

Ukazujemy się
w sieci gazet
bezpłatnych
EXTRA

W NUMERZE

Najgroźniejsze dla
zdrowia są mieszan-
ki dopalaczy



Strona 4

Porodówka
jak fabryka



Strona 9

Wiadomo, jakie urlo-
py lubi polski turysta



Strona 11

tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń
dla Polaków w Holandii

Jesteś pracownikiem oddelegowanym do pracy w Holandii, Niemczech, Belgii lub innym kraju UE?

Należy Ci się zasiłek na dzieci pozostawione w Polsce

Od niedawna rozgorzała go-
rąca dyskusja na temat sytu-
acji polskich pracowników
delegowanych do wykonywa-
nia pracy za granicą,
w szczególności w Holandii,
a ich prawa do świadczeń
społecznych.

Osoba delegowana do pracy
za granicą to osoba, która jest
zatrudniona w innym kraju niż
gdzie faktycznie pracuje. Dla
przykładu Firma X, która ma
swoją siedzibę w kraju X za-
trudnia na podstawie umowy
o pracę pracowników, których
wysyła do pracy w Firmie Y, któ-
ra znajduje się na terenie kraju
Y. Tak więc w przypadku pra-
cownika polskiego – jest on za-

trudniony przez pracodawcę
mającego siedzibę w Polsce,
jednak pracę swoją świadczy
dla pracodawcy w Holandii,
z którym jego pracodawca pod-
pisał umowę.

Sytuacja takich osób wygląda
nieco odmiennie od sytuacji
osób pracujących na tak zwa-
nych „holenderskich warun-
kach” i dzięki temu właśnie po-
wstało wiele wątpliwości i niedo-
mówień.

Jedną z nich jest to, że pra-
cownik delegowany nie może
się ubiegać o zasiłek rodzinny
w kraju w którym faktycznie pra-
cuje (czyli w Holandii) albo to, że
przysługuje mu on w pomniej-
szonym wymiarze.

DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. STOCK. XCHNG / DORIANA_S

Reklama



**ZAPRASZAMY DO NASZYCH BIUR
W DEN HAAG, TILBURGU I ARNHEM**

WIĘCEJ NA OSTATNIEJ STRONIE

*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. STOCK. XCHNG / MILAN JUREK

Jesteś pracownikiem oddelegowanym do pracy
w Holandii, Niemczech, Belgii lub innym kraju UE?

Należy Ci się zasiłek na dzieci pozostawione w Polsce

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

Zasiłek rodzinny jest to natomiast świadczenie przysługujące każdej osobie mieszkającej w Holandii lub pracującej na jej terenie. Nie jest on zależny od dochodów, tak więc każda osoba, która ma dziecko i spełnia jeden z powyższych dwóch warunków może go pobierać. Wysokość zasiłku rodzinnego zależy od wieku dziecka i wynosi odpowiednio na dziecko w wieku:

- 0-5 lat - 191,65 euro / kwartał,
- 6-12 lat - 232,71 euro / kwartał,
- 13-18 lat - 273,78 euro / kwartał.

Do tej pory sądzono, iż ubiegać się o to świadczenie w pełnym wymiarze mogą tylko osoby, które są zatrudnione przez holenderskiego pracodawcę, a nie polskiego dele-

gującego pracowników. Od czerwca 2012 roku sytuacja ta diametralnie się zmieniła. Wtedy to w życie wszedł wyrok Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej, który podważył te założenia. Wprawdzie wyrok ten dotyczył sprawy zasiłku w Niemczech dla osób pracujących tam sezonowo, ale ma on w pełni zastosowanie także dla pracowników delegowanych do Holandii. Zgodnie z nim stwierdzono, iż osobie delegowanej do pracy w innym kraju niż jest faktycznie zatrudniona, Państwo w którym wykonuje pracę nie może odmówić prawa do zasiłku rodzinnego. Co więcej, według tegoż wyroku, przepisy nie stoją na przeszkodzie by Państwo, w którym wykonuje się pracę, przyznało świadczenia rodzinne na dziecko/dzieci na podstawie swojego krajowego prawa.

Tak więc osoby delegowane do pracy za granicą, w tym do Holandii, mogą ubiegać się o świadczenia społeczne w tym kraju, w którym rzeczywiście pracują.

Aby to faktycznie zrobić muszą jednak spełniać pewne warunki. Mianowicie osoby te muszą, pomimo zatrudnienia przez polskiego pracodawcę, mieć odprowadzane podatki na terenie Holandii oraz wykazać odpowiednimi dokumentami i formularzami, iż w praktyce pracują w Holandii, ze wskazaniem na konkretnego pracodawcę holenderskiego oraz sposób odprowadzania podatku do Urzędu Skarbowego.

Urzędy Socjalne, przyznające zasiłki rodzinne, właśnie te warunki w głównej mierze biorą pod uwagę rozpatrując prawo do zasiłku rodzinnego dla osób oddelegowanych. Jest ich jeszcze kilka, lecz są one dość

skomplikowane i nimi zajmują się wyspecjalizowane Kancelarie, które pomagają polskim pracownikom w przebrnięciu przez ten urzędniczy gąszcz i uzyskaniu tego świadczenia, pomimo trudności wynikających z oddelegowania pracownika.

Mimo wielu utrudnień jest to jednak możliwe, więc pracownikowi oddelegowanemu – próbuj, bo jest o co walczyć. Posiadając trójkę dzieci można nawet otrzymać 6276 euro rocznie (kwota zasiłku rodzinnego i dodatku do niego).

Jeśli masz jakieś pytania lub potrzebujesz pomocy w tym zakresie prosimy o wysyłanie e-maili na adres redakcja@goniecpolski.pl

(RED.)

ARTYKUŁ POWSTAŁ
PRZY WSPÓŁPRACY

Z KANCELARIĄ PODATKOWĄ MGR
ANNA KŁOSOWSKA
WWW.ROZLICZSIE.PL

Reklama

KONKURS

Wygraj darmowe rozliczenie
podatkowe za rok 2012

Odpowiedz na proste pytanie i wygraj darmowe rozliczenie
podatkowe za rok 2012 w profesjonalnej Kancelarii
Podatkowej mgr Anna Kłosowska

Aby wziąć udział w konkursie wystarczy odpowiedzieć na pytanie
konkursowe przez zaznaczenie prawidłowej odpowiedzi i
podanie swoich danych w formularzu konkursowym.

Głosy oddawać można na stronie
www.goniecpolski.nl/konkurs

Wśród osób, które zaznacza i wyślą prawidłową odpowiedź
co 2 tygodnie zostaną rozlosowane 3 nagrody
którymi jest darmowe rozliczenie podatkowe za rok 2012
w profesjonalnej Kancelarii Podatkowej mgr Anna Kłosowska.

Listę zwycięzców będzie publikowana w gazecie, na stronie
internetowej oraz na facebooku.

Konkurs trwa do 29 kwietnia 2013 roku.

Nagrody można wykorzystać do końca 2013 roku.

V EDYCJA

Przeczytaj pytanie i wybierz prawidłową odpowiedź...

By rozliczyć podatek z Holandii konieczna jest
roczna karta podatkowa. Jaką nazwę nosi ten
dokument w Holandii?

- a. loonzetel
- b. loofische
- c. jaaropgaaf

Sponsor konkursu:



Lycamobile

Call the world for less

Dodaj polski numer na twoją holenderską Lycamobile SIM. Aby otrzymać twój polski numer, wyślij sms o treści pol 48 pod nr: 1200 lub zadzwoń: 020 754 3030. Mówimy po polsku!



Teraz Twoja rodzina i przyjaciele z Polski mogą dzwonić na Twój polski numer kiedy jesteś w Holandii i zapłacą za połączenie tak, jakby dzwoniли do Ciebie w Polsce.

I  Poland

Po darmową Lycamobile SIM odwiedź www.lycamobile.nl lub zadzwoń 020 754 3030 (mówimy po polsku)



Farmakolog: najgroźniejsze dla zdrowia są mieszanki dopalaczy

Najgroźniejsze dla zdrowia są preparaty zawierające mieszanki dopalaczy oraz nowe substancje psychostymulujące o niezbadanym jeszcze działaniu – przestrzega w rozmowie z PAP farmakolog prof. Krystyna Golembiowska z Instytutu Farmakologii PAN w Krakowie.

PAP: Czy dopalacze to to samo co narkotyki?

PROF. KRYSZYNA GOŁEMBIOWSKA: W tej chwili nazywa się je drugimi narkotykami. Dopapalacze to nieobjęte regulacjami prawnymi substancje psychoaktywne, które naśladują działanie narkotyków. Występują w postaci naturalnej (np. w roślinach, wydzielinach zwierząt) lub są związkami syntetycznymi.

PAP: Jak działają te „drugie narkotyki”?

K. G.: Zmieniają pracę układu nerwowego, czyli wpływają na funkcjonowanie poszczególnych części mózgu odpowiedzialnych za różne procesy, np. emocje czy zmysły.

PAP: Dlaczego uzależniają?

K. G.: Zaburzają prawidłowe funkcje mezo limbicznego układu dopaminowego w mózgu, który stanowi tzw. układ nagrody. Pod wpływem dopalaczy o własnościach psychostymulujących zwiększa się uwalnianie dopaminy w tym układzie i w ten sposób polepsza się samopoczucie, nastrój u przyjmującego. Kilkakrotne przyjęcie takiej substancji powoduje nasiloną odpowiedź ze strony układu dopaminowego, co prowadzi do uzależnienia. Po odstawieniu substancji pojawiają się nieprzyjemne objawy, głód narkotykowy. Użytkownik poszukuje narkotyku, który przywróci dobre samopoczucie.

PAP: Które dopalacze są najpopularniejsze?

K. G.: Spośród wielu grup substancji psychoaktywnych

użytkownicy najczęściej sięgają po: psychostymulanty, halucynogeny i kannabinoidy.

Psychostymulanty to pochodne amfetaminy, np. ekstaza. Jest ona bardzo toksyczna dla całego organizmu, a także dla mózgu, ponieważ uszkadza zakończenia nerwowe, powoduje zmiany w różnych częściach mózgu, a to prowadzi do psychoz, zaburzeń emocjonalnych, wywołuje agresję.

Halucynogeny, czyli psychodeliki, silnie wpływają na nastrój, powodują zmiany w percepcji uczucia, słuchu, koloru. Cechą ich jest stosunkowo mała toksyczność i brak działania uzależniającego. To olbrzymia grupa związków występujących naturalnie, np. meskalina, psylocybina, dimetylotryptamina (DMT) oraz syntetycznych. Halucynogeny wywołują wizje, które często były inspiracją dla artystów, np. dla Stanisława Witkiewicza. Popularne wśród użytkowników LSD jest obecnie nielegalne, nadal jednak jest rozprowadzane – różnymi drogami. LSD jest substancją nietrwałą, łatwo i szybko ulega rozkładowi, m. in. dlatego jego działanie nie trwa długo. Ponadto bardzo szybko występuje tolerancja po LSD, więc stosowane dawki nie działają.

Kannabinoidy występują naturalnie w konopiach indyjskich, a ich wysuszone kwiatostany noszą nazwę marihuany. W małych stężeniach powodują uspokojenie, odprężenie, euforię, zmniejszają ból. W wysokich stężeniach wywołują halucynacje, zaburzają procesy poznawcze i motoryczne, zmieniają osobowość. Wpływają (negatywnie lub pozytywnie) na pamięć człowieka.

PAP: A które dopalacze są najgroźniejsze?

K. G.: Pochodne amfetaminy są bardzo szkodliwe, bo działają mocno uzależniająco i neurotoksycznie (prowadzą m. in. do zaburzeń pamięci, wywołują agre-

sję). Syntetyczne kannabinoidy mogą przyczynić się do wystąpienia schizofrenii.

Szczególnie jednak niebezpieczne są mieszanki. Użytkownicy łączą ze sobą różne klasy związków psychoaktywnych, np. grzybki psylocybinowe z tryptaminami albo amfetaminami, a to „zapijają” alkoholem i zażywają jeszcze leki przeciwlękowe. Te mieszanki mogą mieć nieprzewidywalne skutki, mogą prowadzić nawet do zgonu.

PAP: Czy nowe dopalacze są bardziej szkodliwe niż stare?

