

Ukazujemy się
w sieci gazet
bezpłatnych
EXTRA

W NUMERZE

Pozew o alimenty
- wzór i objaśnienie



Strona 6

Dzień Matki
w Holandii



Strona 8

Van Gogh zaprasza



Strona 11

Reklama



tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń
dla Polaków w Holandii

Brak adresu w Urzędzie Skarbowym? Brak huurtoeslag i zorgtoeslag

Pojawiły się informacje o nowych regułach przyznawania dodatku do mieszkania „huurtoeslag” oraz dofinansowania do ubezpieczenia „zorgtoeslag”.

W świetle nowych zasad wypłaty tych dodatków nie otrzyma osoba, której adres jest w urzędzie Belastingdienst nieznanym. Taka osoba nie otrzyma również decyzji o dodatku co oznacza, że wniosek nie zostanie opracowany. Sytuacja ta dotyczy osób, których adres jest nieaktualny oraz ma także miejsce w przypadku, kiedy urząd gminy przekaze informacje o nieprawidłowym adresie.

Na podstawie tych zmian sekretarz Frans Weekers

chce przeciwdziałać defraudacji danych w przypadku dodatków. Informacje te zawarł w liście, który wysłał w piątek 10 maja 2013 roku do „Tweede Kamer”. Przy bardzo wysokim zagrożeniu oszustwami urząd nie będzie wypłacał dodatków. Zmiany te mają wejść w życie z początkiem 2014 roku.

Sekretarz poinformował również o tym, że mają w planach jeszcze więcej zmian, które po dokładnym sprawdzeniu będą chcieli wcielić w życie. Możliwe jest, że będą chcieli ograniczyć wnioskowanie o dodatki. Ograniczenia te zostaną zastosowane już w 2014 roku w przypadku dodatku Kinderopvangtoeslag czyli tzw. dodatku przedszkolnego.

DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. STOCK. XCHNG / MARVIN MADD

WWW.ROZLICZSIE.PL
**ZWROT PODATKU
Z HOLANDII**
mgr Anna Kłosowska

**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

Brak adresu w Urzędzie Skarbowym? Brak huurtoeslag i zorgtoeslag

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

Kontrola dofinansowania do ubezpieczenia

Zmian chcą również w kontroli dofinansowań pomimo tego, że urzędnicy kontrolują na bieżąco czy dany wnioskodawca ma opłacone ubezpieczenie i czy nadal ma prawo do dofinansowania.

* * *

Podatniku! Pamiętaj zatem o obowiązku przekazywania informacji o zmianie adresu zamieszkania lub o zmianie adresu korespondencyjnego. Jeżeli jesteś zameldowany na terenie Holandii, urząd automatycznie otrzyma te dane z urzędu gminy. W przypadku wymeldowania się z Holandii musisz zwrócić uwagę na to, aby został podany adres pod którym będziesz prze-

bywał. Jest to bardzo ważne, ponieważ jeżeli go nie podasz, urząd skarbowy nie będzie w posiadaniu Twojego adresu zamieszkania. Konsekwencją jest nieopracowanie rozliczenia podatkowego, a od roku 2014 również dodatków.

Pomagając urzędnikom, pomożesz również sobie. Aktualizując dane unikniesz wysyłania dokumentów na nieaktualny adres, a co za tym idzie defraudacji swoich danych.

(RED.)
ARTYKUŁ POWSTAŁ
PRZY WSPÓŁPRACY
Z KANCELARIĄ PODATKOWĄ MGR
ANNA KŁOSOWSKA WWW.ROZLICZSIE.PL

ŹRÓDŁO: [HTTP://WWW.ELSEVIERFISCAAL.NL/FISCAAL-ACTUEEL/NIEUWS/NIEUWS/2804/GEEN-TOESLAG-MEER-OP-ONBEKEND-ADRES](http://WWW.ELSEVIERFISCAAL.NL/FISCAAL-ACTUEEL/NIEUWS/NIEUWS/2804/GEEN-TOESLAG-MEER-OP-ONBEKEND-ADRES)



FOT. STOCK.XCHNG / PIERRE AMERLYNCK

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

www.pomagam.de
BIURO DORADCZE DLA POLAKÓW W NIEMCZECH

Misją 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

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM
DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolski.nl

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 dzwonili do Ciebie w Polsce.

I  Poland

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



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

Dr Sikorski: potrzebne są poszukiwania krewnych Kopernika

Historyk dr Jerzy Sikorski, który wskazał miejsce w archikatedrze we Fromborku, gdzie należało szukać i znaleziono szczątki Kopernika, uważa, że potrzebne są poszukiwania krewnych astronoma. „Gdyby udało się odnaleźć szczątki wuja Kopernika, byłaby sensacja” – ocenia.

PAP: Rok 2013 w województwach warmińsko-mazurskim i kujawsko-pomorskim ogłoszono Rokiem Mikołaja Kopernika. Obchodzimy bowiem 540. rocznicę urodzin polskiego astronoma i 470. rocznicę śmierci uczonego oraz wydania największego dzieła „O obrotach sfer niebieskich”.

Wydawać by się mogło, że po odkryciu i zidentyfikowaniu szczątków astronoma oraz uroczystym ich pochówku w 2010 roku w katedrze fromborskiej, nie ma już wyzwań naukowych dotyczących Kopernika. Czy zgodzi się Pan z takim stwierdzeniem?

J. S.: Myślę, że przed naukowcami są kolejne wyzwania. Jednym z najważniejszych mogłoby być poszukiwanie szczątków krewnych Kopernika, a w szczególności wuja astronoma bp Łukasza Watzenrode (to właśnie brat matki, po śmierci ojca Kopernika, zajął się kilkuletnim Mikołajem, posłał go do szkół i wspierał w dalszym kształceniu – PAP). Odnalezienie szczątków wuja Kopernika, pobranie z nich kodu DNA i porównanie z materiałem genetycznym pobranym ze szczątków odnalezionych we Fromborku dałoby stu procentową pewność, że pochowane w 2010 roku szczątki należą do Kopernika.

PAP: Gdzie należałoby szukać szczątków bp Łukasza Watzenrode?

J. S.: W katedrze fromborskiej; jest duże prawdopodobieństwo, że jest on tam pochowany. Zresztą nie tylko on, ale i sześciu innych biskupów warmińskich. Z moich ustaleń wynika, że jest wielce prawdopodobne, że siedmiu biskupów warmińskich, w tym Łukasz Watzenrode, może być pochowanych w specjalnej krypcie znajdującej się pod prezbiterium świątyni.

Z całą pewnością biskupów nie chowano z kanonikami, musiała więc być osobna krypta. Analiza przeze mnie przeprowadzona dowodzi, że pod prezbiterium mogły odbyć się pochówki takich biskupów jak Mikołaj Tungen zm. w 1489 r. w wieku 57 lat, Łukasz Watzenrode (wuj Kopernika) zm. w 1512 roku w wieku 65 lat, Fabian Łuzjański zm. w 1523 r. w wieku ok. 53 lat, Maurycy Feber zm. w 1537 roku w wieku 66 lat, Jan Dantyszek zm. w 1548 r. w wieku 63 lat, Tiedemann Giese zm. w 1550 r. w wieku 70 lat oraz Marcin Kromer zm. w 1589 r. w wieku 67 lat.

PAP: Jakie są bezpośrednie dowody na to, że właśnie w katedrze fromborskiej są groby warmińskich biskupów?

J. S.: Biskup Tiedemann Giese w swoim testamencie postulował, by go pochowano w katedrze razem z innymi biskupami, razem z jego poprzednikami, więc mamy jakby dowód – ślad bezpośredni, że oni muszą być pochowani w katedrze. Badania poszukiwawcze bp Łukasza Watzenrode i innych biskupów warmińskich rozpoczął zresztą w 2006 prof. Tomasz Węclawowicz, ale zostały one zaniechane. Odkryto bowiem w Szwecji w Uppsali kilka włosów znajdujących się w księgozbiorach Kopernika, z których pobrano DNA i porównano z kodem genetycznym ze szczątków odnalezionych w katedrze we Fromborku. Badania porównawcze dowiodły, że pochodzą one od tego samego człowieka. W związku z tym poszukiwania szczątków biskupa Łukasza Watzenrode porzucano, gdyż cel, jakim było odnalezienie szczątków Kopernika, został osiągnięty. Myślę, że należy powrócić do tych badań. Gdyby udało się odnaleźć szczątki wuja Kopernika, to byłaby to sensacja na skalę światową.

PAP: Czy wiemy, jak te pochówki wyglądały?

J. S.: Biskupi chowani byli oczywiście w trumnach. Istnieje korespondencja między Kopernikiem a bp Dantyskiem dotycząca chęci uhonorowania Watzenrode przez tego ostatniego. Bp Dantyszek chciał podarować wujowi Kopernika jakieś epickie epitafium; on miał takie ciążoty, by się ze swoją poezją afiszować. Kopernik odpisał mu, że



FOT. STOCK. XCHNG / ANNA SZLACHTA

nie ma takiej potrzeby, bo wuj już za życia ułożył sobie inskrypcję trumienną. Kopernik nie podał jednak, jaka to była sentencja. Zresztą Kopernik odpowiadając w ten sposób, chciał trochę zbyć Dantyska, bo ten sprawiał mu pod koniec życia przykrości.

PAP: Latem rozpoczną się w katedrze we Fromborku badania, nie będą to jednak archeologiczne poszukiwania, czego będą więc dotyczyć?

J. S.: Od kilkudziesięciu lat katedra zmagą się z problemem zawilgocenia, które zagraża

damentów. Zadaniem powierzonym przez wojewódzkiego konserwatora zabytków w Olsztynie pani prof. Ewie Łużyńskiej z Politechniki Wrocławskiej, która poprowadzi prace, będzie ocena zjawiska i zbadanie stanu katedry.

