

Ukazujemy się
w sieci gazet
bezpłatnych
EXTRA

W NUMERZE

Czym będziemy nadal palić
w piecach?



Strona 8

Czy będą nowe opłaty lokalne?
Opłaty reklamowe?



Strona 6

Leki podczas upałów
mogą działać inaczej



Strona 13



tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń
dla Polaków w Holandii

Koniec Betreuungsgeld

Dnia 21.07.2015 roku w Niemczech zapadł wyrok na szczeblu Federalnego Trybunału Konstytucyjnego w sprawie zasiłku opiekuńczego - Betreuungsgeld. Mianowicie stwierdzono, że ustawa jest niezgodna z konstytucją. W związku z rosnącą liczbą rodzin, które korzystały z tego zasiłku, tuż po przekroczeniu bariery 500 000 dzieci, na które był wypłacany Betreuungsgeld, Trybunał orzekł, że ten zasiłek jest „niekonstytucyjny”.

Dla przypomnienia: jest to zasiłek wprowadzony z dniem 01.08.2013 roku wypłacany dla dzieci poniżej trzeciego roku życia, których rodzice zrezygnowali z pracy na rzecz opieki nad dziećmi.

DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. FREEIMAGES.COM / CARLOS PAES

Reklama

Umów się na spotkanie w Holandii nie wychodząc z domu!



Zadzwoń - przyjedziemy do Ciebie!

Lelystad	0031 (0) 630 778 576
Apeldoorn	0031 (0) 622 214 013
Tilburg	0031 (0) 623 338 603
Den Haag	0031 (0) 619 842 805
Den Haag	0031 (0) 617 650 776

Reklama

Hodowla labradorów "Czekoladowy Mix"



**14 szczeniaków
koloru czekoladowego
czeka na nowych właścicieli:**

- 7 chłopców i 7 dziewczynek,
- urodzone 09.10.2014 roku,
- do odbioru po 20.11.2014 roku.

Cena 1700 PLN

Kontakt:

Beata Kunicka
ul. Partyzancka 52
45-802 Opole

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



Koniec Betreuungsgeld

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

Już samo wprowadzenie tego zasiłku wzbudziło wiele kontrowersji, między innymi podniosła się dyskusja na temat wspierania bezrobocia wśród kobiet. Przeciwnicy Betreuungsgeld nazwali go zasiłkiem „kuchennym”.

Trybunał rozpatrywał sprawę pod kątem tego czy Betreuungsgeld jest to kwestia państwowa – czy leżało w kompetencji rządu wprowadzenie takiej ustawy, czy też jest to tylko i wyłącznie decyzja poszczególnych landów. Jednogłośnie orzeknięto, że Betreuungsgeld to sprawa landów – tym samym ustawa w obecnej formie jest sprzeczna z niemiecką konstytucją.

Jedno jest pewne – rodzice, którym przyznano już Betreuungsgeld, będą go nadal otrzymywać. Pod znakiem zapytania stoją wnioski wysłane/złożone, ale jeszcze nie rozpatrzone. Tutaj ma dopiero zapaść decyzja. A co z wnioskami, które rodzice dopiero chcieli złożyć? Tutaj też trzeba czekać, aż landy niemieckie podejmą decyzję.

Nie wiadomo jak dokładnie będzie wyglądała kwestia zasiłku w poszczególnych landach, tzw. Landesbetreuungsgeld (czy-



FOT. FREEIMAGES.COM / PATRYCJA CIESZKOWSKA

li zasiłek regionalny), na razie gotowość do przeznaczenia środków na ten cel zgłosiła tylko Bawaria. Nie wiadomo też do końca, jakie kryteria ewentualnie miałyby być spełnione, aby uzyskać ten nowy zasiłek „regionalny”. Krążą między innymi takie głosy, że nowy zasiłek miałby przysługiwać tylko rodzicom, których pociechy nie dostały się do przedszkola z braku miejsc. Rodzice ci musieliby dysponować dowodami w postaci aż trzy-

krotnego odrzucenia podania o przyjęcie do przedszkola. Na tę chwilę są to jedynie domysły i przypuszczenia.

Na razie wiadomo tylko, że landy muszą się uporać z problemami administracyjnymi związanymi z ewentualnym wprowadzeniem zasiłku regionalnego, trzeba również przeznaczyć na to środki. Czy i na jakich zasadach zostanie wprowadzony Landesbetreuungsgeld w poszczególnych landach dopiero się okaże, → → →

Reklama

Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii



tablica.nl

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

→ → → na ten moment sami Niemcy nie do końca wiedzą, jak poradzić sobie z tym problemem.

Dla naszych rodaków mieszkających lub pracujących na terenie Niemiec oznacza to tyle, że Ci, którzy na ten moment mają już przyznany Betreuungsgeld, nadal będą go otrzymywać. Ci, którzy złożyli niedawno wnioski lub też dopiero planowali to zrobić, są w trochę gorszym położeniu, ponieważ w chwili obecnej wszystkie wnioski o Betreuungsgeld są odkładane na bok, do czasu określenia ewentualnych kryteriów w danych regionach.

Co pozostaje? Czekać...

(RED.)

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

Jeśli masz jakieś pytania
lub potrzebujesz pomocy
w tym zakresie zapraszamy
do wysłania e-maili
na adres
redakcja@goniecpolski.nl.
Odpowiedzi udzielimy
na łamach gazety.



FOT. FREEIMAGES.COM / PHILIPPE RAMAKERS

Reklama

**Zamieść swoje ogłoszenie
bezpłatnie na naszej stronie**

**lub wyślij sms z treścią ogłoszenia na numer
0031 (0) 686 127 604 , a my zrobimy to za Ciebie**

www.GoniecPolski.nl

Reklama

MILETRANS MIEDZYNARODOWY PRZEWÓZ OSÓB,
TOWARÓW I PACZEK

+ 48 609 822 180

SPRAWDŹ OFERTĘ

Free Wi-Fi
! CAŁA EUROPA !

PODNOŚYMY
STANDARD

ZNIŻAMY
CENY

Reklama



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

**Co tydzień zapewnia dostawę
wędlin oraz nabiału.**

Ponadto oferuje szeroką rangę produktów spożywczych
(słodczyce, piwa, makarony, sosy, przyprawy) najlepszych i
najcenniejszych marek. W ofercie posiada leki, prasę i
nowości książkowe. Istnieje możliwość zamówienia
produktów na specjalne życzenie klienta. Na miejscu
zastaną Państwo przyjazną i fachową obsługę.

Zapraszamy na zakupy do POLONEZ SUPERMARKET!

Zapewniamy Państwu duży bezpłatny parking.

Godziny otwarcia:
poniedziałek- sobota: 09.00- 22.00
każda niedziela od 12.00-18.00



Polonez Supermarket
Monsieur Nolenstraat 1
7331 RB Apeldoorn
Gelderland, Holandia / Nederland

E-mail: polonez@hotmail.nl
Tel. : 06 49587777

facebook:
<https://www.facebook.com/polonez.m>
Polonez Supermarket Apeldoorn

PRACA

● **Sales Officer – praca zdalna.** WEEGREE jest firmą działającą w obszarach outsourcingu zatrudnienia, technologii informatycznych oraz consultingu HR. Od 8 lat współpracujemy z klientami z Belgii, Holandii i Polski. Solidność, wysoka jakość i indywidualne podejście do każdego projektu to nasze największe atuty. Wieloletnie doświadczenie pozwala zrozumieć nam potrzeby rynku, co owocuje budowaniem długotrwałych relacji. Poszukujemy osoby, która będzie zajmować się nawiązywaniem nowych kontaktów biznesowych oraz reprezentowaniem naszej firmy na rynku belgijskim i holenderskim, w zakresie oferowania usług świadczonych przez naszą firmę (rekrutacja i outsourcing pracowników). Wymagania wobec kandydata: Prawo jazdy kategorii B oraz własny samochód, Wysoka kultura osobista i bardzo dobrze rozwinięte umiejętności interpersonalne, Mile widziane doświadczenie w sprzedaży. Oferujemy pracę w formie zdalnej i zatrudnienie na podstawie kontraktu. Wynagrodzenie będzie zależne od zaangażowania oraz wyników pracy i stanowić będzie procentowy udział w zyskach. O szczegółach z przyjemnością porozmawiamy z Państwem podczas rozmowy rekrutacyjnej, którą możemy odbyć osobiście lub na Skype. Aplikuj na adres mailowy: info@weegree.com i w temacie wpisz: Przedstawiciel ze znajomością języka niderlandzkiego.

● **Pracownicy do piekarni.** Praca od zaraz!!! Szukamy nowego personelu na nowy sezon jesień-zima. Mamy dwie lokacje: okolice Breda i Tiel. Organizujemy mieszkania i ubezpieczenie. Wymagania: doświadczenie 6 miesięcy pracy w piekarni, podstawy angielski lub holenderski, prawo jazdy będą dodatkowym atutem. Po więcej informacji prosimy dzwonić: 010 243 08 98. Nasza strona: www.dddpersoneel.nl.

● **Operator Wózek Boczny.** Gwarantowane godziny długi okres do €12,00 za godzinę! Dla naszych klientów w okolicach Venray / Eindhoven / Born / Antwerp (Belgia) poszukujemy doświadczonych operatorów wózków widłowych (wózek boczny). Osoba zatrudniona na tym stanowisku będzie odpowiedzialna m.in. za rozmieszczanie towaru na hali magazynowej, przyjmowanie i wydawanie towaru oraz kompletację zamówień zgodnie z uzyskaną specyfikacją.

Doświadczenie w pracy ze skanerem lub jako orderpicker będzie zatem dużym atutem. Wymagania: Dobra znajomość języka angielskiego lub holenderskiego. Aktualne uprawnienia na wózek widłowy wysokiego składowania do 8 lub 12 metrów. Udokumentowane doświadczenie w pracy jako operator wózka wysokiego składowania. Umiejętność szybkiego zapamiętywania i liczenia. Predyspozycje do samodzielnej pracy. Rozumienie procesu magazynowania i logistyki danego pracodawcy. Odpowiedzialność, motywacja, rzetelność i uczciwość w wykonywaniu pracy. Oferujemy: Praca w pełnym wymiarze czasu pracy (32 godzin gwarantowane) na długi okres. Stawkę godzinową pomiędzy €10,20 a €12,00 euro uzależnioną od posiadanego doświadczenia, i układu zbiorowego. W razie potrzeby zakwaterowanie, transport do i z pracy, a także ubezpieczenie zdrowotne. Możliwość rozwoju dalszej kariery zawodowej zarówno w branży logistycznej jak i wielu innych. Jeśli uważasz, że jesteś odpowiednim kandydatem na to stanowisko prześlij swoją aplikację zawierającą: Cv RECRUITMENT@EUROJOB.NL albo dzwoni pod numer 0048 698916004 / 0048698914449 / 0641830361 w celu uzyskania więcej info.

● **Monter stocznioowy.** Praca od zaraz dla monterów stocznioowych! Okolice Rotterdamu! Biuro Normlas z siedzibą w Schiedam poszukuje monterów z doświadczeniem. Chetnych podjąć pracę na stoczni od zaraz prosimy o niezwłoczny kontakt: tel. 01 795 54 03, e-mail: info@normlas.nl.

● **Spawacz.** Praca od zaraz dla spawaczy! Okolice Rotterdamu! Biuro normlas z siedzibą w Schiedam poszukuje spawaczy MAG z doświadczeniem. Chetnych zacząć pracę na stoczni od zaraz prosimy o niezwłoczny kontakt: tel. 010 795 54 03.

● **Nauczyciel/wolontariusz.** POLSKA SZKOŁA W HADZE PILNIE POSZUKUJE WOLONTARIUSZY na rok szkolny 2015/2016. Chcesz zostać nauczycielem w naszej Szkole? Posiadasz wykształcenie pedagogiczne (j. polski, nauczanie początkowe, rytmika/muzyka itp.)? Przebywasz obecnie w Hadze lub okolicach? Masz chęć i czas wesprzeć naszą wolontariacką

przygodę ze szkołą w przyszłym roku szkolnym? Serdecznie zapraszamy wszystkie osoby zainteresowane do kontaktu z nami. CV wraz z kilkoma słowami o sobie prosimy wysłać na adres: szkola.haga@gmail.com z dopiskiem w tytule maila: „KANDYDAT 2015/2016” Strona internetowa: www.szkoalahaga.org.