K. G.: Substancje „starej generacji” wydają się mniej niebezpieczne, bo znamy ich działanie, a regulacje prawne ograniczyły dostęp do nich. Jednak obecnie produkcja nowych związków o działaniu psychotropowym wyprzedza regulacje prawne. Nielegalnie wprowadza się „do obrotu” substancje o nieznanych działaniach, o nieokreślonej toksyczności i czystości chemicznej.

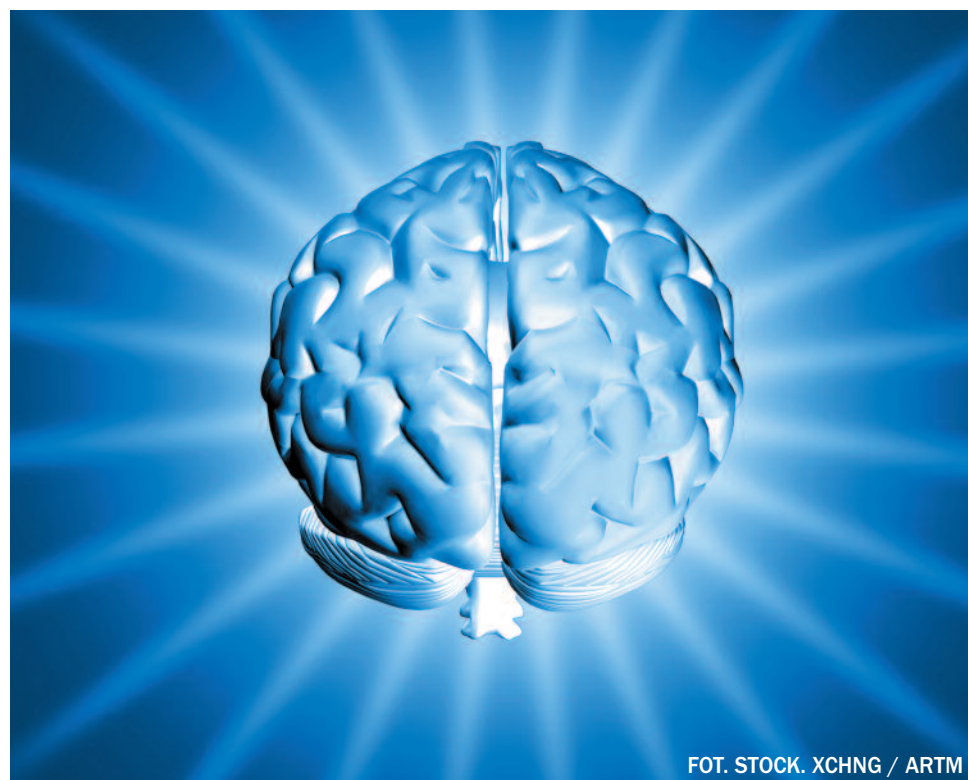
PAP: Kto najczęściej i dlaczego sięga po dopalacze?

K. G.: Każdy i w każdym wieku, a nie tylko osoby młode – jak się powszechnie uważa.

PAP: Dużo się mówi o zastosowaniu substancji psychoaktywnych w medycynie.

K. G.: Tak, wiele z nich znalazło zastosowanie w terapii różnych schorzeń ośrodkowego układu nerwowego, np. amfetaminy mogą być stosowane w leczeniu narkolepsji lub ADHD; a opiaty – w leczeniu bólu. Wciąż też poszukuje się nowych leków. Trudno jest jednak stworzyć taki, który skutecznie niszczy objawy chorobowe i jednocześnie nie wywołuje objawów niepożądanych.

Choroba Parkinsona leczona jest np. za pomocą lewodopa. Jednakże lewodopa wywołuje wiele objawów niepożądanych. Jest np. wiele dowodów na to, że potęguje procesy neurodegeneracyjne (zanik komórek nerwowych-PAP). Dlatego



FOT. STOCK. XCHNG / ARTM

poszukuje się nowych, skutecznych leków. Obiecująca terapia choroby Parkinsona może powstać dzięki związkom podobnym do kofeiny, zaliczanej do psychostymulantów, ale pozbawionej działania uzależniającego.

Innym przykładem medycznego zastosowania substancji psychoaktywnych są kannabinoidy. Mogą one m. in. leczyć ból. Prowadzone są też badania nad ich działaniem przeciwzapalnym, np. w stwardnieniu rozsianym lub w chorobie Alzheimera. Niezwykle ważne są badania, w których stwierdzono, że kannabinoidy mogą hamować toksyczność beta-amyloidu wchodzącego w skład płytek starczych w mózgach osób cierpiących na chorobę Alzheimera. Dodatkowo, kannabinoidy hamują enzym odpowiadający za rozkład acetylocholino, zwiększając jej poziom w mózgu, a więc wpływają korzystnie na pamięć.

PAP: Dopapalacze wspomagają działanie mózgu?

K. G.: Czy warto psuć tak doskonały narząd jakim jest mózg? Taka refleksja powinna nasunąć się każdemu, kto sięga po dopapalacze po to, aby przeżyć niezwykle doznania. Należy pamiętać, że zaburzenie równowagi w układzie nerwowym zawsze kończy się złe i przynosi więcej szkody niż pożytku.

ROZMAWIAŁA BEATA KOŁODZIEJ (PAP)
ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. STOCK. XCHNG / FOXUMON



FOT. STOCK. XCHNG / VANGELIS THOMAIDIS

Reklama

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM
DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolski.nl

[HAOS] OSTR HADES DJ HAEM DJ KEBS

Special guests:

Joe Kickass, Sacha Vee & Killing Skills

Jedyny koncert w Holandii!

20.04.2013

**Den Haag
Bazart**

**Start
20.00**

725 Loosduinsekade
2571 CZ Den Haag

Bilety: €25 w przedsprzedaży **Do nabycia:**

Online: www.easyticket.nl

Groszek Supermarkt: Zuiderparklaan 28, 2574HK Den Haag.

Polskie Delikatesy DELI - Van Musschenbroekstraat 166, 2522 AW Den Haag.

Deli Emigrant - Prins Hendrikstraat 98-104, 2518HW Den Haag.

Info: dmd@o2.pl

GoniecPolski.nl

HIP-HOP.PL

Mobilizacja

RAPDUMA

PRACA

• **Customer Service** Doel en resultaat van de functie: eerste aanspreekpunt voor de klant, behandelen van klachten en het aanbieden van oplossingen, het aannemen van telefoongesprekken. Spreek je heel goed Nederlands en Engels? Heb je ervaring met telefonische acquisitie en commercieel administratieve werkzaamheden? Neem contact met ons op: Venray 0031 478529977, Den Haag 0031 703633927, Amstelveen 0031 204701513, Tilburg 0031 886886350; cv: jobs@otto-workforce.eu.

• **ORDER PICKER** cała Holandia. Obowiązki: wprowadzanie zamówień do systemu, przygotowywanie i zbieranie zamówień, prace ze skanerem, obsługa wózka EPT. Wymagania: dyspozycyjność do pracy na min 6 miesięcy, dobra znajomość języka angielskiego, niemieckiego bądź holenderskiego. Zadzwoń: Tilburg 0031 886886350, Venray 0031 478529977, Den Haag 0031 703633927, Amstelveen 0031 204701513, cv: jobs@ottoworkforce.eu.

• **In-house Field Manager.** Noord-Limburg. Communicatief ijzersterk in Pools, Nederlands, Engels. Stimulerend, prestatiegericht. Affiniteit met optimaliseren van productie- en distributieprocessen. Ben je dit elders al? Kom dan snel, we betalen goed. Eurojob International Holding BV, Postbus 681, 2130 AR Hoofddorp, t. a. v. Directie. Of mail naar sollicitatie@eurojob.nl.

• **Leading Sales Manager.** Hoofddorp. Commerciële uitblinker. Bedrijven benaderen op directieniveau. Vastblijven in hun behoeften. Oplossingen bieden die resultaten opleveren. Ben je dit elders al? Kom dan snel, we betalen goed. Eurojob International Holding BV, Postbus 681, 2130 AR Hoofddorp, t. a. v. Directie. Of mail naar sollicitatie@eurojob.nl.

• **Serwisant.** Dla naszego klienta w Nederweert (Limburg), poszukujemy doświadczonego serwisanta do naprawy i konserwacji przyczep i nacze oraz samochodów ciężarowych. Wymagane: szerokie doświadczenie w spawaniu i elektryki, głównie 12/24 V. Możesz pracować sam, prowadzić ewidencję materiałów, jesteś wszechstronny, język

angielski: komunikatywny. Czas trwania umowy: pełen etat, z możliwością długoterminową. Kontakt: anna@valk-uitzendbureau.nl.

• **Paneelbouw.** Cel pracy: Tworzenie, rozszerzanie i utrzymanie urządzeń do testowania elektroniki przemysłowej (monitory PLC, jak np. falowniki). Zadania: tworzenie, rozwój i utrzymanie urządzeń do testowania elektroniki przemysłowej; wymiana modułów urządzeń testowych; budowa i konserwacja instalacji elektrycznych; tworzenie kalkulacji do każdego projektu. Wymagania: wykształcenie techniczne (znajomość elektroniki, Holandia, MTS, technologia sterowania lub technologia komputerowa); kilka lat doświadczenia na podobnym stanowisku; znajomość przepisów prawa i norm NEN 3140, NEN-EN-IEC 60204-1; dobra znajomość języka holenderskiego w mowie i piśmie; znajomość języka angielskiego w mowie i piśmie. Jeśli spełniasz wymagania, prześlij do nas swoją aplikację wraz z listem motywacyjnym do 12 kwietnia. Kontakt: 2013.anna@valk-uitzendbureau.nl.

• **Operator palownicy/kafara.** Valk Uitzendbureau poszukuje operatora palownicy/kafara. Praca na terenie Holandii. CV proszę przesłać na: anna@valk-uitzendbureau.nl. Wymagania: doświadczenie w obsłudze maszyn - palownica/kafar (uprawnienia), sprawność fizyczna, znajomość języka ang. w stopniu komunikatywnym, motywacja do pracy, prawo jazdy kat. B.

• **Praca na linii produkcyjnej.** Przygotowanie i pakowanie kanapek, ważenie, krojenie i pakowanie kawałków mięsa, pakowanie, etykietowanie, kontrola jakości artykułów przemysłowych. WYMAGANIA: Dobra znajomość języka angielskiego lub niemieckiego, dyspozycyjność na długi okres czasu (minimum rok). OFERUJEMY: Transport z Polski do Holandii oraz z miejsca zakwaterowania do zakładu pracy, zakwaterowanie, obsługę kadrowo-administracyjną, pracę na dłuższy okres czasu, atrakcyjne wynagrodzenie. KONTAKT: Osoby spełniające powyższe zainteresowania oraz zainteresowane podjęciem pracy prosimy o rejestrację na stronie <http://www.sbaeu-ro.pl/zarejestruj-sie/>

Szkoła Polska w Hadze obchodzi w tym roku swoje nieformalne 10 urodziny. Jak się to zaczęło?

Należy pamiętać, że tego typu szkoły powstały w różnych miastach Holandii już w latach dziewięćdziesiątych. Na stronach Szkoły Polskiej w Hadze czytamy: „Najczęściej dwie czy trzy mamy-Polki zbierały się, by wspólnie nauczać dzieci we własnych domach. Z czasem grupka dzieci rosła i trzeba było wynajmować lokal w szkole lub w dzielnicowym domu kultury.”

W Hadze z różnych powodów organizacyjnych dopiero w lutym 2003 roku udało się otworzyć Ognisko dla dzieci w środowisku w ramach działalności polskiej parafii, w parafialnej kawiarence. I tak, krok po kroku, od słowa do słowa, ujawniło się zapotrzebowanie na rozszerzony program. Dzięki tak potwierdzonemu, oddolne-

mu zapotrzebowaniu pierwsi założyciele Ogniska t. j. Ewa Kucharska van de Pavert, Krzysztof Birtet i Przemysław Godzina, powołali stowarzyszenie – niezależną Szkołę Polską w Hadze.

W chwili obecnej Szkoła jest zrzeszona z Forum Szkół Polskich w Holandii, a mieszanym, polsko-holenderskim zarząd to osoby, które same miały bądź nadal mają w szkole własne dzieci. Zajęcia dla wciąż rosnącej grupy dzieci (w tym roku szkolnym to już blisko 80 dzieci) prowadzone są przez doświadczoną i cenioną przez rodziców kadrę 12 nauczycieli przedmiotu (w tym wychowanie fizyczne i przedmioty artystyczne) z wykształceniem pedagogicznym zdobytym na uczelniach w Polsce.