PAP: Jeśli od fundamentów kościoła na ściany przechodzi wilgoć, to w jakim stanie może być krypta pod prezbiterium, gdzie mogą być pochowani warmińscy biskupi?

J. S.: Pod prezbiterium, gdzie jest około 100 pochówków kanoników, jeszcze kilkadziesiąt lat temu trumny były w stanie idealnym. Wiem, bo zaglądałem tam wtedy, ale ówczesnemu proboszczowi przyszło do głowy zamurować wejście do tej podziemnej krypty. I wówczas zaczęło się to wszystko dusić, weszła wilgoć, a trumny się porozpadały. Skutki są właściwie nieodwracalne. Gdyby udało się pani prof. Łużyńskiej przy okazji własnych badań dotrzeć do krypty, to byłoby bardzo interesujące. Zawartość krypty jest bezcennym materiałem badawczym pod względem historycznym, etnicznym i biograficznym. Rozmawiałem z panią profesorem o tej kwestii i będzie miała to na uwadze.

PAP: Czy można jeszcze jakieś badania prowadzić w archiwach?

J. S.: Gdy była jeszcze aktualna sprawa dotarcia do potomków Kopernika, pracę naukową podjęły Joanna Jendrzejewska i Anna Stachowska. Aby potwierdzić, czy szczątki odnalezione we Fromborku należą do Kopernika, poszukiwały one krewnych z linii żeńskiej Kopernika, by po-

równać materiał genetyczny. Punktem wyjściowym stała się dla nich Christina Watzenrode (siostra matki Mikołaja Kopernika – Barbary), której potomkinie wyszły za mąż za członków gdańskiego patrycjatu. W swych poszukiwaniach linii żeńskiej krewnych Kopernika autorki badań doszły aż do XVIII wieku; dalsze badania – jak wskazywały – należałoby prowadzić w archiwach w Niemczech. Nie ma już powodów bezpośrednich, by dalej szukać potomków ciotki Kopernika. Prof. Krzysztof Mikulski zajmował się z kolei przodkami Kopernika, więc to też jest ciekawy kierunek poszukiwań.

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

DR JERZY SIKORSKI

– historyk, znawca dziejów Warmii XV-XVI w. w szczególności kapituły warmińskiej i jej członków, autor wielu ich biogramów w „Polskim słowniku biograficznym”, w tym poświęconych Mikołajowi Kopernikowi. Na podstawie źródeł znajdujących się w Archiwum Archidiecezji Warmińskiej wskazał m. in. na zachowane do dziś relikty domu we Fromborku, w którym Kopernik mieszkał i umarł, i w którego ogrodzie zbudował płytę obserwacyjną opisaną w „De revolutionibus”. Ustalił miejsce pochówku Kopernika w katedrze fromborskiej, w pełni potwierdzone przez archeologów, którzy tam właśnie odkryli szczątki kostne astronoma.



FOT. STOCK. XCHNG / ANETA BLASZCZYK

Pozew o alimenty – wzór i objaśnienie

Po omówieniu definicji obowiązku alimentacyjnego oraz przedstawieniu przesłanek w zakresie obowiązku alimentacyjnego, warto przedstawić wzór formularza pozwu o alimenty (Rys. 1). Dlatego też oprócz samego pozwu – kilka słów komentarza co jest ważne i na co warto zwrócić uwagę.

Wyjaśnienia

Uprawniony – powód – występuje samodzielnie po osiągnięciu pełnoletności, do 18 roku życia reprezentowany jest przez przedstawiciela ustawowego – matkę lub ojca.

Zobowiązany – pozwany – jeden z rodziców – matka lub ojciec.

Wartość przedmiotu sporu – suma pieniężna.

1. Właściwość Sądu.

Powództwo o alimenty można wytoczyć według miejsca zamieszkania osoby uprawnionej (art. 27 Kodeksu postępowania cywilnego – dalej w artykule



FOT. STOCK.XCHNG / GRZEGORZ PACIEJUK

KPC) oraz według miejsca zamieszkania osoby zobowiązanej (art. 32 KPC). Powództwo takie rozpoznaje Sąd Rejonowy, Wydział Rodzinny i Nieletnich – tzw. „Sąd rodzinny”. Nie jest wymagane, aby w tekście pozwu został wskazany prawidłowy adres Sądu.

2. Wartość przedmiotu sporu.

Przed wszystkim jest to określenie roszczenia, tj. kwoty, którą dochodzi osoba uprawniona od osoby zobowiązanej. Wartość przedmiotu sporu należy określić w następujący sposób: po pierwsze należy podliczyć

wszelkie koszty składające się na zaspokajanie podstawowych potrzeb dziecka, następnie podzielić kwotę na 2 (oboje rodzice zobowiązani są do ponoszenia kosztów utrzymania w równym stopniu). Kwota, która zostanie określona w wyniku podziału, stanowi wysokość miesięcznego obowiązku alimentacyjnego na rzecz dziecka. Według przepisów KPC kwotę miesięcznych alimentów należy pomnożyć przez 12 (1 rok = 12 miesięcy) i wówczas zostanie określona właściwa i prawidłowa wartość przedmiotu sporu.

Np. koszt w całości miesięcznego utrzymania dziecka stanowi kwotę 1.200,00 zł.

A więc $1.200,00 \text{ zł} / 2$ (2 rodziców – matka i ojciec) = 600,00 zł (obowiązek alimentacyjny za 1 miesiąc).

Następnie $600,00 \text{ zł} \times 12$ (miesięcy) = 7.200,00 zł.

I to właśnie kwota 7.200,00 zł stanowi wartość przedmiotu sporu.

3. Dokładne określenie stron pozwu.

Pozew zawsze winien określać w sposób szczegółowy każdą ze stron. Daje to podstawę do właściwego określenia osoby zobowiązanej i osoby uprawnionej. Ważnym jest wskazanie właściwego adresu zamieszkania obu stron. Wiąże się to przede wszystkim z prawidłowym doręczeniem wszelkiej korespondencji sądowej, co zapewnia sprawność postępowania i nie powoduje nadmiernego przedłużenia postępowania sądowego. Jeśli okaże się, iż choćby jedna ze stron posiada adres zamieszkania na terenie Polski, a adres pobytu czasowego na terenie Holandii, wskazać

należy oba adresy, tak aby sąd miał możliwość skutecznego doręczenia wszelkiej korespondencji uprawnionemu i zobowiązanemu.

4. Określenie wysokości żądanych alimentów.

Uprawniony, który decyduje się na skierowanie sprawy do sądu, musi w sposób jednoznaczny określić wysokość obowiązku alimentacyjnego, który ma być regulowany przez zobowiązanego. Jest to bardzo ważny element, który w zasadzie składa się na istotę sprawy alimentów. Uprawniony winien przed przystąpieniem do złożenia pozwu dokonać kalkulacji wszelkich kosztów, które ponosi tytułem zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych – bytowych. Na potrzeby takie składają się: opłaty za mieszkanie, opłaty za media (prąd, gaz, woda, węgiel), żywność, środki czystości, ubrania, zajęcia dodatkowe, koszty ubezpieczenia, opłat za przedszkole, szkołę, zakup leków i rehabilitacja, zakup sprzętu niezbędnego do uprawiania sportu, itp. Na w/w wydatki składają się również inne potrzeby, które w życiu codziennym także zaspokajają podstawowe potrzeby osoby uprawnionej – powoda. Dla zobrazowania Sądowi całości poniesionych kosztów wystarczy przez okres minimum 1 miesiąca gromadzić wszelkie faktury VAT lub rachunki świadczące o regulowaniu wszelkich należności na rzecz osoby uprawnionej.

5. Wskazanie dowodów.

Uprawniony zobowiązany jest do wskazania wszelkich dowodów w zakresie:

– ponoszonych kosztów zaspokajania podstawowych potrzeb życiowych albowiem daje to obraz faktycznie poniesionych kosztów wszelkich dóbr lub zobowiązań na rzecz podmiotów trzecich (czynsz mieszkania, media) – tzn. usprawiedliwionych potrzeb uprawnionego,

– dokumentów świadczących o dochodach, źródłach dochodu zobowiązanej/zobowiązanego, albowiem niezbędne jest wykazanie wysokości zarobków i możliwości uzyskania wyższego dochodu w związku z posiadanymi kwalifikacjami zawodowymi – tzn. możliwości zarobkowe zobowiązanego.

WAŻNE

– Powództwo wytacza się zawsze przed Sądem Rejonowym, chyba że roszczenie o alimenty podlega rozpoznaniu lub zostało rozpoznane w trakcie postępowania rozwodowego przed właściwym Sądem Okręgowym.

– Powództwo zwolnione jest z opłaty sądowej.

– Niezbędne jest zawsze złożenie do Sądu dwóch egzemplarzy pozwu wraz z załącznikami.

– Prawidłowo wniesiony pozew jest kompletny i przyspiesza postępowanie.

MGR KAROLINA
KWIATKOWSKA- NAWROT
ABSOLWENT WYDZIAŁU PRAWA
I ADMINISTRACJI US W KATOWICACH
PRAWNIK FIRMY
PRO-LEGE WINDYKACJA

W KOLEJNYCH NUMERACH:
dochodzenie i zabezpieczenie roszczeń alimentacyjnych w związku z pobytem zobowiązanego poza granicami kraju.

Jeśli masz nieuregulowaną sprawę prawną na terenie Polski,

- z Twoim udziałem toczy się postępowanie sądowe,

masz problem z odzyskaniem należności wobec swoich dłużników

czy potrzebujesz porady prawnej – **SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI**.

Działamy szybko, skutecznie i dyskretnie.