● **Pracownik produkcji Den Bosch.** Agencja pracy Job Investment do jednego ze swoich najlepszych klientów, którym jest firma SPS B. V mieszcząca się w Den Bosch, poszukuje pracowników na stanowisko: pracownik produkcji. Wymagamy: doświadczenie na podobnym stanowisku, znajomość zasad funkcjonowania magazynu, linii produkcyjnej, porozumiewanie się w języku obcym (angielski, holenderski), dokładność i rzetelność w wykonywaniu zadań. Oferujemy: Umowę o pracę opartą o holenderskie warunki pracy, ciekawe wynagrodzenie, ciekawą i odpowiedzialną pracę opieką polskich koordynatorów. Jeśli jesteś zainteresowany powyższą ofertą oraz spełniasz wymagania, skontaktuj się z nami pod numerem telefonu: 073-711-3-717 oraz prześlij nam swoje CV na adres mailowy: polen@jobinvestment.nl z góry dziękujemy za aplikację, Grupa Job Investment.

● **Pracownik produkcji.** Agencja pracy Job Investment do jednego ze swoich najlepszych klientów, którym jest firma SPS B. V mieszcząca się w Den Bosch i poszukuje pracowników na stanowisko: pracownik magazynu (zbieranie zamówień). Wymagamy: doświadczenie na podobnym stanowisku, (operator wózka widłowego bocznego, ekspedycji, pracownik produkcji, zbieranie zamówień), znajomość zasad funkcjonowania magazynu, certyfikaty, porozumiewanie się w języku obcym (angielski, holenderski), dokładność i rzetelność w wykonywaniu zadań. Oferujemy: Umowę o pracę opartą o holenderskie warunki pracy, ciekawe wynagrodzenie, ciekawą i odpowiedzialną pracę opieką polskich koordynatorów. Jeśli jesteś zainteresowany powyższą ofertą oraz spełniasz wymagania, skontaktuj się z nami pod numerem telefonu: 073-711-3-717 lub 073-711-3-712 oraz prześlij nam swoje CV na adres mailowy: polen@jobinvestment.nl z góry dziękujemy za aplikację, Grupa Job Investment.

● **Konsultantka Avon.** Witam, szukam konsultantek z AVON! Jeśli chcesz zarobić: extra pieniądze, chcesz mieć tańsze kosmetyki, jesteś uwiązany i potrzebujesz nienormowanego wymiaru pracy!!! To jest praca właśnie dla Ciebie!!! Avon to świetna perspektywa, gdy: nie masz dostępu do kosmetyków AVON, chcesz mieć tańsze kosmetyki; chcesz trochę dorobić i nawiązać współpracę z tą firmą. Co zyskujesz po zostaniu konsultantką? 1. Produkty tańsze nawet do 40 % 2. Możliwość kupowania z wyprzedaży przeznaczonych tylko dla konsultantek (zniżki nawet do 85%). Nie ma obowiązku składania każdego zamówienia! Pomogę z dostawą! W każdym katalogu produkt dla konsultantki za 1 zł!! Jeżeli jesteś zainteresowana/y napisz a udzielię wszystkich niezbędnych informacji zapraszam do współpracy E-MAIL: marzena.rog@poczta.pl lub dzwoni 619592946.

● **Magazyn/produkcja.** Agencja pracy Job Investment do jednego ze swoich najlepszych klientów mieszczącego się w s-Hertogenbosch, poszukuje pracowników na stanowisko: pracownik produkcji, pracownik magazynu. Poszukujemy kandydatów z okolic: Bommel, Heesch, Kerkdriel, Vlijmen. Wymagamy: doświadczenie na podobnym stanowisku, znajomość zasad funkcjonowania magazynu, linii produkcyjnej, porozumiewanie się w języku obcym (angielski, holenderski), dokładność i rzetelność w wykonywaniu zadań. Oferujemy: Umowę o pracę opartą o holenderskie warunki pracy, ciekawe wynagrodzenie, ciekawą i odpowiedzialną pracę opieką polskich koordynatorów. Jeśli jesteś zainteresowany powyższą ofertą oraz spełniasz wymagania, skontaktuj się z nami pod numerem telefonu: 073-711-3-717

oraz prześlij nam swoje CV na adres mailowy: polen@jobinvestment.nl. Z góry dziękujemy za aplikację. Grupa Job Investment.

● **Opiekunki poporodowe.** Praca w KAJTEK Polski Kramzorg. KAJTEK Polski Kramzorg zatrudni dyplomowane opiekunki poporodowe, jak również osoby, które chciałyby kształcić się jako kraamverzorgende. Oferujemy dobre warunki pracy, szkolenie i staż. Szukamy chętnych z całej prowincji Zuid – Holland. Wymagamy dobrej znajomości języka polskiego i niderlandzkiego (B1, B2). Zainteresowanych prosimy o kontakt na nasz adres mailowy: info@polskikramzorg.nl lub telefonicznie: 070 – 3077 – 778.

● **Avon-Zostań Konsultantką w Holandii.** Serdecznie zapraszam do współpracy w branży kosmetycznej na terenie Holandii. Pracujemy na polskich katalogach, a co za tym idzie, wszystkie produkty są w polskich cenach. Ceny zatem, w przeliczeniu na EURO, są naprawdę niskie, a to z kolei jest doskonały argument do zachęcenia klientów do wypróbowania dobrej jakości kosmetyków. Avon oferuje: -Upusty od 15% do 40%, -Wpisowe 0 zł!-, -Nagrody i upusty w ofertach promocyjnych, -Dostęp do produktów przedpremierowych, -Przywileje, konkursy, super nagrody, -Prezenty i atrakcyjne oferty w ramach specjalnego programu dla nowej konsultantki. Poza tym ode mnie: -pakiet startowy (w tym katalogi i próbki), -pewny kurier z kosmetykami Polska –Holandia, -opieka i pomoc. Darmowa rejestracja Ty planujesz ile godzin pracujesz. Zapraszam. Skontaktuj się ze mną: Angelika, tel: 0617 800 383, email: avonholandia@vp.pl.

● **PRACOWNIK BIUROWY W TILBURGU.** Kancelaria Podatkowa Anna Kłosowska poszukuje: PRACOWNIKA BIUROWEGO W TILBURGU. Od kandydatów oczekujemy: biegłej znajomości jednego z języków obcych: holenderskiego lub angielskiego, wykształcenie wyższe mile widziane ekonomiczne, wysokiej kultury osobistej, sumiennosci i dokładności, dobrej organizacji czasu i pracy, umiejętności pracy w zespole i pod presją czasu, dyspozycyjności, prawo jazdy kategorii B. W zamian oferujemy: pracę w dynamicznie rozwijającej się firmie o ugruntowanej pozycji na rynku już od 1999 r. i zatrudniającej kilkadziesiąt osób, pracę w młodym i dynamicznym zespole, motywacyjny system wynagrodzeń (stała pensja + premia), mieszkanie służbowe w Tilburgu, samochód służbowy, laptop, telefon komórkowy, stała umowa o pracę bezpośrednio z pracodawcą. CV – proszę przesłać na maila: cv@klosowska.com.

● **Mechanik samochodów ciężarowych.** MECHANIK CIĘŻAROWY £15/godz. PRACA stała w Wielkiej Brytanii; Konieczne Udokumentowane doświadczenie w Autoryzowanym Serwisie (Scania, Daf, Iveco, MB, Renault, MAN itd); Dobre pojęcie o diagnostyce komputerowej; ANGIELSKI PODSTAWOWY; W wypadku spełniania powyższych warunków prosimy o CV na: talent@horizonsrecruitment.co.uk, HORIZONS RECRUITMENT INTERNATIONAL Tylko Motoryzacja – Tylko ASO. tel. 00447761637664.

Reklama

PRENUMERATA

PROMOCJA!!!

Tylko 2,50 €* za numer!

26 numerów - 65,00 € (rok)
13 numerów - 32,50 € (pół roku)
6 numerów - 15,00 € (kwartał)

Zamówienia prosimy kierować na maila
redakcja@goniecpolski.nl

* - cena za prenumeratę na terenie Holandii

GoniecPolski.nl

tablica.nl

Chcesz pobierać zasilek i wrócić do Polski? To możliwe!

ZWROT PODATKU Z HOLLANDII

UWAGA!!!

W tym numerze rozpoczyna nowy cykl artykułów dotyczący... czyli Układu Zmierzającego do Przeciwności Tymczasowych

Lycamobile

Call the world for less

SUPER OFERTA



POLSKA

1

Ct/min

stacjonarne & komórkowe

Oплата за połączenie 9cts

Aby aktywować wyślij : **SAVER** pod numer **2525**

Zero opłat roamingowych

kiedy korzystasz ze swojej karty SIM Lycamobile
w 18 krajach



Zamów swoją darmową kartę SIM na
www.lycamobile.nl
lub pod numerem 020 754 3030



HIER VERKRIJGBAAR:



Het Lycamobile SAVER PLAN is geldig vanaf 01-07-2015. Klanten kunnen op elk moment overstappen van het Standard Tarievenplan naar het Saver Plan. Ten minste 30 dagen na activatie kan de klant weer terugkeren naar het Standard Tarievenplan. De extra beltegoed promotie (€5 - €10, €10 - €20 en €20 - €40) geldt alleen voor het Lycamobile Standard Tarievenplan en is niet van toepassing op het Saver Plan. Nadat de klant is overgestapt van het Standard Tarievenplan naar het Saver Plan, wordt de klant automatisch in het Saver Plan geplaatst. Het Saver Plan is onderhevig aan een fair use policy van 3000 minuten en sms'jes. Wanneer de gratis minuten en sms'jes verbruikt of verlopen zijn, geldt gesprekken van Lycamobile naar Lycamobile een tarief van 9ct/min voor de eerste 15 minuten per gesprek met een starttarief van 9ct/gesprek. Na 15 minuten geldt een tarief van 9ct/min. Voor sms'jes van Lycamobile naar Lycamobile geldt een tarief van 9ct/sms. Alle tarieven zijn van toepassing nadat u ten minste eenmaal heeft opgevoerd in de promotieperiode. Lycamobile behoudt zich het recht voor om prijzen, aanbiedingen en diensten te allen tijde te wijzigen. Deze actie is geldig van 01-07-2015. Het nieuwe tarief is geldig vanaf 01-07-2015. Klanten dienen een bundel aan te schaffen of op te waarden om gebruik te kunnen maken van de promotie geen roamingkosten voor bellen en sms'jes. Klanten dienen een specifieke databundel te kopen voor geen roamingkosten bij het gebruik van data - meer informatie op lycamobile.nl. Gratis bellen van Lycamobile naar Lycamobile tijdens roaming is onderhevig aan een fair use policy van 100 minuten (van toepassing op zowel inkomende als uitgaande gesprekken). De geen roamingkosten promotie is alleen beschikbaar voor een aangekondigde periode van 59 dagen. Promotie is geldig vanaf 01-07-2015.

OGŁOSZENIA DROBNE

● **Meble – kupię/sprzedam.** www.kazan-meble.pl. Narożnik „A R A M I S”. Wymiary: 250 x 170 cm. Funkcja spania. Pojemnik na pościel. Gwarancja: 2 lata. Koszt dostawy: GRATIS! Płatność: gotówka przy odbiorze. Kontakt: e-mail: sklep@kazan-meble.pl, tel. +48-882-049-419. Zapraszamy na naszą stronę www.kazan-meble.pl.

● **Zdrowie i uroda:** FRYZJER STYLISTA. Twoje włosy go potrzebują, dlatego zadzwoń i umów się na wizytę w Twoim domu. Profesjonalny fryzjer zadba o Twoje dobre samopoczucie i komfort. 0 685 618 000.

● **Meble – kupię/sprzedam:** Jeśli potrzebujesz mebli do salonu, sypialni, jadalni, do przedpokoju, a może dla dziecka to trafiłeś pod dobry adres. Nasza firma oferuje szeroki wybór mebli od Polskich producentów, które w ciągu dwóch tygodni dostarczymy prosto do Ciebie do domu, bez ponoszenia dodatkowych kosztów. Chciałbyś coś zmienić w oferowanych przez nas zestawach,

nie ma problemu. Na zakupione meble udzielamy 2-letniej gwarancji. Wystawiamy również faktury vat. Masz jakieś pytania? Możesz do nas zadzwonić, lub napisać. Meubelvooriedereen@MarekTomasik.info, +31 683162004. Obsługujemy całą Holandię, Belgię, Luksemburg oraz część Niemiec.

