

Ukazujemy się
w sieci gazet
bezpłatnych
EXTRA

W NUMERZE

Pierwsze kroki
w Holandii



Strona 2

Ciekawostki
o Holandii



Strona 7

Policja uczy się
języka polskiego!



Strona 9



tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń
dla Polaków w Holandii

Algemene heffingskorting. Rozłąkowe

Każda osoba pracująca na terenie Holandii i płacąca holenderskie podatki ma prawo do ulgi podatkowej (algemene heffingskorting). Ulga ta jest popularnie zwana „rozłąkowym”, czyli dodatkowym zwrotem nadpłaconego podatku ze względu na partnera o niskich dochodach.

Z ulgi tej mogą skorzystać będący partnerami fiskalnymi zgodnie z holenderskim prawem podatkowym. Partnerami są osoby pozostające w związku małżeńskim, osoby pozostające w związku partnerskim według holenderskiego prawa cywilnego oraz pary posiadające wspólne dziecko i prowadzące wspólne gospodarstwo domowe, czyli posiadające wspólne zameldowanie. Dwie osoby samotne mogą ubiegać się o uznanie partnerstwa fiskalnego jeśli zamieszkują razem,

DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. STOCK. XCHNG / MIROSLAV SÁRÍČKA

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

Algemene heffingskorting. Rozłukowe

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

nie mają żadnych innych partnerów oraz mają wspólny majątek potwierdzony notarialnie.

Oboje partnerzy mają prawo do tej ulgi podatkowej. Jednakże jest jeszcze kilka warunków, które muszą spełniać, aby z niej skorzystać.

Jeżeli osoba pracująca w Holandii, w 2013 roku osiągnęła dochód poniżej minimum wolnego od opodatkowania, to jest poniżej 7.268 euro, wtedy otrzymuje zwrot ca-

łości podatku zapłaconego przez pracodawcę do Belastingdienst. Wtedy nie może się już ubiegać o dodatkowy zwrot na partnera. Jeśli jeden z partnerów, zwykle osoba nie pracująca w Holandii, nie ma dochodu wcale lub ma dochód niewielki (poniżej wyżej wymienionego minimum) w danym roku podatkowym, to osoba pracująca w Holandii i opłacająca holenderskie podatki może otrzymać dodatkowy zwrot. Zwrot ten jest nie większy niż całość podatków odprowadzonych przez pracodawcę. Tu należy zwrócić uwagę na to, iż holenderskie organy podatkowe wydają w tym przypadku dwie decyzje. Jedną na osobę pracującą w Holandii i drugą na partnera z Polski. Suma zwrotów podatku z tych dwóch decyzji nie może

przekroczyć całkowitego podatku odprowadzonego w Holandii.

W przypadku, gdy odprowadzony podatek przewyższa te zwroty, to zwrot na mniej zarabiającego partnera w roku 2013 będzie wynosił maksymalnie 2.001 euro, gdy partner urodził się przed 01.01.1963 roku. Natomiast nie będzie wyższy niż 1.467 euro, jeśli jest on urodzony pomiędzy 01.01.1963. r., a 01.01.1972. r. oraz dla partnerów młodszych posiadających dzieci urodzone po 31.12.2006 roku. Dla partnerów młodszych nie posiadających dzieci urodzonych po 2006 roku kwota ulgi nie przekroczy 1.335 euro.

Warunkiem koniecznym wnioskowania o wyżej opisaną ulgę jest posiadanie przez obu partnerów numeru fiskalnego zwanego kiedyś SOFI, a obecnie BSN (Burgerservicenummer). O ile osoba pracująca w Holandii oczywiście ma ten numer, to w przypadku partnerów pozostających w Polsce trzeba taki numer uzyskać. Można to na przykład zrobić przez wyspecjalizowaną kancelarię podatkową, która załatwi za nas wszelkie formalności. Procedura korespondencyjnego uzyskania numeru BSN trwa minimum cztery miesiące. Radzimy więc osobom pracującym w Holandii, które chcą się ubiegać o tę ulgę czyli tzw. rozłukowe, aby jak najszybciej skontaktowały się z najbliższym biu-

rem w sprawie uzyskania numeru BSN dla partnera. Na początku przyszłego roku, gdy pracodawcy wydadzą jarografy i będziecie się rozliczać będzie jak znalazł.

Przy okazji dementujemy pogłoski jakoby ulga ta miała być zniesiona. Na razie trwają dyskusje w holenderskim parlamencie nad jej zniesieniem od 2015 roku, ale tylko dla osób najwyższej zarabiających – powyżej 55.991 euro rocznie.

Przypominamy również, że osoby które nie skorzystały z tej ulgi w latach poprzednich w dalszym ciągu mogą się o nią ubiegać. Holenderskie prawo podatkowe zezwala na dokonywanie korekt rozliczeń 5 lat wstecz, czyli do 31 grudnia tego roku wszyscy chętni mogą złożyć ponowne rozliczenia za lata 2008 – 2012 i z tej ulgi skorzystać.

(RED.)

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

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



FOT. STOCK. XCHNG
/ JORGE VICENTE

Pierwsze kroki w Holandii – Wypowiedzenie legalnego pobytu w Holandii

Jeżeli Państwa pobyt w Holandii stanowi nadmierne obciążenie dla systemu świadczeń społecznych, istnieje wówczas ryzyko – zgodnie z przepisami unijnymi – że otrzymają Państwo nakaz opuszczenia terytorium Królestwa Niderlandów.

Wypowiedzenie legalnego pobytu w Holandii może również nastąpić z racji dopuszczenia się czynu karalnego, co prowadzi do uznania danej osoby za niepożądaną. To również łączy się z nakazem opuszczenia Holandii i zakazem przebywania na terenie kraju. Złamanie tego zakazu może spowodować wszczęcie przeciwko Państwu postępowania karnego. ŹRÓDŁO: MINISTERSTWO SPRAW SOCJALNYCH I ZATRUDNIENIA



FOT. MICHAŁ
ZACHARZEWSKI, SXC

Reklama

TO MIEJSCE CZEKA NA
TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM
DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolski.nl

Reklama

**POLSKA TELEWIZJA SATELITARNA
W HOLANDII**



SKLEP

w Rotterdam-Zuid

3083 RN

Ebenhaezerstraat 32A

tel. 0 619 339 421 / 0 684 763 828

WWW.ROBSAT.NL

**MONTAŻE, USTAWIENIA, DEKODERY,
UMOWY, TELEWIZJA NA KARTĘ,
UCHWYTY, KONWERTERY, CZASZE,
STOJAKI, KABLE, PRZEWODY,
DOŁADOWANIA TELEWIZJI NA KARTĘ,
ANTENY WIFI**

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

Czego szaman może nauczyć lekarza

Nasza medycyna zapomniała, jak wiele zawdzięcza Indianom, i że lekarzowi do szamana jest bliżej niż nam się zdaje – mówi PAP prof. Zdzisław Jan Ryn, psychiatra, podróżnik, członek światowego Klubu Odkrywców, b. ambasador RP w Chile, Boliwii i Argentynie.

PAP: W swoich książkach – „Medycynie indiańskiej” i wydanej właśnie „Wyspie Wielkanocnej” (Medycyna Praktyczna, 2013) – opisuje Pan szczegółowo obrzędy lecznicze Indian i mieszkańców Rapa Nui. Ale czy zdarzyło się Panu kiedyś korzystać z usług szamana czy uzdrowiciela?

Prof. Zdzisław J. Ryn: – Do słownie rzecz biorąc – nie. Nigdy nie miałem „ciągoty”, żeby wypróbować na samym sobie, ale brałem udział w wielu ceremoniach leczniczych jako obserwator uczestniczący. Na początku moich podróży do Ameryki Łacińskiej największe wrażenie wywarły na mnie praktyki na półwyspie Yucatán w Meksyku w miejscowości Huautla de Jimenez, gdzie tamtejsze uzdrowicze – curanderos – stosują grzyby halucynogenne. W ich języku zresztą nazywa się je „grzybami ułatwiającymi kontakt z bóstwami”, co pokazuje, jak odmiennie od nas postrzegają oni to zjawisko. Na początku byłem bardzo sceptyczny wobec szamanów i uzdrowicieli – tak jak medycyna i psychiatria współczesna, które patrzą na medycynę tradycyjną z dystansem. Dzisiaj sądzę, że jest to wynik naszej ignorancji.

– Cóż więc się stało, że zmienił Pan swoje podejście do tego rodzaju praktyk?

– Po raz pierwszy zetknąłem się z medycyną Indian Ameryki Łacińskiej czterdzieści lat temu. Jako lekarz polskiej wyprawy w Andy Patagonii – a to była największa przygoda mojego życia, która trwała 14 miesięcy – przyjechałem zafascynowany medy-

cyną górską. Wtedy jako lekarz ekspedycji wysokogórskich prowadziłem obserwacje i badania do swojego doktoratu, a potem habilitacji. Byłem w Kaukazie, Hindukuszu i przede wszystkim Andach, gdzie spędziłem kilka lat. Gdy docieraliśmy w Andach do prawie nieodwiedzanych przez białych ludzi miejsc, o których Indianie mówią „tam, gdzie diabeł zgubił swoje poncho”, z wielkim zdumieniem patrzyłem, jak żyją tam miliony ludzi, którzy nigdy nie widzieli na oczy wyształconego lekarza.

To są regiony, gdzie naturalnym światem medycyny jest uzdrowiciel, który dziedziczy od tysięcy lat doświadczenia przodków, gromadząc wiedzę, która mnie zaskakowała bystrością ich obserwacji i koncepcją jedności organizmu człowieka z przyrodą. Indianie nie mają pojęcia o anatomii człowieka, jego fizjologii i fizjopatologii, ale wiedzą, co to jest człowiek cierpiący i jak można mu pomóc. Mają bowiem doświadczenie wynikające z wielopokoleniowej obserwacji.

– W swojej „Medycynie indiańskiej” pisze Pan, że w Ameryce Łacińskiej lekarze „w kitlach” i uzdrowicze traktują się wzajemnie z szacunkiem, a nawet pracują razem w szpitalach...

