / PATRYCJA CIESZKOWSKA

PRACA

Praca na szklarni z orchideami. Prace w Holandii-Zuid-Holland. Dailyflex Personneelsdiensten posiadamy oferty pracy: praca na szklarni z orchideami w Waddinxveen. Wymagane: zaangażowanie, chęć, motywacja do pracy i dyspozycyjność, znajomość języka holenderskiego lub angielskiego - minimum komunikacyjnie, własny dojazd lub zamieszkanie w okolicy. Nie oferujemy zakwaterowania. Jesteś zainteresowany/a - wyślij do nas swoje CV na adres mail vacature@dailyflex.nl. Lub zadzwoń: 0174 - 28 72 73. Nasza strona: www.dailyflex.nl. Nasz adres: Jupiter 128, 2675LV Honselersdijk.

Mechanik samochodów osobowych i ciężarowych VW, Audi. Dla naszego klienta z Holandii poszukujemy mechaników samochodów osobowych i ciężarowych. Otwarte wakaty: mechanik samochodów osobowych VW, Audi. Lokalizacja: Breda. Wymagania: doświadczenie na stanowisku mechanika, motywacja do pracy, bardzo dobra

znajomość języka angielskiego. Oferujemy: stawka 13 -15 euro netto/godzina, pracę w renomowanych warsztatach samochodowych, zakwaterowanie: bardzo dobre warunki koszt 100 euro/tydzień, ubezpieczenie: 25 euro na tydzień. Jeżeli zainteresowała Cię, któraś z ofert zapraszam do aplikacji na wybrane stanowisko! Poprzez email: adrian@karierawholandii.pl lub telefon +48 600 134 877. Zastrzegamy sobie kontakt z wybranymi kandydatami. Możliwy jest kontakt telefoniczny ze strony pracodawcy.

KUCHARZ. Wynagrodzenie: od 10,20 brutto do 11,90 euro brutto za godzinę (uzależnione od stanowiska). Wymagania: Dobra znajomość języka angielskiego min B1, Gwarantowane 40h w tygodniu, Możliwość nadgodzin, Doświadczenia. Lokalizacja: region Zeeland (Vrouwenpolder, Middelburg, Goes, Vlissingen). Zakwaterowanie: bardzo dobre warunki koszt od 75 do 100 euro/tydzień. Ubezpieczenie: 25 euro na tydzień.

Jeżeli zainteresowała Cię oferta, zapraszam do aplikacji na wybrane stanowisko! Poprzez email: adrian@karierawholandii.pl lub telefon +48 600 134 877. Zastrzegamy sobie kontakt z wybranymi kandydatami. Możliwy jest kontakt telefoniczny ze strony pracodawcy.

Prace produkcyjne. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy w Holandii. W skład oferty wchodzi następująca praca: prace produkcyjne w firmie zajmującej się produkcją opakowań plastikowych (Helmond). 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 (wagium CAO), stawkę godzinową 10.05-10.50 euro brutto. Charakter pracy: praca od listopada 2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem PRODUKCJA na adres:

info@theprecmatch.pl LUB info@tpmwork.com LUB wypełnienie formularza kontaktowego tpmwork.com/#formularz (Certyfikat nr 2318). Kontakt telefoniczny możliwy jest w godzinach urzędowania biura pod numerem (+48)618205550. 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 Zbigniewa Romaszewskiego 27, na potrzeby przeprowadzenia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

Pracownik produkcyjny. JUZ OD DZIS!!! Venlo. Agencja Pracy Czasowej Jupiter poszukuje nowych pracowników na stanowisko. Pracownik produkcyjny (pary również mile widziane). Miejsce pracy: Venlo. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Zakres obowiązków: sortowanie i pakowanie owo-

ców, warzyw lub cytrusów na taśmie produkcyjnej, ważenie produktów do pojemniczków, stickerowanie produktów, inne prace produkcyjno-magazynowe zlecone przez Pracodawcę. Wymagania: umiejętność pracy w zespole, dyspozycyjność do pracy na dłuższy okres czasu, pozostanie w Holandii również przez Okres Świąt Bożego Narodzenia. Oferujemy: Stawkę godzinową od 10.19 euro brutto, Zakwaterowanie (płatne max 85 euro tygodniowo, nie licząc ulgi podatkowej ET), Dla osób które nie ukończyły 20 lat oferujemy darmowe mieszkania, Całodobową opiekę Polskich konsultantów, Bezpłatną pomoc przy wyrobieniu numeru sofilii, Pracę w renomowanej i stabilnej firmie przez długi okres czasu, Wynagrodzenie w systemie tygodniowym, Darmowy transport do pracy (tylko i wyłącznie służbowym autem), Możliwość pracy także dla par, Ubezpieczenie zdrowotne, Dodatki urlopowe i wakacyjne. Rekrutacja: Bardzo proszę o wysłanie swojego CV na adres [\[jupiterpolska.pl\]\(mailto:jupiterpolska.pl\) w tytule wpisując „Produkcja owoców i warzyw JUZ OD ZARAZ” 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 procesu rekrutacji \(zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.97 r. o ochronie danych osobowych Dz. U. nr 133, p.](mailto:s.sadowska@</p>
</div>
<div data-bbox=)

Operator wózka EPT. W magazynie wysyłkowym lidla. Venlo. Agencja pośrednictwa pracy Jupiter poszukuje dla swoich klientów osób do pracy jako operator wózka elektrycznego EPT z certyfikatem. Jest to praca w magazynie wysyłkowym. Miejsce pracy: Masbreekolice Venlo. Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: certyfikat uprawniający jazdę wózkiem EPT, znajomość języka angielskiego nie jest

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**.

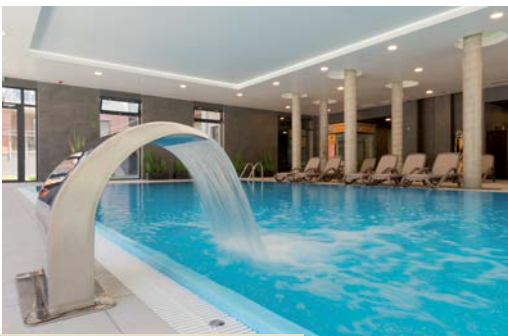


Zarezerwuj już dziś!

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**.



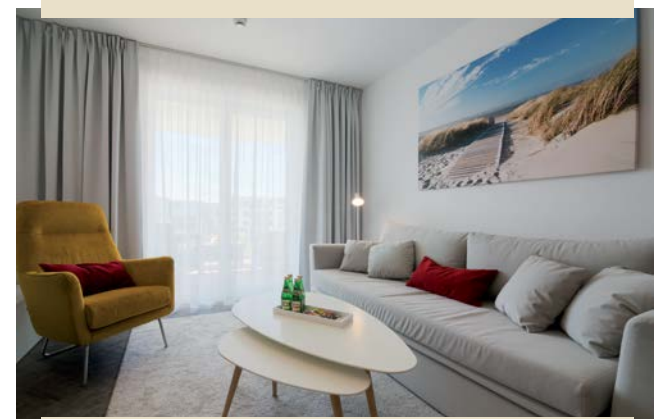
Spędź czas w najpiękniejszym zakątku nad **polskim morzem**.

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

CIAG DALSZY ZE STR. 2

wymogiem koniecznym, minimum poł roczne doświadcze-

nie jako operator, chęć rozwoju osobistego, punktualność, dyspozycyjność na dłuższy okres czasu. Oferujemy: Pracę stałą

w renomowanej firmie na długi okres czasu (40 godzin plus), każda nadgodzina płatna 130 procent, sobota 150 procent,

niedziela 200 procent, Pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, Pomoc przy wyrobieniu numeru sofi,

Wynagrodzenie w systemie tygodniowym, Darmowy transport do pracy -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 Operator wózka widłowego, combi truck, reachtruck lub EPT 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 procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.97 r. o ochronie danych osobowych Dz. U. nr 133, p.

szego klienta z Holandii poszukujemy mechaników samochodów osobowych i ciężarowych. Otwarte wakaty: mechanik samochodów ciężarowych Mercedes, Scania. Lokalizacja: Breda. Wymagania: doświadczenie na stanowisku mechanika, motywacja do pracy, bardzo dobra znajomość języka angielskiego. Oferujemy: stawka 13 -15 euro netto/godzina, pracę w renomowanych warsztatach samochodowych, zakwaterowanie: bardzo dobre warunki koszt 100 euro/tydzień, ubezpieczenie: 25 euro na tydzień. Jeżeli zainteresowała Cię, któraś z ofert zapraszam do aplikacji na wybrane stanowisko! Poprzez email: adrian@karierawholandii.pl lub telefon +48 600 134 877. Zastrzegamy sobie kontakt z wybranymi kandydatami. Możliwy jest kontakt telefoniczny ze strony pracodawcy.