● **Zdrowie i uroda:** Otwarcie ZIELNIKA Pogotowia kosmetycznego. Pierwszy polski ZIELNIK w Holandii poleca ZIOŁA polskie

na różne dolegliwości organizmu, przyprawy ziołowe, olejki eteryczne naturalne kwiatowe i ziołowe, olejki pielęgnacyjne z nasion ziół, suplementy diety, herbatki ziołowe, literatura i akcesoria zielarskie oraz akcesoria kosmetyczne. Pogotowiekosmetyczne.nl.

● **Transport – oferuję:** Firma Jupiter Transport oferuje Państwu przeprowadzki, przewóz rzeczy z Polski do Holandii, z Holandii do Polski jak i na terenie całej Europy! Obszar naszej działalności

obejmuje takie miasta jak Amsterdam, Utrecht, Tilburg, Eindhoven, Breda, Rotterdam, Haga, Haarlem, Groningen, Emmen, IJssel, Apeldoorn oraz inne miejscowości, miasteczka i wsie położone na terenie Holandii. Odbieramy ładunek z każdej miejscowości w Polsce i za granicą. www.jupiter-transport.pl, www.transport-chlodniczy.com.pl, Tel. +48 696-126-142. Tel., +48 506-525-960.

● **Transport – oferuję!:** od 55 euro! Przewozy Osobowe do Polski MUSTANG! od 55 euro! MIEDZYNARODOWY PRZEWOZ OSOB POLSKA – NIEMCY – HOLANDIA! PROMOCJA 230 zł! Busy do Holandii: codziennie wieczorem. Busy do Polski: codziennie wieczorem. Z adresu pod adres! 7 monitorów! Internet i Wi Fi! Województwa i miasta które obsługujemy: Śląskie: Będzin, Bielsko Biala, Bytom, Chorzów, Czechowice-Dziedzice, Czeladź, Czerwionka-Leszczyny, Częstochowa, Dąbrowa Górnicza, Gliwice, Jastrzębie Zdrój, Jaworzno, Katowice, Knurów, Kuźnia Raciborska, Lubliniec, Łaziska Górne, Miasteczko Śląskie, Mikołów, Mysłowice, Orzesze, Pyskowice, Piekary Śląskie, Pszczyna Pszów, Racibórz, Radlin, Radzionków, Rudą Śląską, Rybnik, Rydułtowy, Siemianowice Śląskie, Sosnowiec, Sośnicowice, Świętochłowice, Tarnowskie Góry, Toszek, Tychy, Wielowieś, Wodzisław Śląski, Zawiercie, Zabrze, Żory. Opolskie: Babórów, Biała, Nysa, Bierdzany, Brzeg, Chróścina, Cisek, Dobrodzień, Głogówek, Głubczyce, Głuchołazy, Gogolin, Gracze, Grodków, Kędzierzyn – Koźle, Kietrz, Kluczbork, Kolonowskie, Korfantów, Krapkowice, Leśnica, Lewin Brzeski, Łambinowice, Łosiów, Łubiany, Namysłów, Niemodlin, Olesno, Opole, Ozimek, Pawłowiczki, Racławice Śląskie, Strzelce Opolskie, Strzelceczki, Tarnów Opolski, Tułowice, Ujazd, Walce, Prudnik, Zawadzkie, Zdzeszowice. Dolnośląskie: Bolesławiec, Chojnów, Jawor, Kąty Wrocławskie, Kostomłoty, Koberzyce, Legnica, Oława, Strzegom, Strzelin, Środa Śląska, Świdnica, Wrocław, Zgorzelec, Złotoryja. Lubuskie: Olszyna, Żary, Żagań, ołolice tych miast. Małopolskie: Kraków, Chrzanów, Kraków (Balice), Oświęcim, Trzebinia. Kontakt: MUSTANG, OPOLE Torowa 4, tel. 606 22 88 44 lub 606 22 88 11.

● **Transport – oferuję:** Przewóz osób POLSKA-HOLANDIA-POLSKA auta osobowe BEZ przesiadek. tel. +48 533 993 059, tel. +31 687 433 074. Obsługujemy niewielką część z obszaru

województw: wielkopolskiego, kujawsko-pomorskiego, lubuskiego, zachodniopomorskiego, pomorskiego. Jeśli szukasz szybkiego i jednocześnie bezpiecznego przejazdu to dobrze trafiłeś, BUSTER to gwarancja realnie krótszej podróży zawsze w dobrej cenie!

● **Nauka:** Szkolenie azbestowe/ asbestcursus. Kurs dla firm i osób prywatnych, które w swojej karierze chcą zająć się wykonywaniem i nadzorowaniem prac związanych z konserwacją, zabezpieczaniem i usuwaniem wyrobów zawierających azbest. Po ukończonym kursie, który trwa tylko kilka godzin otrzymasz UPRAWNIENIA do zajmowania się wszystkimi rodzajami azbestu, będziesz mógł wykonywać pracę z azbestem, nadzorować takie prace ale również prowadzić firmę zajmującą się usuwaniem wszystkich rodzajów azbestu. Otrzymasz również wszystkie konieczne dokumenty, instrukcje oraz ROK DARMOWYCH porad z zakresu szkolenia oraz wszelką pomoc przy otwieraniu i prowadzeniu firmy związanej z usuwaniem azbestu. ZWIĘKSZ SWOJĄ KONKURENCYJNOŚĆ I OSIĄGNIJ SUKCES NA RYNKU BUDOWLANYM, W KRAJU LUB NA TERENIE UNII EUROPEJSKIEJ JEŻELI MASZ TAKĄ OCHOTĘ. Nasze kursy prowadzone są przez wysokiej klasy specjalistów mających wieloletnie doświadczenie w nadzorowaniu inwestycji azbestowych i kontakcie Państwową Inspekcją Pracy jak również w prowadzeniu szkoleń, co pomoże Państwu osiągnąć wysoki poziom wiedzy i odpowiednio przygotować się do prac związanych z usuwaniem azbestu. MASZ PYTANIA DZWOŃ 797433139 lub PISZ biuro@expertasbest.com. Deze cursus is bedoeld voor bedrijven en particulieren die zich met het uitvoeren en toezichthouden op onderhouds-, beveiligings- en verwijderingswerken van asbesthoudende producten bezig willen houden in hun carrière.

● **Lekarze:** KAJTEK Polski Kraamzorg – polska opieka poporodowa. POTRZEBUJESZ OPIEKI POPORODOWEJ? ZGŁOŚ SIĘ DO NAS! DO KOŃCA SIERPNIA BONA 50 EURO W PREZENCIE!!! Specjalizujemy się w świadczeniu opieki poporodowej od początku do końca w języku polskim. Zapewniamy Ci: kontakt z położną, wsparcie w czasie ciąży i w okresie porodu, profesjonalną opiekę poporodową dostosowaną do Twoich potrzeb, wykształcone polskie opiekunki poporodowe, pełne wsparcie i radę w zakresie opieki nad noworodkiem, pomoc przy karmieniu piersią, opiekę od początku do końca w języku polskim, → → →

Reklama

slumilioneer

04.09.2015
TILBURG
HALL OF FAME
 Burgemeester Brokxlaan 6
 5014 SB Tilburg
 Start: 20.00

RYCHU
PEJA
SOLO

WSPARCIE: RĄDZIOR, SŁIWA (ASPIRATIO), DJ RINK

GRAMOFONY: DJ RASMATAL & DJ SHADOWFACE

Bilety dostępne w wybranych polskich sklepach w cenie EUR25:
 oraz na stronie: www.easyticket.nl
 Wejście na koncert od 16 lat | Info: daniel.xsidemusic@gmail.com

→ → → pomoc w uzyskaniu krapakket. KAJTEK Polski Kraamzorg, Rijnswijkseweg 107, 2516HA Den Haag, tel. 070-3077-778, www.polskikraamzorg.nl.

● **Transport – oferuje:** Przewóz osób do Polski i Holandii. Z adresu pod adres. Wi-Fi w busach! LICENCJONOWANY PRZEWÓZ OSÓB. TEL. +48 600 357 059. BUS POLSKA HOLANDIA. BUS HOLANDIA POLSKA. Zapraszamy! Jeździmy codziennie! Oferujemy: * PRZEJAZDY NA MIEJSCE Z ADRESU POD WSKAZANY ADRES * WYJAZDY Z POLSKI DO HOLANDII I NIEMIEC CODZIENNIE * POWROTY Z HOLANDII I NIEMIEC DO POLSKI CODZIENNIE * INTERNET WIFI PRZEZ CAŁĄ DROGĘ GRATIS * PRZYSTĘPNA CENA ORAZ ZNIŻKI DLA GRUP I STAŁYCH KLIENTÓW * PRZEWÓZ PACZEK (paczki zabieramy tylko przy okazji, jeśli jesteśmy w okolicy) Kraków, Krzeszowice, Alwernia, Chrzanów, Trzebinia i okolice Katowice, Tychy, Łędziny, Mysłowice, Jaworzno, Sosnowiec, Siemianowice Śląskie, Będzin, Czeladź, Dąbrowa Górnicza, Olkusz, Bytom, Piekary Śląskie, Pyskowice, Chorzów, Gliwice, Zabrze, Świętochłowice, Ruda Śląska, Knurów, Ryb-

nik i okolice Opole, Strzelce Opolskie, Krapkowice, Niemodlin, Brzeg, Kędzierzyn-Koźle, Grodków, Lewin Brzeski, Gogolin, Ujazd, Zdzeszowice, Toszek i okolice Wrocław, Oleśnica, Syców, Bierutów, Kępno, Kobyla Góra, Milicz, Międzybórz, Twardogóra, Oława, Strzelin, Jelcz-Laskowice, Kąty Wrocławskie, Kostomłoty i okolice Legnica, Legnickie Pole, Strzegom, Jawor, Chojnów, Złotoryja, Krzywa, Tomaszów Bolesławicki, Bolesławiec, Zgorzelec, Jędrzychowice i okolice Żary, Żagań, Olszyna, Iłowa i okolice. ZAINTERESOWANY INNĄ OKOLICĄ? ZADZWOŃ! Z PEWNOŚCIĄ TEŻ TAM JEDZIEMY! Obsługujemy całą Holandię!

● **Zdrowie i uroda:** Potrzebujesz zmiany? Nowoczesnej fryzury czy modnego koloru? Przyjdź do naszego studia, a na pewno nie pożałujesz, spełnimy wszystkie twoje wymagania. Usługi wykonywane na wysokim poziomie. Fryzjerstwo jest naszą pasją, do każdej stylizacji podchodzimy z maksymalnym zaangażowaniem. PRZYJDZ I SPRAWDZ! SPACE HAIR STUDIO prężnie się rozwija, teraz można również u nas skorzystać z działu kosmetycznego! MANICURE HYBRYDOWY 25

euro! Serdecznie zapraszamy! Schieweg 82-E tel. 626 – 135 – 802.

● **Transport – oferuje:** Przewóz osób i paczek: NIEMCY, HOLANDIA, BELGIA, LUKSEMBURG – RafTrans Chojnice. RAFTRANS Chojnice oferuje państwu licencjonowane: – Przewozy osób i paczek do Niemiec; – Przewozy osób i paczek do Holandii; – Przewozy osób i paczek do Belgii; – Przewozy osób i paczek do Luksemburga; – Przewozy osób i paczek do Polski; – Przewozy pracownicze > grupowe i indywidualne; – Przewozy turystyczne > okazjonalne; WYJAZDY POLSKA -> NIEMCY PÓŁNOCNE, HOLANDIA, BELGIA: w niedziele (rano), poniedziałki (po południu), środa (rano) i czwartki (po południu); WYJAZDY POLSKA -> POŁUDNIOWE NIEMCY, LUKSEMBURG: w niedziele (rano) i środy (rano); POWROTY NIEMCY PÓŁNOCNE, HOLANDIA, BELGIA -> Polska: w poniedziałki (rano), wtorki (po południu), czwartki (rano) i piątki (po południu); POWROTY POŁUDNIOWE NIEMCY, LUKSEMBURG -> POLSKA: w poniedziałki (rano) i czwartki (rano); Obsługujemy województwa: – pomorskie – zachodnio-pomorskie – część woje-

wództwa Kujawsko-Pomorskiego – część województwa Wielkopolskiego – Lubuskie. Z adresu pod adres bezpiecznie i na czas. Pełna oferta na naszej stronie internetowej: www.rafranschojnice.pl. ZAPRASZAMY!!! KONTAKT: e-mail: rafranschojnice@poczta.onet.pl, gg: 28050267, tel. kom.: +48660580120, www.rafranschojnice.pl, www.przewozdoniemiec.pl, Adres: 89-600 Chojnice, ul. Angowska 53.