– To prawda, że coraz więcej jest lekarzy zainteresowanych światem medycyny naturalnej; w efekcie w wielu krajach Ameryki Łacińskiej ministerstwa zdrowia dopuściły współpracę miejscowych uzdrowicieli z lekarzami. Odwiedziłem południowoamerykańskie szpitale – np. w argentyńskim Manzanillo Historico czy boliwijskim Sucre – i tam czy metody tradycyjne z medycyną konwencjonalną.

Muszę wspomnieć, że uczestniczyłem właśnie w ósmym Światowym Kongresie Medycyny Tradycyjnej w Limie, który – co trzeba podkreślić – poświęcony był pamięci polskiego uzdrowiciela i zielarza, salezjanina, ojca Edmunda Szeli, pochowanego w stolicy Peru. Pięćdziesiąt lat poświęcił on bada-

niom nad roślinami leczniczymi Amazonii i Andów i utworzył Instytut Fitoterapii. Jego pragnieniem było, aby leki roślinne służyły także jego rodakom w Polsce. Obrady Kongresu były – do słownie i w przenośni – bardzo barwne. Na sali obok siebie pojawili się z jednej strony – wybitni naukowcy i lekarze, a z drugiej – szamani. Ci ostatni pokazywali swoje praktyki uzdrawiania – z oczyszczaniem, talizmanami, modlitwami, tańcem i śpiewami.

– Ale przecież oprócz tych autentycznych uzdrowicieli i zielarzy nie brak zwykłych szarlatanów. Pewnie spotkał Pan ich też w swoich podróżach?

– Oczywiście, miałem nieraz wrażenie, że niektórzy curanderos wykorzystują ciemnotę i analfabetyzm Indian. Myślę, że sprawdzianem wartości uzdrowiciela jest to, czy ma on powodzenie u pacjentów. Tak samo jak z naszymi psychoterapeutami: niektórzy z nich kończą dziesiątki kursów, ale nie potrafią pomóc osobom potrzebującym, bo nie mają tego, co Indianie nazywają „mocą leczniczą”. Indianie od dziecka przygotowują przyszłego curandero: przyszły szaman od najmłodszych lat towarzyszy swojemu ojcu czy matce i uczy się znajomości roślin: jak je uprawiać, gdzie je znajdować, jak je przygotować. Miałem okazję przyglądać się, jak się przygotowuje świętą roślinę Wyspy Wielkanocnej – matua pua – rodzaj paprotki, rosnącego przede wszystkim na dnie krateru wulkanu Rano Kau.

– Tu nasuwa się bliskie skojarzenie z szamanizmem: kilka tygodni temu nazywany „uzdrowicielem” ksiądz ugandyjski John Baptist Bashobora zgromadził blisko 60 tys. ludzi na Stadionie Narodowym w Warszawie. Sprawa wywołała rozgłos w mediach.

– Nie chcę wypowiadać się o samej tej postaci, bo jej nie znam. Moją uwagę zwraca przede wszystkim fenomen obecności dziesiątków tysięcy ludzi, którzy wzięli w tym udział,



FOT. STOCK. XCHNG / DALE EURENIUS

placąc niebagatelne pieniądze za bilety. Moim zdaniem, jest to wyraz upadku zaufania do niewydolnej medycyny naukowej. Technicyzacja i fatalna organizacja służby zdrowia czyni z lekarza urzędnika, gdzie nawet przy najlepszej woli nie ma możliwości indywidualnego kontaktu z pacjentem. Nie dziwię się, że tysiące ludzi – nie zawsze religijnych – szuka innej formy pomocy leczniczej. Technologia w medycynie jest bardzo ważna, ale nie można zapominać – jak to się zdarza – o stronie humanistycznej w relacjach lekarz-pacjent.

– Wracając do Indian Ameryki Łacińskiej, co najbardziej zawdzięcza im współczesna medycyna?

– Myślę, że najbardziej cenne dla nas jest odkrycie przez medycynę indiańską wartości leczniczych roślin. Indianie amazońscy są od dawna przekonani, że człowiek nie może zachorować na żadną chorobę, na którą nie

ma lekarstwa w przyrodzie. Podobnie jest na Wyspie Wielkanocnej. Około 400 leków, które są dziś w oficjalnym spisie światowym, jest pochodzenia roślinnego, głównie z Amazonii, którą nazywa się „największą apteką świata”. Lekarze nie chcą dziś pamiętać, że te właściwości lecznicze wykrywali curanderos przez dziesiątki pokoleń metodą prób i błędów.

– Ale Indianie odkryli też środki halucynogenne – takie jak słynna roślina ayahuasca – które, choć rozpowszechnione w Ameryce Południowej, są w wielu krajach zabronione jako środki psychoedukacyjne.

– W tradycji szamanów peruwiańskich wyciąg ayahuasca służy do poznawania świata otaczającego i świata wewnętrznego człowieka. Wszelkie starania uzdrowicieli zmierzały do wprowadzenia się w trans razem z pacjentem, aby w stanie odmiennej świadomości poznać,

co leżało u źródła choroby. Można się w tym dopatrzeć pewnych analogii do koncepcji psychoanalitycznych, choćby interpretacji marzeń sennych przez Freuda. U niektórych ludów – jak u amazońskiego plemienia Shipibo – powstają bardzo interesujące dzieła sztuki, które są bezpośrednią ekspresją halucynacji wzrokowych. To prawda, że ayahuasca traktowano w wielu krajach jako owoc zakazany. Jednakże jednoznacznie nie udowodniono, aby wywoływała uzależnienia. Co więcej, w niektórych ośrodkach rehabilitacyjnych wyciąg z rośliny stosuje się w leczeniu odwykowym w alkoholizmie i narkomanii.

– Czego jeszcze lekarz może się nauczyć od szamana?

– Z mojego punktu widzenia – lekarza psychiatry – bardzo istotne są naturalne talenty psychoterapeutyczne Indian. U nas psychoterapeuci prowadzą terapię grupową, kiedy nie mają zwykle innej możliwości – bo

Reklama



„SPRAW BY INNYM ŻYŁO SIĘ LEPIEJ, A DOŚWIADCZYSZ TEGO SAMEGO...”

Dziś mamy ofertę dla każdego, kto chce poprawić swoją obecną sytuację materialną. Oferujemy legalną szansę osiągnięcia niezależności finansowej. Jest to wspaniała możliwość międzynarodowego biznesu promującego zdrowy styl życia.

<http://etnan.eu/baza-wiedzy/film/biznes-flavon-max/>

Link do rejestracji <http://M-340637.etnan.eu/register.html>

Pytania prosimy kierować na maila: bok@etnan.biz

mają zbyt wielu pacjentów; preferują jednak psychoterapię indywidualną. Indianie Mapucze (Araukanie) odwrócili tę proporcję: kiedy Indianka wpada w depresję poporodową, wtedy uzdrowicielka angażuje całą wioskę do współpracy: jeźdźcy na koniach przez całą noc odstraszać złe duchy, które miały wywołać chorobę, cała rodzina masuje tę kobietę, towarzyszy jej. Mówiąc pół żartem: nie wypadłoby takiej chorej nie wyzdrowieć, kiedy wszyscy wokół niej chcą ją uzdrowić. U nas jest inaczej: chorego psychicznie najchętniej się „pozbywamy” umieszczając go w szpitalu. U Indian pozostaje on pod opieką bliskich.

Współczesny lekarz jest zafascynowany technologią, ale często nie wie, kogo leczy, nie zna nazwiska pacjenta, którego operuje. Nie ma czasu dla pacjen-

tów, a czasem nie jest nimi zainteresowany, bo koncentruje się na samym zabiegu. A więc często nie zaspokaja naturalnych potrzeb człowieka cierpiącego – kontaktu i zrozumienia. Indianie curanderos czynią to w sposób doskonalszy od naszego. I jeszcze jedno: Indianie doceniają wspólnotę świata ożywionego i nieożywionego. My żyjemy w hermetycznym świecie: w kabinach wind, w samochodach, pociągach, a oni żyją blisko natury, zwykle chodzą boso. I ta bliskość natury jest też lekcją, którą możemy od nich odebrać.



Prof. Zdzisław Jan Ryn,
(ur. 1938 r.), profesor psychiatrii w Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego i Akademii Wychowa-

nia Fizycznego w Krakowie, badacz medycyny i antropologii Indian Ameryki Łacińskiej. Jest autorem 32 książek i 430 artykułów naukowych. Członek nowojorskiego The Explorers Club. Był lekarzem wypraw wysokogórskich (Kaukaz, Hindukusz, Andy) oraz kierownikiem naukowym wypraw na Wyspę Wielkanocną (1995-2010). Ambasador RP w Chile, Boliwii (1991-1996) i Argentynie (2007-2008). Laureat wielu odznaczeń polskich i zagranicznych, w tym doktoratu honoris causa Universidad Científica del Sur w Limie i Nagrody Augusto Castello Roca w medycynie górskiej (Hiszpania).

ROZMAWIAŁ SZYMON ŁUCYK (PAP)
PAP – NAUKA W POLSCE
SERWIS NAUKA W POLSCE



FOT. STOCK. XCHNG./JOHNYZPODO



**Jobs
Services
Pay-roll**

Vacature Assistant Planning:

Wij zijn op zoek voor onze hoofdvesting in Maasdijk naar een dynamische en flexibele nieuwe collega.

Takenpakket:

- Informeren van uitzendkrachten over veranderingen in huisvesting en vervoer.
- Dagelijkse planning invullen voor klanten.
- Back-up bij vakanties en vrije dagen van hoofd Planning.
- Planningslijsten verzorgen voor uitzendkrachten, administratie en klanten.
- Controleren van rittenadministratie van het buitenlands vervoersbedrijf.

Wij zoeken iemand die fulltime beschikbaar is en geen 9 tot 17.00 mentaliteit. Daarnaast moet de kandidaat zowel de Nederlandse als Poolse taal kunnen spreken en schrijven.