Nie tylko kurs języka dla dzieci

To, co przyciąga rodziców i ich dzieci do Szkoły Polskiej w Hadze, to trwała, dobra opinia, szeroki przedział wiekowy (dzieci od 2 lat i zajęcia „na kolanach rodzica”) do ostatniej klasy szko-

ły podstawowej oraz zajęcia odbywające się wyłącznie w soboty (a więc, w czasie najodpowiedniejszym dla rodziców).

Na stronie Szkoły Polskiej możemy przeczytać, że „celem naszej Szkoły Polskiej jest wspieranie rodziców i opiekunów w pielęgnowaniu języka polskiego oraz przyswajania kultury i tradycji polskiej. Ten cel Szkoła realizuje poprzez ćwiczenia z języka polskiego, dziecięce gry i zabawy, naukę wierszy i piosenek, polskie tradycje i zwyczaje. Szkoła stwarza platformę zajęć zbiorowych, motywując w ten sposób dzieci do używania języka polskiego.”

Można by zatem sądzić, że paszportem do tej krainy jest znajomość języka polskiego. W dużej mierze jest tak w istocie, gdyż jedynym językiem zajęć jest język polski. Jednak Szkoła jest otwarta dla wszystkich poczuwających się



by tak splecione, że nie sposób mówić o jednym, nie zahaczając o inny temat. Dlatego też w całorocznym programie z jednej strony dużo wagi przykładamy do celebrowania Świąt Bożego Narodzenia i Wielkanocy, oraz integracji i poznawania tradycji Holandii z drugiej strony (Sinterklaas, Zwarte Piet itp).

Dodatkowo już od lat stałym punktem roku szkolnego jest wycieczka krajoznawcza po Holandii, udział dzieci w organizowanym przez Forum Szkół Polskich konkursie recytatorskim „Wierszowisko”, a w ubiegłym roku nasi uczniowie wzięli udział w projekcie teatralnym wraz z Teatrem ZIM wystawiając kilkakrotnie sztukę „Lokomotywa” na terenie Hag!

Zapraszamy do bliższego poznania!

do więzi z językiem, kulturą i tradycją polską – również, a może szczególnie tych, którzy mają w tym zakresie zaległości a chcieliby swoją więź z kulturą polską wzmocnić.

I wcale, nie trzeba być dzieckiem, by z oferty tej skorzystać! Szkoła prowadzi również zajęcia dla dorosłych z języka polskiego i niderlandzkiego, mając bliskie relacje z Aloysius College, który jako pierwsza szkoła średnia w Holandii wprowadził język polski jako przedmiot fakultatywny (<http://www.aloysius.nl/nieuws/primeur-op-het-alloysius-college>).

Szkoła szkole nie równa, ale...

W przeciwnieństwie do polskich szkół „państwowych”,

czyli tych prowadzonych przez placówki dyplomatyczne RP i realizujące minimum programowe MEN (wraz z państwowym świadectwem ukończenia szkoły podstawowej), czy parafialnych (gdzie język i kultura polska uczone są przez przyzmat religii katolickiej), w absolutnej większości przypadków szkoły takie jak ta przy Van de Spiegelstraat 23 w Hadze, to dzieło grupy zapaleńców, społeczników, wolontariuszy, którzy, mają na uwadze wychowanie swoich dzieci w kulturze i języku polskim. Nie znaczy to jednak, że ze sobą konkurujemy – po prostu uzupełniamy ofertę będąc zawsze w gotowości do współpracy!

Ze swojej strony uważamy, że w przypadku Polski, nasza tradycja, religia i cała kultura są ze so-

Zatem tym, co mobilizuje rodziców i kadrę nauczycielską nie są żadne odgórne wytyczne, kwestie światopoglądowe, czy względy jakiegokolwiek gratyfikacji finansowej, lecz nadrzędna idea – poczucie więzi z polską tradycją, kulturą i językiem. Jak opisali to pierwsi założyciele Szkoły „Rodzice/opiekunowie chcą obdarzyć dzieci wspaniałym kapitałem: pełną dwujęzycznością, swobodnym poruszaniem się wśród Holendrów i wśród Polaków, korzystania bez ograniczeń ze skarbów obu kultur.”

Zapraszamy do kontaktu i pozdrawiamy serdecznie!

ZESPÓŁ SZKOŁY POLSKIEJ W HADZE
[HTTP://WWW.SZKOALAHAGA.NL/](http://www.szkoalahaga.nl/)
TEKST/FOT. MATERIAŁY SZKOŁY POLSKIEJ W HADZE

Reklama

WYNIKI KONKURSU

Dnia 19.03.2013 r. w V edycji konkursu o darmowe rozliczenie podatkowe za rok 2012 w Kancelarii Podatkowej mgr Anna Kłosowska wygrali:

**Małgorzata Górka
Adam Willing
Łukasz Kurzak**

Gratulujemy!

**Konkurs nadal trwa! Chcesz wziąć udział?
Szczegóły na 2 stronie dwutygodnika GoniecPolski.nl**

Sponsor konkursu:

[WWW.ROZLICZCIE.PL](http://www.rozliczcie.pl)

**ZWROT PODATKU
Z HOLANDII**

mgr Anna Kłosowska

Reklama

www.pomagam.de

BIURO DORADCZE DLA POLAKÓW W NIEMCZECH

Miejsza firmy jest pomoc naszym rodakom przebywającym na terenie Niemiec w załatwieniu wszelkich formalności związanych

- z uzyskaniem zasiłku rodzinnego dla dzieci – KINDERGELD, ELTERNGELD,
- z odzyskaniem podatku wraz z dodatkami na współmałżonka oraz dzieci,
- z załatwieniem zasiłku dla bezrobotnych.

Pomożemy Ci wynająć mieszkanie lub je nawet kupić.
Doradzimy najlepszy kredyt i ubezpieczenie.
Załatwimy za Ciebie wszelkie formalności przy zakładaniu firmy w Niemczech.
Pomożemy założyć konto w banku.

Sprawy nietuzinkowe i trudne będą dla nas wyzwaniem.
Opłaty od 50 euro za usługę i są uzależnione od trudności sprawy.

**UMÓW SIĘ NA TERMIN Z NASZYM DORADCĄ
ZADZWOŃ 0049 173/744 37 48**

biuro@pomagam.de www.pomagam.de [facebook.com/pomagam](https://www.facebook.com/pomagam)

Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii



tablica.nl

PRACA/ZATRUDNIĘ - PRACA/SZUKAM - TOWARZYSKIE
MIESZKANIE/POKÓJ/WYMAJME - MIESZKANIE/POKÓJ/SZUKAM
TRANSPORT/OFERUJĘ - TRANSPORT/SZUKAM
USŁUGI/REMONTY - USŁUGI/KOMPUTERY - USŁUGI/LAWETY
USŁUGI/ANTENY - USŁUGI/HYDRAULIK - USŁUGI/KOMPUTERY
USŁUGI/MECHANIK SAMOCHODOWY - USŁUGI/INNE
KUPIĘ/SPRZEDAM/MELE - KUPIĘ/SPRZEDAM/RÓŻNE
NAUKA - TŁUMACZE - PODATKI - PRAWNICY - ZDROWIE I URODA
GRATIS/ODDAM ZA DARMO - SKLEPY - LEKARZE - KOŚCIOŁY
ODZIEŻ/OBUWIE/DODATKI - NIANIE/AU-PAIRS
RESTAURACJE/BARY/KAWIARNIE

Wejdź, zarejestruj się i dodawaj BEZPŁATNIE swoje ogłoszenia

OGŁOSZENIA DROBNE

• **Usługi – remonty:** Witam potrzebują państwo firmy do malowania domu, biur, hal, int. Prowadzę Firmę już od 2005 malowanie ścian, sufitów, okien, drzwi, wstawianiem szyb, wyklejanie włókna szklanym, sztukowanie ścian i sufitów, układanie podłóg i inne, wie. info. 0617389255 Andrzej

• **Mieszkanie/pokój – wynajem:** Mieszkania do wynajęcia z możliwością meldunku, Rotterdam, Vliedingen, Schiedam, Westland, Den Haag tel 0633975887.

• **Zdrowie i uroda:** Usługi Fryzjerskie "U Kamili". Profesjonalne usługi fryzjerskie, strzyżenie damsko-męskie, fryzury wieczorowe, modelowanie, prostowanie, farbowanie. Pracuję na profesjonalnych narzędziach. Usługi wykonuję wyłącznie w moim warsztacie (HELMOND) prowincja noord brabant. okolice Eindhoven, Veghel, konkurencyjne ceny TEL: 0649259586.

• **Sklepy: "HARNAŚ" POLSKIE DELIKATESY – TILBURG.** Serdecznie zapraszamy na zakupy nowożytnego sklepu z polskim asortymentem Harnaś przy ulicy Basterdring 83 w Tilburg. Codziennie świeże pieczywo, szeroki wybór wędlin, nabiał, polskie ziemniaki, słodycze, kosmetyki oraz wiele innych produktów. Atrakcyjne ceny oraz miła obsługa! Godziny otwarcia: Pon. 13.00 - 21.00, Wt - Sob. 9.00-21.00. Życzymy udanych zakupów!!!

• **Usługi – mechanik samochodowy:** Polski warsztat samochodowy S&M Autoreparaties. Jesteśmy warsztatem samochodowym zapewniającym kompleksową naprawę pojazdów osobowych oraz dostawczych wszystkich marek. U nas mogą Państwo liczyć na fachową pomoc i obsługę pojazdu. Oferujemy szereg usług i niskie ceny: PRZEGŁADY: ogólny (przedsprzedażowy), sezonowy, zawieszenia z wjazdem na kanał, układu klimatyzacji, diagnostyka komputera. NAPRAWY BIEŻĄCE: wymiana olejów, filtrów, płynów, świec i przewodów zapłonowych, rozrządu; test i ładowanie akumulatora, czyszczenie klemów; ustawianie zbieżności kół; naprawa układu hamulcowego, wydechowego, zawieszenia, układu kierowniczego i innych; wymiana i remont silnika; wymiana skrzyni biegów i sprzęgła; naprawa elementów elektrycznych; naprawa turbosprężarek i pompowtryskiwaczy. Także u Nas na warsztacie mogą Państwo przechowywać opony letnie i zimowe. Jesteśmy dla Państwa od Poniedziałku do Soboty.

ty. Tania i Solidnie Więcej informacji pod nr tel 06-4496-9362 . ADRES WARSZTATU: S&M AUTOREPARATIES, S GRAVENZANDESEWEG 40, 2291 PE WATERINGEN (DEN HAAG). Rejestracja w KvK (adres korespondencyjny): S&M AUTOREPARATIES, Den Haag. KvK-nr: 27307053.

• **Zdrowie i uroda:** Kosmetyka profesjonalna w Bredzie. Zapraszam na zabiegi eksfoliacji kwasami AHA, przedłużanie rzes, manicure i pedicure hybrydowy, oczyszczanie, mikrodermabrazję, peeling kawitacyjny, depilację twarzy i ciała, masaż twarzy i ciała, peeling ciała, mezoterapię bezigłową, regenerację i odnowa biologiczna skóry, pielęgnacja cery z trądzikiem, zabiegi wzmacniające naczynka, zmniejszające cellulit, ujędrniające, wybielające oraz henna i regulacja brwi. Więcej na www.pogotowiekosmetyczne.nl tel.0645 194 485, email pogotowiekosmetyczne@wp.pl.

• **Mieszkanie/pokój – wynajem:** Pokój do wynajęcia w Bodegraven 110 euro tygodniowo za osobę (za dwie osoby cena do uzg.). Witam! Jak w temacie posiadam pokój do wynajęcia w spokojnym miejscu 50m. do sklepu. Poszukuję spokojnej, bez nałogów dziewczyny lub dwóch koleżanek które będą razem mieszkać. Mieszkanie jest zadbane i ładne z dużym balkonem posiada dwa pokoje z tym, że jeden jest zajęty przez bardzo miłą kobietę. Mieszkanie jest umeblowane. Umowa przynajmniej na rok bez meldunku. Po więcej informacji proszę o kontakt ladyamalia84@hotmail.com

• **Usługi – inne:** Witam wszystkie kobiety w ciąży! Mam dla Was do zaoferowania Kraamzorg w j.polskim! Posiadamy duże doświadczenie w pomocy mamie i dziecku! Przez pierwsze dni - te najważniejsze - służymy pomocą. Dojeżdżamy UWAGA DO 50km OD DEN HAAG!!!!!! Także, bardzo gorąco zapraszamy wszystkie Mammy! Kontakt w j.polskim Eva - 0616-405-192

• **Usługi – lawety:** Witam. Oferuje usługi pomocy drogowej 24H oraz transportu pojazdów i wszystkiego co można przetransportować na lawecie samochodowej w UE. Co 2 tygodnie w sobotę jeżdżę z NL do PLi wracam w niedzielę. Wystawiam faktury VAT. Pozdrawiam. tel: 0031617348060.