● **Transport – oferuje:** Przewóz osób i paczek. Codzienne wyjazdy. Niemcy-Belgia-Holandia-Polska. Z adresu pod wskazany adres. Ceny od 220 zł. <https://www.facebook.com/MagiceExpress>.

● **Transport – oferuje:** Busy do Holandii / Busy do Polski z Wi-Fi i DVD od 60 Euro!!! Przewóz osób Polska – Niemcy – Holandia. Przejazd już od 60 EUR* (250 Zł*) Codzienne wyjazdy w obie strony!!! Busy z Wi-Fi na całej trasie oraz z DVD. Firma LUXADA oferuje Państwu: – licencjonowany przewóz osób, – jeździmy na trasie Polska – Niemcy – Holandia, – codzienne wyjazdy, – odbiór z miejsca

zamieszkania i dowóz pod wskazany adres, – wysoki komfort oraz bezpieczeństwo, – atrakcyjne ceny i liczne promocje, – busy wyposażone w klimatyzację, Wi-Fi, oraz monitory LCD, lub tablety!, – wyjazdy z województwa: podkarpackiego, małopolskiego, śląskiego, opolskiego, dolnośląskiego, małopolskiego, lubuskiego. Nasza flota składa się z nowych busów posiadających klimatyzację 3-strefową oraz dodatkowe ogrzewanie na tył. Busy LUXADA wyposażone są w tablety, lub zagięteki multimedialne (monitory LCD), pozwalające oglądać filmy podczas przejazdu!!! Każdy pasażer ma do dyspozycji słuchawkę, dzięki czemu osoby oglądające film nie przeszkadzają pasażerom śpiącym podczas jazdy. Koszt przejazdu od 60 EUR* (250 Zł*) *Cena uzależniona od trasy. Kontakt: www.LUXADA.pl, Tel.: +48 888 999 143, e-mail: luxada@luxada.pl, www.facebook.com/LUXADA.

● **Usługi – komputery:** Drobne naprawy Laptopów!!! -Drobne naprawy -Usuwanie wirusów -Naprawa systemu (może wgrać win7+sterowniki). Cena 10 euro, Rotterdam, Tel. 619689066 pro-

szę o sms, nie zawsze mogą odebrać.

● **Usługi – inne:** Usługi krawieckie ROTTERDAM. Szeroki zakres usług krawieckich. Przerabianie odzieży- skracanie spodni, sukienek, spodnic, bluzek, wszywanie zamków, podszywanie zasłon, firan i obrusów. Zapraszam 0644034097.

● **Nauka:** kursy techniczne Rotterdam. Czy znasz ofertę firmy OBA b. v. z siedzibą w Rotterdamie? VCA Basis w języku polskim- weekendy. VCA VOL w języku holenderskim lub angielskim- weekendy. Heftruck/Reachtruck w języku polskim piątek-sobota-niedziela a także kursy: Steigerbouw, BHV, Hoogwerker w języku holenderskim. Nasza firma oferuje zajmuje się także certyfikacja przedsiębiorstw. Dla grup i firm oferujemy specjalne ceny! Przy zakupie większej ilości kursów obowiązują świetne ceny- promocyjne. Więcej info: + 31 657 464 475 Firma: OBA, Opleidingen, Bemiddeling en Advies bv; KvK: 56368364. Adres biura: Keileweg10B, 3029BS Rotterdam. Lokalizacja kursu: Van Helmontstraat 6-8a, 3029AB Rotterdam.

Reklama



Ubezpieczenie dla pracowników migracyjnych? To oczywiście HollandZorg!

10% zniżki przy zakupie polisy ubezpieczenia zdrowotnego

Dumni ze współpracy z Kancelarią Podatkową Anny Kłosowskiej!

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

Dlaczego ubezpieczenie zdrowotne HollandZorg?

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

Pytania?

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

HollandZorg
No borders to security



Czym będziemy nadal palić w piecach?



FOT. FREEIMAGES.COM / CLODIA PORTEOUS

Sejm uchwalił tzw. ustawę antysmogową. Teraz samorządy będą decydowały, jakim paliwem będzie można palić w piecach i wyznacza standardy techniczne dla kotłów. Czym będzie można palić w piecach w Inowrocławiu?

Jak informuje Centrum Informacji o Rynku Energii, nowelizacja Prawa ochrony środowiska precyzuje obecne przepisy tak, by sejmiki wojewódzkie za pomocą uchwał mogły określać rodzaj i jakość paliw stałych dopuszczonych do stosowania i parametry techniczne lub parametry emisji urządzeń do spalania. Sejmiki będą mogły uchwalić zakaz stosowania określonych instalacji, w których następuje spalanie. Uchwała będzie musiała jednak określić np. granice obszaru objętego ograniczeniami. Poza tymi wymogami uchwała

będzie mogła też ustalić czas obowiązywania ograniczeń w ciągu roku. Samorządy będą mogły określić rodzaje podmiotów bądź instalacji, które będą wyłączone z ograniczeń lub zakazów.

Radny miejski Inowrocławia Janusz Radzikowski, od lat uznawany za orędownika stosowania ekologicznych źródeł energii, twierdzi, że nowelizacja ustawy jest trafionym pomysłem. Nie kryje jednak obaw związanych z praktyczną jej realizacją.

– Jeśli samorząd przyjmie uchwałę o tym, że na przykład w strefie uzdrowskiej nie wolno będzie używać do ogrzewania budynków innych źródeł, niż gaz lub przyłącze ZEC – może być problem z realizacją takiej uchwały. Obciążanie mieszkańców kosztami wymiany pieca węglowego na gazowy pod rygorem kary nie jest dobrym rozwiązaniem – mówi

Janusz Radzikowski. Być może rozwiązaniem byłyby unijne dofinansowania, w których wnioskodawcą będzie miasto, a jego beneficjentami mieszkańcy, którzy zgłosiliby akces do takiej formy wymiany źródła ogrzewania. – Pomysłów na realizację ustawy antysmogowej w praktyce może być wiele. Sądzę jednak, że należy przygotować mieszkańców do ewentualnych zmian poprzez podnoszenie świadomości ekologicznej. Od tego trzeba zacząć. Karanie nie jest dobrym rozwiązaniem. Jako radny nie chciałbym też tworzyć martwego prawa – dodaje Radzikowski.

Powietrze w Inowrocławiu jest stosunkowo czyste, ale dopuszczalna liczba przekroczeń poziomu pyłów PM10 w ubiegłym roku w automatycznym punkcie pomiaru przy ul. Solankowej znacząco przekroczyła dopuszczalne normy. Także ten

rok nie zapowiada się lepiej. Do 2 sierpnia 2015 roku mierzony automatycznie poziom pyłów PM10 został przekroczony już 26-krotnie, przy dopuszczalnej liczbie przekroczeń w ciągu roku wynoszącej 35. Pomiar manualny do 21 czerwca 2015 roku wykazał 22-krotne przekroczenie norm.

O uchwale ustawy apelował m.in. Polski Alarm Smogowy. Przekonywał, że nowe przepisy dadzą samorządom narzędzia do walki o czystsze powietrze, m.in. przez stopniowe wyeliminowanie najbardziej zanieczyszczających kotłów i pieców. Nowelizacja ma też ograniczyć stawianie ekranów akustycznych przy polach czy lasach.

Od lat Polska ma najbardziej zanieczyszczone powietrze w Unii Europejskiej.

ŹRÓDŁO: EXTRA KURIER
INOWROCŁAWSKI

Reklama



ZWROT PODATKU Z HOLANDII

Rozlicz się **ONLINE**

**Szybko
Bezpiecznie
Profesjonalnie**

www.TAX.gg



Czy będą nowe opłaty lokalne? Opłaty reklamowe?

Od 11 września br. rady gmin będą mogły nakładać nową opłatę lokalną – opłatę reklamową. Dotyczyć ona będzie tablic lub urządzeń reklamowych znajdujących się na obszarze gminy. Wszystko za sprawą tzw. ustawy krajobrazowej mającej być narzędziem ochrony krajobrazu.

Rada gminy w drodze uchwały będzie mogła nakładać opłatę od tablic reklamowych lub urządzeń reklamowych znajdujących się na jej obszarze. Co istotne, opłatę będzie można przyjąć jedynie na obszarach, dla których obowiązują zasady i warunki sytuowania obiektów małej architektury, tablic reklamowych i urządzeń reklamowych oraz ogrodzeń.

Z uzyskanych przez nas informacji wynika, że na terenie Inowrocławia nie obowiązują jeszcze przepisy, które pozwalałyby na nakładanie nowej opłaty lokalnej. Ustawa krajobrazowa w swej intencji ma za zadanie uporządkować przestrzeń publiczną w zakresie ekspozycji materiałów reklamowych. Brak uregulowań prawnych w tym zakresie sprawiał, że niemalże każdy wolny skrawek dużych powierzchni ścian, czy płotów pokryty jest reklamami. Ustawa ma też drugą stronę – może

okazać się furtką dla pozyskiwania przez samorządy kolejnych łatwych pieniędzy z kieszeni przedsiębiorców.

W praktyce ustawa może działać następująco:

Właściciel nieruchomości posiadający np. dużą i dobrze wy-

eksponowaną ścianę zobowiązany będzie do zadeklarowania w urzędzie wynajmu określonej powierzchni na rzecz innego przedsiębiorcy. Od wynajętej powierzchni właściciel uiszcza stosowną opłatę w postaci podatku reklamowego – niezależnego

od podatku płaconego za zysk wynikający z dzierżawy. Trudno dać wiarę, że dodatkowy podatek właściciel nieruchomości weźmie na siebie. Najlogiczniejszym będzie obciążenie kwotą podatku wynajmującego powierzchnię reklamową poprzez

podniesienie czynszu dzierżawnego.

Jak informuje serwis samorządowy Lex.pl opłata reklamowa pobierana będzie od właścicieli nieruchomości lub obiektów budowlanych z wyłączeniem nieruchomości gruntowych od-

danych w użytkowanie wieczyste, użytkowników wieczystych nieruchomości gruntowych, posiadaczy samoistnych nieruchomości lub obiektów budowlanych oraz posiadaczy nieruchomości lub ich części albo obiektów budowlanych lub ich części stanowiących własność Skarbu Państwa lub jednostki samorządu terytorialnego.

Zwolnione z opłaty będą tablice i urządzenia reklamowe, które nie są widoczne z przestrzeni dostępnych publicznie, stanowią sztyld lub stanowią realizację obowiązku nałożonego prawem. Opłacie nie będą podlegać również wszelkie tablice i urządzenia reklamowe, które służą do upowszechniania informacji o charakterze religijnym lub upamiętniających osoby, instytucje lub wydarzenia.

Stawkę nowej opłaty będzie ustalać rada gminy, z tym, że stawka części stałej opłaty nie może przekroczyć 2,50 zł dziennie, a stawka części zmiennej opłaty reklamowej 0,20 zł od 1 m² pola powierzchni tablicy reklamowej lub urządzenia reklamowego służących ekspozycji reklamy dziennie.

Nowe przepisy będą obowiązywały od 11 września 2015 roku.

ŹRÓDŁO: EXTRA KURIER
INOWROCLAWSKI



FOT. FREEIMAGES.COM / RICHARD SIMPSON

Marcin Gortat i inni przeciwko dopalaczom

Masz wątpliwości czy Twoje dziecko zażywa dopalacze? Chcesz dowiedzieć się więcej na temat możliwości leczenia? Masz informacje o miejscach, w których handluje się zakazanymi środkami? Jesteś uzależniony? Ministerstwo Spraw Wewnętrznych przygotowało listę numerów telefonów pod którymi można szukać pomocy.