Ben je geïnteresseerd stuur dan een CV en motivatie in het Nederlands naar Patrick Olsthoorn patrick@nl-jobs.com

PRACA

● **Pracownik produkcji w Delfzijl.** Obowiązki: pakowanie perfum, wycinanie kodów kreskowych z opakowań. Wymagania: zdolności manualne, dyspozycyjność do pracy na min 6 miesięcy, dobra znajomość j. angielskiego lub holenderskiego. Zadzwoń: Venray + 31 478529977, Den Haag +31 703633927, Amstelveen +31 204701513, Tilburg +31 886886350, CV: Jobs@ottoworkforce.eu.

● **Customer Service Representative.** De Customer Se-

rvce Representative is verantwoordelijk voor alle activiteiten die aan orders gerelateerd zijn in het logistieke centrum in Rotterdam. Hij of zij werkt samen met de klantenservice teams van zowel EMEA, APAC en AMER en ook met lokale teams. Taken en verantwoordelijkheden: Orders met een probleem behandelen en documenteren; Escalaties afhandelen en begeleiden; Verbruik goederen bekijken en waar nodig aanpassen; Verschepingsdatum aanpassen en orders sluiten ERP systeem; Maken van papier-

werk voor verscheeping; Export documentatie maken. Verantwoordelijkheden: Efficient order management; Regelen van orders die dezelfde of volgende dag verscheept dienen te worden; Assisteren bij het regelen van speciaal papierwerk voor zending zoals Certificaten van oorsprong etc. Vaardigheden: MBO denk- en werkniveau, ervaring in een soortgelijke positie; Het kunnen inschatten van urgentie van taken en escaleren indien nodig; In staat zijn om in een snel veranderende omgeving te werken; Engels, zo-

wel schriftelijk als mondeling goed; Nederlands, zowel schriftelijk als mondeling goed; Goede telefonische vaardigheden; Ervaring met MS Office en ERP systemen (SAP, Navision of anderen). Geïnteresseerd? Stuur jouw CV naar: kloboda@ottoworkforce.eu.

● **Dwie fryzjerki** - Rotterdam. SZUKAM 2 FRYZJEREK DO SALONU FRYZJERSKIEGO „SONJA” W ROTTERDAMIE TEL. 0684 504 410.

● **Praca przy naprawie**

i konserwacji maszyn w piekarni w okolicach Tilburga. Agencja pośrednictwa pracy Job Investment poszukuje mężczyzn do pracy przy naprawie maszyn, utrzymywaniu ich w ruchu oraz konserwacji maszyn w piekarni w okolicach Tilburga. Wymagania: - doświadczenie na podobnym stanowisku (mechanik, serwisant maszyn); - mile widziane wykształcenie mechaniczne, techniczne; - dobra znajomość języka angielskiego; - samodzielna organizacja pracy; - odporność na stres i umiejętność pracy pod presją czasu; - możliwość pracy w trybie zmianowym; - numer sofi, konto w banku holenderskim, dowód tożsamości. Oferujemy: - stałą pracę na dłuższy okres; - atrakcyjne wynagrodzenie; - pracę w renomowanej firmie. Jeśli spełniasz powyższe wymagania i jesteś zainteresowany ofertą pracy, wyślij do nas CV na adres: polen@jobinvestment.nl lub skontaktuj się z nami telefonicznie: 073 711 2 717.

● **Pracownik fizyczny pod Tilburgiem.** Agencja zatrudnienia Job Investment poszukuje młodych mężczyzn do pracy przy linii produkcyjnej w okolicach Tilburga. Wymagania: - Preferowany przedział wiekowy 19 - 22 lata; - Mile widziane doświadczenie w pracach produkcyjnych, na linii produkcyjnej; - Chce do pracy i zaangażowanie; - Własne zakwaterowanie; - Wskazane posiadanie wszelkich potrzebnych dokumentów tj.: sofi numer, konto bankowe. Oferujemy: - Wynagrodzenie zależne od wieku (stawki wiekowe); - Przyjazna i swobodna atmosfera w pracy; - Długoterminowe zatrudnienie. Jeśli jesteś zainteresowany i chce poznać więcej szczegółów wyślij nam swoje CV na adres polen@jobinvestment.nl oraz skontaktuj się z nami telefonicznie a umówimy się na wstępne spotkanie 0 73 711 3 717. Ta praca czeka właśnie na Ciebie!!

● **PRACOWNIK DO ROBIE-NIA PIZZY** - ROTTERDAM. POSZUKUJĘ PRACOWNIKA DO ROBIE-NIA PIZZY W RESTAURACJI W ROTTERDAMIE TEL. 06844 074 448.

● **Brukarz / Prace ziemne.** Dla naszego klienta poszukujemy Brukarza który spełnia poniższe wymagania: -posiada

certifikat VCA; -kładzenie kostki i podbruku w związku z pracami przy światłowodach; -wynagrodzenie 10,61 euro brutto; -praca stałą na lata dla osoby która się sprawdzi. Agencja pośrednictwa pracy za granicą numer certyfikatu 3762. kontakt dczarnecka@eurotemp.nl bądź 06 228 09 570.

● **Praca - szukam:** Pilnie poszukuje pracy. Kobieta w średnim wieku pilnie poszukuje pracy w produkcji lub sady, sprzątanie; proszę dzwonić pod numer 0031614526981 w Holandii 0614526981 pytać o Joannę.

● **PRACA W SADACH PRZY ZBIORACH OWOCÓW.** OPIS STANOWISKA: Praca w sadach przy zbiorach jabłek i gruszek. WYMAGANIA: -2 tygodnie wolnego czasu; -Motywację i chęć do pracy na świeżym powietrzu; -Płaszcz przeciwdeszczowy i kalosze. OFERUJEMY: - Atrakcyjne wynagrodzenie; - Transport z Polski do Holandii oraz z miejsca zakwaterowanie do zakładu pracy; -Zakwaterowanie; -Obsługę kadrowo-administracyjną. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV wraz z klauzulą o ochronie danych osobowych pod adres: praca@sbaeuro.pl z dopiskiem w temacie maila: OWOCE.

● **PRACOWNIK ZAKŁADU MIĘSNEGO.** OPIS STANOWISKA: Wieszanie szynek, odcinanie karczków od łopatki, obcinanie podgardla ze słoniną, wieszanie łopatek na haki, prace pomocnicze takie jak kładzenie podgardla i słoniny na maszynę w celu oskórowania, pakowanie karczków do pudeł kartonowych. WYMAGANIA: -Mile widziane doświadczenie w pracy w zakładzie mięsny, w pracy z nożem; -Szukamy wysokich, silnych, dobrze zmotywowanych osób; -Komunikatywna znajomość języka angielskiego lub niemieckiego; - Dyspozycyjność na dłuższy okres czasu. OFERUJEMY: - Atrakcyjne wynagrodzenie; - Transport z Polski do Holandii oraz z miejsca zakwaterowanie do zakładu pracy; -Zakwaterowanie; -Obsługę kadrowo-administracyjną. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV wraz z klauzulą o ochronie danych osobowych pod adres: praca@sbaeuro.pl z dopiskiem w temacie maila: ZAKŁAD MIĘSNY.

Reklama

LUXADA
Przewozy osobowe



WIATRAK.NL



MOJA HOLANDIA
PORTAL O HOLANDII

GoniecPolski.nl



Rzeczy o których mało kto wie, czyli ciekawostki o Holandii i jej mieszkańcach

1. Holandia polskim drewnem stoi.

Zastanawialiście się kiedyś skąd Holandia, jako kraj nie tak bardzo zalesiony, miała aż tyle drewna do budowy osławionych wiatraków i statków? Otóż z Polski! Już w XV wieku polska szlachta ubijała świetne interesy z Holendrami sprzedając im za dobrą cenę polskie drewno, które służyło do budowy domów, mostów i tym podobnych. W tamtych czasach był to bardzo drogi i pożądaný budulec, który docierał do Holandii wpierw Naszą rodzimą Wisłą a później drogą morską. Wiele z tych budowli dumnie zdołało przetrwać do dziś, jak osławione na cały świat wiatraki czy zabytkowe statki floty królewskiej. Co

więcej, nie na darmo się mówi, że na dębowych palach z polskiej Białowieszy do dziś stoi cały Amsterdam.

2. Najwyższy naród świata.

Wszyscy wiemy, że Holendrzy należą do osób, które charakteryzują się najwyższym wzrostem na świecie. Statystyczny Holender ma aż 181 cm wzrostu, Holenderka natomiast 176 cm. Dlaczego tak jest? Tego nikt nie wie do końca, ale na bazie tego faktu powstało wiele poważnych i mniej poważnych teorii (nieraz sami Holendrzy je wymyślili), poniżej przedstawiamy kilka z nich:

- Holendrzy są tacy wysocy, ponieważ z Królestwie Niderlandów statystycznie jest zbyt mało słonecznych dni, dlatego też mu-

szą się wypinać do góry, by zająć choć trochę promieni słonecznych.

- Naród ten jest najwyższy na świecie, ponieważ statystycznie jada on wiele przetworów mlecznych bogatych w witaminę D jako podstawowy budulec mocnych kości.

- Jest to efekt bardzo popularnej w Holandii gry dla dzieci o nazwie Koekhappen. Gra ta polega na związaniu kawałka ciastka (najczęściej piernikowego) wysoko na sznurku. Każda osoba biorąca udział w zabawie musi z zawiązanymi oczami zjeść jak najszybciej ciastko bez użycia rąk! Kto dokona tego pierwszy wygrywa. Tak więc rozciąganie do góry Holendrzy mają wpajane od lat najmłodszych;

3. Antynobel dla Holenderskiego przyrodnika.

Niedawno odbyła się ceremonia przyznawania nagród o nazwie Antynoble. Głównym ich zamysłem jest popularyzacja nauki i pokazanie jej innych, nieraz zabawnych aspektów. Jednym z laureatów tegorocznego Antynobla stał się holenderski badacz przyrody, Bert Tolkamp, który sporą część swojego naukowego życia spędził na badaniu życia... krów. Jego badania doprowadziły do dwóch wniosków:

- im dłużej krowa pozostaje w pozycji leżącej tym większe jest prawdopodobieństwo że się podniesie (!),

- kiedy krowa już wstanie, jest niemożliwe by określić kiedy znów się położy.