Każdy problem jest dokładnie analizowany, a strategia działania skonsultowana z klientem. To wymagania klienta, jego oczekiwania stawiane są na pierwszym miejscu, zapewniając gwarancję zachowania tajemnicy wszystkich faktów i okoliczności dotyczących prowadzenia sprawy.



www.prolege.pl

- Porady prawne;
- Sporządzenie pism procesowych, wzorów umów, wniosków i wiele innych;
- Zakładanie spraw sądowych;
- Reprezentacja klienta przed sądem, organem administracji publicznej lub innych instytucji;
- Windykacja należności i roszczeń (bezpośrednia, sądowa);
- Monitoring należności.

+48 500 728 300 e-mail: biuro@prolege.pl

WWW.PROLEGE.PL

Biuro: 41-219 Sosnowiec, ul. Długosza 56, POLSKA, Tel: +48 883 700 785

Gwarantujemy korzystne ceny, zapewniamy rabaty, dbamy o dobro każdego klienta

SERDECZNIE ZAPRASZAMY



FOT. STOCK.XCHNG / MARCIN JOCHIMCZYK

....., dnia,.....

Sąd Rejonowy w
Wydział Rodzinny i Nieletnich
Ul.
.....

Powód:

małoletni Maksymilian Z., działający przez przedstawicielkę ustawową – matkę Joannę Z./ojca Zenona Z., zam. ul.
Adres do doręczeń:

Pozwany:

Joanna Z/ Zenon Z zam. ul.
Adres do doręczeń:

Wartość przedmiotu sporu 6.000 zł (12 X 500,00 zł)

POZEW O ALIMENTY

Wraz z wnioskiem o zabezpieczenie powództwa

W imieniu małoletniego Maksymiliana Z. wnoszę o:

- Zasądzenie od pozwanego Zenona Z / Joannę Z. na rzecz małoletniego Maksymiliana Z . alimentów w kwocie 500 (słownie: pięćset) zł miesięcznie, płatnych do rąk/na konto bankowe o numerze przedstawicielki ustawowej – matki Joanny Z/Ojca Zenona Z. – z góry do dnia 10 każdego miesiąca wraz z ustawowymi odsetkami w przypadku uchybienia terminowi płatności którejkolwiek z rat, poczynając od dnia r.
- Zasądzenie od pozwanego na rzecz powoda kosztów procesu według norm przepisanych.

Ponadto wnoszę o:

- Zabezpieczenie powództwa przez zobowiązanie pozwanego Zenona Z / Joannę Z . do zapłaty na rzecz małoletniego Maksymiliana Z . przez czas trwania procesu po 500 (słownie: pięćset) zł miesięcznie, płatnych do rąk/ na konto bankowe o numerze jego przedstawicielki ustawowej – matki Joanny Z/Ojca Zenona Z. do dnia 10 każdego miesiąca z góry, z ustawowymi odsetkami w razie uchybienia terminowi płatności którejkolwiek z rat;
- Zobowiązanie właściwego Urzędu Skarbowego w do wskazania wysokości osiąganych dochodów przez pozwanego za rok 2011 i 2012 roku na okoliczność uzyskiwanych dochodów, możliwości zarobkowych zobowiązanego;
- Zobowiązanie pozwanego do przedłożenia wszelkiej dokumentacji potwierdzającej posiadane kwalifikacje zawodowe i posiadane wykształcenie przez pozwanego na okoliczność możliwości zarobkowych zobowiązanego, posiadanego wykształcenia i kwalifikacji zawodowych;
- Zobowiązanie właściwego Urzędu Pracy w Do wskazanie ilości ofert pracy na stanowisku..... w ostatnim okresie co najmniej roku czasu waz z uwzględnieniem wysokości możliwego wynagrodzenia na danym stanowisku pracy na okoliczność możliwości podjęcia zatrudnienia, wysokości dochodu
- Dopuszczenie i przeprowadzenie dowodu z dokumentów w postaci
 - Odpisu skróconego aktu małżeństwa na okoliczność zawarcia związku małżeńskiego przez Zenona Z i Joannę Z
 - Odpisu aktu urodzenia Maksymiliana Z na okoliczność daty urodzenia uprawnionego, wieku uprawnionego
 - Zaświadczenie o zarobkach Joanny Z/ Zenona Z na okoliczność wysokości osiąganych dochodów, możliwości finansowych rodziców uprawnionego
 - Wyroku Sądu Okręgowego w o sygn.. akt: XVII RC 1112/12 z dnia 10 maja 2013 na okoliczność rozwiązania małżeństwa stron, braku odpowiedniego uregulowania obowiązku alimentacyjnego wobec małoletniego Maksymiliana Z.
 - Faktury VAT, rachunki na okoliczność wysokości ponoszonych kosztów tytułem czynszu za mieszkanie, energię elektryczną, gaz, wodę, żywność, leki, środki higieniczne, dodatkowe zajęcia pozaszkolne, przedszkole i inne.
 - Korespondencja e- mailowa stron za okres od dnia..... do dnia..... na okoliczność zobowiązania pozwanego do regulowania należności na rzecz małoletniego syna Maksymiliana Z.

UZASADNIENIE

Pozwany zawarł z matką powoda / ojcem powoda w dniu 15 marca 2003 r. związek małżeński. Ze związku tego urodził się dnia 25 sierpnia 2003 r. syn Maksymilian Z.

Dowód:

1. odpis skrócony aktu małżeństwa.
2. odpis skrócony aktu urodzenia.
3. przesłuchanie stron

W dniu 20 grudnia 2007 r. Sąd Okręgowy w Warszawie Wydział III Cywilny orzekł rozwód stron. Sąd jednak w w/w wyroku nie orzekł na rzecz powoda obowiązku alimentacyjnego od zobowiązanego - pozwanego. Pomimo rozwiązania małżeństwa przez Sąd Okręgowy w, pozwany zobowiązał się do regulowania na rzecz małoletniego syna Maksymiliana Z. kwoty 500,00 zł. Do dnia złożenia niniejszego powództwa pozwany nie uregulował żadnych należności.

Dowód:

1. odpis wyroku Sądu Okręgowego w , Wydział XVII Cywilny Rodzinny w sprawie o sygn. akt XVII RC 1112/12 z dnia 10 maja 2013 roku;
2. korespondencji e- mailowa stron
3. przesłuchanie stron

Małoletni powód mieszka z matką/ojcem, która pracuje w firmie Z pracy osiąga miesięczny dochód w wysokości zł. Jest to jej jedyne źródło dochodu. Nie posiada też żadnego majątku, nie korzysta z żadnych dotacji, subwencji czy zasiłków. Również małoletni powód Maksymilian Z. nie posiada żadnego majątku, z którego mógłby czerpać dochód.

Pozwany/ Pozwana pracuje jako w prywatnej firmie remontowej , gdzie zarabia miesięcznie około 2.500,00 zł. Ponadto podejmuje się także wykonywania różnorodnych prac zleconych na własną rękę, jak np.: Średnio pozwany/ pozwana miesięcznie zatem osiąga dochód w granicach 3.500,00 zł – 4.000,00 zł.

Dowód:

1. zaświadczenie o zarobkach
2. przesłuchanie stron

Powódka/Pozwana reguluje wszelkie należności na rzecz uprawnionego – małoletniego powoda Maksymiliana Z.:

- czynsz za mieszkanie

- opłata za energię elektryczną

- opłata za gaz

- opłata za wodę

- wyżywienie

- środki czystości

- zajęcia dodatkowe

- ubezpieczenie

- opłata za przedszkole/ szkołę

- ubrania

- koszty leków i rehabilitacji

- inne

Kwota 500,00 zł stanowi połowę w/w kosztów, i stanowi zaspokojenie materialne potrzeb dziecka.

Dowód:

1. Faktury VAT, rachunki
2. przesłuchanie powódki

W tym stanie rzeczy powództwo jest uzasadnione, a wobec uwiarygodnienia roszczenia zasadny jest również wniosek o zabezpieczenie powództwa.

.....
(własnoręczny podpis)

Załączniki:

1. Odpis pozwu wraz z załącznikami
2. Odpis skrócony aktu małżeństwa
3. Odpis skrócony aktu urodzenia
4. Odpis wyroku rozwodowego
5. Korespondencja e - mailowa
6. 2 x Zaświadczenie o zarobkach
7. Faktury VAT, rachunki

Rys.1 Wzór formularza pozwu o alimenty

Dzień Matki w Holandii

W odróżnieniu od Polski, w Holandii oraz pozostałej części Europy Zachodniej i USA, Dzień Matki obchodzony jest 12, a nie 26 maja. Jest to święto ruchome, choć zwyczajowo celebrowane w drugą niedzielę maja.

Jednakże sposób honorowania mam nie odbiega w żadnej mierze od sposobu, w jaki odbywa się to w Polsce. Dzieci serwują mamie śniadanie do łóżka, przedszkolaki wręczają mamom kwiaty oraz ręcznie przygotowane laurki i drobne prezenty, w szkołach odbywają się uroczyste apele i akademie.

Co charakterystyczne w Nider-

landach jest to zawsze dzień wolny od pracy (niedziela), w związku z czym czas poświęca się rodzinie i celebrowaniu wspólnie spędzonych chwil. Warto podkreślić, że w tym dniu wielu Holendrów prowadzi działalność charytatywną zbierając datki dla mam z krajów Trzeciego Świata.

BIANKA AVIDAN



FOT. STOCK. XCHNG / MICHAEL & CHRISTA RICHERT

Reklama

Miss Poland 2013 Benelux

CASTING

Miss Poland - Benelux

26 maja 2013
13:00 - 17:00

Veraartlaan 8
piętro 4
Rijswijk

www.misspoland.nl

PRACA

● **ORDER PICKER w Gerdarmen.** Obowiązki: przygotowywanie i zbieranie zamówień, prace z systemem voice picking, obsługa wózka EPT. Wymagania: dyspozycyjność do pracy na min 6 miesięcy, komunikatywna znajomość języka angielskiego, niemieckiego bądź holenderskiego. Zadzwoń: Venray 0031 478529977, Den Haag 0031 703633927, Amstelveen 0031 204701513, Tilburg 0031 886886350; cv: jobs@ottoworkforce.eu.