Celem kampanii pn. „Dopalacze kradną życie” ma być uświadamianie młodych ludzi o niebezpieczeństwach związanych z zażywaniem dopalaczy. Akcja ma być skierowana także dla rodziców, nauczycieli oraz innych osób, które mają kontakt z młodzieżą. Od lipca już ponad 1000 osób zatruto się tymi niebezpiecznymi substancjami. Oprócz działań policji skupionych na zatrzymywaniu osób rozprowadzających narkotyki, przewidziano także działania profilaktyczne i kampanię społeczną.

– To nasz wspólny pakt przeciwko dopalaczom. Każda instytucja musi szukać

coraz lepszych środków i działać skuteczniej. Bardzo potrzebna jest integracja tych działań, dlatego MSW i Rada ds. Przeciwdziałania Narkomanii będzie koordynować działania i inicjatywy antydopalaczowe. Każde uratowane życie niech będzie naszym celem i naszym przesłaniem – powiedziała podczas uroczystości podpisania paktu minister Teresa Piotrowska.

Inauguracji kampanii towarzyszyła premiera spotu przygotowanego przez społeczność programu Komendy Głównej Policji „Profilaktyka a Ty” (w skrócie PaT). Wartością tej inicjatywy są ludzie, którzy chcą działać dla drugiego człowieka. Program skupia się na profilaktyce rówieśniczej (sama młodzież angażując się w działania profilaktyczne, zachęca innych do życia bez uzależnień). PaT skupił w ciągu 10 lat ok. 300 tys. osób. Uczestniczy w niej 90 grup młodzieży w całej Polsce.

Uruchomiony został także profil kampanii „Dopalacze kradną życie” na Facebooku. Będą tam publikowane m.in. aktualności dotyczące akcji, informacje o działaniach policji oraz zdjęcia

osób, które dołączyły do inicjatywy.

Ruszyła także mapa inicjatyw antydopalaczowych.

Na stronie internetowej MSW została opublikowana pełna lista podejmowanych lub planowanych działań profilaktycznych związanych z walką z tymi niebezpiecznymi substancjami. Lista zawiera już prawie 50 inicjatyw prowadzonych przez różne instytucje, m.in. Policję czy Ministerstwo Edukacji Narodowej. Wszystkie osoby, instytucje lub organizacje, które planują przeprowadzenie własnej akcji MSW zachęca do zgłaszania się mailowo na specjalny adres, który można znaleźć na stronie internetowej ministerstwa.

Pakt przeciwko dopalaczom został podpisany m.in. przez premier Ewę Kopacz, Teresę Piotrowską, ministra spraw wewnętrznych, Borysa Budkę, ministra sprawiedliwości, Mariana Zembalę, ministra zdrowia, Andrzeja Halickiego, ministra administracji i cyfryzacji, Urszulę Augustyn, sekretarza stanu w MEN oraz nadinsp. Cezarego Popławskiego, Zastępcę Komendan-

ta Głównego Policji. Akcję wsparli dodatkowo Rzecznik Praw Dziecka, Urząd Miejski w Wyszakowie, Związek Harcerstwa Polskiego, Polskie

Radio, FAKT, TVP, Miasto Stołeczne Warszawa, Główny Inspektor Sanitarny, ks. Arkadiusz Nowak, Onet.pl, Rządowe Centrum Bezpieczeń-

stwa oraz Pedagogium. Ambasadorkami akcji zostali Jerzy Owsiak oraz Marcin Gortat.

ŹRÓDŁO: PETRO NEWS



FOT. FREEIMAGES.COM / DANIEL BATTISTON



DR TOMASZ SZCZEPAŃSKI
SPECJALISTA CHOROÓB WEWNĘTRZNYCH
ULTRASONOGRAFIA
CHOROBY ŻYL

SPECJALISTYCZNE CENTRUM MEDYCZNE

- Lekarze specjaliści
- Leczenie żylaków
- Badania USG
- Chirurgia skóry
- Laboratorium
- Choroby płciowe

www.goldencare.pl

ul. J. Kukuczki 5/6, 50-570 Wrocław, tel. +48 71 733 66 50

Niebawem szczepionka dla uczulonych na ryby

Ryby to silny alergen, nawet śladowa jego ilość może wywołać u osób uczulonych ciężkie reakcje alergiczne. Łódzcy naukowcy biorą udział w pracach nad szczepionką, która ma pomóc takim pacjentom, a nawet umożliwić im jedzenie ryb.

Jak mówi PAP prof. Marek Kowalski, alergolog z Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, u osoby uczulonej na rybę w ciągu kilkunastu sekund po jej spożyciu mogą wystąpić dramatyczne objawy – w postaci na przykład

utruty przytomności, a czasami nawet zgonu. „Reakcja ta może być wywołana niewielkimi, śladowymi ilościami alergenu ryb” – podkreśla.

Takim pacjentom, jak mówi ekspert, trudno jest unikać alergenów ryb, ponieważ wchodzą one w skład różnych pokarmów. „Dodać nie było możliwe bezpieczne podanie szczepionek w takim przypadku. Naszą ideą była taka zmiana cząsteczki alergenu (...), aby zachować jej zdolność do wywoływania tolerancji, ale by pozbawić ją zdolności uczulającej, zdolności wywoływania objawów ubocznych” – tłumaczy.

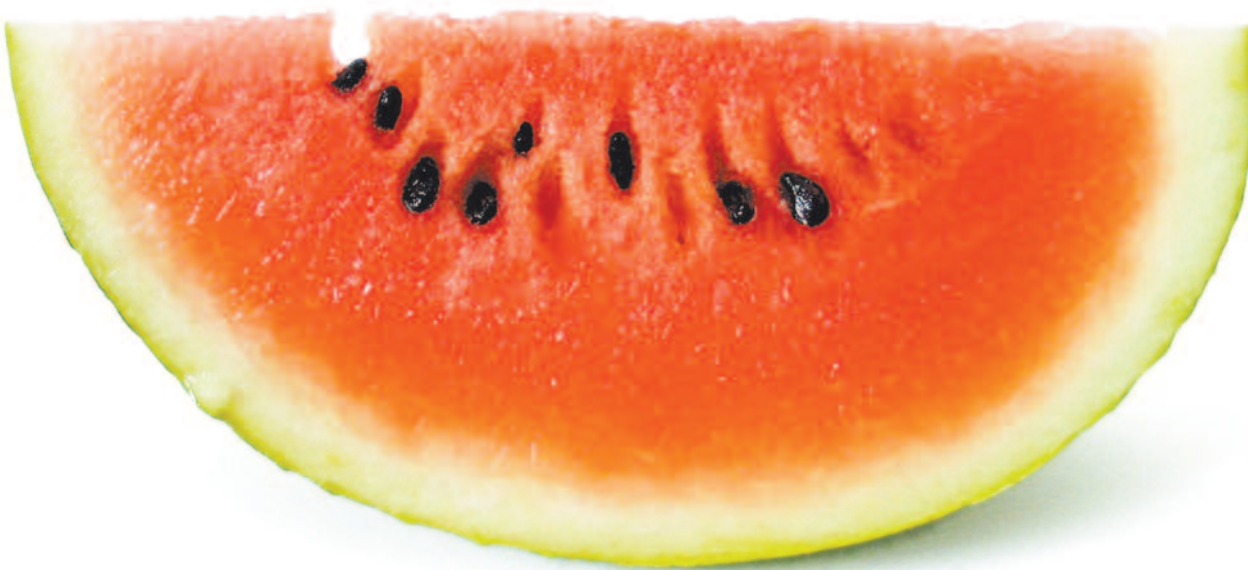
Niedługo nową szczepionkę będzie można podawać pacjentom w Klinice Immunologii, Reumatologii i Alergii Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Jak mówi prof. Krajewski, szczepionka będzie miała na celu odczulenie i umożliwienie spożywania ryb przez osoby dotąd na nie uczulone, a przynajmniej „zdjęcie z tych osób niebezpieczeństwa, że przypadkowy kontakt z rybą może wywołać ciężkie objawy alergiczne”.

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



FOT. FREEIMAGES.COM / BORIS PETERKA

Dr Stoś: na upały najlepsze sok pomidorowy i arbuz



FOT. FREEIMAGES.COM / PAUL PREACHER

W upały, poza wodą, sięgajmy po soki, owoce, warzywa i produkty pełnoziarniste. Szczególnie cenne są sok pomidorowy i arbuz, bo uzupełniają m.in. potas, wapń, magnez i żelazo, które latem szybko tracimy – radzi dr Katarzyna Stoś z Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie.

Zgodnie z zaleceniami dietetyków, osoba dorosła powinna dostarczać do organizmu około 2,5 litra płynów dziennie. Jednak latem, kiedy temperatury robią się coraz wyższe, zwiększa się tempo utraty płynów z organizmu. Wraz z płynami organizm traci cenne dla zdrowia mikro i makroelementy, co w konsekwencji prowadzi do zaburzenia gospodarki wodno-elektrolitowej.

Jak podkreśla dr Katarzyna Stoś z Instytutu Żywności i Żywienia, podczas upałów bardzo

istotne jest nawadnianie organizmu, ale nie możemy zapominać o produktach bogatych w substancje odżywcze, a szczególnie w mikro i makroelementy. „Ma to szczególne znaczenie z uwagi na fakt, że w gorące dni jemy dużo mniej, tym samym dostarczamy do organizmu zdecydowanie mniej substancji odżywczych. Dlatego poza wodą, nie zapominajmy o innych produktach, sięgajmy m.in. po soki owocowe i warzywne, owoce i warzywa, produkty pełnoziarniste, które uzupełnią potas, sód, wapń, magnez, ale także błonnik, fosfor, mangan i żelazo. Substancje te wpływają na prawidłowe funkcjonowanie organizmu, niektóre z nich pomagają zapobiec odwodnieniu” – mówi dr Stoś.

Latem, kiedy panują wyższe temperatury, warto zjadać więcej warzyw i owoców niż 400 g, czyli minimum zalecane przez Światową Organizację Zdrowia. Można też sięgać po owoce i wa-

rzywa zdecydowanie częściej niż pięć razy dziennie. Szczególnie cenny w tym okresie będzie arbuz, który aż w 92 proc. składa się z wody, a ma niską wartość energetyczną: około 30 kcal na 100 gramów. Dodatkowo zawiera potas, wapń, magnez, żelazo i sód. Podobny wpływ na organizm będą miały melon czy gruszkę. Latem warto przestać się na sałatki uzupełniane makaronem pełnoziarnistym lub kawałkiem mięsa bądź sera.

Zalecenia Światowej Organizacji Zdrowia mówią, że szklanka soku – 200 ml – może zastąpić jedną z dziennych porcji warzyw lub owoców. Jednak w ciepłe dni po soki można sięgnąć zdecydowanie częściej. „Soki doskonale uzupełniają płyny w organizmie. Dodatkowo dostarczają one znaczące ilości substancji mineralnych – warto zwrócić uwagę na potas, szczególnie ważny w kontekście równowagi sodowo-potasowej jak również ogólnej równowagi

elektrolitycznej w organizmie człowieka. Sok to produkt dostarczający organizmowi wody, a dodatkowo niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania substancji odżywczych oraz bioaktywnych, występujących w warzywach i owocach. To doskonała, letnia przekąska. Co ważne, soki nie zawierają żadnych substancji konserwujących, barwników, ani żadnych sztucznych dodatków, a soki owocowe również dodatku cukru” – mówi dr Stoś.

Źródłem praktycznie wszystkich cennych składników odżywczych jest sok pomidorowy. Znajdziemy w nim potas, magnez, fosfor, ale też witaminę C, witaminę B6, beta-karoten, witaminę E oraz witaminę K. Jest niezwykle bogaty w błonnik, dzięki czemu nie tylko dostarcza organizmowi płynów, ale też doskonale zaspokaja głód. Co ciekawe, likopen zawarty w soku pomidorowym, a podany podczas przygotowania



FOT. FREEIMAGES.COM / ESRA SU

soku obróbce termicznej, jest lepiej przyswajalny dla człowieka niż ten pochodzący z surowych pomidorów. Szklanka, a nawet dwie, soku pomidorowego dziennie to pomogą w prawidłowym funkcjonowa-

niu układu mięśniowego, nerwowego oraz w utrzymaniu prawidłowego ciśnienia krwi.

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

Ekspert: wody butelkowane zdrowsze; wodociągi: woda z kranu dobra i tańsza

Wody butelkowane są zdrowsze niż wody wodociągowe – uważa Tadeusz Wojtaszek, ekspert ds. wód mineralnych. Według spółek wodociągowych woda kranowa jest równie dobra, a w dodatku kilkaset razy tańsza.