Tak więc na naszych oczach powstaje nowa nauka – psychologia krów;

AT



FOT. STOCK. XCHNG / MARIJN VAN BRAAK



FOT. STOCK. XCHNG / ARTUNET



FOT. STOCK. XCHNG / ALESSANDRO PAIVA

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

Polskimarket.nl
Polski Sklep ONLINE w Holandii

3000 PRODUKTÓW / 150 KATEGORII
DOSTAWA NA TERENIE CAŁEJ HOLANDII

Czekaj na przesyłkę

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.

Reklama

www.pomagam.de

BIURO DORADCZE DLA POLAKÓW W NIEMCZACH

Miejsą 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

MIĘDZYNARODOWY PRZEWÓZ OSÓB POLSKA - NIEMCY- HOLANDIA- BELGIA

- Auta Renault Trafic z 2012 i 2013
- DVD - monitory dla pasażerów
- Klimatyzacja dla pasażerów
- Zawsze dwóch kierowców - **Wasze bezpieczeństwo**
- Przewożymy od drzwi do drzwi
- Ubezpieczenie pasażerów na czas podróży
- Przewóz paczek

W Holandii dojeżdżamy wszędzie !!!

tel. +48 880 810 913

www.RUMAR.pl

Kolejne kontrole samochodów na polskich rejestracjach

Holenderskie Ministerstwo Finansów w odpowiedzi na coraz częstsze przypadki nie przerejestrowywania przez Polaków i innych obywateli krajów swoich samochodów na holenderskie tablice rejestracyjne (jest to obowiązek poparty ustawowo) zapowiedziało kolejny szereg wyrzutowych policyjnych kontroli drogowych dla tychże samochodów.

Dzięki temu chce zmusić Polaków, a także innych obywateli krajów zamieszkujących na terenie Holandii do płacenia obowiązkowego podatku od posia-

dania samochodów osobowych i motocykli (BPM). W opinii wice-minister finansów Fransa Weekersa holenderski skarbiec traci co roku bardzo dużo wpływów podatkowych z tytułu nie płacenia tych podatków przez obywateli krajów.

W związku z tym planowane są na szeroką skalę sporadyczne kontrole na drogach państwowych. W planach jest także wydanie przez Ministerstwo Finansów specjalnej broszury informacyjnej, w której ma zostać jasno wytłumaczone w jaki sposób przerejestrować swój samochód. Broszura ta ma także zawierać informacje, jakie kary będą grozić za niedopełnienie tego obowiązku.

AT



FOT. MICHAŁ ZACHARZEWSKI, SXC

**SOKÓŁ &
MARYSIA
STAROSTA
WŁODI
VNM
SENSI &
DJ LEM**

**WIZUALIZACJE:
VJ VAN**

12.10.2013

ROTTERDAM@The Thalia / START 20:00
Kruiskade 31 / 3012 EE Rotterdam

Bilety: €25 w przedsprzedaży / €30 w dniu koncertu / do nabycia:

www.easyticket.nl

Groszek - Ebenhaizerstraat 20A t/m 26, 3083RN Rotterdam
Groszek - Zuiderparklaan 26+28, 2574HK Den Haag
Groszek - Broersveld 97, 3111LE Schiedam
Halinka - Nassaustraat 10, 2771 DW Boskoop
Halinka - Dirk De Derdeleaan 11, 3132 HA Vlaardingen
Julka - Van Zeggelenlaan 77, 2524AB Spoorwijk Den Haag

Info koncertowe: **www.facebook.com/polskihiphopwholandii**

**POLISH
HipHop
FEST
vol. 1**

Symposium: „Osiągnąć sukces w Holandii”

Dnia 19 października 2013 r. odbędzie się symposium pod tytułem „Osiągnąć sukces w Holandii”, zorganizowane przy współpracy Stowarzyszenia Polonus i Stowarzyszenia Przedsiębiorców Polsko – Nederlandzkich (VPNO) oraz pełnym wsparciu Ambasady Rzeczypospolitej Polskiej. Inicjatorzy przedsięwzięcia pragną umożliwić ambitnym osobom z Polski i Holandii uzyskanie świeżego spojrzenia i zdobycia dodatkowej wiedzy w interaktywnym i zachęcającym do działania otoczeniu, a zarazem stworzyć sposobność do nawiązania nowych kontaktów. Podczas symposium dwóch cenionych prelegentów

podzieli się z nami swoją wiedzą.

Tonny Loorbach zabierze nas do świata marketingu internetowego, przedstawiając nam najnowsze poglądy na temat kluczowych aspektów udanej strony internetowej. Wykład Jacka Walkiewicza będzie natomiast traktować o cechach osobowości i kwestiach mentalnych, pomagających nam w osiąganiu wyznaczonych przez nas celów.

– Czy należą Państwo do przedsiębiorców, poszukujących najnowszych metod na zwiększenie dochodowości swojej działalności?

– A może stoją Państwo dopiero u progu kariery i pragną poznać możliwości zastosowania marketingu internetowego w Państwa biznesie?

– Chcieliby Państwo dowiedzieć się, jak zadbać o dalszy

rozwój swoich wartości osobistych i zastosować je w sferze zawodowej?

– Wpadli Państwo na genialny pomysł, jednak brak Państwu koncepcji, w jaki sposób można by go zrealizować?

Oznacza to, że niniejsze symposium zostało stworzone z myślą o Państwie!

Chcą Państwo wziąć udział w spotkaniu ze znakomitymi mówcami? Pragną Państwo wymienić się swoimi przemyśleniami z innymi przedsiębiorcami? Bilety dostępne w sprzedaży od 2 września br. na www.polonus.nl!

Jeżeli chcieliby Państwo uzyskać bardziej szczegółowe informacje lub interesują Państwa możliwości sponsoringowe, zachęcamy do kontaktu mailowego pod adresem pr@polonus.nl lub info@vpno.nl

ŹRÓDŁO: WWW.VPNO.NL

Reklama

SYMPOZJUM

OSIĄGNĄĆ SUKCES W HOLANDII

Networking w inspirującej atmosferze

19 PAŹDZIERNIKA 2013

POCZĄTEK : 15.00
KONIEC: 23.00

MIEJSCE: WOUDEBERG, PARTYCENTRUM SCHIMMEL
CENA: 37,50 OD OSOBY,
WLACZNIE Z POLSKIM CATERINGIEM

Bilety dostępne w sprzedaży od 1 września br. przez
www.Polonus.nl i www.vpno.nl
Kontakt: 0611734944 | pr@polonus.nl | info@vpno.nl

Stowarzyszenie Polonus i Stowarzyszenie Przedsiębiorców Polsko – Nederlandzkich (VPNO) zjednoczyły siły by stworzyć niesamowite wydarzenie.

JACEK WALKIEWICZ
Autor bestsellera „Pełna Moc życia”.
Jeśli już o czymś marzysz, sięgnij po to!

TONNY LOORBACH
Strona internetowa jako niezbędne narzędzie marketingowe. Jak wykorzystać e-biznes dla zwiększenia dochodowości firmy?

Reklama

UWAGA KONKURS!!!

Do wygrania aż 10 pojedynczych wejściówek na festiwal hip-hopowy z udziałem polskich gwiazd 12 października 2013 r. w Rotterdamie

Zadanie konkursowe brzmi:

Wymień dwóch dowolnych wykonawców, którzy wystąpią na festiwalu hip-hopowym 12.10.2013 r. w Rotterdamie.

(podpowiedzi szukajcie w na str.8)

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

Nazwiska zwycięzców zostaną umieszczone na liście gości (wejście za okazaniem dokumentu tożsamości).

Ze zwycięzcą skontaktujemy się drogą mailową. Sponsorem nagrody jest organizator koncertu.

Zwycięzca zostanie ogłoszony dnia 05.10.2013 roku na naszej stronie internetowej goniecpolski.nl oraz na naszym profilu na facebooku [facebook.com/GoniecPolski.nl](https://www.facebook.com/GoniecPolski.nl)

Regulamin konkursu dostępny na stronie www.GoniecPolski.nl.

Holenderska policja uczy się języka polskiego!

Funkcjonariusze służb porządkowych w holenderskim rejonie Gelderland coraz bardziej dostrzegają potrzebę współpracy z Polakami zamieszkującymi w tym rejonie. W tym celu od niedawna zostały wprowadzone obowiązkowe kursy języka polskiego dla policjantów z tego regionu.

Na początek obowiązek ten dotyczy tylko dziesięciu policjantów, niemniej jednak są plany, by każdy funkcjonariusz z tego regionu znał nasz rodzimy język

w stopniu co najmniej podstawowym. Zdaniem regionalnej policji jest to bardzo potrzebny zabieg, ponieważ w tym rejonie osiedla się coraz więcej Polaków, z którymi jest bardzo ciężko się porozumieć nie tyle po holendersku, ile nawet po angielsku – nasi obywatele znają tylko język polski.

Policjanci poza samym językiem będą się także uczyć podstawowej wiedzy na temat Polski oraz jej kultury, by współpraca pomiędzy organem porządkowym i emigrantami odbywała się na jak najlepszej płaszczyźnie.

AT



FOT. STOCK. XCHNG / ADRIAN VAN LEEN

OGŁOSZENIA DROBNE

● **Nauka: ODKRYWAMY JEZYK POLSKI! LEKCJE JEZYKA POLSKIEGO DLA DZIECI W WIEKU OD 8 LAT W HOORN.**
– Doświadczona polonistka, dyplom Uniwersytetu Jagiellońskiego. Obecnie nauczycielka języka polskiego w The International School of Amsterdam. Małe grupy (max. 10 uczniów). Różnorodne i kreatywne techniki nauczania; środa, godz. 16.00 – 17.30; Wijkcentrum De Zaagland, adres: Sint Eloystraat 106, Hoorn. 10 lekcji w cenie 60 euro. Kontakt: marzena.chace@gmail.com 0616 145 965.