• **Usługi – inne:** ORGANIZUJEMY URODZINY NA RADIU - CENA DO UZG. CHCESZ MIEĆ URODZINY NA RADIU NAPISZ meg-

0121@o2.pl cena do uzgodnienia W PROGRAMIE MUZYKA NA ŻYCZENIE, GRAFIKA, REKLAMA .

• **Sprzedam – różne:** SPRZEDAM MIXER PYRAMID STUDIO PRO PMR 9600; 4 kanałowy; echo, delay, repeat; posiada 6 drum effects; 2 x wejścia na mikrofon; CENA 65 EUR (DO UZGODNIENIA) TEL. 0 617 360 533 VLIJMEN.

• **Usługi – inne:** Przepowiednie przyszłości (praca „miłość, pieniądze, rodzina...”). Doradztwo duchowe, Przepowiednie przyszłości (praca „miłość, pieniądze, rodzina...”). Hallo Ik ben Agnieszka, *Witam państwa serdecznie. Nazwam się Agnieszka. Jako doradczyni duchowa i tarocistka za pomocą kart lenormand udziela państwu odpowiedzi na nurtujące pytania takie jak MIŁOŚĆ PRACA FINANSY RODZINA

Serdecznie zapraszam. Słuchaj zawsze swojego serca bo on jest twoim najlepszym doradcą. Bel naar : 0909-0708 (? 0,80/min) en mijn BOX NR. 0120 <http://www.astroangels.nl>

• **Inne:** DUIJNDAMUITZEND-GROEP. Szanowni Państwo, uprzejmie informujemy, iż ze względu na swój dynamiczny rozwój Agencja Pracy Duijndam International w Opolu rozszerza zasięg swojej działalności, mając na celu usprawnienie fachowej obsługi klienta. W związku z tym faktem pragniemy Państwa poinformować, że na terenie Polski działają nasze dwa biura. Główna siedziba Duijndam International mieści się w Opolu przy ul. Kołłataja 3/2 (naprzeciw dworca PKP i PKS). Tel. kontaktowy +48 77 402 77 35. Od dnia 04.03.2013r. funkcjonuje również nasza filia w Rzeszowie, przy ul. Bernardyńskiej 3 (boczna ul. Grunwaldzkiej). Tel. kontaktowy +48 17 852 84 18. Oba nasze biura otwarte są od poniedziałku do piątku w godz. 09:00 do 17:00. Serdecznie zapraszamy!

• **Transport – oferuję:** Jade z NL (westland) do PL na weekend, w każdy tydzień. Witam jade do polski w każdy weekend z holandii (westland) den haag rotterdam i do polski w okolice Złotów Piła gorzów Wlkp. Jeżdże tylko w czwórkę; więcej informacji pod nr telefonu +31659300702 lub +48726070748

• **Zdrowie i uroda:** Kosmetyki Haarlem. Jeżeli chcesz zobaczyć nowy katalog firmy Ori-flame, poszukujesz rady w doborze odpowiednich kosmetyków. Zapraszam e-mail kowalczykedyta_84@o2.pl ; gg 44908294

• **Zdrowie i uroda:** Permanentna mscara i trwałość na rzęsy.nowość!!! Nowość w Holandii!!! Zapraszam na permanentną mscare i trwałość na rzęsy. Nie trzeba malować a rzęsy sa wytuszowane trwale i bez codziennego demakijażu. Podkrecone i zalotne, długie czarne rzęsy pięknie stylizują oprawę oka. TEL.0645 194 485 więcej na www.pogotowiekosmetyczne.com.pl

• **Transport – oferuję:** Witam. PRZEPROWADZKI oraz TRANSPORT TOWAROWY w UE. TEL 0617348060

• **Transport – oferuję:** VICO - TRANSPORT.COM PROFESJONALNIE, SZYBKO I TANIE. W KAŻDY DZIEŃ TYGODNIA PRZEWÓZ OSÓB W KRAJU I ZAGRANICĄ. NR TEL 0048 604205109, NL 0031

650980444, B 0032 495147576.

• **Zdrowie i uroda:** NOWY LOOK. Na początku wejdź na stronę: www.chiclook.nl. Potem zapoznaj się z tematem i zajrzyj na Kleiweg 21a Rotterdam. KOSMETYKA, której możliwe, że jeszcze nie znasz.

• **Transport – oferuję:** LogoBusEXPRESS! POLSKA-HOLANDIA-POLSKA!! OBIAD GRATIS! 5 KURS 25EU! PROFESJONALNY TRANSPORT. OBSŁUGUJEMY: HOLANDIA, NIEMCY, BELGIA, POLSKA: LUBELSKIE, PODKARPACKIE, MAŁOPOLSKIE, ŚLĄSKIE, OPOLSKIE, DOLNOŚLĄSKIE, ŚWIĘTOKRZYSKIE, LINIA REGULARNA - BEZ PRZESIADKI! WYJAZDY DO HOLANDII: -WTORKI, ŚRODY, CZWARTKI, PIĄTKI, SOBOTA, NIEDZIELA. WYJAZDY DO POLSKI: PONIE-

DZIAŁKI, ŚRODY, PIĄTKI, SOBOTA. KLIMATYZACJA - DVD. PRZEWÓZ KOMFORTOWYMI BUSAMI. Odbieramy i odwozimy pod wskazany przez Państwa adres!!! Bez Przesiadki!!!! CO 5 PRZEJAZD 25 EURO!!!!(tylko z kartą klienta)!!!! OBIAD GRATIS!!!! KARTY STAŁEGO KLIENTA!!!! POSIADAMY LICENCJĘ KRAJOWĄ I MIĘDZYNARODOWĄ - Z NAMI JEDZIESZ PEWNIEM I BEZPIECZNIE! KOMFORT, BEZPIECZEŃSTWO, PUNKTUALNOŚĆ!! REZERWACJA: PL:(+48)500-380-540, NL:(+31)684-033-840. Rezeracje również poprzez SMS. (Imię, Nazwisko, Adres Odbioru, Adres docelowy, Data wyjazdu, Numer Telefonu do kontaktu). FunPages na FACEBOOK: LogoBusEXPRESS. NASZE NUMERY TELEFONÓW TYLKO I WYŁĄCZNIE TO: >>+48-500-380-540+31-684-033-840

Reklama

Z nami rezerwujesz bezpiecznie. Gwarancja finansowa.

Zapraszamy na wycieczki z polskim przewodnikiem:

wszystkie wyjazdy z Holandii i z Belgii

20.04.2013, Paryż, 1 dzień, od €66*

20.04-21.04.2013, Paryż, 2 dni, od €117*

26-28.04.2013, Paryż, 3 dni, od €150*

18-20.05.2013, Paryż i zamki na Loarę, 3 dni, od €157*

18-20.05.2013, Londyn, 3 dni, od €168*

18-20.05.2013, Paryż, 3 dni, od €154*

*** PROMOCJA - wcześniej płacisz - mniej płacisz!**

Domki i apartamenty wakacyjne w 26 krajach

Molenaar Tours

Tel. +31 (0) 70 383 44 93 (mówimy po polsku)

Zobacz terminy i program po polsku na stronie:

www.wycieczki.nl

Również WAKACJE 2013: Hiszpania, Grecja, Włochy i inne...

UWAGA KONKURS!!!

Do wygrania są nagrody dla dwóch osób:

1. wspólny album O.S.T.R. i Hadesa wraz z autografami i zaproszeniem na koncert 20 kwietnia w Hadze.

2. wejściówka na koncert 20 kwietnia w Hadze

Wystarczy odpowiedzieć na pytanie:

JAK NAZYWA SIĘ WSPÓLNY ALBUM O.S.T.R. I HADESA?

Prawidłowe odpowiedzi wraz z Waszym pełnym imieniem i nazwiskiem przesyłajcie na maila: konkurs@goniecpolski.nl

Bilety będą do odbioru w dniu koncertu. Ze zwycięzcą skontaktujemy się drogą mailową. Sponsorem nagrody jest organizator koncertu. Zwycięzca zostanie ogłoszony dnia 12.04.2013 roku na naszej stronie internetowej goniecpolski.nl oraz na naszym profilu na facebooku [facebook.com/GoniecPolski.nl](https://www.facebook.com/GoniecPolski.nl)

Polacy triumfują w europejskich zawodach robotycznych

Dziesięć medali zdobyli polscy konstruktorzy w najważniejszych europejskich zawodach robotów RobotChallenge, które odbyły się w Wiedniu. Po raz trzeci z rzędu zapewnili sobie zwycięstwo w klasyfikacji generalnej zawodów.

W wiedeńskich zawodach – uznawanych za największe i najbardziej prestiżowe w Europie – startują mobilne, samodzielne, własnoręcznie skonstruowane roboty. W zakończonej dziesiątej edycji Polacy zaprezentowali 60 konstrukcji. Zawodnicy mogli rywalizować w 15 różnych konkurencjach.

Nasi konstruktorzy zdobyli aż dziesięć medali: cztery złote, trzy srebrne i trzy brązowe. Największy sukces i komplet medali przyniosła Polakom kategoria

Mini Sumo. Sukcesem zakończyła się także konkurencja Humanoid Sumo, w której polscy zawodnicy zajęli pierwsze i drugie miejsce. Ponadto konstruktorzy z Polski wywalczyli złoty i brązowy medal w kategorii Line Follower, złoty medal w konkurencji Air Race Autonomous, srebrny w kategorii Freestyle oraz brązowy w Puck Collect.

Drugie miejsce w klasyfikacji – z sześcioma medalami – zajęli Rosjanie. Trzecie wywalczyli Łotysze, którym udało się zdobyć pięć krążków.

Mistrzostwa RobotChallenge organizowane są od 2004 roku. Wystartowało w nich już ponad tysiąc robotów z 31 państw. W tegorocznej edycji wzięło udział kilkuset uczestników z 20 krajów.

PAP – NAUKA W POLSCE

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



FOT. STOCK. XCHNG / JUAN BERNARDO

Porodówka jak fabryka

Zduńskowolska prokuratura coraz uważniej przygląda się szpitalowi. Czy na porodówce popełniono błędy lekarskie, które mogły być tragiczne w skutkach? Kobiety, z którymi rozmawialiśmy są przekonane, że błędy personelu podczas porodu doprowadziły ich dzieci do kalectwa.

Pani Anna była pewna, że urodzi poprzez cesarskie cięcie, bo w zbadaniu USG przeprowadzanych w czasie ciąży wynikało, że dziecko jest ułożone pośladkowo. Dlatego już w pierwszych godzinach pobytu na porodówce kobieta prosiła personel o wykonanie cięcia. Później, gdy zaczęły się bóle, a Julia ważyła 3,710 kg i mierząca 55 cm nie mogła się urodzić, kobieta błagała o cięcie. Bezskutecznie.

Cesarki nie wykonano, a zduńskowolance powiedziano, że nie ma anestezjologa i musi rodzić naturalnie. Poród się przeciągał, matka opadała z sił. Dziecko zaczęło dusić się w drogach rodnych. Uniknięto najgorszego w ostatniej chwili.

– Pamiętam to jak przez mgłę. Nie wiem kto to był, ale

przyszły dwie osoby i położyły mi się na brzuchu, zaczęły wyciskać ze mnie dziecko – wspomina kobieta.

Potem lekarz miał jej powiedzieć, że urodziła w ostatniej chwili. W pogotowiu były nawet kleszcze. – Gdyby nie urodziła pani w tym skurczu, to już by było po dziecku – miał powiedzieć jej lekarz. Córka dostała 3 w 10-stopniowej skali apgar.

„Wszystko OK”

Taki napis widnieje w karcie innej kobiety pod rubryką „poród”. Ale zdaniem matki nie było OK. Również błagała o cesarskie cięcie i również jej odmówiono.