Tadeusz Wojtaszek, prezes Krajowej Izby Gospodarczej „Przemysł Rozlewniczy” i od 30 lat członek Polskiego Towarzystwa Magnezologicznego im. prof. Juliana Aleksandrowicza, prelegent Festiwalu Wód Mineralnych, który odbył się w weekend w Muszynie (Małopolskie) podkreśla w rozmowie z PAP, że

w Polsce mamy bardzo dużo dobrych wód mineralnych i źródłanych, które pod względem chemicznym są czyste, a różni je tylko stopień mineralizacji.

Według niego, woda wodociągowa „absolutnie nie dorównuje wodzie butelkowanej”. Jak ocenił, prowadzona obecnie przez fundację Czyściutko akcja „Piję wodę z kranu” jest szkodliwa dla zdrowia publicznego.

„Nigdy nie wiadomo, kiedy z kranu wypływa woda zdalna do picia. Zanim dopłyne do odbiorcy pobierana jest przeważnie z różnych otwartych zbiorników, narażonych na zanieczyszczenie, a jeżeli nawet pochodzi z pokładów podziemnych, to jest +uzdatniana+ – przeważnie chlorem – aby mogła płynąć wiele kilometrów rurami, często starymi, do odbiorców” – wyjaśnił ekspert.

Zauważył jednocześnie, że wody butelkowane i wodociągowe podlegają odrębnym przepisom prawnym. „Wody butelkowane jako środki spożywcze podlegają przepisom ustawy o bezpieczeństwie żywności i żywienia. Natomiast woda wodociągowa podlega przepisom ustawy o zbiorowym zaopatrzeniu w wodę i odprowadzaniu ścieków” – mówił Wojtaszek.

Jak dodał, produkcja i sprzedaż wód butelkowanych w Pol-

sce systematycznie wzrasta, o kilka procent rocznie, jednak średnie spożycie takiej wody jest w Polsce niższe niż w Europie Zachodniej, choć wyższe niż w Europie Wschodniej. „Rocznie przeciętny Polak wypija ok. 80 litrów wody butelkowanej, co wciąż stawia go poniżej średniej w Unii Europejskiej – ponad 100 litrów, ale wyżej niż w Europie Wschodniej – ok. 50 litrów na mieszkańca rocznie” – powiedział prezes.

Wojtaszek podkreślił, że największą zaletą wód mineralnych i źródłanych z podziemnych pokładów w Polsce jest ich czystość i różny stopień mineralizacji. Z tego względu woda taka nie tylko gasi pragnienie, ale i ma właściwości dietetyczne i prozdrowotne.

Ekspert zaznaczył, że przed zakupem wody należy przeczytać etykietę na butelce. Zgodnie z obecnie przepisami wody butelkowane podzielone są na cztery rodzaje: wysokozmineralizowane o ogólnej zawartości składników mineralnych powyżej 1500 mg/l; średnizmineralizowane – od 500 mg/do 1500 mg/l; niskozmineralizowane o ogólnej zawartości składników mineralnych poniżej 500 mg/l; oraz bardzo nisko zmineralizowane – poniżej 50 mg/l.

Wody, które nie mają na etykiecie informacji o stopniu zmi-

neralizowania w mg/l, nie mogą znaleźć się w sprzedaży – dodał.

Na polskim rynku znajduje się ok. 150 wód butelkowanych. Najwięcej wśród nich jest wód niskozmineralizowanych i średnizmineralizowanych.

„Różnorodność wód butelkowanych pozwala nam wybrać wodę do picia taką, jaka nam odpowiada, zarówno ze względów smakowych, jak i zdrowotnych” – mówił ekspert.

Wody wysokozmineralizowane dobrze służą osobom aktywnym fizycznie, średnizmineralizowane – do codziennego wypijania, a niskozmineralizowane są najlepsze dla przygotowywania posiłków dla dzieci i niemowląt.

Znaczenie wody butelkowanej dla zdrowia zależy nie tylko od stopnia mineralizacji, ale przede wszystkim od zawartych w nich składników mineralnych – w wodach wydobywanych spod ziemi może ich być ponad 70. Do najważniejszych należą: magnez, wapń, jod, sód, chlorki, siarczany, wodorowęglany, fluor, lid, żelazo.

Czytając etykiety – mówił Wojtaszek – można sobie dobrać wodę do swoich potrzeb. Osoby chcące zwiększyć zasobność swojej diety w deficytowe w naszych pokarmach białek powinny szukać wód mineralnych z większą zawar-

tością magnezu i wapnia, osoby cierpiące na nadkwasotę z większą ilością wodorowęglanów, a mający skłonności do cukrzycy powinni wybierać wody siarczanowe.

Tymczasem spółki wodociągowe zachęcają do picia wody z kranu, przekonując, że ma ona podobną zawartość minerałów do butelkowanych wód źródłanych i stołowych, a w dodatku jest kilkaset razy tańsza. Akcję promującą picie „kranówki” prowadzi m.in. Zakład Wodociągów i Kanalizacji w Łodzi.

W kampanii „Łódzka Woda Najlepsza” ZWIŁ przekonuje, że w łódzkiej „kranówce” występuje sporo korzystnych dla zdrowia pierwiastków i związków mineralnych, w tym ważne dla człowieka: wapń, magnez, sód, potas.

„Kupowanie wód źródłanych w plastikowych butelkach to nic innego jak zbędne gromadzenie trudnych do przetworzenia plastikowych odpadów” – powiedział PAP rzecznik łódzkiego ZWIŁ Miłosz Wika.

Według niego, nie ma potrzeby kumulowania szkodliwych dla środowiska odpadów. Jak zauważył, łodzie co roku wyrzucają do pojemników na śmieci ok. 45 tys. ton plastikowych opakowań.

„Nie ma lepszego sposobu na ochronę środowiska jak ograniczanie produkcji odpadów i należy zastanowić się czy pić wodę źródłaną w butelce plastikowej, czy pić wodę z kranu o podobnej zawartości minerałów” – podkreślił.

PAP – NAUKA W POLSCE

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



FOT. FREEIMAGES.COM / CHICO ANTONIO TIAGO EDUARDO



FOT. FREEIMAGES.COM / MATT BENSON

Eksperci radzą, jak przetrwać upały

Dieta bogata w owoce, warzywa, wodę i soki, unikanie nagrzaných pomieszczeń, ostrego słońca i większego wysiłku fizycznego, a w ciągu dnia odświeżający prysznic – dzięki przestrzeganiu tych zaleceń upały będą mniej dokuczliwe – mówią eksperci.

Według prognoz Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej w tym tygodniu temperatura powietrza na większości obszaru Polski sięgnie ponad 30 st. Celsjusza. Tymczasem optymalna temperatura dla naszego organizmu to 20-24 stopnie.

Eksperti, m.in. lekarze i dietetycy, od lat mają stały zestaw rad na czas upałów.

Przed wszystkim zalecają przebywanie w chłodnych pomieszczeniach i unikanie przebywania na słońcu, zwłaszcza

wówczas, kiedy operuje ono najmocniej. Osoby starsze i cierpiące na choroby układu krążenia powinny pozostać w domu w godz. 11-17.

Jeśli jednak musimy wyjść na słońce, warto założyć lekką, niekrępującą ruchów przewiewną odzież, najlepiej w jasnych kolorach, no i pamiętać o nakryciu głowy. Osoby pracujące na zewnątrz powinny się regularnie chłodzić (np. przecierać wilgotną ręcznikiem kark i skronie), robić częste przerwy w pracy. Ci zaś, którzy poruszają się po mieście, powinni jak najczęściej wchodzić do chłodnych, klimatyzowanych pomieszczeń (supermarkety, kina, muzea).

Pomocne jest także branie w ciągu dnia chłodzącego prysznica lub kąpiel; można też korzystać z kurtyn wodnych rozstawionych w niektórych miastach, np. w Warszawie. Ważne jednak, aby nie były to kąpiele w miejskich fontannach, bo grożą one chorobami przewodu pokarmowego, skóry, oczu.

W mieszkaniach – jeśli na zewnątrz jest cieplej niż wewnątrz budynku – okna od słonecznej strony powinny być w dzień zasłonięte i zamknięte. Otwierać je należy za to w nocy, aby wywoływać przepływ powietrza.

Jak podkreśla dr Katarzyna Stoś z Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie, podczas upałów bardzo ważne jest także nawadnianie organizmu. Nie możemy zapominać o produktach bogatych w substancje odżywcze, a szczególnie w mikro- i makroelementy. „Ma to szczególne znaczenie z uwagi na fakt, że w gorące dni jemy dużo mniej, tym samym dostarczamy do organizmu zdecydowanie mniej substancji odżywczych. Dlatego poza wodą, nie zapominajmy o innych produktach, sięgajmy m.in. po soki owocowe i warzywne, owoce i warzywa, produkty pełnoziarniste, które uzupełnią potas, sód, wapń, magnez, ale także błonnik, fosfor, mangan i żelazo. Substancje te

wpływają na prawidłowe funkcjonowanie organizmu, niektóre z nich pomagają zapobiec odwodnieniu” – radzi specjalista.

Po warzywa i owoce warto sięgać zdecydowanie częściej niż pięć razy dziennie. Szczególnie cenny w tym okresie będzie arbuż, który aż w 92 proc. składa się z wody, a ma niską wartość energetyczną: około 30 kcal na 100 gramów. Dodatkowo zawiera potas, wapń, magnez, żelazo i sód. Podobny wpływ na organizm będą miały melon czy gruska. Latem warto przestawić się na sałatki uzupełniane makaronem pełnoziarnistym lub kawałkiem mięsa bądź sera. Źródłem praktycznie wszystkich cennych składników odżywczych będzie też sok pomidorowy. Znajdziemy w nim potas, magnez, fosfor, ale też witaminę C, witaminę B6, beta-karoten, witaminę E oraz witaminę K. Jest niezwykle bogaty w błonnik, dzięki czemu nie tylko dostarcza → → →

Leki podczas upałów mogą działać inaczej

Niektóre powszechnie stosowane leki podczas upałów mogą spowodować nieoczekiwane reakcje organizmu. Warto o tym wiedzieć, by im skutecznie zapobiegać – informuje konsultant krajowy w dziedzinie farmakologii klinicznej prof. Bogusław Okopień.

Uważać powinny zwłaszcza osoby zażywające leki moczopędne, chemioterapeutyki stosowane na zakażenia czy preparaty z dziurawca.

Według prof. Okopienia, największą i najbardziej narażoną grupą są osoby cierpiące na tak powszechne dolegliwości, jak nadciśnienie czy niewydolność serca, którym lekarze zapisują leki moczopędne, aby odbarzyć serce i zmniejszyć obrzęki. Jeśli podczas upałów tacy chorzy nie wypijają jednocześnie odpowiedniej ilości płynów, grozi im odwodnienie, które może doprowadzić nawet do zagrożenia życia.

„To często starsi, samotni ludzie, często mamy latem takie osoby w izbie przyjęć. Zwykle mają zakodowane, że trzeba zażyć lekarstwo i świetnie o tym pamiętają, natomiast żeby wypić stosowną ilość wody – już nie. Tymczasem, jeżeli jest gorąco i ta osoba jedno-

częściej się poci, to płynu w organizmie nagle zaczyna ubywać. Pojawia się odwodnienie, a do tego dochodzi utrata jonów – przede wszystkim potasowych i sodowych. Utrata potasu skutkuje niebezpiecznymi dla życia arytmiami, utrata sodu – splątaniem mózgowym, śpiączką czasami, utratą przytomności” – wyjaśnił prof. Okopień, który kieruje oddziałem chorób wewnętrznych i farmakologii klinicznej w Centralnym Szpitalu Klinicznym w Katowicach.

Inną grupą ryzyka są osoby przyjmujące chemioterapeutyki stosowane w zakażeniach dróg moczowych, dróg oddechowych, zakażeniach skóry. „Jeśli pacjent po tych lekach wyjdzie na dłuższą na światło słoneczne, może doznać ciężkiego oparzenia bądź zapalenia złuszczonego skóry. My to określamy czasem w medycznym żargonie mianem fotodermatozy. Oczywiście nie każdego to spotka, ale jeśli już problem wystąpi, to niemal stan zagrożenia życia” – powiedział farmakolog.