● **Operator wózka widłowego w Eindhoven.** Obowiązki: przygotowywanie i zbieranie zamówień za pomocą wózka widłowego bocznego i wysokościowego. Wymagania: dyspozycyjność do pracy na min 6 miesięcy, dobra znajomość języka angielskiego, niemieckiego lub holenderskiego. Zadzwoń: Venray 0031 478529977, Den Haag 0031 703633927, Amstelveen 0031 204701513, Tilburg 0031 886886350; cv: jobs@ottoworkforce.eu.

● **Software programista.** Poszukujemy programisty ze znajomością Delphi for .Net, Visual Studio 2005, C#. Praca w rozwijającej się, dynamicznej firmie, która jest dostawcą systemów informatycznych i elektrycznych rejestrów medycznych dla szpitali, klinik prywatnych i instytucji służby zdrowia psychicznego. Jeśli masz doświadczenie w programowaniu oraz znajomość w/w programów, może to być idealna praca dla Ciebie. Wymagana znajomość języka angielskiego. Cv proszę na: anna@valk-uitzendbureau.nl. Praca na terenie Holandii.

● **Hoofdbeheerder van een grote woonlocatie (>150 personen) Noord Holland.** In deze functie ben je verantwoordelijk voor een woonlocatie waar NL-jobs haar buitenlandse werknemers huisvest. Je beheert en bepaalt met de directie de regels in en om het complex. Je bent verantwoordelijk voor en voert het onderhoud van de gebouwen en omliggend terrein uit. Je onderhoudt contact met de bureaus, gemeente, politie en andere belanghebbenden. Wij vragen: Beheersing van Nederlands en Pools in woord en geschrift. Dat je wilt wonen op de te beheren locatie. Dat je beschikt over mensenkennis en kan goed met mensen omgaan. Dat je stress bestendig bent en geen negen tot vijf mentaliteit hebt. Dat je een aanpakker bent. Dat je enige technische kennis hebt, om kleine reparaties zelf uit te voeren. Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

● **Assistent beheerder van een grote woonlocatie (>150 personen) Noord Holland.** In deze functie zorg je er samen met de hoofdbeheerder voor dat het complex en omliggende terrein netjes is. De dagelijkse taken bestaan uit: Contact hebben met de bewoners. Schoonmaken publieke ruimtes. Onderhoud tuin. Wij vragen: Beheersing van Pools en Nederlands. Je wilt wonen op de te beheren locatie. Kan met mensen omgaan. Het enige technische kennis. Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

Niech żyje Król!

Zgodnie z zapowiedzią 30 kwietnia br. Królowa Niderlandów Beatrix przekazała władzę swojemu synowi Księżciu (obecnie już Królowi) Willemowi-Alexandrowi.

Oczy całego świata zwróciły się na na oficjalne uroczystości. Zostały zaproszone koronowane głowy z wielu państw, m. in. przedstawiciele brytyjskiej rodziny królewskiej, szejkini Kataru Bint-Nasser, księż Albert z Monako oraz członkowie monarchii i królestw europejskich i pozakontynentalnych.

Media w różnych miejscach globu relacjonowały to podniosłe wydarzenie. Jak już wspominaliśmy w poprzednim wydaniu „Gońca” był to moment historyczny z uwagi na fakt, iż po raz pierwszy od ponad trzech pokoleń na holenderskim tronie zasiadać będzie król. Komentatorzy zwracali szczególną uwagę na najbliższą rodzinę Willema-Alexandra. Jego żona – Maxima, z pochodzenia Argentynka, otrzymała tytuł Księżnej, a naj-



FOT. STOCK. XCHNG / CREATIVE DAW

starsza córka Catharina-Amalia – Księżniczki Królewskiej. Media zgodnie stwierdziły, iż dawno już nie oglądano tak godnej uroczystości, a serca zebranych podbiły uroczyste córki Króla. Tradycyjnie już dzień ten, zwa-

ny powszechnie Queensday (Dniem Królowej) upłynął pod znakiem znakomitej zabawy, wszechobecnie panującej radości i luzu. Świątowanu sprzyjała nadzwyczaj dobra pogoda.

BIANKA AVIDAN

Reklama



E&A otrzymała nominację w wyborach najlepszej agencji pośrednictwa pracy, w kategorii 'Flexspecialist 2013'.

Zagłosuj na nas i wygraj atrakcyjne nagrody.

Chcesz, żeby wszyscy wiedzieli, że E&A to najlepsza wyspecjalizowana agencja zatrudnienia na rynku pracy tymczasowej? Weź udział w wyborach i pomóż E&A uzyskać tytuł 'Flexspecialist 2013', a dodatkowo masz szansę wygrać atrakcyjne nagrody: iPada, iPada Mini lub Apple TV.

www.uitzendbureauvanhetjaar.nl/stemmen-pl

Uwaga: na liście nominowanych agencji znajdujemy się na ósmej pozycji. Wspólnymi siłami osiągniemy najlepszy rezultat.



www.EenA.nl

OGŁOSZENIA DROBNE

● **Zdrowie i uroda:** Usługi Fryzjerskie „U Kamili”. Profesjonalne usługi fryzjerskie, strzyżenia 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.

● **Usługi – komputery:** WGRYWANIE OPROGRAMOWANIA XP Z CALA LEGALIZACJA SYSTEMU. I WGRYWANIE OPROGRAMOWANIA WINDOWS 7 I 8. TYLKO KOMPUTERY. CENA 20e. 0031653977173

● **Lekarze:** Polski dentysta. Zapraszamy do praktyki stomatologicznej w Reusel (Noord Brabant). Stomatologia ogólna, leczenie pod mikroskopem. W praktyce przyjmuje polski dentysta pan Jakub Nowak. Adres Lensheuveld 1s, 5541 BA Reusel. tel. 0497-645751; www.tandartsnowak.nl; Serdecznie zapraszamy

● **Sklepy:** PowerProtein – sklep internetowy z odżyw-

kami NIE TYLKO DLA SPORTOWCÓW. POWER PROTEIN. Od niedawna w Holandii znalazło się wreszcie miejsce dla grupy osób pasjonujących się sportem i zdrowym trybem życia. Dzięki temu iż Internet jest teraz wszechobecny, uzyskanie profesjonalnych i bezpłatnych porad na temat diety oraz treningów, stały się łatwe jak nigdy. www.PowerProtein.nl Jeśli uznasz, że jesteś gotowy na to by „pozwolić sobie pozwolić”, obsługa pokieruje Cię w Twojej drodze ku lepszemu, doradzi aby produkty spełniały Twoje wymagania oraz postaramy się aby pieniądze u nas wydane były w 100% dobrze wykorzystane.. Codziennie staramy się ułożyć taką ofertę, żeby każdy klient był zadowolony. Zapraszamy do skorzystania z naszych usług.

● **Usługi – inne:** Czyszczenie dywanów, wykładzin, tapicerek samochodowych. Firma oferuje profesjonalne czyszczenie: mebli tapicerowanych, dywanów, wykładzin, samochodów, tapicerek samochodowych. Jesteśmy na holenderskim rynku już ponad rok, zaufało nam już wielu. Obsługujemy prawie całą Holandię. Informacje kontaktowe, cenowe znajdziecie państwo

na naszej stronie www.ecostoomreiniging.nl (strona w j. polskim i holenderskim); pracujemy 7 dni w tygodniu (w nagłych przypadkach również w nocy); atrakcyjne ceny! Serdecznie Zapraszamy. Eco Universele Stoomreiniging Moerdijk; KvK-54979633; Kontakt: info@ecostoomreiniging.nl

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

● **Nauka:** Liceum dla dorosłych – Haga, Amsterdam, Eindhoven, przez internet. Europejskie liceum dla dorosłych przy Europejskiej Wyższej Szkole Prawa i Administracji zaprasza wszystkie osoby dorosłe do rozpoczęcia nauki w szkole średniej. Zajęcia także w Hadze, Amsterdamie, Eindhoven lub przez internet. Informacje: www.europejskie.edu.pl. e-mail: sekretariat@europejskie.edu.pl. tel. +48 91 462 64 94 lub +31 850 02 13 17; tel. +31 642 27 74 460. e-mail: haaga@ewspa.edu.pl

● **Zdrowie i uroda:** Idealny prezent na Dzień Matki! Złoty zestaw odmładzający, SUPER CENA! Idealny prezent na Dzień Matki, złoty zestaw odmładzający! A w zestawie: Oryginalna złota kolagenowa maska, 2 zabiegi na oczy oraz 2 odmładzające złote kapsułki – za 29,90 zł. Całość ładnie zapakowana. Na stronie http://www.beautyface.pl/super_oferty znajdziesz pozostałe zestawy: GOLD PLUS – 89,90 zł oraz GOLD PREMIUM – 159,90 zł. Dla zestawów GOLD PLUS i GOLD PREMIUM przesyłka GRATIS! Spraw Mamie prezent z okazji jej Dnia!

● **Sklepy:** Polska piekarnia w Rijswijk serdecznie zaprasza do swojego firmowego sklepu przy ul. Schoolstraat 18, 2282 RD Rijswijk. Posiadamy szeroki asortyment chleba m. in. tradycyjny, żytni, razowy, cebulowy. Poza tym oferujemy w sprzedaży inne podstawowe polskie produkty spożywcze. Zapraszamy w pn/śr 12.00-18.00, we wt/czw 11.00-18.00, w pt. 10.00-18.00 i w soboty od 09.00-16.00. SERDECZNIE ZAPRASZAMY.)