Prace produkcyjne. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy w Holandii. W skład oferty wchodzi następująca praca: prace produkcyjno-fizyczne w firmie zajmującej się produkcją ziół, przypraw, aromatów i proszków 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), stawkę godzinową 10.05-10.49 euro brutto. Charakter pracy: praca od listopada 2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem PRODUKCJA na adres: info@tpmwork.com LUB wypełnienie formularza kontaktowego tpmwork.com/#formularz (Certyfikat nr 2318). Kontakt telefoniczny możliwy jest w godzinach urzędowania biura pod numerem (+48)618205550.

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 Zbigniewa Romaszewskiego 27, na potrzeby przeprowadzenia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

Praca stała na Florze Holland. Prace w Holandii- Zuid-Holland. Dailyflex Personeelsdiensten posiadamy oferty pracy: praca stała na Florze Holland w Honselersdijku. Wymagane: zaangażowanie, chęć, motywacja do pracy i dyspozycyjność, znajomość języka holenderskiego lub angielskiego - minimum komunikacyjnie, własny dojazd lub zamieszkanie w okolicy. Nie oferujemy zakwaterowania. Jesteś zainteresowany/a - wyślij do nas swoje CV na adres mail vacature@dailyflex.nl. Lub zadzwoń: 0174 - 28 72 73. Nasza strona:www.dailyflex.nl. Nasz adres: Jupiter 128, 2675LV Honselersdijk.

Prace produkcyjne. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy w Holandii. W skład oferty wchodzi następująca praca: prace produkcyjne w firmie zajmującej się produkcją pizzy (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), stawkę godzinową 10.49-10.60 euro brutto. Charakter pracy: praca od listopada 2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem PIZZA na adres: info@tpmwork.com LUB wypełnienie formularza kontaktowe-

Reklama



PRACA DODATKOWA W BIURZE - TILBURG

Międzynarodowa Firma usługowa zajmująca się pomaganiem w sprawach urzędowych Polakom pracującym w Holandii szuka pracownika na stanowisko Asystenta Klienta do biura w TILBURGU.

Godziny pracy:

czwartek - piątek: 15:00 - 21:00
sobota: 12:00 - 18:00

Do zadań pracownika należeć będzie:

- kontakt telefoniczny i osobisty z klientem
- prowadzenie biura w Holandii
- sprzedaż usług firmy

Czego oczekujemy:

- umiejętność szybkiego uczenia się
- dobra znajomość obsługi komputera
- znajomość j. angielskiego lub holenderskiego będzie dodatkowym atutem
- mile widziane doświadczenie w pracy z klientem

Osoby zainteresowane współpracą prosimy o wysłane CV na adres e-mail: cv@klosowska.com, w tytule wiadomości wpisując: PRACA DODATKOWA

**BEZPŁATNE SZKOLENIA
DLA PRACOWNIKÓW SBA FLEX!**

BONUS LETNI! 100 EURO

sba flex
recruitment

Przyjdź i dowiedz się, co możesz zyskać oprócz dobrej pracy!

Chcesz zobaczyć, jak wygląda praca w naszych firmach i porozmawiać z koordynatorami?

Śledź na bieżąco naszego FB! SBA.flex

Boogschutterstraat 5, Tilburg
tel. 013 4648960
www.sbaflex.com

Warsztaty BODY FIT

Kursy na wózki widłowe

Kurs języka holenderskiego

Kurs języka angielskiego

Bezpłatne szkolenia

Nowe możliwości

Nowa praca

Droga do kariery!

PRACA

go tpmwork.com/#formularz (Certyfikat nr 2318). Kontakt telefoniczny możliwy jest w godzinach urzędowania biura pod numerem (+48)618205550. 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 Zbigniewa Romaszewskiego 27, na potrzeby przeprowadzenia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

Pracownik produkcji recykling. Multi Work Nederland Biuro Pośrednictwa Pracy, Veghel, Noord Brabant, NEDERLAND. Czy masz powinowactwo z recyklingiem, czy dobrze radzisz sobie z wózkiem widłowym i czy chciał(a)byś pracować w Almere? Jeśli tak, to ta funkcja jest dla Ciebie! Szukamy wszechstronnego pracownika produkcji. Zajmujesz się rozładowywaniem, sortowaniem i przetwarzaniem różnych strumieni odpadów, które są dostarczane przez linie sortujące, zgodnie z ustalonymi instrukcjami i procedurami. Prowadzisz także różne czynności, takie jak belowanie, rozdrabnianie, obsługa maszyn itp. Wymagania: Doświadczenie na wózku widłowym, Znajomość języka angielskiego lub niemieckiego w stopniu komunikatywnym, Doświadczenie w pełnym wymiarze czasu, Prawo jazdy kat. B. Oferujemy: Dobra oraz zróżnicowana atmosfera pracy, Stawka godzinowa 10.00-11.00 euro/h, Wynagrodzenie wypłacane w euro, Umowa w języku polskim, Praca u renomowanego pracodawcy, Perspektywa stałego zatrudnienia. Jesteś zainteresowana/y tym wakatem? Prosimy o przesłanie CV na adres e-mail: jola@multiworknederland.hub.pl Masz pytania? Zadzwoń! Tel. +31 686 476 401(kontakt telefoniczny poniedziałek, wtorek, czwartek; godz.09.00 - 16.00).

KELNERZY. Wynagrodzenie: od 10,20 brutto do 11,90 euro brutto za godzinę (uzależnione od stanowiska). Wymagania: Dobra znajomość języka angielskiego min B1, Gwarantowane 40h w tygodniu, Możliwość nadgodzin, Doświadczenia. Lokalizacja: region Zeeland (Vrouwenpolder, Middelburg, Goes, Vlissingen). Zakwaterowanie: bardzo dobre warunki koszt od 75 do 100 euro/tydzień. Ubezpieczenie: 25 euro na tydzień. Jeżeli zainteresowała Cię oferta, zapraszam do aplikacji na wybrane stanowisko! Poprzez email: adrian@karierawholandii.pl lub telefon +48 600 134 877. Zastrzegamy sobie kontakt z wybranymi

kandydatami. Możliwy jest kontakt telefoniczny ze strony pracodawcy.

Pracownik produkcji. Bostel. Pracownik produkcji/ Noord Brabant. Czy chciałbyś pracować dla firmy, która jest liderem europejskiego rynku? Jeśli tak, to ta praca jest dla Ciebie! Nasz klient zajmuje się produkcją oraz instalacją wewnętrznych placów zabaw, parków trampolin. Praca polega na ręcznym (składaniu, montowaniu, klejeniu, obszyciu) przyrządów takich jak: trampoliny, hamaki, piłki, poduszki powietrzne, zjeżdżalnie itp. Do tego typu pracy są preferowane zdolności manualne. Czego oczekujemy od Ciebie: Lubisz pracować w zespole, Jesteś elastyczny i dokładny, Przyczyniasz się do miłej atmosfery, Doświadczenie w pracy na produkcji jest dodatkowym atutem, Znajomość języka angielskiego lub niemieckiego w stopniu komunikatywnym mile widziane, lecz nie jest to warunek konieczny, Zdolności manualne. Czego możesz oczekiwać od nas: Praca na pełen etat, Dni robocze od poniedziałku do piątku, Wynagrodzenie wypłacane w euro, Umowa holenderska w języku polskim, Stawka 10.40 - 11.30/h, Dodatek wakacyjny, Po pracowaniu okresu 6 miesięcy umowa na 1 rok a następnie umowa stała, Premia 8 procent po przepracowanym roku, Praca od 6.00 - 16.00 od poniedziałku do piątku, Dla chętnym możliwość pracy w godzinach nadliczbowych(nadgodziny), Możliwość rozwoju. Jesteś zainteresowana/y tym wakatem? Nie czekaj, aplikuj już dziś! Prześlij CV na adres e-mail: jola@multiworknederland.hub.pl Masz pytania? Zadzwoń! Tel. +31 686 476 401(kontakt telefoniczny poniedziałek, wtorek, czwartek; godz.09.00 - 16.00).