● **Usługi – komputery:**
Serwis komputerowy. LAPTOPY, KOMPUTERY STACJONARNE, NETBOOK. Instalacja systemów operacyjnych Windows 7, 8, Windows XP, vista, instalacja PL języka windows 7, instalacja najnowszej bazy sterowników, złożenie komputera stacjonarnego, czyszczenie systemu, wymiana klawiatury w laptopie, matrycy, tworzenie grafiki stałej, tworzenie grafiki ruchomej, projekty reklamy, czyszczenie układu chłodniczego w laptopie notebook komputerze stacjonarnym, podział, rozbudowa oraz formatowanie partycji, instalacja gier, programów, wymiana dysków twardych, konfiguracja oraz ustawianie internetu (routerów), czyszczenie komputerów stacjonarnych, laptopów, notebook, odzyskiwanie skasowanych zdjęć z dysków twardych lub kart pamięci, odzyskiwanie danych z uszkodzonych dysków twardych, tel: 31617288535 Damian.

PSL chce przyciągnąć na polskie uczelnie pół miliona studentów z zagranicy

Przyciągnięcie na polskie uczelnie 500 tys. studentów z zagranicy to kolejna z propozycji przygotowanego w Ministerstwie Gospodarki pakietu, który miałby być punktem wyjścia do dyskusji nt. nowego otwarcia programowego koalicji.

Robocza wersja opracowanego w resorcie dokumentu, do której dotarła PAP, jest zatytułowana „PSL. Pakiet stymulacyjny – nasz dekalog”.

Pakiet zakłada stworzenie programu 500 tys. studentów zagranicznych na polskich uczelniach do 2020 roku, co ma się wiązać z uproszczeniem zasad przyznawania wiz studentom przyjeżdżającym na studia lub do pracy.

Wiceszef resortu gospodarki Jerzy Pietrewicz pytany o tę propozycję powiedział PAP, że pozwoli ona rozwiązać „za jednym zamachem kilka problemów”, w tym – z naborem nowych studentów przez polskie uczelnie z powodu niżu demograficznego.

„Żyjemy w otwartym społeczeństwie i świecie. Jest szansa uzupełniania tych ubytków nawet przy założeniu, że część tych studentów – z otwartymi umysłami i potencjałem intelektualnym – osiadzie (w Polsce)” – mówił Pietrewicz.

Zaznaczył, że obecnie w Polsce jest 3 mln studentów, więc 500 tys. będzie stanowiło ok 20 proc. ogółu studiujących. To oznacza 100 tys. zagranicznych na roku. Nie jest to więc taka ogromna liczba” – ocenił. Jego zdaniem trzeba będzie zwiększyć liczbę stypendiów oferowanych cudzoziemcom, ale większość powinni stanowić studenci

komercyjni.

Według wiceministra Polska jest atrakcyjnym krajem dzięki członkostwu w Unii Europejskiej i może zaoferować pięcioletnią wizę wjazdową do UE. „To jest dobro rzadkie i cenne dla krajów Wschodu, czy Afryki, bo mogą się dostać na obszar UE” – ocenił.

Jak zaznaczył, ważne jest przygotowanie służb MSW i MSZ do dokonywania selekcji, czyli „stworzenia sita, by nie dostały się (do Polski) osoby, których nie chcielibyśmy widzieć”.

Pietrewicz uważa też, że studenci, którzy wrócą do swoich krajów, będą ambasadorami polskiej gospodarki i kultury. „Dzisiaj jeszcze jesteśmy beneficjentami tego, że kiedyś uczyliśmy studentów afrykańskich, czy wietnamskich. Okazuje się, że w wietnamskim rządzie można by rozmawiać po polsku, tak jak w Knesecie” – zaznaczył.

„To tworzy pewien klimat i da-

je szansę na to, że w kolejnych pokoleniach będziemy mieli osoby z sentymentem do polskiej gospodarki” – dodał.

W pakiecie stworzonym w resorcie gospodarki znalazł się też pomysł wprowadzenia obowiązkowych – łącznie ok. półrocznych – praktyk „w sferze gospodarczej” dla studentów kierunków związanych z gospodarką. „Kształcimy potencjalnych ambasadorów polskich produktów” – napisano w dokumencie.

Zdaniem Pietrewicza będzie to polegało na włączeniu praktyk do programu studiów, a wcielenie tego zapisu jest szansą „na aktywizację rynku pracy”. „Praktyki, jeszcze w okresie nauki, dają jednak pierwsze związki z przemysłem i potencjalnie tworzą ścieżkę przejścia do gospodarczej praktyki” – zaznaczył.

(PAP)

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



FOT. STOCK. XCHNG / ANN-KATHRIN REHSE



FOT. STOCK. XCHNG / JOSEPH SEBASTIAN

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolski.nl

W październiku otwarcie kolejki gondolowej nad Odrą

Od początku października wrocławianie będą mogli korzystać z kolejki gondolowej nad Odrą. Dzięki uruchomieniu kolejki w ciągu dwóch minut będzie można dostać się z głównego kampusu Politechniki Wrocławskiej do kompleksu edukacyjno-badawczego Geocentrum.

Budowa „Polinki” została już ukończona. Trwają jeszcze testy kolejki, które potrzebne są do uzyskania wszystkich niezbędnych pozwoleń na użytkowanie – poinformował w czwartek PAP Andrzej Charytoniuk z biura prasowego Politechniki Wrocławskiej.

„Polnika” ma około 450 metrów długości. Pomiędzy dwoma brzegami Odry będą kursować dwa wagoniki, które jednorazowo mogą przewieźć 15 osób. Kolejka ma działać przez cały rok. Jej kursowanie może jedynie utrudnić wiatr wiejący z prędkością przekraczającą 90 km/h.

Stacje kolejki powstały na Wybrzeżu Wyspiańskiego, gdzie znajduje się kampus główny Politechniki Wrocławskiej i przy ul. Na Grobli, w pobliżu kompleksu edukacyjno-badawczego Geocentrum.

Pierwsi pasażerowie skorzystają z „Polinki” na początku października. Dla studentów i pracowników Politechniki Wrocławskiej przejazd na stałe będzie darmowy. Do końca roku opłaty nie będą pobierane również od innych użytkowników kolejki. Później do podróży kolejką

będzie najprawdopodobniej uprawniał bilet MPK.

Budowa kolejki jest wspólnym przedsięwzięciem Politechniki Wrocławskiej i władz mia-

sta. Całkowity koszt inwestycji to ok. 12 mln zł.

(PAP)

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



FOT. STOCK. XCHNG / ANDRZEJ POBIEDZIŃSKI

Wojownicze biedronki ninja w natarciu/ XV Lubelski Festiwal Nauki

Może być czerwona, czarna, pomarańczowa, mieć 21 kropek, albo żadnej. W Ameryce Północnej biedronka ninja już tak się rozpanoszyła, że niemal wyeliminowała biedronkę dwukropkę. Teraz może zagrozić naszej „bożej krówce”.

Harmonia axyridis, to pochodzący ze wschodniej Azji, gatunek biedronki, który naukowcy ochrzcili wojowniczym mianem – „ninja”. Czasem nazywana jest też biedronką azjatycką lub biedronką arlekinową.

„Jest gatunkiem bardzo inwazyjnym. W kilka lat stała się zagrożeniem zarówno dla naszych rodzimych gatunków biedronek, dla upraw i dla człowieka” – wyjaśniła podczas XV Lubelskiego Festiwalu Nauki Dorota Sałapa z Uniwersytetu Marii Skłodowskiej-Curie.

Po raz pierwszy biedronkę ninja z Azji sprowadzili Amerykanie w 1916 roku. Miała wówczas zwalczać szkodniki upraw, głównie mszyce. Jednak biedronka ninja wymknęła się spod kontroli i rozpoczęła swą światową inwazję.

W kolejnych latach pojawiła się na południu Afryki i w Ameryce Południowej. W Europie po raz pierwszy biedronkę arlekinową zanotowano w 1999 roku w Niemczech. Potem rozprzestrzeniła się w kolejnych państwach: Belgii, Holandii, Francji, Szwajcarii, Wielkiej Brytanii. Nieprzestraszona zimnem dotarła nawet do krajów skandynawskich: Norwegii czy Szwecji.

Jak powiedziała Sałapa, w Polsce pierwsze okazy tej bie-

dronki zaobserwowano we wrześniu 2006 roku w Poznaniu. Potem pojawiła się w Zielonej Górze, Wrocławiu, na Mazowszu, Górnym Śląsku, w Gdańsku i Lublinie.

Samica biedronki arlekinowej w ciągu całego swojego życia może znieść od 1600 do 4 tys. jaj. W ciągu jednego dnia składa ich około 25. „Jest bardzo płodna, a jednocześnie zjada jaja i larwy rodzimych gatunków biedronek” – powiedziała Dorota Sałapa. W taki sposób doprowadziła ona niemal do wymarcia biedronki dwukropki w Ameryce Północnej.

Biedronka ninja jest też zagrożeniem dla upraw. Żywi się mszycami, ale też przędziorkami, jajami i larwami motyli. „Niektóre biedronki ninja to wegetarianki: odżywiają się pyłkiem i nektarem kwiatów, a nawet dojrzałymi owocami. Dorosłe biedronki lub jej larwy mogą też wnikać w owoce winorośli i wypuszczać do nich toksyczne substancje, przez co psują smak wina. Dlatego są utrapieniem dla sadowników” – wyjaśniła prelegentka.

W dodatku ukąszenie takiej biedronki może wywołać reakcję alergiczną, a naciśnięta czy ujęta w dłoń, zaczyna wydzielać żółtą hemolimfę. „To jest środek odstraszający, sygnalizujący: +proszę mnie nie ruszać, jestem niejadliwa+. Sama hemolimfa powoduje trwałe plamy na ubraniach i ścianach” – wytłumaczyła Dorota Sałapa.

Jesienią, kiedy biedronki zaczynają szukać miejsc do przezimowania, musimy liczyć się z tym, że będą ich szukały w naszych mieszkaniach. „W środo-

wisku naturalnym ich miejscem do zimowania są góry i szczeliny skalne. Na nowo kolonizowanych obszarach, szczyty górskie często zastępowane są przez budynki. Znane są przypadki mieszkań, w których zgromadziło się po kilka tysięcy biedronek” – powiedziała Sałapa.