● **Usługi – komputery:** TANIO: Strona internetowa + Logo

dla Twojej Małej Firmy! Elegancka strona internetowa i logo to prawdziwa wizytówka każdej firmy w sieci. Nie zwlekaj i zadzwoń już dziś. Przebijemy każdą cenę!! Oferujemy ceny na każdą kieszeń i szybki profesjonalny design dostosowany do Twoich potrzeb. Języki: polski, angielski, holenderski. Niskie ceny w zależności od projektu. Możliwość wystawienia faktury VAT (BTW). Działamy na terenie całej Holandii, szczególnie Noord-Brabant. Zapraszamy, Anna i Michał R., <http://www.mritsoft.com/>; 06 38384353, mritsoft@hotmail.com

● **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: PRZEGLĄDY: ogólny (przedsprzedażowy), sezonowy, zawieszenia z wjazdem na kanał, układu klimatyzacji, diagnostyka komputerowa. NAWYBIEŻĄCE: wymiana olejów, filtrów, płynów, świec i prze-

wodów 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. Tanio 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.

● **Usługi – remonty:** Witam potrzebując 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, wykładanie podłóg i inne, wie. info. 0617389255 Andrzej

Koncert Hemp Gru w Holandii – Zmiana klubu!

Tegoroczna trasa koncertowa jest ostatnią okazją do zobaczenia w akcji ekipy z warszawskiego Mokotowa na długi czas. Na mapie trasy nie mogło zabraknąć również Holandii. Hemp Gru zagrają na jedynym koncercie w Den Haag już 25 maja.

UWAGA!!! Nastąpiła zmiana klubu, nowy klub to:

BINK36
Binckhorstlaan 36
2516 BE Den Haag
Sobota 25 maja
Start: 20.00
Bilety: 25 euro 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.
Tak więc 25 maja zapraszamy na ten szczególny występ do klubu BINK36 w Den Haag.
Info koncertowe: dmd@o2.pl

ŹRÓDŁO: MATERIAŁY ORGANIZATORA

Reklama

Reklama



3000 PRODUKTÓW / 150 KATEGORII
DOSTAWA NA TERENIE CAŁEJ HOLANDII

Sklep internetowy, który dostarcza zakupy do każdego domu w każdą niedzielę.

Nie masz polskiego sklepu w okolicy, lub nie masz czasu na zakupy? My Ci je dostarczymy w każdy zakątek Holandii.

4.99 € to cena za dostawę zakupów wprost do Twojego domu.

Tradycyjne wędliny, swojskie kielbasy, pasztety, sery – żółte, białe i topione, jogurty, surówki, prasa, książki... ponad 3 tysiące produktów.



MIESZKANIA / DOMY / POKOJE

● LUX MIESZKANIA-BEZ ŻADNYCH KAUCJI, TANIO.

Oferata dla 4 osób (okolice Rotterdamu). 99,95 euro od osoby KOMPLETNE MIESZKANIE (430 euro miesięcznie od osoby). Oferujemy za? 99,95 euro tygodniowo od osoby pełen pakiet za mieszkanie i inne usługi. W skład pakietu wchodzi: w pełni umeblowane mieszkanie dla 4 osób; internet i TV, incl. gaz, woda i elektryczność, incl. podatki gminne, wszystko wysokiej jakości. UWAGA! W pakiecie ubezpieczenie zdrowotne. Żadnych dodatkowych kosztów, ale kompletne i bezpieczne mieszkanie. Żadnych kaucji. Żadnych kosztów pośrednictwa. Zadzwoń pod numer +31 645437535. Lub napisz: zwerrit36@gmail.com. Cena od 99,95 euro tygodniowo. Kontakt +31 645437535, zwerrit36@gmail.com

● **Mieszkania w Rotterdamie i okolicy.** Mieszkania do wynajęcia w Rotterdamie i okolicach. tel 0633975887.

● **Mieszkania w Den Haag.** Mieszkania do wynajęcia w Hadze. tel 0633975887.

● **MIESZKANIE ZA 79 EURO TYGODNIOWO!** Mieszkania są w pełni umeblowane i wyposażone. Koszt za mieszkanie wynosi? 79,00 tygodniowo od osoby (342,00 od osoby miesięcznie). incl. gaz, woda, prąd, incl. urządzenia domowe, incl. Internet. Żadnej kaucji. Żadnych kosztów pośrednictwa. Zadzwoń pod numer +31 0645437535. Lub napisz zwerrit36@gmail.com. Cena 79. Kontakt +31-06-45437535. zwerrit36@gmail.com

● **BIURO POSREDNICTWA MIESZKAN.** OFERUJE DUZY ZAKRES MIESZKAN I STUDIA DO WYNAJECIA: beeklaan-3pok-750-excl; bennekomstra-

at-3pok-700-excl; daguerrestraat-2pok-650-incl; repelaerstraat-3pok-700-excl; studio-400-incl; studio 2pok-600-excl. WIECEJ INFORMACJI PROSZE DZWONIC POD NUM-0686445992

● Duży Pokój wynajme.

Wynajme duży pokój dla jednej spokojnej, niepalącej osoby. W pełni umeblowany w domku jednorodzinnym. Mieszkanie jest nowe wyremontowane. Całosc ok 120m². Do dyspozycji piękny salon z aneksem kuchennym spizarka oraz ogród. W domku znajdują się dwie ubikacje oraz łazienka z prysznicem. W mieszkaniu mieszka para. Do wynajęcia od 1 czerwca. Tel:+31 622180681 lub +31617596747

● MIESZKANIA-BEZ ŻADNYCH KAUCJI, TANIO.

Oferata dla 4 osób (okolice Rotterdamu). 99,95 euro od osoby KOMPLETNE MIESZKANIE (430 euro miesięcznie od osoby). Oferujemy za? 99,95 euro tygodniowo od osoby pełen pakiet za mieszkanie i inne usługi. W skład pakietu wchodzi: w pełni umeblowane mieszkanie dla 4 osób; internet i TV, incl. gaz, woda i elektryczność, incl. podatki gminne, wszystko wysokiej jakości. UWAGA! W pakiecie ubezpieczenie zdrowotne. Zadzwoń pod numer +31 645437535. Lub napisz: zwerrit36@gmail.com. Kontakt +31 645437535, zwerrit36@gmail.com

● **Bardzo duży Pokój.** Wynajme duży pokój dla pary w pełni umeblowany w domku jednorodzinnym. Do dyspozycji piękny salon z aneksem kuchennym spizarka oraz ogród. W domku znajdują się dwie ubikacje oraz łazienka z prysznicem. Do wynajęcia od 1 czerwca. Tel:+31 622180681 lub +31617596747

H E M P G R U

Hemp

25.05.2013
DEN HAAG
@BINK36 START: 20.00
BINCKHORSTLAAN 36
2516 BE DEN HAAG
BILETY: €25 W PRZEDSPRZEDAŻY
ONLINE: WWW.EASYTICKET.NL
GROSZEK SUPERMARKT: ZUIDERPARKLAAN 28, 2574HK DEN HAAG.
POLSKIE DELIKATESY DELI: VAN MUSSCHENBROEKSTRAAT 166, 2522 AW DEN HAAG.
EMIGRANT: PRINS HENDRIKSTRAAT 98-104, 2518HW DEN HAAG
INFO: DMD@O2.PL

JEDYNY KONCERT W HOLANDII!

HEMP SZOP.PL   DIILES!  ORIGINAL    HEMP REC. 

GoniecPolski.nl



RAPDUMA
portal hip-hop www.rapduma.pl



Reklama

WYNIKI KONKURSU

Dnia 30.04.2013 r. w V edycji konkursu o darmowe rozliczenie podatkowe za rok 2012 w Kancelarii Podatkowej mgr Anna Kłosowska wygrali:

**Łukasz Miziołek
Joanna Rękoś
Paweł Buszko**

Gratulujemy!

Sponsor konkursu:



Marihuana skonfiskowana

Policjanci z Jeleniej Góry udaremnili na początku miesiąca przemyt narkotyku pochodzącego z Holandii na teren Polski.

Jeleniogórscy funkcjonariusze zatrzymali 4 maja mężczyznę,

który przewoził samochodem 100 porcji tego narkotyku, jak się okazało pochodzącego z terenu Królestwa Niderlandów. Zatrzymanie nastąpiło po południu, około godziny 16.00, w miejscowości Kowary.

W chwili obecnej nie zostało

ustalone czy mężczyzna zajmował się handlem używkami. Na razie aresztowano go na dwa miesiące. Policjanci badają sprawę. Więcej szczegółów nie zostało dotychczas ujawnionych.

BIANKA AVIDAN



FOT. STOCK. XCHNG / DENNIS ELEMA





**Jobs
Services
Pay-roll**

**Hoofdbeheerder van een grote woonlocatie
(>150 personen) Noord Holland**

In deze functie ben je verantwoordelijk voor een woonlocatie waar NL-jobs haar buitenlandse werknemers huisvest.
Je beheert en bepaalt met de directie de regels in en om het complex.
Je bent verantwoordelijk voor en voert het onderhoud van de gebouwen en omliggend terrein uit.
Je onderhoudt contact met de bureaus, gemeente, politie en andere belanghebbenden.

Wij vragen:
Beheersing van Nederlands en Pools in woord en geschrift.
• Dat je wilt wonen op de te beheren locatie.
• Dat je beschikt over mensenkennis en kan goed met mensen omgaan.
• Dat je stress bestendig bent en geen negen tot vijf mentaliteit hebt.
• Dat je een aanpakker bent.
• Dat je enige technische kennis hebt, om kleine reparaties zelf uit te voeren.

Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

**Assistent beheerder van een grote woonlocatie
(>150 personen) Noord Holland**

In deze functie zorg je er samen met de hoofdbeheerder voor dat het complex en omliggende terrein netjes is.

De dagelijkse taken bestaan uit:
• Contact hebben met de bewoners.
• Schoonmaken publieke ruimtes.
• Onderhoud tuin.