Uczulenie na słońce może się też pojawić u osób przyjmujących preparaty z dziurawca.

Przegrzanie grozi również osobom, przyjmującym stosowane podczas przeziębienia preparaty zawierające pochodne efedryny, a także zażywającym neuroleptyki, antydepresanty oraz leki przeciw-

histaminowe stosowane w leczeniu alergii.

„Ciepło oddajemy głównie przez skórę w ten sposób, że rozszerzają nam się naczynia skórne, a ponadto się pocimy. Wszystkie leki, których mechanizm działania obejmuje wysuszenie skóry albo zwężenie naczyń powierzchniowych w skórze, zwiększają bezsprzecznie naszą wrażliwość na ciepło” – mówił prof. Okopień.

Przypomniął, że w czasie upałów powinniśmy wypijać 2- 2,5 litra płynów. „Warto też obserwować siebie, oczywiście nie popadając w hipochondrię. Trzeba jednak przyznać, że 37-38 stopni Celsjusa to warunki ekstremalne, do jakich nie jesteśmy przyzwyczajeni. Warto więc zwrócić uwagę na siebie, bliskich, sąsiadów” – przekonywał specjalista.

Odrębnym problemem jest przechowywanie leków podczas upałów. Większość można bezpiecznie trzymać w temperaturze pokojowej, zgodnie z wytycznymi w załączonych ulotkach. Podczas letnich podróży nie wolno zostawiać leków w nagrzanym samochodzie. Szczególną czujność powinni zachować cukrzycy przyjmujący insulinę – przechowywana niewłaściwie może stracić aktywność.

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



FOT. FREEIMAGES. COM / ESRA SU

→ → → organizmowi płynów, ale też doskonale zaspokaja głód.

Turyści, którzy w upalne dni wybierają się w góry, powinni wychodzić na szlak o świcie, nawet o godz. 5 rano, kiedy słońce nie jest jeszcze tak ostre, jak w godzinach połu-

dniowych. „Na otwartych górskich przestrzeniach nie ma schronienia przed słońcem, dlatego planując wysokogórską wycieczkę, należy pamiętać o nakryciu głowy, zapasie wody i kremach z filtrem” – przypomina ratownik TOPR Tomasz Wojciechowski.

Ryzykowne może okazać też się wsiadanie do nagrzanego w słońcu samochodu. Wewnątrz temperatura sięgać może wtedy nawet 60-80 st. C. Dlatego zanim wsiądziemy do auta, należy je przewietrzyć i obniżyć w nim temperaturę. Dłuższa, ciągła podróż w nieklimatyzowanym samochodzie może być niebezpieczna dla dzieci.

Niedopuszczalne jest też zostawianie dziecka samego w zamkniętym samochodzie. Im mniejsze jest dziecko, które np. śpi w foteliku, tym w większym stopniu jest zagrożone przegrzaniem.

W upały szczególnie powinny uważać osoby zażywające leki, bo mogą one spowodować nieoczekiwane reakcje organizmu. Jak wyjaśnia konsultant krajowy w dziedzinie farmakologii klinicznej prof. Bogusław Okopień, największą i najbardziej narażoną grupą są osoby cierpiące na tak powszechne dolegliwości, jak nadciśnienie czy niewydolność serca, którym lekarze zapisują leki moczopędne, aby odbarzyć serce i zmniejszyć obrzęki. Jeśli podczas upałów tacy chorzy nie wypijają jednocześnie odpowied-

niej ilości płynów, grozi im odwodnienie, które może doprowadzić nawet do zagrożenia życia.

Inną grupą ryzyka są osoby przyjmujące chemioterapeutyki stosowane w zakażeniach dróg moczowych, dróg oddechowych, zakażeniach skóry. „Jeśli pacjent po tych lekach

wyjdzie na dłuższą na światło słoneczne, może doznać ciężkiego oparzenia bądź zapalenia złuszczonego skóry. My to określamy czasem w medycznym żargonie mianem fotodermatozy” – informuje prof. Okopień.

Osoby, które podczas upałów będą odczuwać ból, zawroty głowy, osłabienie, nudności, wy-

miot, kurcze mięśni (zwłaszcza brzucha i nóg, drgawki, większa częstotliwość bicia serca i oddechu) powinny zgłosić się do lekarza.

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



FOT. FREEIMAGES. COM / TITO TARANTULA



FOT. FREEIMAGES. COM / PASCAL MONTSMA

Pytania do eksperta – listy Czytelników

Otrzymaliśmy od Was wiele listów odnośnie spraw dotyczących holenderskich spraw podatkowych. Dziś prezentujemy kolejne z nich. Na pytania Czytelników odpowiadamy we współpracy z pracownikami Kancelarii Podatkowej Anna Kłosowska www.rozliczcie.pl. Serdecznie dziękujemy za wszystkie nadesłane wiadomości, jak również za okazane nam zaufanie.

Jeżeli macie jakieś pytania do naszych ekspertów czekamy na Wasze maile pod adresem redakcja@goniecpolski.nl



• • •

Witam!!!

Chciałam się dowiedzieć o moje prawo jazdy. A mianowicie jestem zameldowana na stałe w Holandii od sierpnia 2014 roku, a moje polskie prawo jazdy zostało wydane bezterminowo w Polsce 16.07.2003 roku. I co teraz? A na dodatek w Polsce nie mam już stałego meldunku.

Dziękuję

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

Odpowiedź:

Może Pani wymienić prawo jazdy polskie na holenderskie.

• • •

Witam,

Dzisiaj zarejestrowałam się w UWW, teraz czekam aż przyjdą jakieś dokumenty do mnie i dopiero potem mogę się starać o zasiłek, lecz mam taką sytuację, iż kontrakt kończy mi się 29 marca i do tego czasu muszę opuścić mieszkanie, bo to firma. Będę robił przekierowanie do Polski tego zasiłku, dlatego moje pytanie brzmi: czy tego 29 marca mogę jechać do Polski czy muszę wynająć pokój specjalnie, by przebywać w Holandii po uzyskaniu decyzji pozytywnej z Urzędu?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Od zakończenia pracy musi Pan być minimum 30 dni do dyspozycji UWW, tak więc aby mieć pewność, że decyzja będzie prawidłowa, powinien Pan zostać w Holandii.

Witam,

Jestem oddelegowany do pracy w Holandii. Jak moglibyśmy ruszyć sprawę przysługujących mi dodatków na dzieci? Mam dwójkę dzieci. Proszę o odpowiedź.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Aby mieć prawo do dodatków, musi Pan mieć przyznany zasiłek rodzinny w Holandii, a z ostatnich informacji SVB wiemy, że oddelegowanym się nie należy. Więc nie należy się również dodatek.

• • •

Witam,

Piszę do Państwa, ponieważ nie chciałam być wprowadzona w błąd. A więc z tego co mi wiadomo, to „rozłąkowe” jest to złe nazwane rozliczenie podatkowe wspólnie z partnerem. W mojej sytuacji ja, osoba niepracująca, rozliczam się z partnerem z którym mamy wspólnie dzieci i on posiada dochód. Tak więc w tym roku, jak i w poprzednim, tak się rozliczyliśmy i faktycznie pieniądze otrzymałam. Osoba, która nas rozlicza, próbuje nam wytłumaczyć coś, co wydaje mi się, że nie istnieje. Tłumaczy nam, że jest takie coś, jak rekompensata za rozłąkę rodziny i to nazywa właśnie rozłąką i że należą nam się pieniądze z tego tytułu, że półtora roku ja z dzieckiem mieszkalam w Polsce, a ojciec w Holandii. Bardzo proszę o pomoc.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Nic nam niestety o takim świadczeniu nie wiadomo:-)

Witam,

Chciałabym prosić o podanie, jakie są progi podatkowe (podatek i składki społeczne) za 2014 rok. Z góry dziękuję za pomoc.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Pod poniższym linkiem znajdzie Pani progi podatkowe na rok 2014: <http://www.dezaak.nl/tarief-inkomstenbelasting-in-2014-5319946.html>.

• • •

Witam!

Mój mąż rok temu założył w Niemczech spółkę. Ja z dziećmi mieszkam w Polsce. Czy należy nam się niemiecki zasiłek na dzieci? Czy ja mogę złożyć odpowiednie dokumenty, czy musi zrobić to mąż? Dodam, że nie układa się między nami i mam obawy, że mógłby złożyć papiery w tym celu, a pieniądze do dzieci nie trafia.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Oczywiście, możecie się Państwo starać o zasiłek. Wnioskodawcą o niego powinien być Pani mąż.

• • •

Dzień dobry,

Mam pytanie: czy pobierając w Holandii zasiłek dla bezrobotnych mogę kupić samochód i przejeżdżać go w Polsce czy są z tym jakieś komplikacje?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Nie ma to znaczenia przy zasiłku dla bezrobotnych, ale wyjeżdżając do Polski musi Pan zgłosić urlop.

• • •

Dzień dobry,

Mam pytanie do Państwa w związku z zasiłkiem. Czy te 26 tygodni w ciągu 36 tygodni muszę mieć przepracowane w danym roku czy część może być z jednego roku, a druga część z kolejnego? Czy muszę mieć ubezpieczenie, ponieważ niestety moje uitzbureau nie dało mi ubezpieczenia, a ja własnego nie miałam. Dziękuję za odpowiedź.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

26 tygodni powinno być przepracowanych w ciągu 36 tygodni przed utratą pracy, a więc przełom roku nie ma tu nic do rzeczy. Natomiast posiadając dochody z Holandii musi Pani mieć ubezpieczenie.

• • •

Dzień dobry,

Mam zamiar podjąć pracę w Niemczech, jestem żonaty i mam 2 dzieci z naszego małżeństwa oraz żona ma 2 dzieci z poprzedniego – czyli razem czworo. Czy na całą czwórkę będziemy dostawać Kindergeld, czy tylko na dwójkę? Czy w Niemczech jest tak jak w Polsce zwrot podatku na dzieci i jak tak, to w jakiej wysokości? Będę zarabiał około 2000 euro netto/miesiąc, a żona w Polsce około 1700 zł/miesiąc. Jakiego potrzebne dokumenty muszę zgromadzić?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Możecie się Państwo starać o zasiłek na całą czwórkę dzieci, jeśli mają Państwo wszyscy wspólny meldunek i prowadzą wspólne gospodarstwo – by móc o niego zawniekskować potrzebne są różne dokumenty,

w zależności od Państwa indywidualnej sytuacji.

• • •

Witam,

Tak mnie zastanawia pewna kwestia odnośnie zasiłku: co z osobami takimi jak ja, które pracują przez pośrednika polskiego i mieszkają na mieszkaniu biura. Mam już wypracowany okres potrzebny do zasiłku i chciałbym zrobić transfer do Polski, jak wiemy trzeba być jeszcze miesiąc w Holandii. A skoro pracodawca nie przedłużył mi umowy, to również wiąże się z opuszczeniem przeze mnie mieszkania biurowego. Więc jak mam zostać w Holandii bez mieszkania??? Nie ma możliwości, żeby nie czekać tego miesiąca, tylko od razu pojechać?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Urząd wymaga pozostania na terenie Holandii i dopiero transfer pozwala wyjechać z kraju. Na wstępie najważniejsze jest, aby podać holenderski adres pobytu. Urząd będzie tam wysyłał korespondencję, na którą trzeba niezwłocznie reagować i np. stawić się w wyznaczonym dniu na spotkaniu w urzędzie. Może też zdarzyć się kontrola i urzędnik osobiście sprawdzi czy przebywa Pan na miejscu. Zatemjazd do Polski jest ryzykowny i może się skończyć odebraniem prawa do zasiłku.

• • •

Witam,

Dostałem list z Belastingu, ale dokładnie go nie rozumiem. Pracę skończyłem w marcu i rozliczyłem się z 2014 roku. List: Wij hebben uw toeslagen berekend voor 2015. In deze beschikking staan un nieuwe toeslagbedragen. Uw zorgtoeslag voor 2015 wordt 942 euro. To znaczy, że ja im coś muszę zapłacić?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Z treści, którą Pan przytoczył wynika, że najprawdopodobniej urząd wydał decyzję o automatycznej wypłacie Zorgtoeslag

– dodatku do ubezpieczenia – na rok 2015. Jeśli nie pracuje Pan aktualnie w Holandii, należy jak najszybciej poinformować o tym urząd, ponieważ pieniądze, które urząd wypłacił, a się nie należą, będzie trzeba zwrócić...