Jak się zabezpieczyć przed ewentualną inwazją biedronek w naszym domu? Na okna można nałożyć siatki o oczkach odpowiedniej wielkości. Naukowcy twierdzą, że warto też posmarować framugi mentolem albo kamforą, co ma działać odstraszająco.

W środowisku biedronka ninja nie ma w zasadzie nie ma poważnego naturalnego wroga. „Dlatego w 1998 roku niemieccy naukowcy zaczęli myśleć o tym, co by zrobić, aby tę biedronkę wyeliminować. Stworzyli specjalny gatunek grzyba – *hesperomyces virescens*, który jest pasożytem owadów. Kiedy biedronki zimują w dużych skupiskach, zaczyna je porastać. Wśród zbadanych, porośniętych grzybem biedronek aż 78 proc. wyeliminowano” – opisała prelegentka.

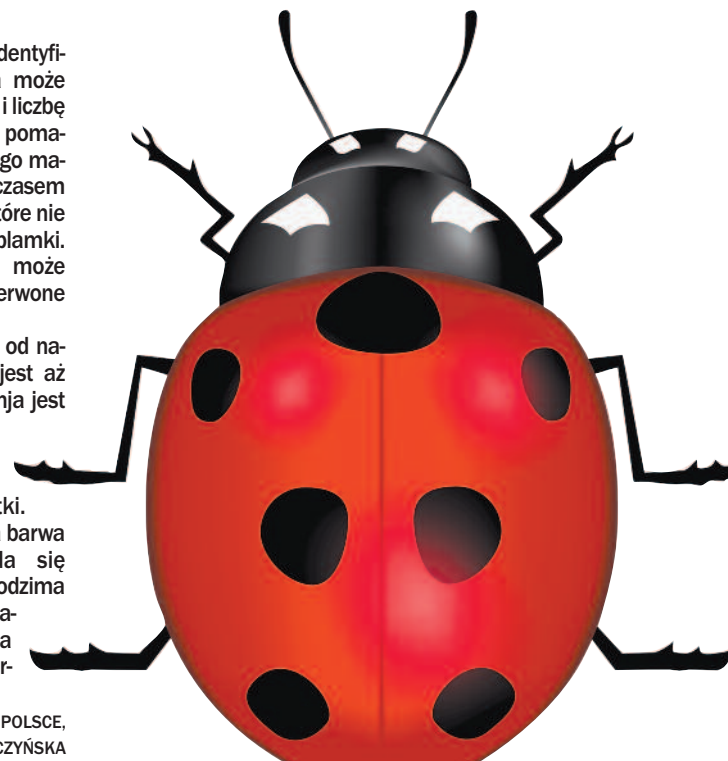
W Polsce naukowcy z Centrum Badań Ekologicznych Polskiej Akademii Nauk w Dziekanowie Leśnym tworzą mapę występowania biedronki ninja. Badania prowadzi dr Piotr Ceryngier, który zachęca do notowania znalezionych biedronek ninja i przesyłania m. in.: ich zdjęcia, informacji o dacie i miejscu znalezienia. Odpowiedni formularz można znaleźć na stronie www.cbe-pan.pl i przesłać na adres: harmonia@cbe.internetdsl.pl

Jak taką biedronkę zidentyfikować? Biedronka ninja może mieć najróżniejsze kolory i liczbę kropek. Te w barwach od pomarańczowego do czerwonego mają do 21 plamek, które czasem się ze sobą zlewają. Niektóre nie mają jednak ani jednej plamki. Czarna biedronka ninja może mieć dwie lub cztery czerwone kropki.

Jednak odróżnienie jej od naszej „bożej krówki” nie jest aż tak trudne. Biedronka ninja jest silnie wypukła, ma rude i brązowe gładzeczki warogowe, czyli umiejscowione przy głowie wypustki. Na jej przedpleczu czarna barwa na jasnym tle układa się w kształt literki „M”. Rodzima biedronka jest zdecydowanie bardziej płaska, nie ma literki M i jej gładzeczki warogowe są czarne.

PAP – NAUKA W POLSCE, EWELENA KRAJCZYŃSKA

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



FOT. STOCK. XCHNG / ROBERT PROKSA

Reklama

Hodowla labradorów "Czekoladowy Mix"



7 szceniaków koloru czekoladowego czeka na nowych właścicieli:

- 2 chłopców i 5 dziewczynek,
- urodzone 15.08.2013 roku,
- do odbioru po 5.10.2013 roku.

Cena 1700 PLN

Kontakt:

Beata Kunicka
ul. Partyzancka 52
45-802 Opole

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



FOT. STOCK. XCHNG / ALEX DRAHON



**Bonaventurastraat 118C
3081 HJ Rotterdam**

ZAPRASZAMY !!!

**Strevelsweg 110 A
3075 AN Rotterdam**



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 !!!



Otyłość przyczynia się do problemów z potencją

Nadwaga i otyłość u mężczyzn grożą problemami z potencją. Są one zarówno efektem powiązanych z otyłością chorób, jak i niezależną przyczyną problemów seksualnych – poinformowano podczas IV Zjazdu Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością w Zawierciu (Śląskie).

Doc. Paweł Bogdański z Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu przytoczył m.in. wyniki badań pacjentów z zaburzeniami erekcji. Stwierdzono, że blisko 8 na 10 z nich miało nieprawidłowy wskaźnik masy ciała. Inne badania wskazują, że nadwaga z wiąże się z 1,5-krotnym wzrostem ryzyka wystąpienia zaburzenia erekcji, otyłość – ponad 3-krotnym.

Z kolei badania przekrojowe przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych i 5 krajach europejskich, oceniające związek zaburzeń erekcji z częstością występowania otyłości i nadwagi, jednoznacznie wskazały, że w krajach, w których większy procent mężczyzn miał prawidłową masę ciała, rzadziej występowały zaburzenia erekcji niż w krajach, w których wskaźnik masy ciała był wyższy.

Zaburzenia erekcji to niezdolność do uzyskania lub utrzymania wzwodu niezbędnego do odbycia satysfakcjonującego stosunku płciowego. Wśród przyczyn zaburzeń erekcji wymieniane są choroby, długotrwałe przyjmowanie leków, depresja, lek, konfliktowe relacje partnerskie. Inne czynniki ryzyka to wiek, palenie papierosów, mała aktywność fizyczna, nadużywanie alkoholu.

„Bez wątpliwości duży wpływ na pojawienie się zaburzeń erekcji mają choroby epidemiologicznie związane z otyłością, jak cukrzyca, nadciśnienia tętnicze, zaburzenia gospodarki lipidowej oraz choroby układu sercowo-naczyniowego. Cukrzyca typu 2, silnie związana z epidemią otyłości, przyspiesza częstość występowania zaburzeń erekcji u mężczyzn średnio o 10 do 15 lat” – powiedział doc. Bogdański.

Z kolei zaburzenia erekcji u pacjentów z nadciśnieniem tętniczym dotyczą – według niektórych opracowań – 50-60 proc. mężczyzn zmagających się z tą chorobą. Inny bardzo ważny czynnik wystąpienia zaburzeń erekcji to miażdżyca. „Zaburzenia erekcji w 50 proc. związane są z tą przewlekłą chorobą



FOT. STOCK. XCHNG / GEO CRISTIAN

– mordercą XXI w. Wiemy też, że otyłość w wielu różnych mechanizmach przyspiesza rozwój miażdżycy” – mówił naukowiec.

Przypomniał, że naczynia krwionośne doprowadzające krew do prącia mają wielkość 1-2-milimetrowego naczynia. „Zaburzenia erekcji to wczesny marker rozwoju miażdżycy, bo w tak

małych naczyniach, o tak małym przekroju zwężenia krytyczne pojawiają się częściej i szybciej” – mówił.

Bogdański podał przykłady, że otyłość jest również niezależnym czynnikiem ryzyka wystąpienia zaburzeń erekcji. Specjalista przywołał m.in. amerykańskie badanie, w którym przez 9 lat

obserwowano 513 mężczyzn, którzy w chwili ich rozpoczęcia nie cierpieli na zaburzenia potencji i wpływające na nie choroby, nie palili też papierosów. Okazało się, że zbyt duża waga dwukrotnie zwiększała ryzyko wystąpienia zaburzeń erekcji.

Wśród mechanizmów tłumaczących bezpośredni wpływ oty-

łości na zwiększone ryzyko zaburzeń erekcji analizowane są zaburzenia hormonalne, zaburzenia funkcji śródbłonna i insulinooporność. „Kluczowe znacznie dla zaburzeń erekcji ma obniżone stężenie testosteronu, co wpływa również na zmianę histologiczną tkanek prącia – powoduje ubytek włókien elastycznych w otoczce białawej prącia oraz ubytek komórek mięśni gładkich w ciałach jamistych, które w obu przypadkach zastępowane są kolagenem” – tłumaczył Bogdański.

W efekcie tych niekorzystnych procesów pojawia się deficyt tlenu azotu, który jest podstawowym mediatorem odpowiedzialnym za rozkurcz mięśni gładkich w ciałach jamistych – podstawowego elementu niezaburzonej erekcji.

Doc. Bogdański podkreślił, że wciąż potrzebne są dobrze przygotowane badania analizujące wpływ redukcji masy ciała na zaburzenia erekcji. „Wcześniej często były traktowane jako tematy tabu, pomijane w ocenie podczas dużych badań klinicznych” – zaznaczył.

Przytoczył jednak wynik włoskiego badania na grupie 110 mężczyzn z zaburzeniami potencji, obserwowanych przez 2 lata. Grupa interwencyjna przeszła edukację na temat zasad zdrowego żywienia i podjęła aktywność fizyczną. Uczestnicy tej grupy zaobserwowali istotną poprawę, a u 30 proc. problemy z erekcją całkowicie ustąpiły. Autorzy badania tłumaczyli to pozytywnym efektem spadku masy ciała i aktywnością fizyczną.