Wij vragen:
• Beheersing van Pools en Nederlands
• Je wilt wonen op de te beheren locatie.
• Kan met mensen omgaan.
• Het enige technische kennis.

Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

Van Gogh znowu zaprasza

Po trwającym ponad siedem długich miesięcy remoncie, słynne amsterdamskie Muzeum Vincenta van Gogha znowu otworzy swoje podwoje dla zwiedzających.

Od 1 maja br. Przybytek znowu zaprasza wszy-

kich miłośników sztuki do niezwykłej podróży w czasie. Na stałej ekspozycji podziwiać można kilkadziesiąt dzieł niderlandzkiego mistrza. Specjalnie z okazji przywrócenia budynkowi dawnej świetności, zorganiz-

zowano niezwykłą wystawę „Van Gogh przy pracy”. Jego obrazy – w tym słynne „Słoneczniki” – zostały wyeksponowane w porządku chronologicznym.

Muzeum jest czynne codziennie od godziny 9 do 17. Zapraszamy.

BIANKA AVIDAN



FOT. STOCK. XCHNG / ZOLTAN KOLLIN

Wpadli sprawcy kradzieży samochodów

Sprzedawali łupy na części

Niespełna miesiąc czasu potrzebowali brodnicy policjanci by rozpracować szajkę złodziei pojazdów. Jak dotąd funkcjonariusze zatrzymali dwóch mieszkańców powiatu działdowskiego, ale sprawa jest w toku i zapowiadają kolejne zatrzymania.

Po okresie względnego spokoju w kradzieżach samochodów w krótkim czasie zniknęły dwa pojazdy. Pierwsze auto odjechało nocą z 18 na 19 kwietnia ze Świdziebni. Właściciel stracił fiata punto 1995 roku o wartości 2 tysięcy złotych. Dwie noce później z prywatnej posesji przy ulicy Dębowej w Cielętach w gminie Brodnica złodzieje ukradli volkswagena transportera wartości 8 tysięcy złotych. Na dodatek w samochodzie znajdowały się elektronarzędzia o wartości 6 tysięcy złotych.

–Jeden z obywateli Brodnicy po informacjach prasowych zasygnalizował nam, że sporo części samochodowych sprzedaje jakiś mężczyzna z Działdowa – mówi asp. szt. Tomasz Krajewski, naczelnik wydziału kryminalnego brodnickiej policji. –Trop okazał się bardzo obiecujący. Postanowiliśmy zainteresować się sprzedawcą. Nasza wizyta w Działdowie okazała się bardzo owocna.

Skrupulatna analiza zebranych dowodów i informacji pozwoliła kryminalnym wpaść na trop szajki trudniącej się tym nielegalnym procederem. Policjanci złożyli niezapowiedzianą wizytę dwóm mieszkańcom po-

wiatu działdowskiego. Po miesiącu od kradzieży aut został zatrzymany pierwszy ze sprawców 23-letni Mateusz Ch. Podczas przeszukania jego miejsca zamieszkania zainteresowali się także fiatem punto bez ramy, dwoma golfami (jeden skradziony w Działdowie, a drugi jest przedmiotem wyjaśniania) oraz tablicami od skradzionego w Cielętach volkswagena transportera.

Po nitce do kłębka stróża prawa doszli do drugiego mężczyzny zamieszanego w kradzież. Okazał się nim 39-letni Grzegorz K. znany już wcześniej policji, u którego znaleziono część rzeczy skradzionych razem z volkswagenem transporterem.

FOT. MICHAŁ ZACHARZEWSKI, SXC

–Obaj usłyszeli już zarzuty kradzieży z włamaniem – dodaje naczelnik. –Młodszy z nich decyzją prokuratora został objęty policyjnym dozorem i musi meldować się w komendzie w Lidzbarku Welskim. Starszy natomiast trafił na trzy miesiące do aresztu. Taką decyzję podjął sąd na podstawie zgromadzonego przez nas materiału dowodowego. Z tej racji, że to nie pierwsza jego kradzież, zapewne poniesie surowszą karę. Do wspólnego sukcesu przyczynili się obywatele, którzy pokazali swoją postawą, że nie przechodzą obojętnie wobec takich zdarzeń. Cieszy nas zrozumienie, że zapewnienie bezpieczeństwa mieszkańcom, to nie jest sprawa tylko policji, ale każdego obywatela. Oba grozi kara nawet 10 lat więzienia.

(EVER)

ŹRÓDŁO: „EXTRA BRODNICA”

Min. Kudrycka: wydarzenia z Krakowa gorzkim ostrzeżeniem

Bolesne wypadki z Krakowa powinniśmy wszyscy potraktować jako gorzkie ostrzeżenie – napisała minister nauki Barbara Kudrycka w liście do rektora AGH prof. Tadeusza Słomki. Podczas Juwenaliów licealiści zaatakowali pięciu studentów i pracownika naukowego AGH.

W wyniku ataku, do którego doszło w sobotę w nocy w miasteczku studenckim Akademii Górniczo-Hutniczej, czterech studentów zostało odwiezionych do szpitala. W sobotę do szpitala zgłosiły się jeszcze dwie osoby: student i pracownik ochrony, którzy odnieśli niegroźne rany.

W niedzielę prokuratura postawiła zarzuty uczniowi jednego z liceów w Krakowie – 19-letniemu Dawidowi M. Usłyszał on w sumie osiem zarzutów, z czego dwa dotyczą usiłowania zabójstwa dwóch osób. Drugi z na pastników, również licealista – 21-letni Tomasz O. – usłyszał w sumie pięć zarzutów, z których dwa dotyczyły udziału w pobiciu, a trzy – naruszenia nietykalności cielesnej.

„To ogromnie przykre, że podczas Juwenaliów, które są tradycyjnym studenckim świętem młodości i radości, studenci i pracownik AGH stali się ofiarami brutalnego ataku. Kraków jako najstarszy ośrodek akademicki w Polsce zawsze był przecież sercem życia studenckiego i akademickiej kultury” – napisała w liście minister nauki.

Minister Kudrycka przekazała też wyrazy współczucia rodzinom i bliskim pokrzywdzonych, szczególnie tym, „którzy w ciężkim stanie walczą o powrót do zdrowia”. „Wierzę, że będą mogli liczyć na potrzebną pomoc i wsparcie ze strony swojej uczelni i jej społeczności” – czytamy w liście.



FOT. STOCK. XCHNG / BSCHWEHN

Jak zapewniła szefowa resortu nauki, MNiSW jest gotowe do pomocy w poszukiwaniu rozwiązań, które pozwolą studentom czuć się bezpiecznie w domach, osiedlach i miasteczkach studenckich. „Wierzę także, że władze wszystkich polskich uczelni dokładają starań, by za-

pewnić bezpieczeństwo swym studentom podczas trwających lub zbliżających się Juwenaliów” – napisała minister Kudrycka.

PAP – NAUKA W POLSCE

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



FOT. STOCK. XCHNG / MACIEK PELC

Tragiczne zakończenie majowego weekendu

Śmiertelny wypadek w miejscowości Próba w powiecie sieradzkim. Na drodze krajowej nr 14 zginęły trzy osoby, a czwartą w stanie krytycznym odwieziono do szpitala. Ford probe, którym jechali mieszkańcy gminy

Brzeźnio, wypadł w niedzielę z drogi podczas wyprzedzania ciężarówki i uderzył w dwa drzewa.

Po uderzeniu w pierwsze, samochód rozpadł się na połowę. Tylne części uderzyła w drugie drzewo. Samochodem jechało czterech młodych mężczyzn

w wieku 16, 19, 20 i 23 lata. Za kierownicą najprawdopodobniej siedział 23-letni Adrian z Zapola. To jego mocnym (silnik 2,2l turbo), ale starym (1992 rok produkcji) fordem probe pojechali na stację benzynową. Fordem, którego chciał sprzedać na internetowej aukcji. Nie zdążył.

Na miejscu zginęli 16-, 20- i 23-latek. 19-latek w ciężkim stanie zabrano do szpitala w Sieradzu. Chłopiec utrzymywany jest w śpiączce farmakologicznej. We wtorek oddychał przy pomocy respiratora.

(RAW)

ŹRÓDŁO: „EXTRA ZDUŃSKA WOLA, SIERADZ, ŁASKA”

Przed kleszczami można się ochronić, ale warto pomyśleć o szczepieniu

Po długiej zimie kleszcze obudziły się wygłodzone – ostrzegają eksperci. Te niepozorne stawonogi pasożytujące m. in. na ssakach przenoszą groźne choroby. Przed jedną z nich, tj. kleszczowym zapaleniem mózgu, można się zabezpieczyć szczepieniem – przypomina ją.

Jak tłumaczy Marta Supergan-Marwicz z Katedry Biologii Ogólnej i Parazytologii Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego (WUM), kleszcze potrafią przesypiać niesprzyjające warunki środowiska. „Jeżeli kleszcza zamkniętego w probówce wsadzimy do lodówki to po 2-3 godzinach będzie już spał. Ale gdy tylko wyjmemy probówkę i ogrzejemy ją w dłoniach lub dmuchniemy obudzi się i będzie gotów do żerowania” – wyjaśnia specjalistka.

Dlatego, jej zdaniem, nie należy się lękać, że po długiej zimie będziemy mniej narażeni na ukłucia tych pasożytów. Zwłaszcza, że kleszcze na pewno obudziły się wygłodzone.

Te niepozorne stawonogi są pasożytami zewnętrznymi wielu gatunków ssaków, ptaków, a także gadów. W każdym stadium rozwojowym – larwy, nimfy i postaci dorosłej – kleszcz musi przynajmniej raz wysać krew zwierzęcia kręgowego, by móc dalej się rozwijać.