– Nie wykonano mi USG przed porodem. Mój synek był duży. Gdyby nie korpulentna położna, która uciskała i kładła mi się na brzuchu, to nie wiem co by było. Lekarz później przeprosił. Powiedział, że gdyby wiedział, że dziecko jest tak duże, to zrobiłby cięcie – opowiada matka rodząca w zduńskowolskim szpitalu w 2011 roku.

Miał za co przeproszać. Dzieci wszystkich opisywanych w tym artykule kobiet cierpią na porażenie ramiennego. Jest to uraz okołoporodowy polegający na uszkodzeniu bądź całkowi-

tym zerwaniu nerwów w okolicach barku. W zależności od stopnia uszkodzenia dzieci te mają różne niedowłady rącek. Wymagają rehabilitacji od pierwszych dni po porodzie, w zasadzie do końca życia.

Niektórzy rodzice decydują się na operację, ale w Polsce brakuje dobrych specjalistów. Wykonuje się ją w Niemczech. Koszt to prawie 8 tys. euro. Dlatego niektórzy rodzice szukają sprawiedliwości i zadośćuczynienia przed sądem.

– Takie sprawy ciągną się bardzo długo. Założyłka naszej fundacji walczyła 8 lat – mówi Wiktoria Zybko z Fundacji Splotu Ramiennego.

Człowiek nic nie znaczy w szpitalnej machinie

Czy w na zduńskowolskiej porodówce stosuje się manewr Kristellera? Nasze rozmówczynie uważają, że tak. Polega on na uciskaniu dna miednicy podczas wychodzenia główki i barków dziecka. Jest on obecnie zakazany, bo uważa się, że może nieść z sobą wiele powikłań dla dziecka i matki.

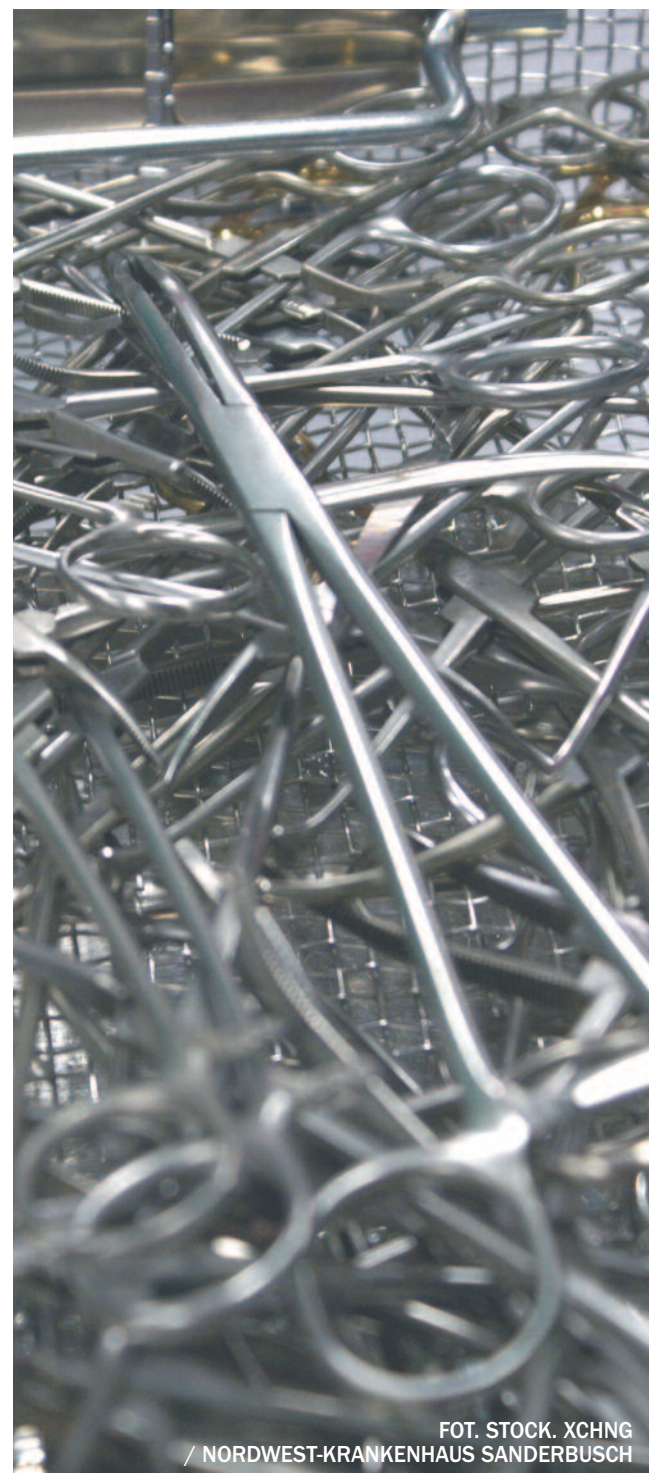
– Tam jest jak w fabryce. Przyjechała moja pani doktor, podała mi oksytacynę na wywołania

porodu i powiedziała do pielęgniarek, że musimy się spieszyć, bo mąż dał jej tylko godzinę – relacjonuje jedna z kobiet.

Inne również zarzucają części personelu brak wrażliwości i złe podejście do kobiet. – Po porodzie nie powiedziano mi, że z moją córką jest coś nie tak. Na sali leżała ze mną córka jednego z lekarzy. Wszedł uśmiechnięty i spytał: „Chcesz córcia zobaczyć porażenie typu Erba?” po czym chciał pokazać jej moją Julkę. Popłakałam się, bałam się, że to jakieś poważne porażenie mózgowe – wspomina pani Anna.

– Leżałam cała obolała po bardzo ciężkim porodzie. Nikt się mną nie zajmował, mąż musiał prowadzić mnie do łazienki i pod prysznic. Leżałam i patrzyłam jak personel skacze nad kobietą leżącą ze mną. Dlaczego? Może na coś czekali – snuje domysły inna z matek.

– Przeszłam tam prawdziwe piekło. Byłam cała porozrywana, ledwie żywa. Lekarz mnie szyl. Mówiłam, że boli, pytałam kiedy to się skończy. Odpowiedział że bym ułożyła dupę i się nie kręciła, bo do założenia jest 47 szwów – wspomina Anna.



FOT. STOCK. XCHNG / NORDWEST-KRANKENHAUS SANDERBUSCH

DOKOŃCZENIE NA STR. 9

Porodówka jak fabryka

DOKOŃCZENIE ZE STR. 8

Na pretensje już za późno?

Od porodu Julki, córki pani Anny, minęły już ponad 4 lata. Jest więc za późno na wytoczenie procesu cywilnego. Sprawa przedawniła się po trzech latach. – Nie poszłam do sądu, bo wszyscy dookoła mi mówili, że z nimi i tak się nie wygra, że sprawa będzie mnie drogo kosztować, że to i tak nic nie da, a zdrowia przecież mojej Julci nie wróci. Odezwałam się do waszej redakcji jak przeczytałam o śmierci Stasia. Może trzeba mówić o tym głośno, by coś się zmieniło? – mówi matka dziewczynki.

Jedna z matek postanowiła walczyć w sądzie o rentę dla



FOT. STOCK. XCHNG / KUBELIK2

dziecka. – Pierwsza rozprawa odbyła się w styczniu 2011 roku, a druga w marcu. Od tego czasu dokumenty krążą między biegłymi, a ja nie wiem co będzie dalej – mówi kobieta.

O ile na rozprawę cywilną po trzech latach jest już za późno, o tyle do prokuratury można zgłaszać takie przypadki przez 5 lat od daty porodu. Jednak rodzice dzieci z porażaniem splotu ramiennego najczęściej nie mają na to czasu. Codzienna rehabilitacja i opieka nad dzieckiem sprawia, że o chodzeniu po sądach nawet nie myślą.

(RADOSŁAW WOJTAS)

ŹRÓDŁO: EXTRA ZDUŃSKA WOLA, SIERADZ, ŁASK

Manewr Kristellera to błąd w sztuce medycznej

– Zabieg Kristellera jest absolutnie zabroniony i uważa się go za błąd w sztuce medycznej. Trzeba jednak odróżnić go od prób ułożenia dziecka przy porodzie. Dlatego nie jest łatwo jednoznacznie stwierdzić czy został zastosowany podczas porodu – mówi Tomasz Sukiennik z prokuratury w Zduńskiej Woli, która prowadzi dochodzenie w sprawie możliwości popełnienia błędu w sztuce przez personel zduńskowolskiego szpitala. – Jeżeli któraś z kobiet uważa, że lekarze popełnili błędy podczas porodu, to powinna się do nas zgłosić nim od tego czasu płynie 5 lat.

Narkotyki i amunicja

Diler spod Kruszwicy złapany

Funkcjonariusze z Inowrocławia zatrzymali 41-letniego handlarza narkotyków. Mężczyzna odpowie również za posiadanie bez zezwolenia ostrej amunicji. Grozi mu do 12 lat więzienia.

Inowrocławscy policjanci zajmujący się zwalczaniem procederu narkotykowego od dłuższego czasu byli na tropie handlarza narkotyków. Posiadając konkretne informacje o dilerze,

w sobotę wcześniej rano przystąpili do działań.

– Mundurowi weszli do domu 41-letniego mieszkańca gminy Kruszwica. Tam podczas przeszukania znaleźli i zabezpieczyli 116 gram amfetaminy, ponad pół kilograma masy amfetaminowej, 88 gram marihuany oraz 156 sztuk tabletek niewiadomego pochodzenia. Znalaziono także u niego 8 sztuk amunicji różnego kalibru – informuje asp. Izabella Drobniecka.

Posiadacz nielegalnych rzeczy

trafił do policyjnego aresztu. Szczegółowym badaniem zabezpieczonych środków zajmą się specjaliści laboratorium kryminalistycznego. Zatrzymanemu mężczyźnie prokurator postawił zarzuty handlu oraz posiadania znacznych ilości narkotyków. Mężczyzna odpowie również za posiadanie amunicji. Zebrane dowody wraz z wnioskiem o tymczasowe aresztowanie mężczyzny trafiły do sądu. Jego decyzją 41-latek został tymczasowo aresztowany na trzy miesiące.

Za handel i posiadanie znacznych ilości narkotyków podejrzanemu grozi kara do 12 lat pozbawienia wolności. Natomiast za posiadanie amunicji bez wymaganego zezwolenia grozi kara do 8 lat pozbawienia wolności.

KI

ŹRÓDŁO: KURIER INOWROCLAWSKI

Elk. Kradli kołpaki, trafią do paki?

Wpadli na gorącym uczynku

Obłowili się na 1300 zł kradnąc samochodowe kołpaki. Niedługo cieszyli się z łupu, gdyż wpadli na gorącym uczynku dokonując kolejnego skoku.

Elccy policjanci od 13 do 15 marca otrzymali kilka zgłoszeń o kradzieży kołpaków z aut pozostawionych na miejskich parkingach. Wzięli takie miejsce pod baczna obserwację

i długo nie musieli czekać na kolejną akcję złodziei.

– W nocy z piątku na sobotę funkcjonariusze podczas patrolowania jednego z parkingów zauważyli dwóch dziwnie zachowujących się mężczyzn – mówi Anna Fic, rzecznik Komendy Wojewódzkiej Policji w Olsztynie. – Na widok radiowozu wyrzucili trzymane w rękach kołpaki, a następnie wsiedli do samochodu i gwałtownie odjechali.

Pościg nie trwał długo. Po zatrzymaniu okazało się,

że dwaj mężczyźni to mieszkańcy Elku i gminy Prostki w wieku 22 i 29 lat. Dodatkowo kontrola wykazała, że młodszy z nich, który kierował peugeotem, nie miał prawa jazdy. Za to wykroczenie został ukarany mandatem w wysokości 500 zł.

– Wyjaśniając obecność zatrzymanych na parkingu mundurowi ustalili, że mężczyźni ci są również sprawcami wcześniejszych kradzieży kołpaków – dodaje Anna Fic. – Policjanci odzyskali skradzione przedmioty, których wartość jest szacowana na 1300 złotych.

Obaj podejrzani usłyszeli już zarzuty dokonania pięciu kradzieży. Teraz każdemu z nich może grozić kara nawet do 5 lat pozbawienia wolności.

(SOB)

ŹRÓDŁO: ELCKA GAZETA POWIATOWA



FOT. STOCK. XCHNG / COURTNEY FRANCIS



FOT. STOCK. XCHNG / RICHARD STYLES



FOT. STOCK. XCHNG / ODAN JAEGER

Mąki, gmina Elk. Dobrze mieć sąsiada.