• • •

Witam,

Piszę do Państwa w sprawie zasiłku. Pracowałam na terenie Holandii, pewnego dnia otrzymałam telefon od koordynatora, który za mną nie przepadał, że nie ma już dla mnie pracy i mam jechać do Polski. Wróciłam do Polski, wysłałam do UWW wniosek o druk U1, aby starać się o zasiłek w Polsce przyznawany na rok, ponieważ jestem samotną matką. Z biura przez które pracowałam w Holandii nie dostałam żadnego dokumentu, że zakończyłam pracę, po prostu koordynator powiedział, że nic dla mnie już nie ma, więc musiałam wrócić do Polski. Niedawno przyszedł mi druk U1 z Holandii i w przyczynach zwolnienia mam napisane INNE, posłam do Powiatowego Urzędu Pracy, który przygotował mi dokumenty z którymi muszę iść do Wojewódzkiego Urzędu Pracy, aby starać się o zasiłek i muszę wypełnić formularz w którym jest pytanie, co było powodem zakończenia pracy, w druku U1 powód zaznaczony jest „INNY”, nie wiem co mam napisane w zwolnieniu, bo w biurze nie odbierają moich telefonów, boję się, że jeśli zaznaczę w urzędzie pracy powód, że skończyła się dla mnie praca, tak jak mi koordynator przekazał, a w biurze będzie napisane coś innego, to będę miała nieprzyjemności.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Zaznaczając opcję INNE pracodawca powinien podać wyjaśnienie. Skoro jednak nie zaznaczono żadnej opcji mówiącej o tym, że zatrudnienie ustało z przyczyny leżącej po Pani stronie, to polski urząd pracy nie powinien mieć zastrzeżeń. Jeśli jednak urząd nie zaakceptuje druku, to radzimy próbować skontaktować się z pracodawcą lub urzędem UWW.

Galeria zdjęć Czytelników

Dzisiaj prezentujemy zdjęcia z Covebo Summer Party, które odbyło się 25 lipca 2015 roku w Nijkerku, które nadesłała nasza Czytelniczka – Pani Zofia z Hagi.



Czekamy na Wasze fotki
pod adresem
fotka@goniecpolski.nl

fot. Zofia z Hagi

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM
DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolanski.nl

DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY

• Petent w urzędzie pyta sekretarki:

- Czy naczelnik przyjmuje?
- Nie odmawia...

• Pan Nowak udał się do szpitala po wyniki badań żony.

Pracownik szpitala mówi:
- Bardzo nam przykro, ale mieliśmy tu trochę zamieszania i niestety wyniki pańskiej żony wróciły z laboratorium razem z wynikami jakiejś innej pani Nowak i teraz nie wiemy, które są które. Szczerze mówiąc, ani te, ani te nie są nadzwyczajne.

- Co to znaczy?
- Jedną z pań ma Alzheimera, a druga uzyskała pozytywny wynik testu na AIDS.

- Ale chyba badania można powtórzyć?!

- Teoretycznie można, ale te badania są bardzo drogie, a Narodowy Fundusz Zdrowia nie zapłaci za dwa testy dla tego samego pacjenta.

- To co ja mam robić?

- Narodowy Fundusz Zdrowia zaleca w takiej sytuacji, by zawiadzić Pan żonę do śródmieścia i tam zostawić. Jeżeli trafi sama do domu, po prostu proszę zrezygnować ze współżycia.

• W barze siedzą młody mężczyzna i dziewczyna.

- Koleżanka się śpieszy? - zagaduje mężczyzna.

- Nie, koleżanka się nie śpieszy - przekornie odpowiada dziewczyna.

- Koleżanka napije się kawy?
- Tak, napije się kawy.
- Koleżanka wolna?
- Nie, mężatka.
- Mężatka? A koleżanka może zadzwonić do domu i powiedzieć, że została zgwałcona w barze?

- Tak, koleżanka może zadzwonić do domu i powiedzieć, że ją zgwałcili 10 razy.

- 10 razy?!

- Kolega się śpieszy?

• Pewien facet jechał sobie samochodem przez cichą wiejską okolicę. Nagle na drogę wyskoczył kogut. Prosto pod koła.

Kierowca zdenerwowany zatrzymał się, wziął ciało koguta i podszedł do pobliskiego domu. Zadzwonił do drzwi, po chwili otworzył farmer. Kierowca skruszonym tonem:

- Przykro mi, ale właśnie zabiłem pańskiego koguta... Może mógłbym coś zrobić, żeby go panu jakoś zastąpić?

- Jak pan bardzo chce... - odparł farmer. - Kury są za domem...

• Sprawa rozwodowa. Sędzia pyta żonę:

- Dlaczego pani chce się rozwieść?

- A bo ostatnio nachyliłam się, aby wyjąć kurczaka z zamrażarki. A mąż podszedł i mnie „wziął” od tyłu.

- A pani nie lubi od tyłu?

- Lubię, ale nie w hipermarkecie...

• Dzwoni babka do kącika porad:

- Słuchajcie, mam na strychu skunksa. Jak się go pozbyć?

- Niech pani usypie z okruszków chleba ścieżkę aż do wyjścia z domu. Skunks pójdzie sobie po okruszkach.

- OK, tak zrobię.

Telefon po godzinie:

- Ale mi poradziliście! Teraz mam dwa skunksy!

• - Mam tego dosyć! Wszystkie te książki o mowie

ciała i kodach mimiki nie są warte funta kłaków!

- Czemu?!

- Idę wczoraj na rozmowę o pracę. Ubranie jak należy: spódniczka za kolana, biała bluzka, cieliste rajstopy.

Dyskretny makijaż, zero biżuterii. A kadrowa z miejsca wywaliła mnie za drzwi!

- Może dlatego, że się nie ogoliłeś?

• - Od dzisiaj, Kubusiu, koniec z miodkiem - przecież ty się już ledwie w drzwiach mieścisz. Możesz jeść cokolwiek innego, ale miodku już nie dostaniesz.

- Chyba rzeczywiście masz rację, Prosiaczk, bo jakoś tak ostatnio nasza mnie dziwna ochota na schabowego z kapustą.

- ... chociaż z drugiej strony, to te drzwi zawsze wydawały mi się nieco zbyt wąskie...

• W klubie. Chłopak podchodzi do dziewczyny:

- Cześć. Tańczysz?

Ona z uśmiechem od ucha do ucha:

- No jasne! Z przyjemnością. Na co on:

- To super, bo nie mam gdzie usiąść.

• Są zawody lekkoatletyczne. Mistrz w pchnięciu kulą zwierza się swojemu trenerowi:

- Dzisiaj muszę pokazać klasę! Moja teściowa siedzi na widowni!

- Eee... - mówi trener. - Nie dorzucisz!

• Ding-dong!

- Dzień dobry pani.

- A to ty Piotrusiu. Co się stało?

- Tata mnie przysłał, bo dłużej przy aucie i nie może sobie poradzić.

- Rusz tyłek i idź pomóc sąsiadowi.

- Tata jeszcze mówił, żeby pan sąsiad wziął jakiś specjalny klucz, bo tata nie ma.

- A jaki?

- Szklana pięćdziesiątka...

• Dwóch Irlandczyków przeprowadziło napad na bank. Z banku zabrali dwa duże worki, każdy po jednym. Po jakimś czasie ukrywania się, spotkali się ze sobą i dzielą się wrażeniami:

- Co było w Twoim worku?

- Pół miliona dolarów!

- Wow, Ty to masz szczęście... co z nim zrobiłeś?

- Kupiłem sobie wspaniały dom, a co ty miałeś w swoim worku?

- No ja miałem pecha... Był pełen rachunków do zapłacenia.

- I co z nimi zrobiłeś?

- Spłacam je po trochu...

• Rodzice zaprowadzili małego chłopca do psychologa, lekarz zaczyna rozmowę:

- Jak masz na imię?

- Romuś.

- Ile masz lat?

- Pięć.

- Jaką mamy porę roku?

- Lato.

- Jakie lato, Romuś? Jeździłeś wczoraj na sankach?

- Jeździłem.

- A lepiłeś wczoraj bałwana?

- Lepiłem.

- To jakie niby lato mamy, Romku?

- Beznadziejne.

• Jeżeli wnerwia was przyjaciółka waszej żony, możecie załatwić problem raz na zawsze, pytając małżonki:

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

- A co słychać u tej twojej przyjaciółki, tej z kształtnym biustem i apetycznym tyłeczkiem?

Kącik poetycki

Kącik poetycki

Prezentujemy dziś wiersze ks. Mariana Kosińskiego - utalentowanego poety, kompozytora i animatora kultury ludowej. Wrodzona miłość do przyrody i potrzeba obcowania z naturą nigdy nie przeszkadzały mu w działalności organizatorskiej. Regularnie aranżował Ogólnopolskie Spotkania Poetów i Artystów, świąteczne kołędowania i rozmaite wydarzenia kulturalne. Założył Ludowy Zespół Kameralny "Miniaturki", z którym koncertował w wielu krajach Europy, grupę teatralną "Świt", teatr jednego aktora, przewodził też innym podobnym przedsięwzięciom. Jego działalność spotykała się z uznaniem - jest m.in. kawalerem Brązowego Krzyża Zasługi oraz został odznaczony Medalem im. dr Jordana.

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

UWAGA

"DIABEŁ TKWI W SZCZEGÓŁACH"

na ziemi
i w piekle
...PENETRUE TEREN
i zniewala zaciekle

* * *

Upodlenie podłości
jest poza zasięgiem...
(poza) SKALĄ WARTOŚCI

* * *

Złodziej
złodzieja uczył
że "kradzione nie tuczy"

* * *

NA OPAK

Bywają STRÓŻE
którzy pozorują...
najpierw
rzekomo stróżują
później NAPRAWDĘ
SZABRUJĄ

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii i Belgii

Redaktor naczelny: D. Gancarz

Redaguje zespół

Kontakt z redakcją:
redakcja@goniecpolanski.nl

Biuro reklamy:
reklama@goniecpolanski.nl

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

Wydawca/Uitgever:
GoniecPolski.nl
Tilburg
Nederland

Regulamin gazety i portalu GoniecPolski.nl
dostępny jest na stronie:
http://goniecpolanski.nl/regulamin/

DOKĄD SIĘ ZWRÓCIĆ W RAZIE PROBLEMÓW

Ambasada RP w Hadze

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

Wydział Konsularny

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

Holenderska Inspekcja Spraw Społecznych i Zatrudnienia

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

http://www.inspectieszw.nl/other_languages/poish/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/informacie-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.obiedzinski@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

Anna Kłosowska

ROZLICZENIE PODATKU, oraz KOREKTY do 5 lat wstecz
ZASIŁKI RODZINNE z Holandii i innych krajów UE
NALEŻNE CI DODATKI: Zorgtoeslag, Kindgeboden Buget, 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: 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

5038 BA TILBURG
Willem II Straat 17
tel: 0031 623 33 86 03

7321 BA APELDOORN
Floralaan 17B
tel: +31 622 214 013

8224 BS LELYSTAD
Meenthoek 3, I piętro
tel.: 0031 630 778 576

ZAPRASZAMY: czw. - pt. 15.00-20.00, sobota 10.00-16.00

piątek 15.00-20.00
sobota 10.00-16.00

NOWOŚĆ!!!

sobota 10.00-16.00

INFOLINIA: 0031.202.170.640 ; 0048. 22. 247.81.42

fax: +48 22 486 90 26

jest do Państwa dyspozycji **7 dni** w tygodniu w godzinach **od 8.00 do 20.00**
masz pytania, chcesz zamówić dokumenty lub zaprosić konsultanta do domu DZWOŃ!

lub napisz maila: kontakt@klosowska.com

www.rozliczsie.pl

BIURA W POLSCE (zapraszamy **od poniedziałku do piątku** od 9.00 do 16.00):

CENTRALA
45-004 OPOLE
ul. Konopnickiej 4/1B

77-400 Złotów
(budynek CEZER)
Al. Piasta 11 A

44-100 Gliwice
(budynek Proximus)
ul. Zwycięstwa 14 pok. 48 II piętro

35-030 Rzeszów
(Galeria Paniaga)
ul. 3-ego Maja 13, IIp.

47-400 Racibórz
ul. Opawska 72B/1

64-100 Leszno
ul. Słowiańska 55
Budynek A, pokój 5