Wbrew powszechnym poglądom pasożyty te nie żyją na drzewach i nie skaczą na przechodzące ofiary. Czają się natomiast w trawie i na niskich krzewach do wysokości 1,2-1,5 metra. Z drzewa kleszcz może spaść tylko wówczas, gdy został wyniesiony wysoko przez ptaka, na którym próbował żerować i który czyszcząc pióra go zrzucił, wyjaśni Supergan-Marwicz.

Z badań, które przeprowadziła specjalistka wynika, że na ukłucie kleszcza jesteśmy narażeni nie tylko podczas spaceru w lesie czy na łące, ale też w parkach i ogrodach miejskich, np. w warszawskich Łazienkach. Według specjalistki jeszcze w 2000 r. Łazienki były bezpieczne, ale już w 2009 r. pełno było w nich kleszczy. Te zmiany są m. in. spowodowane tym, że stawonogi te migrują i radzą sobie coraz lepiej w nowych siedliskach.

Jak przypomina dr Ewa Duszczyk z Kliniki Chorób Zakaźnych Wieku Dziecięcego WUM, kleszcze przenoszą groźne choroby. W Polsce najgroźniejsze są

dwie: kleszczowe zapalenie mózgu (KZM) wywołane przez wirusy z rodziny flawawirusów oraz borelioza wywołana przez bakterie należące do krętków.

KZM może przenieść każda postać rozwojowa kleszcza, która jest zakażona wirusami wywołującymi chorobę. U części osób infekcja może przebiegać bezobjawowo. U pozostałych po 7-10 dniach pojawiają się objawy grypopodobne, jak wysoka temperatura, bóle mięśni i stawów, bóle głowy. „Mniej więcej u jednej trzeciej tych pacjentów po kilku dniach lepszego samopoczucia choroba uderza po raz drugi” – tłumaczy dr Duszczyk. Jest to druga faza KZM.

Tym razem objawy są znacznie silniejsze i poważniejsze: bardzo wysoka gorączka, bardzo silny ból głowy, światłowstręt, nudności, wymioty, zaburzenia świadomości, a u niektórych pacjentów drgawki i utrata przytomności.

Jeśli dojdzie do zapalenia mózgu, rdzenia kręgowego lub mózdzku to znacznie rośnie ryzyko poważnych powikłań i zgonu. W Polsce śmiertelność z powodu KZM szacuje się na 1-2 proc. Nawet jeśli pacjent przeżyje, choroba może pozostawić trwałe ślady w postaci zaników mięśni, bólów głowy, zaburzeń równowagi, pogorszenia funkcji poznawczych, jak np. problemy z zapamiętywaniem, a nawet zmianę osobowości, podkreśla dr Duszczyk.

„Pamiętam studenta, u którego z powodu KZM doszło do zaników mięśni obręczy barkowej. Mimo wieloletniej rehabilitacji nie odzyskał sprawności jednej ręki i musiał zmienić profil studiów” – wspomina specjalistka. Przypadkiem też przypadek pewnego naukowca z tytułem profesora, który po przebyciu KZM miał zaburzenia równowagi i stracił możliwość zapamiętywania no-

wych rzeczy. Musiał zrezygnować z pracy.

KZM leczy się tylko objawowo. Przed chorobą można się jednak zabezpieczyć dzięki szczepieniom. Dostępne są dwie skuteczne i bezpieczne szczepionki, które można stosować już u dzieci od 2. roku życia. W standardowym schemacie drugą dawkę szczepionki podaje się po 1-3 miesiącach od pierwszej, a trzecią dawkę po roku.

„Teraz, gdy zaczął się sezon na kleszcze jest już na to za późno. Dlatego zaleca się przyspieszony schemat szczepień, zgodnie z którym drugą dawkę podaje się już po dwóch tygodniach” – tłumaczy dr Duszczyk. W ten sposób już po miesiącu od pierwszej dawki nabywa się ochronę (w przypadku drugiej szczepionki schemat przyspieszony wymaga podania trzech dawek). Należy jednak pamiętać o przyjęciu kolejnej dawki



FOT. STOCK. XCHNG / SERGIO VENTURI

po roku. Ważne jest też przyjmowanie szczepień przypominających w odstępach ok. trzech lat.

Według dr Duszczyk ze szczepień przeciw KZM powinny korzystać przede wszystkim osoby mieszkające na obszarach endemicznego występowania KZM, jak województwo warmińsko-mazurskie, podlaskie. Zaleca się je także osobom udającym się na te tereny w celach turystycznych oraz ludziom spędzającym aktywnie czas na świeżym powietrzu – zbierającym grzyby i owoce runa leśnego, miłośnikom kajaków i biwakowania.

Zaszczepienie się przeciw KZM nie chroni przed innymi chorobami przenoszonymi przez kleszcze, w tym przed boreliozą. Dlatego jeśli wybieramy się na spacer na tereny zielone – do lasu, parku, na łąkę – powinniśmy zadbać o odpowiedni ubiór, podkreśla Supergan-Marwicz. Najlepiej ubrać się w długie spodnie, skarpety, bluzkę z długim rękawem i dodatkowo spryskać środkiem odstraszającym (tzw. repelentem). Skuteczne są tu te same preparaty, które stosuje się do odstraszania komarów. Najpopularniejszymi są te, które zawierają DEET.

Dr Duszczyk zwraca jednak uwagę, że u małych dzieci spryskanych DEET w dużych stężeniach może dojść do porażenia nerwów kończyn. Dlatego nie zaleca się stosowania u nich tego środka w zbyt wysokich stężeniach oraz na okolice rąk, bo dziecko może go zlizać.

Według Supergan-Marwicz mniejsze szanse na ukłucie kleszcza mamy wtedy, gdy nasze ubranie jest ze sztucznych tkanin, bo kleszcze „preferują” włókna naturalne.

Po powrocie ze spaceru na terenach, na których mogą żerować kleszcze powinno się dokładnie sprawdzić odzież i całe

ciało, zwłaszcza miejsca, w których skóra jest cieńsza i delikatniejsza, np. na szyi i za uszami u dzieci, w dołach łokciowych, kolanowych, w pachach, pachwinach, okolicach narządów płciowych. Ponieważ ślina kleszcza zawiera związki znieczulające, ukłucie z reguły nie zostaje odczuwane. Sam prysznic nie jest skutecznym sposobem na usunięcie pasożyta, bo czepia się on bardzo mocno ciała.

Gdy znajdziemy kleszcza trzeba go usunąć. Według Supergan-Marwicz, najlepiej przy pomocy pęsety lub tzw. kleszczolapki złapać pasożyta przy samej skórze i zdecydowanym ruchem wyciągnąć, nie wykręcając w jedną lub drugą stronę, by go nie uszkodzić. „Kleszcza nie powinno się stresować, np. smarując tłuszczem czy przypalając, bo wtedy może zwymiotować i przekazać nam do krwi różne patogeny, które ma w śliniankach czy jelitach” – tłumaczy specjalistka. O tym, że został wyciągnięty w całości świadczy to, że się rusza. Trzeba go wówczas zabić, a miejsce, z którego został wyjęty – zdezynfekować.

Specjaliści przypominają, że miejsce po ukłuciu kleszcza trzeba obserwować. Gdy pojawi się okrągłe zaczerwienienie, które się rozszerza, tzw. rumień wędrujący, należy natychmiast udać się do lekarza, bo może to być oznaka boreliozy. Ponieważ rumień nie występuje u wszystkich osób zakażonych krętkami warto też zwracać uwagę na takie objawy, jak ogólne rozbicie, bóle mięśni, głowy, gorączka lub stan podgorączkowy czy senna. Przeciw boreliozie nie ma szczepionki. Można ją jednak skutecznie leczyć antybiotykami.



FOT. STOCK. XCHNG / CJ CAMPBELL

Stereotyp studenta niedbającego o siebie – potwierdzony

Studenci leczą się samodzielnie, a w przypadku poważniejszej choroby używają leków, które zostały po chorobie innego domownika. Pierwszy posiłek zjadają między godz. 12 a 14. Do zachowywania higieny najbardziej motywuje ich intymna relacja – wynika z badania Uniwersytetu Łódzkiego.

Badanie „Student Y” przeprowadzono na zlecenie Centrum Promowania Zrównoważonego Stylu Życia Uniwersytetu Łódzkiego. Dotyczyło studenckiego stylu życia w odniesieniu do takich zagadnień jak: zdrowie, profilaktyka, zrównoważony rozwój czy świadoma konsumpcja.

„Studenci najczęściej leczą się samodzielnie. Wybierają wtedy witaminę C lub kubek gorącej herbaty z miodem i cytryną. W przypadku poważniej-

szej choroby używają leków, które zostały w domu po chorobie innego domownika. Jest to najszybszy i najtańszy sposób, który pozwala im uniknąć wizyty u lekarza” – czytamy w przesłanym PAP komunikacie.

Jak wynika z badania, nawet osoby z poważnymi kontuzjami czy przewlekłymi schorzeniami przekładają wizyty u specjalistów i ignorują ich zalecenia, bagatelizując swoje problemy zdrowotne. „Studenci nie poświęcają wiele uwagi swojemu zdrowiu. Żyją szybko, nie przejmując się konsekwencjami swojego zachowania, a przecież według aktualnych prognoz średnia życia tej generacji będzie wynosiła blisko 100 lat. Zdrowie zyskuje wielką wartość społeczną i ekonomiczną – mówi jeden z pomysłodawców utworzenia Centrum Promowania Zrównoważonego Stylu Życia dr Maciej Kozakiewicz.

Studenci nie dbają o właści-

wą dietę i kondycję fizyczną. Ci, którzy mieszkają z rodzicami, na ogół odżywiają się bardziej regularnie. Kiedy jednak zostają sami lub spędzają czas poza domem, przestają stosować się do prawidłowych zwyczajów żywieniowych – jedzą nieregularnie, oszukują głód wysokokalorycznymi przekąskami, gustują w jedzeniu fast foodów i słodczy. Podobnie wygląda odżywianie osób, które mieszkają same w wynajmowanym mieszkaniu lub akademiku.