Prace produkcyjne. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy w Holandii. W skład oferty wchodzi następująca praca: prace produkcyjne w firmie zajmującej się przetwórstwem mięsny: pakowanie, sortowanie kiełbas, szaszłyków, wędlin etc. (Best). 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 (zwany CAO), stawkę godzinową 10.49 euro brutto. Charakter pracy: praca od listopada

2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem PRODUKCJA na adres: info@theprecisematch.pl LUB info@tpmwork.com LUB wypełnienie formularza kontaktowego tpmwork.com/#formularz (Certyfikat nr 2318). Kontakt telefoniczny możliwy jest w godzinach urzędowania biura pod numerem (+48)618205550. 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 Zbigniewa Romaszewskiego 27, na potrzeby przeprowadzenia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

POMOC KUCHENNA. Wynagrodzenie: od 10,20 brutto do 11,90 euro brutto za go-

dzinę (uzależnione od stanowiska). Wymagania: Dobra znajomość języka angielskiego min B1, Gwarantowane 40h w tygodniu, Możliwość nadgodzin, Doświadczenia. Lokalizacja: region Zeeland (Vrouwenpolder, Middelburg, Goes, Vlissingen). Zakwaterowanie: bardzo dobre warunki koszt od 75 do 100 euro/tydzień. Ubezpieczenie: 25 euro na tydzień. Jeżeli zainteresowała Cię oferta, zapraszam do aplikacji na wybrane

stanowisko! Poprzez email: adrian@karierawholandii.pl lub telefon +48 600 134 877. Zastrzegamy sobie kontakt z wybranymi kandydatami. Możliwy jest kontakt telefoniczny ze strony pracodawcy.

Praca fizyczna. Recykling opon. Agencja Pracy TPM poszukuje ludzi do pracy w Holandii. W skład oferty wchodzi

CIĄG DALSZY NA STR. 7

Reklama



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

HollandZorg

Onbegrensd in zekerheid

Jeśli mieszkają lub pracują Państwo w Holandii, w większości przypadków są Państwo zobowiązani zawrzeć podstawowe ubezpieczenie zdrowotne. Podstawowe ubezpieczenie zdrowotne jest holenderskim ubezpieczeniem kosztów leczenia zawierającym podstawowy pakiet opieki zdrowotnej, który jest taki sam dla wszystkich.

Z ubezpieczeniem podstawowym HollandZorg Basisverzekering

- są Państwo ubezpieczeni od kosztów najpotrzebniejszej opieki zdrowotnej, takiej jak pobyt w szpitalu, nagła pomoc medyczna i opieka lekarza rodzinnego;
- nie muszą Państwo wpłacać żadnych zaliczek, ponieważ świadczeniodawca w większości przypadków wysyła rachunek bezpośrednio do nas;
- sami mogą Państwo określić, do którego świadczeniodawcy w Holandii się Państwo

udają. HollandZorg zapewnia Państwu udzielenie szybkiej pomocy medycznej w pobliżu miejsca zamieszkania.

- Państwa dzieci do 18 roku życia, zamieszkujące wspólnie z Państwem, są ubezpieczone bezpłatnie.

HollandZorg oferuje możliwość wyboru pomiędzy trzema dodatkowymi ubezpieczeniami zdrowotnymi i ubezpieczeniami na leczenie dentystyczne. Państwo wybierają ubezpieczenie najbardziej odpowiadające własnym potrzebom.

Zapytać?

W razie pytań Prosimy o kontakt z Kancelarią Podatkową Anny Kłosowskiej (KPAK). Mogą Państwo zadzwonić pod numer +31 202 170 640 lub zajrzeć na stronę www.hollandzorg.com/KPAK, aby uzyskać więcej informacji o ubezpieczeniu zdrowotnym w Holandii.

Zniżki za
pośrednictwem
KPAK



+31 202 170 640, lub zajrzeć na stronę www.hollandzorg.com/KPAK aby uzyskać więcej informacji o ubezpieczeniu zdrowotnym w Holandii.

Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii



tablica.nl

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

PRACA

CIAG DALSZY ZE STR. 5

następujące prace: prace fizyczne przy załadunku, rozładunku, klasyfikacji i segregacji towarów 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), zarobki min. ca 325 euro netto/tydzień. Charakter pracy: praca od 11 listopada 2019. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV z dopiskiem OPONY na adres: info@thepperfectmatch.pl LUB info@tpmwork.com LUB wypełnienie formularza kontaktowego tpmwork.com/#formularz (Certyfikat nr 2318). Kontakt telefoniczny możliwy jest w godzinach urzędowania biura pod numerem (+48)618205550. 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 Zbigniewa Romaszewskiego 27, na potrzeby przeprowadzenia procesu rekrutacji. Zastrzegamy sobie prawo rozmowy z wybranymi kandydatami. www.tpmwork.com/.

KUCHARZ BUFETOWY. Wynagrodzenie: od 10,20 brutto do 11,90 euro brutto za godzinę (uzależnione od stanowiska). Wymagania: Dobra znajomość języka angielskiego min B1, Gwarantowane 40h w tygodniu, Możliwość nadgodzin, Doświadczenia. Lokalizacja: region Zeeland (Vrouwenpolder, Middelburg, Goes, Vlissingen). Zakwaterowanie: bardzo dobre warunki koszt od 75 do 100 euro/tydzień. Ubezpieczenie: 25 euro na tydzień. Jeżeli zainteresowała Cię oferta, zapraszam do aplikacji na wybrane stanowisko! Poprzez email: adrian@karierawholandii.pl lub telefon +48 600 134 877. Zastrzegamy sobie kontakt z wybranymi kandydatami. Możliwy jest kontakt telefoniczny ze strony pracodawcy.

Order Picker/pracownik produkcji. Zierikzee z zakwaterowaniem - mile widziane pary. Oferta pracy z zakwaterowaniem dla osób które w pracowym okresie przedświadczytym będą pracować jako pracownicy logistyki, produkcji i jako order picker (zbieranie zamówień) w hurtowni upominków i akcesoriów. Praca w okresie 19.11.19 - 23.12.19.

Mile widziane pary! OPIS STANOWISKA: zbieranie zamówień, drobne prace produkcyjne, pakowanie i kontrola zamówień; przygotowywanie zamówień do wysyłki. **CZEGO WYMAGAMY:** minimum komunikatywna znajomość języka angielskiego lub holenderskiego; doświadczenia w pracy jako order picker mile widziane; dokładności w wykonywanej pracy; Po więcej informacji skontaktuj się z naszym biurem: (+31) 165 745 439 Lub aplikuj wysyłając swoje CV na adres: info@fo-cus.nl (z dopiskiem order picker Zierikzee).

Praca w piekarni. Praca w Holandii- Zuid-Holland. Dailyflex Personeelsdienst posiada ofertę pracy: piekarnia w Maasdijk. Wymagane: zaangażowanie, chęć, motywacja do pracy i dyspozycyjność, znajomość języka holenderskiego lub angielskiego - minimum komunikacyjnie, własny dojazd lub zamieszkanie w okolicy. Nie oferujemy zakwaterowania. Jesteś zainteresowany/a - wyślij do nas swoje CV na adres mail vacature@dailyflex.nl . Lub zadzwoń: 0174 - 28 72 73. Nasza strona: www.dailyflex.nl. Nasz adres: Jupiter 128, 2675LV Honselersdijk.

Pracownik myjni TIR. Dla jednego z naszych klientów prowadzących jedną z większych w Holandii sieć myjni TIR oferującej kompleksowe i profesjonalne usługi mycia pojazdów sukamy stałych pracowników na stanowisko: PRACOWNIK MYJNI TIR. Miejsce pracy: Veghel. Jeśli szukasz stałej pracy w firmie dynamicznie rozwijającej swój biznes dołącz do nas! Oferujemy: Praca na pełen etat, Dni robocze od poniedziałku do piątku, Wynagrodzenie wypłacane w euro, Dla chętnych możliwość pracy w godzinach nadliczbowych, Umowa holenderska w języku polskim, Stawka 10.00 - 11.00/h, Dodatek wakacyjny, Premia 8 procent po przepracowanym roku, Praca od 8.00 - 17.00 od poniedziałku do piątku, Możliwość rozwoju, Wdrożenie w zadania, Praca na wysokiej klasy maszynach myjących oraz myjkach wysokociśnieniowych. Do Twoich zadań należy: Zewnętrzna i wewnętrzna pielęgnacja samochodów ciężarowych wg ustalonych standardów, Obsługa maszyn myjni, Dbanie o powierzony sprzęt, Czego oczekujemy od Ciebie: Lubisz pracować w zespole, Jesteś elastyczny i dokładny, Przyczyniasz się do miłej

atmosfery, Znajomość języka angielskiego lub niemieckiego w stopniu komunikatywnym mile widziane, lecz nie jest to warunek konieczny, Gotowość do podjęcia pracy od zaraz. Jesteś zainteresowany? Chcesz pracować z liderem rynku? Nie czekaj, Aplikuj już dziś! Prześlij CV , e-mail: jola@multiworknederland.hub.pl Masz pytania zadzwoń! +31686 476 401.