Dach w ogniu

Czułość sąsiadów uratowała właściciela domu w miejscowości Mąki w gminie Elk od utraty dachu nad głową i ogromnych strat materialnych.

Informacja o pożarze dotarła do elckich strażaków około go-

dziny 11 w poniedziałek 11 marca.

– Sąsiedzi zauważyli na dachu dym – mówi Jarosław Pieszko, rzecznik Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Elku. – Powiadomili o tym właściciela domu i zadzwonili do nas.

Z informacji wynikało, że cały dach budynku mieszkalnego jest w ogniu, dlatego zadysponowano pięć zastępów strażackich – cztery z Elku i jeden z Nowej Wsi Elckiej. Po dojeździe na miejsce okazało się, iż ogień udało się przygasić właścicielowi budynku oraz

sąsiadom. Strażacy sprawdzili dokładnie konstrukcję dachu i dogasili tłące się drewniane elementy. Do pożaru doszło najprawdopodobniej przez nieszczelności w kominie. Spłonęło około dwa metry kwadratowe drewnianej konstrukcji dachu.

Gdyby do pożaru doszło w godzinach nocnych, przebieg akcji byłby na pewno inny. Zdecydowane działania sąsiadów uchroniły właściciela od ogromnych strat, w tym utraty dachu nad głową.

(SOB)

ŹRÓDŁO: ELCKA GAZETA POWIATOWA

Wiadomo, jakie urlopy lubi polski turysta

Single i bezdzietne małżeństwa wyjeżdżają na urlop 2-4 razy w roku i często wybierają wypoczynek bierny. Rodziny z dorosłymi dziećmi wolą za to spędzać czas aktywnie – to, jakimi turystami są Polacy, analizowała badaczka ze Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie.

Preferencje polskich turystów zbadała dr Ewelina Strzelecka w ramach tworzonej w SGH pracy doktorskiej pt. „Zachowania konsumentów na rynku usług turystycznych – uwarunkowania, zróżnicowania, prawidłowości” – poinformował PAP za pośrednictwem komunikatu rzecznik SGH, Marcin Poznań.

Dr Strzelecka poddała badaniu zachowania na rynku turystycznym kilku różnych grup konsumentów: singli, małżeństw czy związków partnerskich bez dzieci, rodzin z dziećmi na utrzymaniu oraz osób starszych.

Opierała się na danych GUS, Instytutu Turystyki oraz własnych badaniach przeprowadzonych na próbie 675 osób w wieku 18-75 lat deklarujących korzystanie z usług biura podróży. Przyjrzała się m. in. częstotliwości wyjazdów turystycznych, rodzajowi uprawianej turystyki oraz preferowanym miejscom urlopowym.

Jak wynikało z badań Strzeleckiej, single w celach turystycznych wyjeżdżają średnio 2-4 razy w roku, w sezonie letnim, korzystając z tego samego, sprawdzonego biura podróży, a ofertę turystyczną wybierają za pomocą internetu. „Mimo wzrostu popularności turystyki 3xE (Entertainment, Excitement, Education), większość singli wciąż preferuje uprawianie turystyki wypoczynkowej w rozumieniu podróży zgodnych z ideą turystyki 3xS (Sun, Sand, Sea)” – podano w komunikacie SGH.

Bezdzietne małżeństwa albo osoby w związkach partnerskich również wyjeżdżają średnio 2-4

razy w roku. Większość ankietowanych z tej grupy preferuje uprawianie turystyki biernej za granicą. Najważniejszym motywem decydującym o wyjeździe turystycznym był w tym wypadku wypoczynek, a wybór miejsca zależał od ceny.

Rodziny z dziećmi dr Ewelina Strzelecka podzieliła na te z dziećmi niepełnoletnimi oraz na te z dziećmi dorosłymi, z którymi mieszkają i z którymi spędzają wakacje. „Te dwie podgrupy były analizowane osobno ze względu na widoczne w niektórych kwestiach różnice w zachowaniu tych podgrup na rynku usług turystycznych” – wyjaśnia autorka badań. „Rodziny z niepełnoletnimi dziećmi zazwyczaj za każdym razem poszukują biura, które ma najbardziej atrakcyjną ofertę, natomiast rodziny z dorosłymi dziećmi okazały się być bardzo przywiązane do biura podróży, z usług którego już korzystały” – dodaje dr Strzelecka.

Rodziny z dziećmi preferują uprawianie turystyki biernej



FOT. STOCK. XCHNG / BEN JOHNSON



FOT. STOCK. XCHNG / VLADIMIR FOFANOV

i wyjeżdżają głównie w sezonie letnim. „Choć przy określaniu sezonowości wyjazdów okazało się, że na drugim miejscu u rodzin z niepełnoletnimi dziećmi uplasowały się wyjazdy zimowe, natomiast u rodzin z dorosłymi dziećmi – wyjazdy poza sezonem. Niewątpliwie przyczyną tych różnic jest okres roku szkolnego, który dla rodzin z niepełnoletnimi dziećmi ma ogromne znaczenie przy planowaniu wyjazdu wypoczynkowego” – tłumaczy dr Ewelina Strzelecka. O ile rodziny z małymi dziećmi wyjeżdżają, by odpoczywać w sposób bierny, o tyle rodziny z dorosłymi dziećmi wolą spędzać wyjazdy bardziej aktywnie, np. poznając walory przyrodnicze.

Emercy i renciści w wieku 60-75 lat wyjeżdżają najczęściej z partnerem oraz sprawdzonym biurem podróży. „Preferują okres letni, choć nie bez znaczenia jest w tym przypadku udział wyjazdów poza sezonem, co może wynikać z większej ilości wolnego czasu oraz niechęci

do spędzania urlopu w czasie wzmożonego ruchu turystycznego” – zauważa autorka badań. Osoby starsze preferują turystykę bierną, choć na drugim miejscu wśród ich wskazań znalazła się turystyka objazdowa.

Badaniem objęto też kwestię składania reklamacji i egzekwowania terminów ich rozpatrywania – okazało się, że świadomość praw konsumentów we wszystkich grupach jest niska. Według autorki badań konieczne są zatem działania edukacyjne pod tym względem, np. organizacji zrzeszających biura podróży.

Autorka zwraca uwagę, że nadal istnieje duża grupa społeczeństwa, która nie korzysta z usług turystycznych, w tym biur podróży, co ma liczne przyczyny, najczęściej o charakterze ekonomicznym. „Wypoczywają za to na działce, u rodziny, znajomych lub w domu” – wyjaśnia dr Ewelina Strzelecka.

PAP – NAUKA W POLSCE

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

Jedna kolonoskopia może uchronić przed zgonem na raka jelita grubego



FOT. STOCK. XCHNG / ADAM CIESIELSKI

Poddanie się raz w życiu kolonoskopii przesiewowej wystarczy, by uchronić się przed zgonem na raka jelita grubego – przypominają eksperci z okazji Miesiąca Świadomości Raka Jelita Grubego, obchodzonego w marcu.

Rak jelita grubego jest drugim najczęstszym nowotworem

złośliwy w Polsce. Rozwija się ze zmian łagodnych określanych jako polipy – gruczolaki. Jak przypominał PAP prof. Jarosław Reguła, kierownik Kliniki Gastroenterologii Onkologicznej Centrum Onkologii w Warszawie, który koordynuje Program Badań Przesiewowych dla wczesnego wykrywania raka jelita grubego (PBP), proces rozwoju tego nowotworu trwa długo – najczęściej kilkanaście lat.

Ani polipy, ani rak we wczesnym stadium przeważnie nie powodują objawów. Poddanie się profilaktycznej kolonoskopii pozwala odpowiednio wcześniej wykryć i usunąć łagodne zmiany, a przez to zapobiec rakowi jelita grubego. Na podstawie różnych badań naukowcy szacują, że dzięki temu można zmniejszyć ryzyko zachorowania na ten nowotwór aż o 60-90 proc. Trzeba też pamiętać, że wykrycie raka jelita grubego we wczesnym stadium przeważnie pozwala na zupełne wyleczenie.

„Oczywiście dotyczy to osób, które mają ryzyko zachorowania na ten nowotwór związane z wiekiem, a nie ryzyko uwarunkowane genetycznie, bo te wymagają szczególnego intensywniejszego nadzoru. Jeśli w przesiewowym badaniu kolonoskopowym, wykonanym w odpowiednim wieku, nie stwierdzi się polipów – gruczolaków (tj. łagodnych zmian nowotworowych – PAP) to prawdopodobnie nigdy się one już nie rozwiną i dana osoba nie zachoruje na raka jelita grubego w przyszłości” – powiedział PAP prof. Reguła.

Liczba przypadków tego nowotworu rośnie wraz z wiekiem i jest największa wśród osób po 65. roku życia. Ryzyko zachorowania na tzw. zaawansowane zmiany przedrakowe jest dwukrotnie wyższe u mężczyzn, co

wykazały badania zespołu prof. Reguły opublikowane na łamach renomowanego pisma „New England Journal of Medicine” w 2006 r.

Prof. Reguła przypominał, że w Polsce od 2000 r. prowadzony jest Program Badań Przesiewowych dla wczesnego wykrywania raka jelita grubego (PBP), w ramach którego oferowana jest bezpłatna profilaktyczna kolonoskopia. „Aktualnie funkcjonują dwa systemy rekrutacji do tego programu – oportunistyczny i za zaproszeniami” – powiedział PAP.

System „za zaproszeniami” polega na wysyłaniu imiennych zaproszeń do osób w wieku 55-64 lata. Co najmniej 25 proc. osób z tej grupy wiekowej ma polipy, a 6 proc. jest zagrożonych rozwojem raka.

Dodatkowo w najbliższych latach nadal będzie istnieć możliwość poddawania się kolonoskopii przesiewowej bez zaproszenia (tzw. system oportunistyczny). Mogą się na nią zgłaszać – samodzielnie lub z polecenia lekarza podstawowej opieki zdrowotnej osoby w wieku 50-65 lat, nie mające objawów mogących świadczyć o obecności raka jelita grubego, jak krwawienie z przewodu pokarmowego (krew w kale), biegunka lub zaparcia, które wystąpiły w ostatnich kilku miesiącach i nie mają znanej przyczyny, a także chudnięcie czy anemia o niewyjaśnionym podłożu. Prof. Reguła zaznaczył, że osoby z takimi objawami powinny podlegać badaniom diagnostycznym (w tym kolonoskopii), ale finansowanym przez NFZ, a nie w ramach programu profilaktycznego, który finansuje Ministerstwo Zdrowia.

Informacje na temat ośrodków, do których można się zgłaszać na kolonoskopię przesiewową znajdują się na stronie internetowej Programu Badań Przesiewowych (<http://pbp.org.pl>).

Niestety, Polacy nie wykorzystują w pełni możliwości jakie daje im ten program. Według prof. Reguły w Warszawie i okolicach na zaproszenia odpowiada jedynie od 25 do 35 proc. osób.

Tymczasem w Polsce obserwuje się najbardziej dynamiczny wzrost zachorowań na raka jelita grubego w całej Unii Europejskiej. Co więcej, współczynnik umieralności na ten nowotwór jest w naszym kraju o wiele wyższy niż w północnych i zachodnich krajach UE. Według danych Krajowego Rejestru Nowotworów w 2010 r. na raka jelita grubego zachorowało ponad 15,5



FOT. STOCK. XCHNG / KURHAN

tys. osób, a walkę z nim przegrało ponad 10,5 tys. pacjentów. Oznacza to, że każdego dnia z powodu raka jelita grubego umiera w Polsce 28 osób.

Jak podkreślił Andrzej Piwoński, prezes Polskiego Towarzystwa Stomijnego POL-ILKO, które działa na rzecz osób chorych na raka jelita grubego, w przypadku tego nowotworu wiele zależy od nas samych. „Osoby regularnie poddające się badaniom kontrolnym same dają sobie szansę na zdrowe życie” – ocenił.

Dr Agnieszka Jagiełło-Gruszfeld z Centrum Onkologii w Warszawie powiedziała PAP, że za wzrost zachorowań na raka jelita grubego odpowiada w dużym stopniu nasz styl życia. Chodzi przede wszystkim o dietę ubogą w błonnik, a bogatą w nasycone tłuszcze i cukry proste oraz brak aktywności fizycznej. Przyczyniają się one do zaparc, w trakcie których na ścianę jelita oddziałują niekorzystne produkty przemiany materii.