„Nieprzyswajanie wagi do jakości i regularności posiłków ujawnia się szczególnie w przypadku śniadań. Część osób w ogóle z nich rezygnuje, motywując to brakiem czasu lub apetytu” – komentuje opiekun naukowy badania dr Ewa Jagiełło.

„Wydaje się, że styl życia, jaki wiodą, nie wiąże się z niewiedzą, a raczej z ignorowaniem tej wiedzy i brakiem internalizacji zasad, które sprzyjają zdrowszemu i bardziej higienicznemu życiu – mówi dr Ewa Jagiełło. Okazuje się, że potrzeba dbania o siebie uzależniona jest często od bycia w związku. Chodzi tutaj nie tylko o zdrowie, ale również o higienę. Do jej zachowywania bardziej motywuje dopiero intymna relacja.

Zdarza się, że studenci swój pierwszy posiłek zjadają dopiero pomiędzy godziną dwunastą a czternastą. Z reguły do śniadania studenci piją czarną (znacznie rzadziej zieloną) herbatę lub kawę z mlekiem i cukrem. Dla wielu badanych jej nieodłącznym uzupełnieniem jest papieros. Na co dzień zakupy robią w hipermarketach i dyskontach, przedkładając cenę nad jakość produktów spożywczych. Zdarza się, że przeznaczają pieniądze na inne przyjemności, dlatego na jedzenie często brakuje im funduszy.

„Studenci chodzą spać o różnych porach, rzadko kiedy posiadając ustalony harmonogram odpoczynku. Są nieprzystosowani do wczesnego wstawania, dlatego często poranną pobudkę odbierają jako prawdziwą katorgę. Największym problemem jest nieregularny sen, bez stałej pory i powtarzalnego schematu” – czytamy w przesłanym PAP komunikacie.

Czas wolny dzielą zazwyczaj pomiędzy imprezy towarzyskie a wielogodzinne oglądanie te-



FOT. MICHAŁ ZACHARZEWSKI, SXC

lewizji czy przeglądanie internetu. Jako najczęstsze źródło stresu czy niepokoju wskazują studia, a w szczególności sesję egzaminacyjną, prezentacje na zaliczenie lub pisanie pracy dyplomowej.

Studencka praca ma z reguły charakter tymczasowy. Studenci są gotowi zatrudnić się „na czarno”, jeśli zwiększy to ich zarobki. „Część młodych ludzi zapytana o wymarzoną pracę, nie potrafi powiedzieć, jaki mogłaby mieć ona charakter. Doskonale orientują się jednak co do tego, ile chcieliby zarabiać” – czytamy w przesłanym PAP komunikacie. Swoje oczekiwania finansowe umieszczają w granicach 2,5 a 7 tys. złotych.

Do pożądanych cech dobrej pracy zaliczają partnerskie relacje z przełożonym, brak monotonii, wykonywanie wyłączenie własnych obowiązków, 8-godzinny dzień pracy z płatnymi nadgodzinami.

Nawiązują i utrzymują dość płytkie relacje międzyludzkie. „Najczęściej takie, które nie są +kosztowne+, czyli nie wymagają od nich wyrzeczeń, nie ograniczają swobody, a ich podtrzymanie nie wiąże się z większym wysiłkiem” – informują autorzy badania.

W obserwacjach wykorzystano technikę zwaną shadowing,

czyli badacz w cieniu, dzięki której udało się uzyskać wgląd w te obszary życia młodych ludzi, które na co dzień pozostają niejawne dla postronnych obserwatorów. Metoda ta polegała na stworzeniu sytuacji, w której badacz towarzyszył badanemu na każdym kroku i uważnie przypatrywał się wykonywanym przez niego codziennym czynnościom. Obserwatorzy i obserwowani jedli razem posiłki, robili zakupy, oglądali telewizję, odwiedzali rodzinę i znajomych, a także wyko-

nywali różne prace. „Badacze byli najczęściej rówieśnikami osób badanych, przynależącymi do tej samej kategorii postaw i wartości.

W części przypadków byli do siebie tak podobni, że granica pomiędzy przedmiotem a podmiotem badania przestała istnieć” – mówi dr Ewa Jagiełło, opiekun naukowy badania „Student Y”.

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



FOT. STOCK. XCHNG / ILKER.



FOT. STOCK. XCHNG / GABRIELLA FABBRI

Galeria zdjęć czytelników

Dzis prezentujemy zdjęcia
z podróży do Izraela
nadesłane przez naszego
Czytelnika - Pana
Janusza z Piły



fot. Pan Janusz z Piły

Czekamy na Wasze fotki
pod adresem
fotka@goniecpolski.nl

TWORZYMYSZ WASZĄ GALERIĘ ZDJĘĆ !!!

email: **Fotka@GoniecPolski.nl**

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

Najciekawsze fotki opublikujemy dodatkowo na łamach gazety i na facebooku.

Kącik poetycki

Prezentujemy dziś wiersze, które nadesłała nasza Czytelniczka Pani Justyna z Hillegom. Autorka ma 40 lat, pisze od zawsze, ale głównie do szuflady. W czasach szkolnych prezentowała swoją twórczość na różnego rodzaju konkursach, odnosząc skromne sukcesy.

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

ILUZJA

Pod uśmiechniętą maską
skrywam krwawiące rany.
Rany, które nigdy się nie goją
rany, które niemiłosiernie krwawią i bolą.

Dlaczego nie mogę cofnąć czasu
poukładać wszystkiego od nowa.
Muszę żyć dalej z tym ciężarem
muszę poradzić sobie sama ze sobą.

Zrobię więc znowu makijaż,
ułożę starannie włosy.
Ubiorę nową sukienkę
niech wszyscy widzą jaka jestem
szczęśliwa.

SZCZĘŚCIE

Słowa płynące jak gorąca lava
Głosy jedwabiste otaczające zmysły
Zapach wypływający z głębi
I wnikać w głąb

Zieleń wiosny, brąz jesieni.
Biel zimy i czerwień lata.
Muzyka kojąca zmysły,
Wiatr pachnący marzeniami.
Szum fal, pomruki lasu
I cisza w której się zamykam.
To co było i to co jest
I oczywiście to co będzie

O życie-kocham Cię
Tu i teraz, na zawsze i wszędzie.

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii

Redaktor naczelny: D. Gancarz

Redaguje zespół

Kontakt z redakcją:
redakcja@goniecpolski.nl

Biuro reklamy:
reklama@goniecpolski.nl

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

Wydawca/Uitgever:
GoniecPolski.nl
Den Haag
Nederland

DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY

● **Sherlock Holmes wybrał się z Dr Watsonem do lasu na biwak. W pewnym momencie w nocy Holmes budzi Watsona i pyta:**

- Drogi Watsonie, czy śpisz?
- Nie..
- A co widzisz nad sobą, drogi Watsonie?
- Widzę miliony gwiazd drogi Sherlocku.
- I co ci to mówi, drogi Watsonie?
- Zależy jak na to spojrzeć: z astronomicznego punktu widzenia mówi mi to, że są miliony galaktyk z miliardami gwiazd; z astrologicznego punktu widzenia widzę, że wchodzimy w znak Byka; z meteorologicznego punktu widzenia mówi mi to, że jest szansa na dobrą pogodę jutro; z futurystycznego punktu widzenia sadzę, że kie-

dyś ludzie będą latać do gwiazd.... A cóż Tobie to mówi drogi Sherlocku?

- Mnie to mówi, drogi Watsonie, że ktoś nam ukradł namiot!

● **U pewnego fotografa z poczytnego czasopisma zamówiono serię zdjęć wielkiego pożaru lasu. Ustalono, że na lotnisku będzie czekał na niego samolot, który zabierze go nad płonący las. Fotograf stawiał się o ustalonej porze na lotnisku, gdzie rzeczywiście czekała na niego mała Cessna. Wrzucił więc do środka swój sprzęt, zajął miejsce i wykrzyknął: „No to lecimy!”. Samolotik podkładał pod wiatr, wystartował i po chwili**

li byli już w powietrzu, choć lecieli jakby nieco chwiejnie.

- Leć nad północną granicą ognia - powiedział fotograf. - I zrób parę okrażeń na małej wysokości.
- Po co? - spytał pilot lekko zdenerwowanym głosem.
- Bo muszę zrobić zdjęcia! Jestem fotografem i płacą mi za robienie zdjęć! - odparł nieco zirytowany fotograf.
- Po krótkiej pauzie pilot zapytał:
- Chcesz powiedzieć, że ty nie jesteś instruktorem latania?!

● **Starszy gość na emeryturze miał problemy ze słuchem. W końcu trafił na lekarza, który bardzo mu pomógł.**

Miesiąc później facet wraca do lekarza na kontrolę. Lekarz mówi:

- Pański słuch jest w znakomitej formie. Pańska rodzina musi być bardzo zadowolona, że znowu pan słyszy.
- Facet na to:
- Och, jeszcze im nie powiedziałem. Po prostu siedzę i słucham rozmów. Już trzy razy zmieniałem mój testament!

● **W samolocie rozlega się przez głośnik:**

- Czy wśród pasażerów jest lekarz? Jeden z pasażerów wstaje i idzie do kabiny pilota. Po chwili z głośnika słychać głos lekarza:
- Czy wśród pasażerów jest pilot?

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 składkowe 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

Zapraszamy do naszych biur w Holandii

czw. - pt.: 15.00 - 20.00 sobota: 12.00 - 18.00

od 1.05.2013 biuro w Arnhem będzie czynne w każdą
sobotę w godzinach 10.00-18.00

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: rzyszow@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