Obsługa maszyn na szklarni. Prace w Holandii- Zuid-Hol-

land. Dailyflex Personeelsdienst posiada ofertę pracy: obsługa maszyn na szklarni w Bleiswijk. Wymagane: zaangażowanie, chęć, motywacja do pracy i dyspozycyjność, znajomość języka holenderskiego lub angielskiego - minimum komunikacyjnie, własny dojazd lub zamieszkanie w okolicy. Nie oferujemy zakwaterowania. Jesteś zainteresowany/a - wyślij do nas swoje CV na adres mail vacature@dailyflex.nl . Lub zadzwoń: 0174 - 28 72 73. Nasza

strona: www.dailyflex.nl. Nasz adres: Jupiter 128, 2675LV Honselersdijk.

Operator wózka widłowego. W magazynie wysyłkowym lidla. Venlo. Agencja pośrednictwa pracy Jupiter poszukuje dla swoich klientów osób do pracy jako operator wózka widłowego (przedniego, bocznego lub wysokiego składowania) z certyfikatem. Jest to praca w magazynie wysyłkowym. Miejsce pracy: Masbree- okolice Venlo.

Rozpoczęcie pracy: Praca od zaraz. Wymagania: certyfikat uprawniający jazdę wózkiem widłowym, znajomość języka angielskiego nie jest wymogiem koniecznym, minimum pół roczne doświadczenie jako operator, chęć rozwoju osobistego, punktualność, dyspozycyjność na dłuższy okres czasu. Oferujemy: Pracę stałą w renomowanej firmie na długi okres czasu (40 godzin plus),

CIAG DALSZY NA STR. 8

Reklama



**NIE TRĄĆ, ROZLICZ SIĘ!
MOŻESZ ODZYSKAĆ
NAWET 600 €**

**NIE PLANOWAŁEŚ
ROZLICZAĆ SIĘ, BO W
POPRIEDZNIACH LATACH
WYCHODZIŁEŚ NA
ZERO? BŁĄD! MOŻESZ
STRACIĆ NAWET 600 €**

OD 2019 ROKU PRACODAWCA MIESIĄC W MIESIĄC ODPROWADZA DO URZĘDU SKARBOWEGO O OK. 50 € WIĘCEJ Z TWOJEJ WYPŁATY NIŻ DOTYCHCZAS, TYTUŁEM ZALICZEK NA PODATEK DOCHODOWY.

CZY TO OZNACZANA, ŻE KWOTY TE STRACIŁEŚ BEZPOWROTNIE? NIE!

JEŻELI W 2019 ROKU PRACOWAŁEŚ TYLKO W HOLANDII, TO PO ZŁOŻENIU DEKLARACJI PODATKOWEJ OTRZYMASZ ZWROT NADPŁACONYCH ZALICZEK.



**DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ NA
WWW.ROZLICZSIE.PL**

Opole/Na pograniczu Czesi mają lepsze powietrze niż Polacy, żyją dłużej

Na polsko-czeskim pograniczu nasi południowi sąsiedzi mają lepsze powietrze, w wyniku czego żyją o rok dłużej niż Polacy - wynika z raportu opracowanego przez polskich i czeskich naukowców.

Analizę wyników badań na terenie województw opolskiego, dolnośląskiego i okolic czeskiego Jesenika przeprowadzili naukow-

cy z opolskiego Oddziału Inżynierii Materiałowej, Procesowej i Środowiska Sieci Badawczej Łukasiewicz przy udziale specjalistów Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej w Katowicach i Centrum Badań Epidemiologicznych Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Ostrawskiego.

Jak wyjaśnia Grzegorz Siemiątkowski z Sieci Badawczej Łukasiewicz, po raz pierwszy porównuje się dane na temat zanieczyszczeń powietrza po dwóch stronach polsko-czeskiego po-

granicza, jednocześnie próbując określić wpływ jego jakości na długość życia mieszkańców.

Według danych z raportu, mieszkający na badanym terenie Czesi żyją o rok dłużej od swoich sąsiadów z Polski. Jedną z przyczyn jest zdecydowanie większy poziom zanieczyszczeń powietrza po polskiej stronie.

"Poziom zanieczyszczenia powietrza w obu krajach jest różny. Wynika to przede wszystkim z tego, że ilość ludzi, która mieszka po stronie polskiej jest dużo,

dużo większa. Drugi problem, to fakt, że po stronie polskiej jest więcej źródeł niskiej emisji, czyli pieców opalanych węglem, drewnem" - mówi dr Leszek Ośródk, dyrektor Zakładu Modelowania Zanieczyszczeń Powietrza IMiGW w Katowicach.

Zwraca uwagę, że Czesi w większym stopniu niż Polacy korzystają z ciepła sieciowego, od wielu lat skutecznie wprowadzają rozwiązania ograniczające powstawanie smogu, m.in. promując ogrzewanie gazowe, na które stać większość Czechów.

"Trzeba wprowadzić rozwiązania systemowe, czyli wymieniać piece, odchodzić od tradycji palenia węglem, co na Śląsku, Opolszczyźnie jest bardzo popularne. Do tej pory tylko Kraków wprowadził bezwzględny zakaz spalania paliwa stałego" - zauważa Ośródk.

Według niego tak długo, jak węgiel będzie tańszy od gazu, energii elektrycznej, tak długo znajdzie nabywców. "Jeżeli nałożylibyśmy na mapę zanieczyszczeń powietrza mapę ubóstwa, to okazałoby się, że tam, gdzie stan zamożności jest najniższy, tam mamy największe zanieczyszczenie. W Czechach wyrównanie poziomu życia jest dużo większe" - dodał.

Według danych dr Vítězslava Jiříka z Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Ostrawskiego, w Polsce stężenie substancji rakotwórczych jest dwukrotnie większe, czyli ryzyko zachorowania na

choroby nowotworowe w wyniku oddychania zanieczyszczonym powietrzem jest dwukrotnie wyższe niż w Czechach. Dodatkowo, zanieczyszczenia powietrza wpływają na zwiększenie liczby zachorowań na schorzenia układu krążenia, oddechowego i sercowo-naczyniowego.

"W tym przypadku również ryzyko przedwczesnych zgonów jest

po stronie polskiej zdecydowanie wyższe niż po stronie czeskiej, choć i tak po naszej stronie to ryzyko jest większe niż średnia europejska" - zaznacza dr Jiřík.

(PAP)

AUTOR: MAREK SZCZEPANIK

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W

POLSCIE - WWW.NAUKAWPOLSCIE.

PAP.PL



FOT. FREEIMAGES.COM / YUCEL TELICI



FOT. FREEIMAGES.COM / NIKSA ARNE

PRACA

CIĄG DALSZY ZE STR. 7

każda nadgodzina płatna 130 procent, sobota 150 procent, niedziela 200 procent, Pomoc polskiego personelu po przyjeździe do Holandii, Pomoc przy wyrobieniu numeru sofii, Wynagrodzenie w systemie tygodniowym, Darmowy transport do pracy -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 Operator wózka widłowego, combi truck, reachtruck lub EPT 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 reali-

zacji procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.97 r. o ochronie danych osobowych Dz. U. nr 133, p.

Praca w magazynie z kwiatami. Prace w Holandii-Zuid-Holland. Dailyflex Personneelsdiensten posiadamy oferty pracy: praca na nocki w magazynie z kwiatami w Rijnsburgu. Wymagane: zaangażowanie, chęć, motywacja do pracy i dyspozycyjność, znajomość języka holenderskiego lub angielskiego - minimum komunikacyjnie, własny dojazd lub zamieszkanie w okolicy. Nie oferujemy zakwaterowania. Jesteś zainteresowany/a - wyślij do nas swoje CV na adres mail vacature@dailyflex.nl . Lub zadzwoń: 0174 - 28 72 73. Nasza strona: www.dailyflex.nl. Nasz adres: Jupiter 128, 2675LV Honselersdijk.

Mechanik samochodów osobowych i cięża-

rowych Mercedes. Dla naszego klienta z Holandii poszukujemy mechaników samochodów osobowych i ciężarowych. Otwarte wakaty: mechanik samochodów osobowych Mercedes. Lokalizacja: Breda. Wymagania: doświadczenie na stanowisku mechanika, motywacja do pracy, bardzo dobra znajomość języka angielskiego. Oferujemy: stawka 13 -15 euro netto/godzina, pracę w renomowanych warsztatach samochodowych, zakwaterowanie: bardzo dobre warunki koszt 100 euro/tydzień, ubezpieczenie: 25 euro na tydzień. Jeżeli zainteresowała Cię, któraś z ofert zapraszam do aplikacji na wybrane stanowisko! Poprzez email: adrian@karierraholandii.pl lub telefon +48 600 134 877. Zastrzegamy sobie kontakt z wybranymi kandydatami. Możliwy jest kontakt telefoniczny ze strony pracodawcy.

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



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

Ekspertka: Udar to najczęstsza przyczyna niepełnosprawności



FOT. FREEIMAGES.COM / THAD ZAJDOWICZ

Co dziesiąty Polak umiera na udar mózgu. Jest on też najczęstszą przyczyną niepełnosprawności. Ryzyko jego wystąpienia rośnie wraz z wiekiem, ale dotyka obecnie coraz młodszych – poinformowała prof. Anna Członkowska z Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie.