Wśród innych czynników środowiskowych mających wpływ na ryzyko tego nowotworu wymienia się nadużywanie alkoholu i palenie papierosów. U niektórych osób ryzyko raka jelita grubego jest uwarunkowane genetycznie.

Dr Jagiełło-Gruszfeld zaznaczyła, że jeśli pacjent w dowolnym wieku, ale szczególnie po 65. roku życia, ma niepokojące dolegliwości związane z jelitem grubym, to powinno się u niego wykonać badanie kolonoskopowe. „Chodzi tu nie tyle o bóle brzucha, które występują bardzo często, ale o zmianę rytmu wypróżnień, domieszkę krwi w stolcu nie związaną z hemoroidami, ale też o niedokrwistość bez znanej przyczyny. Po 65. roku życia jest ona najczęściej spowodowana właśnie rakiem jelita grubego” – powiedziała specjalistka.

JOANNA MORGA (PAP)

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



FOT. STOCK. XCHNG / NORDWEST-KRANKENHAUS SANDERBUSCH

Reklama

TransPrim
 tel. +48 696 914 103 tel. +31 618 782 238
 Holandia - Dolny Śląsk
 Odbiór i dowóz pod wskazany adres w standardzie



www.transprim.pl

Raport: polski zawałowiec – palacz z nadciśnieniem i nadwagą

Ma 60-70 lat, nadciśnienie tętnicze, od lat pali papierosy, może też mieć cukrzycę, podwyższony cholesterol i nadwagę, częściej jest mężczyzną – to statystyczny obraz Polaka, który dostaje zawału serca. „Portret” statystycznych zawałowców przygotował śląski lekarz dr Marek Gierlotka.

Rocznie w Polsce do szpitala trafia 100 tys. pacjentów z zawałem. Nie wiadomo, ilu umiera w domu, zanim dotrze pomoc. W szpitalu umiera tylko ok. 4 proc., po roku nie żyje już ok. 14 proc. osób, które przeszły zawał. W ocenie lekarzy to m. in. efekt powielania błędów, które doprowadziły do pierwszego incydentu.

„Na zawał pracujemy od urodzenia – brak ruchu, palenie, jesteśmy grubi, nie leczymy nadciśnienia, z otyłości wynika nadciśnienie i cukrzyca, i robi się błędne koło” – powiedział PAP śląski konsultant wojewódzki ds. kardiologii prof. Lech Poloński ze Śląskiego Centrum Chorób Serca (SCCS) w Zabrze. „Na część czynników, jak płeć czy wiek, nie mamy wpływu, ale na pewno warto rozpocząć te działania, które są w naszym zasięgu. Papierosy i golonka co drugi dzień to nie jest dobry kierunek dla naszego serca” – dodał.

„Portret” statystycznych zawałowców przygotował w oparciu o dane z prowadzonego przy SCCS rejestru ostrych zespołów wieńcowych jego koordynator dr Marek Gierlotka.

„Mają między 60 a 70 lat, 60 proc. to mężczyźni, jedna czwarta chorych z zawałem ma cukrzycę, prawie 75-80 proc. ma nadciśnienie tętnicze, a prawie połowa ma zaburzenia gospo-

darki lipidowej, czyli podwyższony cholesterol. Jedna czwarta jest otyła. Duży odsetek, prawie jedna czwarta – już kiedyś miała zabieg angioplastyki, czyli udrażniania tętnic, 70-80 proc. pali papierosy” – wyliczał dr Gierlotka.

Jak podkreślają obaj lekarze, barierą w ratowaniu chorych z zawałem jest to, że sami zbyt późno zgłaszają się do lekarza – opóźnienie spowodowane zwlekaniem przez samego chorego wynosi ok. 2 godzin.

„Boli go, to wypije szklanke zimnej wody, potem tyknie leki, mleka się napije. W takiej sytuacji lepiej sto razy niepotrzebnie zadzwonić, niż raz przeczekać. Jeśli odnajdujemy siebie, swoje choroby, w tym +portrecie zawałowca+ i czujemy palący ból, nie wolno czekać, trzeba natychmiast wzywać karetkę” – podsumował prof. Poloński.

(PAP)

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



FOT. STOCK. XCHNG / SHANNON PIFKO

Zachowanie po alkoholu warunkowane przez geny



FOT. STOCK. XCHNG / HYBRIDSYS

związek z tym zjawiskiem mogą mieć geny.

W tym celu pobrali próbki DNA z ciała ok. 750 samobójców, które trafiły do Zakładu Medycyny Sądowej WUM. Wśród badanych ofiar aż 300 było pod wpływem alkoholu. Jak zaznaczył prof. Płoski, były to jedne z największych na świecie badań na materiale genetycznym samobójców.

Na to, jak ktoś zachowuje się po alkoholu, mają wpływ geny. Potwierdzają to polscy naukowcy na podstawie badań genetycznych dotyczących samobójstw pod wpływem alkoholu. Wyniki ich pracy ukazały się pod koniec lutego w prestiżowym periodyku „PLOS ONE”.

Badacze wzięli pod lupę tzw. gen AUTS2, bo wiedzieli, że ma on związek z rozwojem psychiki i wyższych czynności mózgowych. Na razie nie wiadomo, na czym dokładnie polega jego działanie, ale zauważono np., że uszkodzenia tego genu prowadzić mogą do autyzmu. Jest też pewien związek działania tego fragmentu DNA z epilepsją, dysleksją czy ADHD. Gen ten występuje u ludzi w różnych wariantach – czasem jest bardziej, a czasem mniej aktywny. Wiadomo, że różne warianty genu mogą odmiennie wpływać na predyspozycję do alkoholizmu.

Okazało się, że wśród osób, które popełniły samobójstwo pod wpływem alkoholu, nadreprezentowany jest jeden z wariantów genu AUTS2. Co może wydawać się dziwne, jest to ten sam wariant, który sprawia, że

statystyczny jego posiadacz pije nieco mniej alkoholu niż inni.

Na razie nie wiadomo, jaki związek ma ten gen z samobójstwami po alkoholu. Prof. Płoski domyśla się jednak, że alkohol u osób z takim wariantem genu może powodować gorszy nastrój, a więc osoby te mogą częściej „upijać się na smutno”, co w skrajnych przypadkach prowadzić może nawet do targnięcia się na swoje życie. Być może do części samobójstw u ludzi o takim wariantcie genu mogłyby nie dojść, gdyby były trzeźwe.

Jak przyznaje naukowiec, taki wariant genu AUTS2 występuje u dość sporej części populacji. Nie znaczy to jednak, że każda z tych osób pije mniej alkoholu niż inni i że gorzej znosi alkohol. Zależność ta jest bardziej subtelna. Odkrycie Polaków nie może służyć do wyznaczania osób, które po alkoholu mogłyby mieć skłonności samobójcze, ale raczej ma pomóc zrozumieć genetyczne uwarunkowania wpływu alkoholu na organizm.

Prof. Płoski przyznaje, że zależności, które zbadał jego zespół, dotyczą tylko pojedynczych genów, tymczasem na skłonności samobójcze wpływ ma bardzo wiele czynników, które nie muszą wynikać ani z genów, ani z tego, że jest się pod wpływem alkoholu. „Nasza praca stawia jednak więcej pytań niż odpowiedzi” – przyznaje prof. Płoski.

DOKOŃCZENIE NA STR. 14



FOT. STOCK. XCHNG / SYNTHETICD

Zachowanie po alkoholu warunkowane przez geny

DOKOŃCZENIE ZE STR. 13

Naukowiec ujawnił w rozmowie z PAP, że podczas kolejnych, nieopublikowanych jeszcze badań, które jego zespół przeprowadził na materiale od samobójców, wynikała inna zależność: przed samobójstwem „chronić” może pewien gen, który warunkuje apetyt na jedzenie. Jak wyjaśnia prof. Płoski, ten gen dodaje osobie średnio 1-2 kg, więc osoby z tym genem mogą być trochę bardziej

„przy kości” niż inne. Gen ten sprawia również, że osoby nie uzależniają się od alkoholu tak często, jak inne osoby. Osoby z takim genem rzadziej niż inne pod wpływem alkoholu targają się na swoje życie.

Dotychczas wiadomo już było np. że geny mogą sprawić, że alkohol będzie źle metabolizowany. I tak np. w azjatyckiej populacji często występuje dysfunkcja pewnego enzymu, która sprawia, że osoby są bardziej wrażliwe na działanie etanolu, ale też rzadziej wpadają w uzależnie-

nia. W przypadku badanych w WUM genów efekt jest jednak inny i związek ma raczej z tym, jak alkohol wpływa na zmianę nastroju.

W badaniach brali udział naukowcy z jednostek WUM: Zakładu Genetyki Medycznej, Zakładu Medycyny Sądowej, Instytutu Kardiologii, a także Katedry i Kliniki Psychiatrycznej.

PAP – NAUKA W POLSCE,
LUDWIKA TOMALA

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



FOT. STOCK. XCHNG
/ RYAN GAGELER

Naukowcy z Wrocławia „udoskonali” kurze jajo

Nowej generacji jaja – wzbogacone o m. in. witaminy i kwasy tłuszczowe omega 3 – opracowali wrocławscy naukowcy. Uzyskali z nich preparaty, które po przetworzeniu, będzie można wykorzystać jako suplementy diety np. w leczeniu nadciśnienia.

„W jaju są wszystkie składniki niezbędne do wytworzenia życia. Jest ono tak doskonałym produktem, że po odpowiedniej obróbce technologicznej można z niego otrzymać substancje

niezbędne w prewencji chorób cywilizacyjnych” – powiedział PAP koordynujący prace naukowców prof. Tadeusz Trziszka z Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu.

Nad stworzeniem jaj doskonałych jako surowca do wytwarzania suplementów diety i technologią pozyskiwania cennych składników od 2009 roku pracowało ponad 230 osób. Projekt o nazwie „Ovocura”, wart 25 mln zł, kończy się w pierwszym kwartale 2013 roku.

Znoszące doskonałe jaja kury i przepiórki karmiono m. in. substancjami pochodzącymi z alg.

Musiały mieć też m. in. odpowiednie warunki środowiskowe. „W produkcji nie mogło być żadnej pomyłki, bo każda mogła odbić się na jakości jaja” – podkreślił prof. Trziszka.

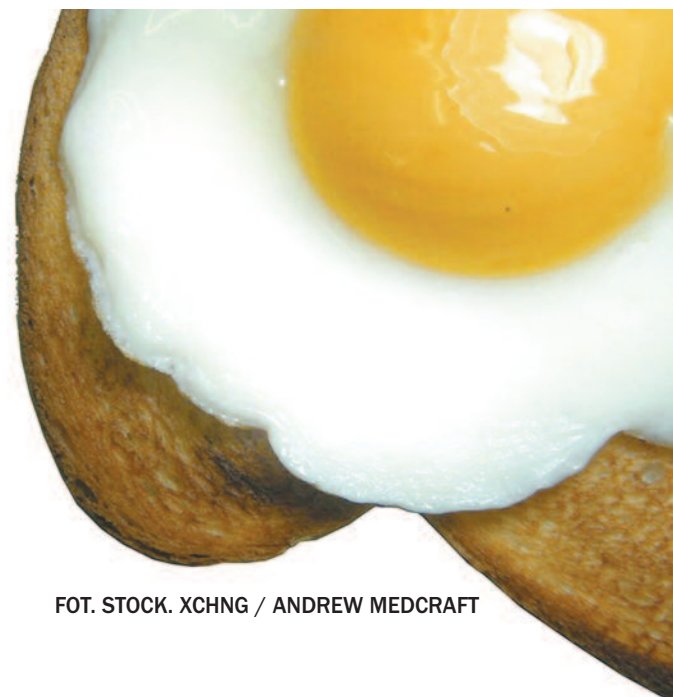
Nowe jaja, w porównaniu z tymi już dostępnymi na rynku, wzbogacono w bioaktywne substancje, w tym witaminy oraz wielonienasycone kwasy tłuszczowe – zwłaszcza DHA, który wpływa na właściwe funkcjonowanie mózgu, serca i układu krążenia.

Co takiego naukowcy uzyskali ze wzbogaconego jaja? „Różnego rodzaju preparaty, w tym fos-

folipidy – wpływające na funkcjonowanie serca i mózgu. Substancje te będzie można później wykorzystać w suplementach diety” – wyjaśnił prof. Trziszka.