PAP – NAUKA W POLSCE

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

Raport: już 3 mln chorych na cukrzycę w Polsce; 1 mln o tym nie wie

Na cukrzycę cierpią w Polsce już co najmniej 3 mln osób, ale u 1 mln z nich, czyli jednej trzeciej, choroba jest niezdiagnozowana – wynika z najnowszej edycji raportu pt. „Cukrzyca. Ukryta pandemia. Sytuacja w Polsce”, do którego dotarła PAP.

W pierwszej edycji raportu z 2010 r. liczbę chorych na cukrzycę oszacowano na 2,6 mln, a liczbę osób niezdiagnozowanych na 750 tys.

Większość tych chorych, bo ok. 90 proc., stanowią osoby z cukrzycą typu 2, która rozwija się najczęściej w wieku średnim lub starszym i jest ściśle związana z siedzącym trybem życia, zbyt kaloryczną dietą i otyłością. Wśród pozostałych 10 proc. naj-



FOT. STOCK. XCHNG / ERIK ARAUJO

wiej jest chorych na cukrzycę typu 1, tj. autoimmunologiczne schorzenie, na które zapadają głównie dzieci i młodzież.

„Wzrost liczby chorych na cukrzycę w Polsce wyprzedza wcześniejsze prognozy, które by-

ły bardziej zachowawcze” – powiedział PAP prof. Leszek Czupryniak, prezes Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego, które objęło honorowy patronat nad raportem.

Według specjalisty może za to

odpowiadać kilka czynników. „Po pierwsze, obserwujemy coraz więcej zachorowań na cukrzycę typu 2 i to wśród coraz młodszych osób. Ma to związek z rozpowszechnieniem otyłości, siedzącego stylu życia i zbyt ka-

lorycznej diety” – powiedział diabetolog.

Po drugie, ze względu na postęp medycyny chorzy z cukrzycą żyją coraz dłużej. A po trzecie, ponieważ od kilku lat lekarze podstawowej opieki zdro-

wotnej (POZ) otrzymują w Polsce dodatkowe wynagrodzenie za leczenie pacjentów z cukrzycą zaczęli ich aktywnie poszukiwać i diagnozować. „W niektórych placówkach POZ wykrywalność cukrzycy wzrosła nawet dwukrotnie” – zauważył prof. Czupryniak.

Jak przypominają autorzy najnowszego raportu, zgodnie z rankingiem Międzynarodowej Federacji Diabetologicznej (IDF) Polska zajmuje w Europie wysokie czwarte miejsce pod względem częstości występowania cukrzycy – za Rosją, Portugalią i Cyprzem.

Z analizy, którą na rzecz raportu przeprowadzili eksperci z Akademii im. Leona Koźmińskiego w Warszawie wynika jednocześnie,

DOKOŃCZENIE NA STR. 14

Raport: już 3 mln chorych na cukrzycę w Polsce; 1 mln o tym nie wie

DOKOŃCZENIE ZE STR. 13

że roczne koszty powodowane przez cukrzycę w naszym kraju są ogromne i wynoszą 6 mld zł. Składają się na nie: koszty bezpośrednie (m. in. refundacji leków, opieki specjalistycznej) oraz koszty pośrednie wynikające z utraty produktywności osób chorych (w związku z ich nieobecnościami w pracy, niepełnosprawnością spowodowaną cukrzycą, niezdolnością do pracy, otrzymywaniem rent, a także przedwczesnymi zgonami).

Zwłaszcza koszty pośrednie choroby i koszty leczenia jej powikłań rosną w szybkim tempie. Stanowią one ogromne obciążenie dla gospodarki, podkreślają autorzy raportu. Roczne koszty związane z absencją chorobową, czasową lub trwałą niezdolnością do pracy (w tym wydatki na renty) chorych na cukrzycę wzrosły w latach 2010-2012 o 33 mln – z ok. 950 mln do 983 mln.

Aż trzy miliardy złotych, czyli połowę wszystkich wydatków na cukrzycę, generują powikła-



FOT. STOCK. XCHNG / KAREN BAREFOOT

nia choroby, z czego 75 proc. generują powikłania sercowe, 14 proc. udary mózgu, 8 proc. choroby nerek i po 1 proc. choroby oczu oraz stopa cukrzycowa. W okresie od 2009 r. do 2012 r. łączne koszty leczenia powikłań (bezpośrednie i pośrednie) wzrosły o ok. 550 mln.

Jak ocenili w rozmowie z PAP prof. Czupryniak, aby powstrzymać tempo, w jakim wzrastają wydatki na cukrzycę, niezbędne są intensywne działania państwa w zakresie walki z otyłością oraz edukacji społecznej na temat zdrowego stylu życia, bo dzięki temu można będzie zapobiec wielu nowym przypadkom cukrzycy typu 2. „Z drugiej strony, należy jeszcze aktywniej poszukiwać chorych na cukrzycę typu 2 w społeczeństwie. Dzięki wczesnemu wykryciu schorzenia, jeszcze przed wystąpieniem powikłań, można wcześniej zastosować odpowiednie leczenie, które pozwoli im zapobiec lub je opóźnić” – zaznaczył diabetolog. Obecnie, ciągle zbyt wielu chorych (około jedna trzecia) dowiaduje się,

że ma cukrzycę dopiero wtedy, gdy dojdzie do poważnych komplikacji schorzenia.

W ocenie prof. Czupryniaka, niezbędne jest również zwiększenie nakładów państwa na leczenie cukrzycy, czyli tzw. kosztów bezpośrednich. „Jeśli będziemy chorych leczyć intensywnie i nowoczesnie już od początku, to uzyskamy lepszą kontrolę cukrzycy, a to z kolei pozwoli opóźnić powikłania lub ich uniknąć. W rezultacie, mimo początkowego wzrostu wydatków w perspektywie wieloletniej uzyskamy oszczędności, bo leczenie powikłań w cukrzycy kosztuje najwięcej” – podkreślił prezes PTD.

W raporcie, który jest inicjatywą firmy Novo Nordisk, można przeczytać, że Polska zajmuje jedno z ostatnich miejsc wśród krajów Unii Europejskiej pod względem wydatków na leczenie jednego chorego na cukrzycę. Mniej od nas wydają jedynie Litwa i Łotwa.

PAP – NAUKA W POLSCE,
JOANNA MORGA

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

29 września Światowy Dzień Serca: będzie można zbadać wiek swego serca

W niedzielę 29 września po raz jedenasty będzie w Polsce obchodzony Światowy Dzień Serca. Główne uroczystości odbędą się w tym roku w Lublinie. Będzie można wykonać badania profilaktyczne i zbadać wiek swojego serca.

Przewodnim hasłem tego rocznych obchodów Światowego Dnia Serca jest profilaktyka chorób układu krążenia u kobiet i dzieci. Organizatorzy tej akcji uważają, że propagowanie zdrowych zachowań w domu może szczególnie pomóc w zmniejszeniu ryzyka chorób serc.

Schorzenia sercowo-naczyniowe są wciąż główną przyczyną śmierci. W 2010 r. były one powodem zgonów prawie 60 tys. Polaków i ponad 63 tys. Polek. Co trzeci mężczyzna i co dziesiąta kobieta umiera na serce przed 64. rokiem życia.



FOT. STOCK. XCHNG / FLAVIO TAKEMOTO

Prof. Zbigniew Zdrojewski z Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego uważa, że pokutuje wciąż błędne przekonanie, że głównymi ofiarami zawałów i chorób serca są mężczyźni.

Tymczasem najczęściej umierają i chorują z tego powodu kobiety.

Specjalista powołuje się na najnowszy raport ogólnopolskiego programu badania cho-

rób serca NATPOL, którego jest koordynatorem. Wynika z niego, że choroby układu krążenia są przyczyną zgonów 53 proc. kobiet i 41 proc. mężczyzn. Mężczyźni częściej umierają na nowotwory.

Z badań tych wynika również, że serce Polaków szybciej się starzeje niż w innych krajach. Zarówno kobiety jak i mężczyźni mają średnio o 8-9 lat „starsze” serce niż wskazuje na to ich wiek metrykalny. U obu płci inaczej jedynie przebiega proces starzenia się mięśnia sercowego.

Serce Polaka zaczyna się starzeć wcześniej, około 30. roku życia, ale proces ten przebiega stopniowo, podobnie jak stopniowo następuje spadek męskiego hormonu płciowego – testosteronu. Serce 35-latk ma czterdzieści lat, pięćdziesięciolatka – 60-65 lat, a siedemdziesięciolatka – 80 lat.

U kobiet serce starzeje się bardziej gwałtownie. W tym samym wieku, co wiek metrykal-

ny, jest ono jedynie u pań młodych, na ogół do 30., najpóźniej do 44. roku życia. U kobiet w wieku 45-59 lat jest ono takie jak u mężczyzn w tym samym wieku, czyli ma 60-65 lat. Potem, po sześćdziesiątce, starzeje się już szybciej niż u mężczyzn. Serce 70-letniej Polki ma już 95 lat – wynika z badań NATPOL.

U kobiet z wyższym wykształceniem serce starzeje się nieco wolniej. U mężczyzn wykształcenie nie ma żadnego znaczącego wpływu na starzenie się ich serca.

W przyszłości serce kobiet może się starzeć jeszcze szybciej. Wskazują na to dane epidemiologiczne opublikowane podczas Europejskiego Towarzystwa Kardiologicznego, które w 2011 r. odbyło się w Paryżu. Wynika z nich, że w 1995 r. choroby sercowo-naczyniowe spowodowały 3,7 proc. zgonów kobiet poniżej 50. roku życia, a w 2010 już 11,6 proc.

Głównym tego powodem jest niekorzystny styl życia, głównie

palenie tytoniu, brak ruchu, nadwaga i stres. Ryzyko zawału jest trzykrotnie większe u kobiet, które palą papierosy i zażywają pigułki antykoncepcyjne.

Światowy Dzień Serca uroczystości obchodzony będzie w tym roku w ponad 100 krajach. Patronatem tego wydarzenia w naszym kraju jest Polskie Towarzystwo Kardiologiczne.