Prof. Członkowska powiedziała, że udar mózgu to druga przyczyna zgonów na całym świecie i najczęstszy powód niepełnosprawności dorosłych. Z jego powodu hospitalizowanych jest około 40 proc. pacjentów oddziałów neurologicznych. W Polsce odpowiada on za 10 proc. zgonów.

Poinformowała, że w Polsce rocznie zdarza się 70 tys. udarów mózgu, które wystąpiły pierwszy raz, i 30 tys. powtórnych udarów.

Jednak, jej zdaniem, na tle innych krajów sytuacja dotycząca tej choroby w Polsce nie wygląda najgorzej.

"90 proc. pacjentów z ostrym udarem mózgu jest hospitalizowana na oddziałach udarowych. Szacujemy, że 50-60 proc. pacjentów dociera do szpitala w pierwszych kilku godzinach od początku udaru. O tyle to ważne, że leczenie specyficzne, które stosuje się w udarze mózgu – tromboliza polegająca na podaniu leku rozpuszczającego skrzep naczyń – musi być wykonane maksymalnie 4,5 godziny od wystąpienia pierwszych objawów choroby" – wyjaśniła Członkowska.

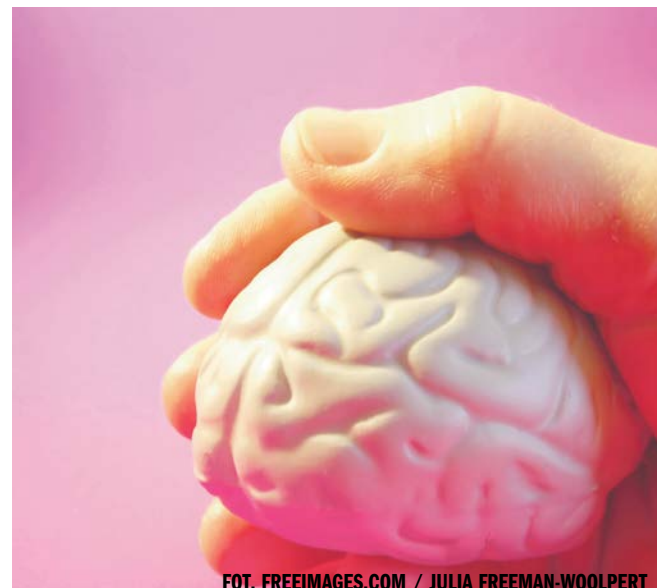
Przytoczyła też szacunki mówiące o tym, że takim zabiegowi poddawanych jest 14-15 proc. pacjentów. Jej zdaniem idealnie by było, gdyby lekarze przeprowadzali trombolizę u 30 proc. chorych.

Przypomniała też, że drugi, równie skuteczny sposób leczenia pacjentów z udarami to trombek-

tomia. Polega na tym, że wyciąga się z naczyń mózgu materiał, który zamyka naczynie (zator z serca lub skrzeplinę). W tym wypadku zabieg należy wykonać nie później niż w 6 godzin od wystąpienia

pierwszych objawów udaru. Tutaj jednak, jak zauważyła profesor, dane są nieco gorsze.

"Przy dużym optymizmie można powiedzieć, że w trombektomii dochodzimy do 2 proc., ⇨⇨⇨"



FOT. FREEIMAGES.COM / JULIA FREEMAN-WOOLPERT

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



⇒⇒⇒ a w Czechach jest to na przykład 7 proc." – zestawiała szacunki profesor.

Ponadto wskazała na konieczność zapewnienia bardziej powszechnej rehabilitacji pacjentom po udarze.

"W tej chwili, w ciągu miesiąca od wystąpienia udaru tylko 16 proc. pacjentów jest rehabilitowanych. Tymczasem powinno to być 30-40 proc." – zauważyła.

Dodała, że wpływa na to niewystarczająca liczba oddziałów re-

habilitacyjnych i ich przeciążenie. Według niej częściowo rozwiązać ten problem mogłyby rehabilitacja chorych – tych w lepszym stanie – na oddziałach dziennych lub też zapewnienie im opieki specjalistycznej w domu.

Pytana o przyczyny udaru wymieniła wiek (czynniki niemodyfikowalne) i czynniki, na które pacjent – w większym lub mniejszym stopniu – ma wpływ (modyfikowalne).

"80 proc. ryzyka udaru stano-

wią czynniki modyfikowalne, czyli nadciśnienie tętnicze, palenie tytoniu, otyłość brzuszna, nieprawidłowa dieta (m.in. z dużą zawartością soli, cukru, tłuszczu), brak aktywności fizycznej. Za kolejne 10 proc. odpowiadają: cukrzyca i spożycie alkoholu, choroby serca, zaburzenia lipidowe oraz czynniki psychosocjalne. Jeśli chodzi o to ostatnie zagadnienie, to dużą uwagę zwraca się tutaj na ciągły stres, ubóstwo oraz zanieczyszczenie powietrza, które wpływa na

większość zapadalność na choroby naczyniowe, w tym na udar" – wyjaśniła.

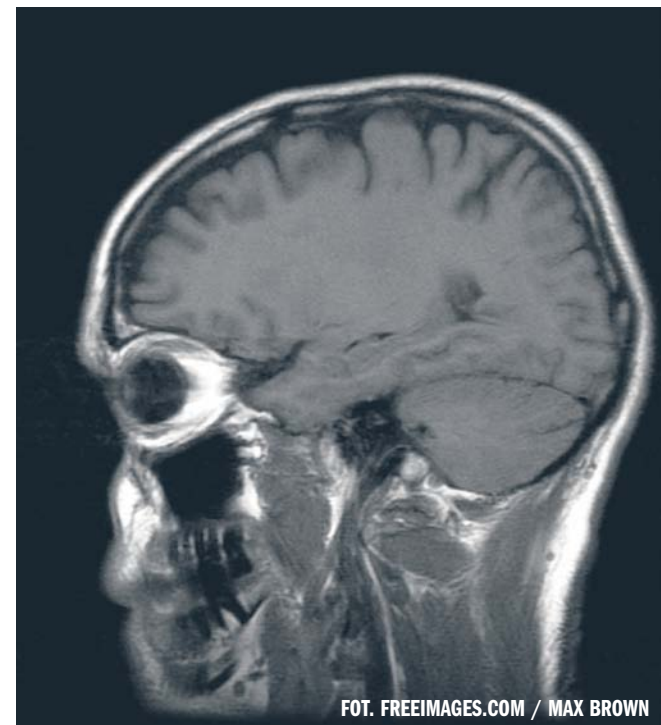
Profesor przypominała też, że ryzyko wystąpienia udaru rośnie wraz z wiekiem. Średnia wieku zachorowalności wynosi około 70 lat, ale – jak ostrzegła – coraz więcej przypadków udaru notuje się u młodszych pacjentów, np. poniżej 65 lat.

Receptą na poprawę sytuacji, zdaniem profesor, jeśli chodzi o skuteczne zapobieganie i leczenie udarów, byłoby w najbliższych latach zmniejszanie różnic w standardzie świadczonych usług.

"Mamy do czynienia z sytuacją, że pacjent z udarem dociera do szpitala w bardzo różnym czasie. Raz szybciej, raz wolniej. A czas w tym przypadku jest kluczowy. Nadal też występują spore różnice w wyposażeniu szpitali" – powiedziała.

Zaznaczyła, że każdy oddział udarowy powinien mieć działający całą dobę tomograf komputerowy i – by wykonywać zabieg trombektomii – łatwy dostęp do rezonansu magnetycznego. Jednak, jak zauważyła, czasami bywa tak, że nawet jeśli placówka dysponuje odpowiednim sprzętem, to nie ma wystarczającej kadry.

"Nie ma na przykład radiologów, którzy pełnią dyżur 24 godziny na dobę. Czasami ten problem usiłuje się załatwić teleradiologią, ale nie zawsze to właściwie działa. Odpowiedź przychodzi zbyt późno, np. po godzinie, a wiadomo, że



FOT. FREEIMAGES.COM / MAX BROWN

czas ucieka" – poinformowała, dodając, że decyzję o przeprowadzeniu trombolizy powinno się podjąć maksymalnie w ciągu 40 minut od przywiezienia pacjenta do szpitala.

"A trzeba go zarejestrować, wypełnić wszystkie dokumenty, wykonać dwa podstawowe badania: cukru we krwi i INR (ważny wskaźnik zaburzeń krzepnięcia), zrobić tomografię komputerową. Te czasy przyjęcia na oddział wynoszą, w zależności od szpitala, od 20 minut do 60 minut i więcej.

To spore różnice" – powiedziała.