Badania wykazały, że wpływają one pozytywnie na proces regeneracji organizmu i mają działanie prewencyjne. Można je stosować m. in. w leczeniu nadciśnienia, terapii schorzeń centralnego układu nerwowego, w tym choroby Alzheimera, a także depresji, miażdżycy i osteoporozy.

Oddzielną grupę preparatów



FOT. STOCK. XCHNG / ANDREW MEDCRAFT

biomedycznych stanowią substancje przeznaczone do dalszych badań klinicznych i zastosowań w produkcji leków przeciw nowotworowych, paradontozie oraz chorobom dermatologicznym.

Czym nowe suplementy będą się różniły od innych? Do tej pory na rynku nie było preparatu zawierającego fosfolipidy pochodzenia zwierzęcego. „Dostępne na rynku suplementy diety są z reguły pochodzenia roślinnego. My chcemy rozszerzyć ten rynek wzbogacając go o produkty pochodzenia zwierzęcego” – powiedział prof. Trziszka.

„Według naszych badań działanie odzwierzęcych fosfolipidów jest korzystniejsze w leczeniu różnych chorób” – przekonywał podczas niedawnej konferencji prasowej prof. Andrzej Szuba z Wrocławskiego Uniwersytetu Medycznego.

Prof. Trziszka zaznaczył, że jaja zawierają ogromną ilość składników, które możemy wykorzystać jako naturalne komponenty w suplementach diety. „W takiej ilości nie występują one w żadnej roślinie czy ziołach” – dodał.

W dodatku – jak podkreślił – choć można już znaleźć produkty pszczelarskie, np. mleczka pszczele czy wyciągi z miodu, to do tej pory na rynku nie było żadnych suplementów diety z jaj.

Preparaty muszą przejść jeszcze szereg testów. „Konieczne są badania na ludziach. Obiecujące wyniki jeśli chodzi np. o leczenie nadciśnienia, dały testy na zwierzętach” – mówił prof. Szuba. Przypomniał, że wprowadzenie na rynek suplementu diety trwa co najmniej dwa lata, a leku – nawet 10 lat.

Zawierające fosfolipidy preparaty od kwietnia maja być produkowane na specjalnej linii technologicznej we Wrocławskim Parku Technologicznym.

Badania, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej, prowadzono w ramach konsorcjum Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu i Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

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



FOT. STOCK. XCHNG
/ TEEBEEWEE

Galeria zdjęć czytelników

Dzisiaj prezentujemy zdjęcia
nadane przez naszą
Czytelniczkę – Panią
Kasię z Amsterdamu



Czekamy na Wasze fotki
pod adresem
fotka@goniecpolski.nl

fot. Kasia z Amsterdamu

TWORZYMYS WASZĄ GALERIE ZDJĘĆ !!!

Wyślij ciekawą fotkę z imprezy, pracy, wakacji, a my
zamieścimy ją na naszej stronie.

Najciekawsze fotki opublikujemy dodatkowo na łamach
gazety i na facebooku.

email: **Fotka@GoniecPolski.nl**

Kącik poetycki

Prezentujemy dziś wiersz, który nadesłała nasza Czytelniczka Pani Joa z Leiden. Autorka pisze od dziecka, a dokładnie od 8 roku życia. W szkole podstawowej, jak również w szkole średniej, regularnie zdobywała dyplomy, nagrody i wyróżnienia za zajęcie pierwszego, drugiego czy trzeciego miejsca w konkursach, w których często brała udział. Ale jej główną pasją jest muzyka. Obecnie jest też wolontariuszem w Centrum Polskim w Den Haag. Teraz autorka pisze mniej, gdyż, w większości, pisze teksty do własnych piosenek.

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

Uciekam

Uciekam od ciszy,
uciekam od szumu.

Uciekam od samotności,
uciekam od tłumów.

Uciekam od bólu,
uciekam od żalu.

Uciekam od krzyku,
uciekam od szału.

Uciekam od płaczu,
uciekam od śmiechu.

Uciekam od dobra,
uciekam od grzechu.

Uciekam od smutku,
uciekam od radości.

Uciekam od przemijania,
uciekam od nicości.

Uciekam od starości,
uciekam od śmierci.

Uciekam od bliskości,
uciekam od więzi.

Uciekam od litości,
uciekam od współczucia.

Uciekam od miłości,
uciekam od uczucia.

Uciekałam też w końcu nawet od Ciebie.

Ale najbardziej boję się tego,
że w mej ucieczce,
pewnego dnia
ucieknę
od samej siebie.

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii

Redaguje zespół
Redaktor naczelny: M. Szremska
Kierownik redakcji: D. Gancarz

Kontakt z redakcją:
redakcja@goniecpolanski.nl

Biuro reklamy:
reklama@goniecpolanski.nl

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

Wydawca/Uitgever:
GoniecPolski.nl
Den Haag
Nederland

DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY

● Pani od polskiego pyta Jasia

- Jasiu podaj dwa zaimki.
- Kto?! Ja?!
- Brawo Jasiu piątka.

● Lekcja religii w szkole. Ksiądz mówi dzieciom o małżeństwie.

- Wiecie, że Arabowie mogą mieć kilka żon? To się nazywa poligamia.
- Natomiast chrześcijanie mają tylko jedną żonę. A to się nazywa...

Może ktoś z Was wie?

W klasie cisza, nikt nie podnosi ręki.

- To się nazywa - podpowiada ksiądz - mono... mono...

Jaś podnosi w górę rączkę:
- Monotonia!

● Wiekowy rolnik i jego żona opierają się o ścianę chlewu, kiedy kobieta tęsknie przypomina, że za tydzień będzie złota rocznica ich ślubu.

- Zrobmy przyjęcie, Stefan - zasugerowała - Zabijmy swinię.

Rolnik podrapał się w siwą głowę:

- Rany, Elka - w końcu odpowiedział - Nie widzę powodu, żeby swinia ponosiła odpowiedzialność za coś, co stało się 50 lat temu.

● Podczas przyjęcia z okazji 40-stej rocznicy ślubu poproszono Tomka, żeby wyjaśnił pokrótce, jakie są korzyści z małżeństwa z tak długim stażem.

- Powiedz nam, czego się nauczyłeś przez te wszystkie wspaniałe lata z twoją żoną?

- Cóż - odpowiedział Tomek - Nauczyłem się, że małżeństwo jest najlepszym nauczycielem życia. Uczy lojalności, skromności, łagodności, powściągliwości, wybaczenia i wielu innych umiejętności, których nie potrzeba, gdy jest się samemu

● - Twój mąż pamięta datę waszego ślubu?

- Na szczęście nie.
- Na szczęście?!
- Wspominam mu o rocznicy kilka razy do roku i zawsze dostanę coś fajnego!

● Jasiu zakończył szkołę średnią z najlepszymi wynikami i jemu przypadł zaszczyt przemówienia podczas rozdania świadectw. Stał na podium i zaczyna:

- Chciałbym bardzo podziękować mojej kochanej mamie za ten wspaniały wpływ, jaki na mnie miała. Za to że zawsze była przy mnie, cały czas mogłem na nią liczyć i że pomagała mi kiedy tylko tej pomocy potrzebowałem. Kocham ją nad życie i nie wiem, kim bym był gdyby nie ona....

Nagle Jasio stęknął, zatrzymał się i zaczął z trudnością literować słowo. Jednak przerwał na chwilę i w końcu przemówił:

- Przepraszam bardzo za przerwę, ale pismo mojej mamy jest takie niewyraźne!

**Bonaventurastraat 118C
3081 HJ Rotterdam**

ZAPRASZAMY !!!

**Strevelsweg 110 A
3075 AN Rotterdam**

POLSKI SKLEP ZEKO 2

OPEN
OTWIERTE 7 DNI W TYGODNIU
7 DAGEN PER WEEK OPEN

Polski Sklep Zeko Jasarov

W polskim **najtańszym** sklepie:

- Jedzenie
- Piwo
- Wędliny
- Medycyna
- Magazyny

**Można zamówić
każdy polski produkt!**



SALON FRYZJERSKI

**ZAPRASZAMY
OD PON - SOB - 11.00-19.00**

POLECAMY!

Strzyżenie damskie - 10.50 €
Strzyżenie męskie - 7.50 €
Farbowanie od - 30.00 €
Balejaż od - 40.00 €



ZAPRASZAMY !!!





ZWROT PODATKU Z ZAGRANICY

HOLANDIA, NIEMCY, ANGLIA, BELGIA, AUSTRIA, IRLANDIA, NORWEGIA, DANIA

mgr Anna Kłosowska

ROZLICZENIA podatku

KOREKTY rozliczeń do 5 lat wstecz

ZASIŁKI rodzinne

DODATKI Z HOLANDII: Zorgtoeslag, Huurtoeslag, Kindgebonden Budget, Kinderopvangtoeslag

SOFI NUMER dla partnera fiskalnego

ZASIŁKI DLA BEZROBOTNYCH

LATA składowe E-301

POLISY ubezpieczeniowe

PIT 36

NA TERENIE HOLANDII pomoc w różnych sprawach

urzędowych - Belastingdienst (sofi numer itp.), Bank (konto itp.)



www.rozliczsie.pl



OBSŁUGA KORESPONDENCYJNA - ZAMÓW DOKUMENTY:

przez infolinię - **801 000 285**

przez stronę www.rozliczsie.pl - zakładka **"ZAMÓW DOKUMENTY"**

lub wyślij SMS - **0048 501 309 004** w treści wpisz:

Twoje imię i nazwisko oraz adres, a nasi konsultanci skontaktują się z Państwem!

BIURA W HOLANDII:

2512 BS DEN HAAG

Gedempte Burgwal 45 / I p.

tel.: 0031 617 650 776

tel.: 0031 619 842 805

fax: 0048 32 729 70 54

e-mail: haga@klosowska.com

5038 BA TILBURG

Willem II Straat 17

tel.: 0031 623 33 86 03

fax: 0048 32 729 70 54

e-mail: tilburg@klosowska.com

6811 KS ARNHEM

Nieuwe Stationsstraat 20, piętro 14, pok. 1402

tel.: 0031 622 214 013

fax: 0048 32 729 70 54

e-mail: arnhem@klosowska.com

DOJAZD DO KLIENTA na terenie HOLANDII i BELGII:

tel: 0031 617 650 776 lub 0031 619 842 805

OPOLE - CENTRALA FIRMY

ul. Konopnickiej 4/1B, 45-004 Opole

tel.: 0048 77 453 16 45 - podatki

0048 77 453 01 09 - dodatki do ubezpieczeń

0048 77 453 94 56 - zasiłki rodzinne

kom.: 0048 501 309 004

fax: 0048 22 486 90 26

e-mail: kancelariaopole@op.pl - podatki

e-mail: svb@klosowska.com - zasiłki rodzinne

Zapraszamy do naszych biur w Polsce:

poniedziałek - piątek 09.00 - 16.00

50-013 WROCŁAW

ul. Czysła 2-4

tel.: 0048 71 726 27 33

kom.: 0048 508 943 773

fax: 0048 71 723 12 21

e-mail: wroclaw@klosowska.com

64-100 LESZNO

ul. Słowiańska 55, bud. A, pok. 5

tel.: 0048 65 520 16 87

kom.: 0048 518 671 820

fax: 0048 61 648 21 02

e-mail: leszno@klosowska.com

35-030 RZESZÓW

(Galeria Paniaga)

ul. 3-go Maja 13, Ilp.

tel.: 0048 17 74 21 348

kom.: 0048 508 598 330

fax: 0048 22 486 90 78

e-mail: rzeszow@klosowska.com

44-100 GLIWICE

(budynek PROXIMUS)

ul. Zwycięstwa 14 pok. 48 II piętro

tel./fax: 0048 32 230 13 38

kom.: 0048 501 336 074

e-mail: gliwice@klosowska.com

77-400 ZŁOTÓW

(budynek CEZER)

Al. Piasta 11 A,

tel./fax: 0048 67 263 21 67

kom.: 0048 502 036 651

e-mail: zlotow@klosowska.com

47-400 RACIBÓRZ

(budynek Getin Banku)

ul. Batorego 10 I piętro

tel.: 0048 32 415 21 71

kom.: 0048 501 336 029

fax: 0048 32 729 70 54

e-mail: raciborz@kancelariaopole.pl

Zapraszamy do naszych biur w Holandii
czw. - pt.: 15.00 - 20.00 sobota: 12.00 - 18.00