29 września w Lublinie od godziny 10.00 będzie można skorzystać z bezpłatnych porad lekarzy i dietetyków oraz wykonać badania kontrolne. Każdy chętny będzie mógł sprawdzić poziom glukozy, cholesterolu, zmierzyć ciśnienie tętnicze krwi, poddać się badaniu EKG oraz wstępnej diagnostyce okulistycznej pod kątem jaskry.

Serwis Nauka w Polsce PAP jest jednym z patronów medialnych centralnych obchodów Światowego Dnia Serca w Lublinie.

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

Galeria zdjęć czytelników

Dzisiaj prezentujemy zdjęcia
nadane przez naszego
Czytelnika - Pana Adama
Skalskiego z Puław



KAZIMIERZ (FARA) Z OPŁOTKÓW



NIE DOŚĆ, ŻE ZRÓWNOWAŻONY TO JESZCZE STABILNY.

fot. Adam Skalski

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 autorstwa Rafała Grzywnowicza. Autor urodził się w Bartoszycach. Rocznik „77. Ukończył wydział Historii na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim w Olsztynie. Jest już po debiucie – we wrześniu 2011 roku wydał swój pierwszy tomik poezji pt. „Rozdarci”. Znajduje się w nim zbiór wierszy miłosnych, poezji o Bogu, poezja o przyjaźni, o życiu i śmierci. Każdy odnajdzie coś dla siebie. Jest również dziennikarzem obywatelskim, ponieważ słowo pisane to jego pasja. Szkoli się, doskonali swój warsztat. Pracuje nad nowymi wierszami.

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

Cisza

Mały samotny chłopiec
spaceruje wiejską
spokojną doliną

Szuka w niej odbicia
swoich myśli rozdartych
chowanych, co wieczór w plecaku

Idąc, słucha głośnej ciszy
dającej zawsze dobre
ludziom strapionym rady

Cokolwiek później się z nim stanie
zawsze będzie, chociaż myślą
próbował stworzyć sobie taką ciszę

Spaceruje, więc powoli jakby chciał
wydobyć z tej ciszy jak najwięcej
talarów tarzanych w złocie

Buty

Nie chce chodzić boso
Gdy zapukam
Proszę przestań
Przeć sny
Uwolnij wiatr

Zapomnij nam
Tamten czas
Uroków smak
Nocy mrok

Załóżmy buty
Oba prawe
Ucieknijmy

Przytulmy się
Obawą
Pozostajmy razem

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
Tilburg
Nederland

Regulamin gazety i portalu GoniecPolski.nl
dostępny jest na stronie:
<http://goniecpolski.nl/regulamin/>

DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY

● **Taksówkarz wiozący marynarza pędzi jak wariat pomimo mgły gęstej jak mleko.**

– Jak pan w takiej mgłę potrafi tak szybko jeździć? – odzywa się niespokojnie marynarz.

– A wy, tam na morzu, jak sobie radzicie we mgłę?

– Pływamy według przyrządów.

– No właśnie, ja też – za siedemdziesiąt groszy będzie dworzec.

● **Statek badawczy kolejny miesiąc pływa po oceanie. Załoga po cichu zaczyna popijać z tęsknoty za lądem. Kapitan postanowił przerwać pijaństwo i zebrał całą załogę na pokładzie:**

– W związku z zaobserwowanymi przypadkami nadużywania alkoholu na pokładzie, zobowiązuje wszystkich do wyrzucenia całych zapasów wódki do morza! Na pokładzie zaległa grobowa cisza. I nagle gdzieś, z tylnych rzędów, rozlega się radosny głos:

– Kapitan ma rację! To hańba! Bez dwóch zdań należy cały zapas alkoholu wyrzucić za burtę!

Załoga zszokowana. Po chwili odzywa się bosman:

– Hej, wy tam z tylnych rzędów! Czy ktoś udzielił głosu nurkom?

● **Rolnik ze swoją świeżo poślubioną małżonką, wracając z kościoła wo-**

zem ciągnionym przez kilka koni, kiedy najstarszy z koni się potknął, rolnik powiedział:

– Raz.

Kawałek dalej koń znów się potknął, rolnik powiedział:

– Dwa.

Po chwili koń potyka się po raz trzeci, tym razem rolnik nie mówi nic, sięga pod siedzenie i wyjmując strzelbę i zabija konia.

Widząc to małżonka zaczęła wydierać się na męża:

– To było okropne, jak mogłeś to zrobić!

Rolnik na to:

– Raz.

● **Spotyka się dwóch sąsiadów. Jeden mówi:**

– Czy ty wiesz Franek, że moja świnia mówi po francusku?

– Chyba jesteś pijany, albo zwariowałeś!

– Nie wierzysz? To załóżmy się!

Sąsiedzi poszli do chlewu do świnii mówiącej po francusku. Jej właściciel pyta:

– Kaśka, umiesz mówić po francusku?

Świnia nic. Wtedy chłop ją kopnął, a świnia:

– Łi, li, li!

DOKĄD SIĘ ZWRÓCIĆ W RAZIE PROBLEMÓW

Ambasada RP w Hadze

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

Wydział Konsularny

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

Holenderska Inspekcja Spraw Społecznych i Zatrudnienia

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

http://www.inspectietzw.nl/other_languages/po-lish/Punkt_zg_aszania_nieuczciwych_biur_po_rednictwa_pracy.aspx

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

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

Punkt zgłaszania nieuczciwych biur pośrednictwa pracy

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

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

Krajowy Punkt Zgłoszeń Nadużyć dla Wsparcia Polaków w Holandii

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

<http://www.infolinia.nl>

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

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



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

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

ABU

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

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

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

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

NBBU

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

Stowarzyszenie Przestrzegania Układu Zbiorowego Pracy dla Pracowników Tymczasowych

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

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

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

Holenderska Izba Handlowa

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

Holenderska Policja

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

PUNKTY POMOCY

Związki zawodowe

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

Konsulat

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

Informacja telefoniczna

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

Urząd gminy

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

Zapraszamy na stronę internetową www.rijksoverheid.nl

KOŚCIOŁY:

Rzymskokatolicka Polska Misja Katolicka w Groningen

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

Polska Misja Katolicka Amsterdam

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

Parafia NMP Częstochowskiej

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

Polska Parafia w Bredzie

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

ŹRÓDŁO:

MINISTERSTWO PRACY
I POLITYKI SPOŁECZNEJ



ZWROT PODATKU Z ZAGRANICY

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

mgr Anna Kłosowska

ROZLICZENIE PODATKU, oraz KOREKTY do 5 lat wstecz
 ZASIŁKI RODZINNE z Holandii i innych krajów UE
 NALEŻNE CI DODATKI: Zorgtoeslag, Kindgeboden Budget, Kinderopvangtoeslag, Huurtoeslag
 SOFI NUMER - dla partnera fiskalnego
 ZASIŁEK DLA BEZROBOTNYCH z Holandii oraz transfer zasiłku do Polski
 POLISY UBEZPIECZENIOWE - potrzebne, aby otrzymać ZORGTOESLAG
 LATA SKŁADKOWE - DRUKI E 301, PITY 36
 NA TERENIE HOLANDII - pomoc w różnych sprawach: pojedziemy z Tobą do urzędu lub banku.

NA TERENIE HOLANDII I BELGII DOJAZD DO KLIENTA

0031.202.170.640 ; 0031.617.650.776 ; 0031.623.338.603 ; 0031.622.214.013

lub zadzwoń na numer do Polski 0048. 22. 247.81.42

lub zamów przez stronę internetową www.rozliczsie.pl

(po kliknięciu symbolu samochodu po prawej stronie wyświetli się formularz)



OBSŁUGA KORESPONDENCYJNA - zamów dokumenty do domu przez:
 INFOLINIĘ: 801.000.285 ; 0048. 22. 247.81.42 ; 0031.202.170.640,
 przez SMS: 048.501.309.004 podając imię, nazwisko i adres
 przez stronę www.rozliczsie.pl - zakładka "ZAMÓW DOKUMENTY"



BIURA W HOLANDII:

2512 BS DEN HAAG
 Gedempte Burgwal 45 / I piętro
 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,
 14 piętro pok. 1402
 (zielony, wysoki budynek na dworcu autobusowym i kolejowym)
 tel: 0031 622 214 013
 fax: 0048.32.729.70.54
 e-mail: arnhem@klosowska.com
ZAPRASZAMY w sobotę: 10 - 18

ZAPRASZAMY: czwartek - piątek 15 -20 oraz w sobotę: 12 - 18

BIURA W POLSCE:

45-004 OPOLE, ul. Konopnickiej 4/1B
 tel.: 0048 77 453 16 45 - **dział podatków**
 0048 77 453 94 56 - **zasiłki rodzinne**
 0048 77 453 01 09 - **dodatki do ubezpieczenia**
 tel. kom.: 0048 501 309 004 fax: 0048 22 486 90 26
 e-mail: kancelariaopole@op.pl

35-030 Rzeszów
 (Galeria Paniaga)
 ul. 3-ego Maja 13, IIp.
 tel: 0048 17 74 21 348
 kom.: 0048 508 598 330
 fax: 0048 22 486 90 78
 e-mail: rzeszow@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

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

64-100 Leszno
 ul. Słowiańska 55
 Budynek A, pokój 5
 tel.: 0048 65 520 16 87
 kom.: 0048 518 671 820
 fax: 0048 61 648 21 02
 e-mail: leszno@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

50-113 Wrocław
 (Galeria na Czystej)
 ul. Czysta 2-4
 tel.: 0048 71 726 27 33
 kom.: 0048 508 943 773
 fax.: 0048 71 723 12 21
 e-mail: wroclaw@klosowska.com

INFOLINIA: 0031.202.170.640 ; 0048. 22. 247.81.42 ; 801.000.285

jest do Państwa dyspozycji **7 dni w tygodniu w godzinach od 8 do 20**
 masz pytania, chcesz zamówić dokumenty lub zaprosić konsultanta do domu **DZWOŃ!**
 lub napisz maila: kontakt@rozliczsie.pl

www.rozliczsie.pl