Zaznaczyła, że w diagnostyce i terapii chorób neurologicznych następuje spory postęp, lecz nadal istnieje duża rozbieżność między czasem i standardem przyjmowania pacjentów oraz tym, czym dysponują neurologi.

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



FOT. FREEIMAGES.COM / RODRIGO GALINDO

Reklama



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 (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 obsługę.

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



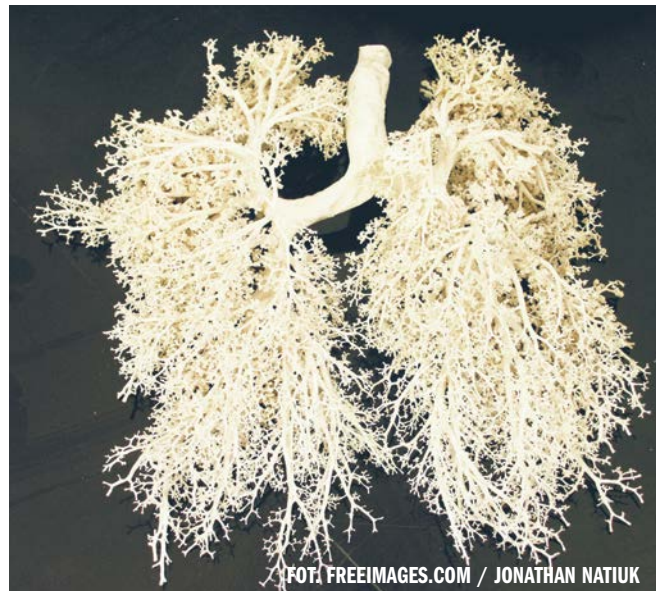
Polonez Supermarket

Monsigneur 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



FOT. FREEIMAGES.COM / JONATHAN NATIUK

Ekspert: choroby płuc coraz częstsze, wiele z nich związanych z alergiami

Z powodu zanieczyszczenia powietrza oraz dymu tytoniowego choroby płuc występują coraz częściej i są już szóstą przyczyną zgonów na świecie – poinformowano we wtorek podczas spotkania prasowego w Warszawie. Podłożem wielu z tych chorób są alergię.

„Dzieci są bardziej narażone na wpływ zanieczyszczeń powietrza, ponieważ ich płuca wciąż się rozwijają i dopiero w wieku 14-15 lat stają się bardziej dojrzałe. Poza tym szkodliwe substancje szybciej się u nich wchłaniają z powodu krótszych

dróg oddechowych” – wyjaśnił kierownik Kliniki Chorób Dziecięcych i Noworodkowych z Centrum Alergologii CSK MSWiA w Warszawie dr hab. Adam Jerzy Sybilski.

Dzieci są też mniej odporne na infekcje z powodu ↔↔↔



FOT. FREEIMAGES.COM / DAVID LAT

Z przedstawionych podczas spotkania z dziennikarzami danych Europejskiej Fundacji na rzecz Płuc (ELF) wynika, że choroby układu oddechowego są szóstą przyczyną zgonów na świecie. W Europie jeden na osiem zgonów związanych jest z tymi schorzeniami i co roku są one odpowiedzialne za 6 mln hospitalizacji.

Głównym powodem chorób płuc są infekcje oraz zanieczyszczenia powietrza i dym tytoniowy, co dotyczy zarówno palaczy papierosów, jak i osób narażonych na bierne palenie. Częstymi ofiarami tych schorzeń są dzieci. Jedynie z powodu zanieczyszczenia powietrza co roku umiera na świecie 700 tys. dzieci. U dorosłych często występuje przewlekła obturacyjna choroba płuc, związana na ogół z wieloletnim paleniem tytoniu.



FOT. FREEIMAGES.COM / FRUMOAZNIC

OGŁOSZENIA DROBNE

Transport – oferuję: CO-DZIENNIE PRZEWÓZ OSÓB POLSKA – NIEMCY – HOLANDIA ! OD 55 EURO, FIRMA MILEKTRANS OFERUJE CODZIENNE PRZEJAZDY Z ADRESU NA ADRES NA TRASIE POLSKA-NIEMCY –HOLANDIA, KONTAKT: +48 609 822 180 (przyjmujemy również rezerwacje SMS), www. MILEKTRANS.pl (rezerwacje internetowe), OBSŁUGIWANE WOJEWÓDZTWA W POLSCE: ŚLĄSKIEOPOLSKIE, DOLNOŚLĄSKIE, LUBUSKIE (Żary, Żagań, Trzebień, Iłowa i okolice), WIELKOPOLSKIE (Ostrzeszów, Kępno, Syców i okolice), ŁÓDZKIE, MAŁOPOLSKIE, ŚWIĘTOKRZYSKIE (Jędrzejów, Kielce, Włoszczowa). PODKARPACIE (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 VIVARO (pojedyncze rozkładane fotele), FORD TRANSIT (przestronny 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 każdego dnia tygodnia z 20% rabatem!!! W Polsce jeź-

dzimy 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.

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 dowolnych 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: Busy do Holandi Niemiec Nowe busy WIFI Komfort. NL: +31 686 15 44 92, PL: +48 888 05 07 07* atestowane, kubelkowe 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. BEZPIECZNIŁE. SZYBKIE. BEZ PRZESIADEK. NL: +31 686 15 44 92, PL: +48 888 05 07 07* atestowane, kubelkowe 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: CO-

DZIENNIE PRZEWÓZ OSÓB - POLSKA - HOLANDIA BELGIA NIEMCY. MIĘDZYNARODOWY 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 na 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://po-

europie.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.

Usługi – inne: Konsultacje z psychologiem przez Skype. Konsultacje z psychologiem przez Skype! Wychodząc naprzeciw potrzebom naszych Klientów, a szczególnie tych osób, które ze względu np. na odległość miejsca zamieszkania nie mogą przyjeżdżać do siedziby Centrum Rozwoju Osobistego w Białymstoku, uruchomiamy konsultacje psychologa przez Skype. Umożliwiają one uzyskanie wsparcia w sytuacjach trudnych, konfliktowych, kryzysowych w momencie, w którym pomoc jest najbardziej potrzebna, gdy



FOT. FREEIMAGES.COM / CHRIS CHIDSEY



FOT. FREEIMAGES.COM / SEBASTIAN SMIT

⇒⇒⇒ mniej „wycwiczonego” układu immunologicznego. Częściej występują u nich przeziębienia, grypa, nieżyt nosa, zapalenie migdałków podniebnych (angina), zapalenia zatok przynosowych, a także krtani i tchawicy oraz zapalenie oskrzeli, płuc i opłucnej.

Poważnym wyzwaniem zdrowotnym są alergie, szczególnie uczulenia na alergeny wziewne, sprzyjające chorobom płuc. „Alergie są jedną z najczęstszych przyczyn chorób układu oddechowego, są one odpowiedzialne za prawie połowę przypadków tych schorzeń” – podkreślił dr hab. Sybilski.

Specjalista wyjaśnił, że alergia nie jest chorobą, jedynie pewną cechą naszego organizmu. „Takie choroby jak nieżyt nosa czy astma często mają podłoże alergiczne. Dość powszechny nieżyt nosa znacznie częściej występuje w miastach aniżeli na wsi, co prawdopodobnie związane jest z zanieczyszczeniami powietrza” – dodał. Zanieczyszczenia mogą zarówno wyzwać uczulenia, jak też je nasilać.

Międzynarodowe badania sondażowe przeprowadzone w 2018 r. przez Edelman Research na zlecenie firmy Teva wykazały, że w Polsce 26 proc. ankietowanych zadeklarowało,

że cierpi na alergię. Wskazywano na nie częściej niż na wysoki poziom cholesterolu we krwi (23 proc. badanych), przewlekłe bóle np. pleców (20 proc.) oraz migreny (17 proc.) i zwyrodnienia stawów (15 proc.). Najczęściej wymienianą dolegliwością było nadciśnienie tętnicze krwi, zwiększające ryzyko zawału serca i udaru mózgu.

Badaniami objęto 20 tys. osób w 20 krajach. Wynika z nich, że średnio we wszystkich badanych państwach przynajmniej na jedną chorobę przewlekłą cierpi 78 proc. ankietowanych. W Polsce wskazywało na to 80 proc. respondentów,

więcej niż w Czechach (74 proc.) oraz Słowacji (69 proc.).

Dr hab. Sybilski zwrócił uwagę, że wielu chorych, zarówno dorosłych jak i dzieci, musi zażywać preparaty w postaci inhalacji (w specjalnych dozownikach). Często jednak są one źle stosowane, szczególnie u dzieci, co sprawia, że do organizmu dociera zbyt mała dawka leku. „To może być groźne” – podkreślił.

Przed wszystkim – przekonywał specjalista – leki w inhalacjach muszą być podawane doustnie, a nie przez nos, bo mają one trafić do dolnych dróg oddechowych, tam gdzie jest proces zapalny. Tymczasem nos jest

znakomitym filtrem powietrza, co utrudnia wchłaniania leku. Inhalacje muszą odbywać się na wdechu, a nie wydechu, bo wtedy również lek jest stracony.

U dzieci inhalacje wykonywane są poprzez zakładaną na twarz maskę (obejmującą usta i nos), należy używać je u maluchów do trzeciego roku życia. Maskę musi szczelnie przylegać do twarzy. Według dr hab. Sybilskiego, wystarczy, że odstaje od niej na odległość 1 cm, by nie wchłonęło się 50 proc. leku, przy 2 cm tracimy aż 80 proc. dawki podawanego preparatu.

U dzieci powyżej 3. roku życia inhalacje leku powinny być

wykonywane przy użyciu ustników. Nie mogą się odbywać wtedy, gdy dziecko płacze, bo jego oddech jest zbyt płytki, a to z kolei ogranicza możliwość wprowadzenia preparatu do dolnych dróg oddechowych. „Badania we Francji wykazały, że podczas wykonywania inhalacji pomocne jest skupienie uwagi dziecka na smartfonie, w którym emitowana jest bajka” – doradzał dr hab. Sybilski.

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

OGŁOSZENIA DROBNE

emocje są silne, a sytuacje i okoliczności zdarzeń czasem tak skomplikowane, że trudno samodzielnie szukać rozwiązań. Konsultacje przez Skype odbywać się będą na takich samych zasadach co praca bezpośrednia w Centrum Rozwoju Osobistego – obowiązywać będą dobrowolność i dyskrecja. Pomoc psychologiczna on-line w tym konsultacje i psychoterapia przez Skypea jest dobrym sposobem uzyskania pomocy, przy jednoczesnej gwarancji zachowania poufności. Oferta skierowana jest szczególnie do Polaków mieszkających za granicą i nie mających bezpośredniego dostępu do polskojęzycznego psychologa, do osób mieszkających z dala od ośrodków profesjonalnej pomocy psychologicznej lub osób, które nie mają możliwości pozostawienia dzieci pod czyjąś opieką. Płatność odbywa się przelewem na konto, w formie przedpłaty. Koszt jednej sesji 100 PLN. www.CentrumRozwojuOsobistego.com.pl.

Transport – oferuję: Wolne miejsca do POLSKI NAJ-TANIEJ. Podkarpackie, Wielkopolskie, Dolnośląskie, Lubuskie, Świętokrzyskie, Łódzkie, Małopolskie, Śląskie, Opolskie. POLSKA 0048-516496652 HOLLANDIA 0031-68488678. 5ty przejazd GRATIS, atestowane fotele, nowe samochody, wifi, klimatyzacja, najlepsi kierowcy z wieloletnim doświadczeniem, często podwójne obsady, szybkie mikrobusey 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 HOLLANDIA 0031-684886783, www.vip-trans.pl.

Transport – oferuję: BUSY POLSKA - HOLLANDIA BEZ PRZEZIADEK TANIO SZYBKO BEZPIECZNIE +48 601 380 539.

PRZEJAZDY BEZ PRZEZIADEK. DO HOLLANDII - PONIEDZIAŁEK I CZWARTEK. DO POLSKI - WTOREK I PIĄTEK. CONNECT - LICENCJONOWANE PRZEWOZY BUSEM POLSKA - HOLLANDIA. 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,

dotatkowe ogrzewanie, klimatyzacja, dvd, wi-fi na terenie Polski. Świadczymy usługi w zakresie przewozu osób z południowej Polski przez środkowe Niemcy do Holandii i Belgii, przewozimy 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: Transport z Holandii do Polski? Dzwoń: 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.Szoferbiz.

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: Dzwoń każdego dnia o każdej porze +31687323783.

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 Kłowska www.rozlicznie.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

• • •

Witam,

Mam pytanie. Jestem w 16 tygodniu ciąży, pracuję przez agencję i trzeci tydzień jestem na zwolnieniu, ponieważ bardzo źle się czuję, mam zawroty głowy, wymiotuję, nic nie jem, przez co nie mam na nic siły, całe dnie

leżą w łóżku. Wyniki mam w porządku poza lekkim niedoborem niektórych witamin. Moja położna zaleciła mi odpoczynek. Codziennie muszę meldować swoje samopoczucie w agencji. Przedstawiłam im sytuację, ale Panie z agencji upierają się, że muszę przyjść do pracy, ponieważ za długo już przebywam w domu. Co robić?

Pozdrawiam

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



redakcja@goniecpolanski.nl

Odpowiedź:

Powinna Pani poprosić o wizytę u lekarza zakładowego i jemu przedstawić sytuację. Jeśli lekarz zakładowy wyda taką samą opinię jak położna, to biuro będzie musiało się do tego ustosunkować, a Pani będzie mogła odpoczywać w domu.

• • •

Witam,

Mam pytanie. Pracuję w agencji pracy od kwietnia tego roku na fазie B. Czy przysługuje mi wyższa stawka? Jak to jest z tymi płatnymi urlopami, ponieważ byłam na urlopie i dostałam tylko wakacyjne i urlopowe (co dostał każdy pracownik na fазie A). Z tego co się dowiedziałam, to na fазie B chorobowe i urlopy są płatne. Czy jest tak rzeczywiście? Proszę odpisać. Z góry dziękuję za odpowiedź.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Chorobowe jest płatne od trzeciego dnia choroby. Jeśli chodzi o podwyżkę, to zazwyczaj w firmach jest ona raz do roku. Wakacyjne jest wypłacane raz do roku lub do każdej wypłaty. Urlopowe zawsze jest wypłacane podczas urlopu. Prosimy jednak zapoznać się z przepisami CAO zakładu, w

którym Pan pracuje oraz o wypłatach porozmawiać z pracodawcą. Ten na pewno wyjaśni Panu wszystkie sprawy.

• • •

Witam Państwa,

Mam pytanie odnośnie zarobku w Holandii. Pracuję 2 lata, mam fазę b od 24 kwietnia. Ile mogę pracować na fазie b? I mam jeszcze drugie pytanie. Czy jeżeli w załączniku do umowy mam napisane: „Pracownik będzie przez 40 godzin tygodniowo wykonywał pracę za faktyczne wynagrodzenie brutto 13,01 euro za godzinę, 6,93 procent ADV włączone”, to czy wtedy pracodawca musi mi zapłacić za 40 godzin tygodniowo chociaż ich mi nie zapewnił czy za tyle, ile w danym tygodniu przepracowałem?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Na fазie B zazwyczaj można pracować 8 umów lub dwa lata, a w niektórych firmach jest 8 umów lub 4 lata. Prosimy zapytać pracodawcę o czas trwania umowy - wszystko powinno być zapisane w przepisach CAO. Jeśli chodzi o zapis w załączniku umowy, to pracodawca powinien zapewnić 40 godzin, a jeśli zapewni mniej, to do 40 godzin powinien dopłacić. Zachęcamy do poczytania jednego z naszych artykułów traktujących o tym temacie: <http://goniecpolanski.nl/cao-dla-poczatku-jacych-cz-1-czyli-o-co-w-ogole-chodzi-z-faza-a-b-i-c>.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadesłanych tekstów.

Reklama

Straciłeś pracę nie z Twojej winy?

Zachowaj 75% swojego dotychczasowego wynagrodzenia!!!

Czego możesz oczekiwać od nas?

- Umówimy spotkanie w urzędzie pracy i będziemy Ci w nim towarzyszyć
- Omówimy z tobą wszystkie obowiązki bezrobotnego i powiemy, jak je wypełniać, aby nie mieć problemów w urzędzie
- Pomożemy skompletować i złożyć odpowiednie dokumenty w urzędzie
- Przetłumaczymy wszystkie dokumenty
- Pomożemy wypełnić wszelkie formularze
- Zadzwonimy do urzędu, jeśli oczekiwanie na zasiłek się przedłuży
- Odwołamy się od decyzji, jeśli będzie nieprawidłowa
- Jeśli nie znajdziesz pracy na terenie Holandii, złożymy wniosek o transfer

Czego oczekujemy od Ciebie?

- Pozostania w Holandii przez pierwszy miesiąc od utraty pracy
- Współpracy w realizacji obowiązków bezrobotnego

ZAINTERESOWALIŚMY CIĘ?



+31 622 214 013
 +31 617 650 776
 +31 619 842 805
 +31 630 778 576
 +31 623 338 603

Galeria zdjęć Czytelników

Dzis prezentujemy zdjęcia z Rzymu w okresie świątecznym, które nadesłała nasza Czytelniczka - Pani Elzbieta Zaleska z Amsterdamu.



fot. Elzbieta Zaleska

Czekamy na Wasze fotki
pod adresem
fotka@goniecpolski.nl

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

Do taksówki wsiadły dwie panusie typu „damulka z pretensjami”.

Po drodze plotkują sobie o tym i o owym.

- To doprawdy okropne, jacy ludzie bywają niekulturalni! Wyobraź sobie moja droga, byłam ostatnio na przyjęciu, gdzie do ryby podano mi nóż do befsztyków!

- O tak, szokujący brak ogłady. Mnie z kolei zaproponowano shery w kieliszku do szampana!

W tym momencie wtrąca się taksówkarz:

- Szanowne Panie nie wezmą mi, mam nadzieję za złe, że ja tak tyłem do pań siedzę?

Żona wraca do domu nad ranem. Mąż otwiera jej drzwi:

- Gdzie byłaś? Miałas wrócić od koleżanki o 21 a jest 2 w nocy?
- Parkowałam...

Rozmawiają dwie ciężarne koleżanki:

- Zauważyłam, że w im bardziej zaawansowanej ciąży jestem, tym więcej kobiet się do mnie uśmiecha. Nie rozumiem dlaczego.
- Bo jesteś od nich grubsza.

Trzy kobiety rozmawiają o swoich córkach. Pierwsza:

- Nie ma lepszej córki niż moja Zosia. Ona jedyna mnie kocha. W lecie zabiera mnie na Mazury, a

zimą do Zakopanego...

Na to mówi druga:

- Moja córeczka jest najlepsza. Nikt nie kocha mnie bardziej niż ona! Lusia w lecie zabiera mnie na Hawaje, a w zimie do Szwajcarii.

Trzecia machnęła ręką i mówi:

- To wszystko nic. Moja Gosia jest najlepszą córką na świecie!

- Ale dlaczego? pyta jedna z kobiet.

- Trzy razy w tygodniu jedzie na wizytę do psychiatry i płaci mu 150 złotych, żeby tylko o mnie porozmawiać!

Lekarz radzi pacjentce:

- Zalecam pani częste kąpiele, dużo ruchu na świeżym powietrzu i bardzo proszę ubierać się ciepło.

Po powrocie do domu pacjentka relacjonuje mężowi:

- Lekarz polecił mi pojechać na tydzień na Bermudy, później w Alpy na narty... Ach! I upierał się jeszcze, żebyś mi kupił futro.

Na przyjęciu goście spierają się, kto jest bardziej godny zaufania - kobiety czy mężczyźni.

- Żadna kobieta nie potrafi dochować tajemnicy - powiedział pogardliwie jeden facet.

- Nie wydaje mi się - odpowiedziała kobieta - Trzymam w tajemnicy mój wiek odkąd skończyłam 21 lat.

- Któregoś dnia pani się wyda - upierał się facet.

- Nie sądzę! - odrzekła - Kiedy kobieta trzyma coś w sekrecie przez 27 lat, może zatrzymać go na wieki!

W Kołobrzegu na deptaku apetyczna dziewczyna wchodzi na automatyczną wagę, wrzuca monetę... i z niezadowolaniem ogląda wydrukowany wynik.

Zdejmuje wiatrówkę i pantofle, znowu wrzuca monetę - znowu niezadowolona z wyniku. Zdejmuje bluzkę - wynik ważenia znowu niezadowolający.

Stoi tak niezdecydowana na tej wadze - co by tu jeszcze? - na to podchodzi przyglądający się temu facet i wręczając jej garść monet mówi:

- Niech pani kontynuuje - ja stawiam!

- Ładny kapelusz!

- Dziękuję. Nie sądzisz, że mnie odmladza?

- No cóż, robi co może...

Fałara wraca do domu pijany. Żona wrzeszczy:

- Codziennie wieczorem wracasz pijany!

- Jesteś niesprawiedliwa! Ciągłe ganisz mnie za to, że przychodzę do domu pijany, a jeszcze nigdy nie pochwaliłaś mnie za to, że wychodzę trzeźwy!

Siedzi sobie sroka na brzozie, a tu nagle do brzozy podchodzi krowa i zaczyna się wspinać. Sroka w szoku obserwuje jak krowa spokojnie sadowi się koło niej na gałęzi. Wreszcie pyta krowę:

- Krowa, co ty robisz?

- No przyszłam sobie wisienek pojeść - mówi krowa.

- Ty Krowa... ale to jest brzoza, a nie wiśnia...

- Spoko... Wisienki mam w słoiczku!

W luksusowym hotelu przy basenie stoi elegancko ubrany pan i krzyczy z zachwytem:

- Wspaniale, niewiarygodne! Podchodzi drugi elegancko ubrany pan i kulturalnie pyta:

- A czym to się pan tak zachwyca?

Na to on odpowiada:

- Proszę tylko spojrzeć, to moja cudowna żona. Wczoraj nauczyła się pływać, a dzisiaj nurkuje i już pół godziny wytrzymuje pod wodą.

Pewna młoda kobieta, przeprowadziwszy się na wieś (moda na eko, slow food slow life i te sprawy), postanowiła założyć małą hodowlę kur. Zapytała sąsiada:

- Ile mam kupić niosek, żeby starczyło jaj dla całej rodziny?

- Proszę kupić 15 niosek i jednego koguta - radzi sąsiad.

Po paru dniach sąsiad przychodzi w odwiedzinach do młodej gospodyni i widzi, że obok każdej kury kręca się koguty.

- Ile pani tych kogutów kupiła?! - pyta zaskoczony.

- Tyle, ile jest kur - odpowiada kobieta.

- Ale po co? Wystarczyłby jeden, no może dwa!

Na to kobieta karcącym głosem:

- To panu się tak wydaje! Prezentuje Pan typowo męski punkt widzenia...

Dwie stare panny, które razem mieszkają, położyły się wieczorem spać.

W pewnej chwili jedna z nich mówi:

- Czy nie wydają ci się, że w pokoju słychać jakiś szmery?

- Chyba tak - mówi druga nasłuchując - czyżby dostał się do mieszkania jakiś mężczyzna?!

- Jeśli tak, to pamiętaj, że ja pierwsza go usłyszałam!

Facet wszedł do kibelka u siebie w domu, wziął telefon komórkowy i dzwoni na domowy swój, odbiera żona:

- Moja droga, kocham cię! - i się rozłączył, szybko wychodzi z klopa i do małżonki:

- Kochanie kto dzwonił?

- Eeee... przyjaciółka...

mmm... chciała o coś zapytać...

Jedzie kobieta samochodem.

Nagle usłyszała głośny hałas na zewnątrz, zatrzymała się, wychodzi z samochodu i patrzy wokół. Zobaczyła na ziemi jakąś część, dźwiga ją z trudem próbując dopasować ją gdzie się da. Nie mogąc znaleźć miejsca, z którego odpadła, zatańczyła część na tylne siedzenie i jedzie do mechanika.

Po przeglądzie mechanik mówi:

- Samochód w pełnym porządku, ale ten wąż kanalizacyjny trzeba zawieźć na miejsce...

Rozmawiają trzy przyjaciółki:

- Mój mąż jest spod znaku Strzelca i pomyślałam, że w tym roku kupię mu na urodziny łuk.

- Niezły pomysł - mówi druga - mój to Ryby. Kupię mu akwarium.

Trzecia bez zastanowienia:

- A mój to Koziorezec...

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 kolędowania 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!

Nasza rzeka

Nad Odrą

Nad Odrą

Nie zawsze jest modro

Lecz zawsze nad Odrą

Wstaje świt

Zawsze zapada noc

Zgodnie z biegiem czasu

Nasza rzeka otula Gród

Szeroką wstęgą fal

Daje znać o sobie

„Groźnym żywiołem”

Pochłania ludzkie brudy

śmietniska

Jak opium

Jak truciznę

Staje przed Człowiekiem w agonii

Świecąc ławicami martwych ryb

Jak nagim grzbietem

Na kształt

Niemego protestu

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii i Belgii

Redaktor naczelny: D. Gancarz

Redaguje zespół

Kontakt z redakcją:
redakcja@goniecpolanski.nl

Biurowisko reklam:
reklama@goniecpolanski.nl

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

Wydawca/Uitgever:
GoniecPolski.nl
Tilburg
Nederland

Regulamin gazety i portalu [GoniecPolski.nl](http://goniecpolanski.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 Andrzej Szczepaniak SChr.
Scarlatillaantje 13
1431 XV Aalsmeer
tel. (0297) 331 678
e-mail: info@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”



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

maj - 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

maj - grudzień
czw rtek 15.00 -20.00
piątek 15.00 -20.00
sobota 12.00 -18.00

TILBURG

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

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



www.rozliczsie.pl

infolinia: +48 224 546 600

+31 641 350 515

e-mail: kontakt@klosowska.com