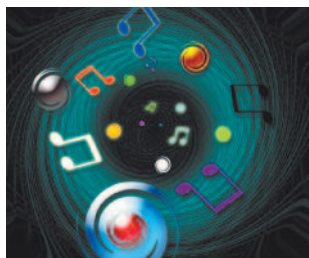


Ukazujemy się
w sieci gazet
bezpłatnych
EXTRA

W NUMERZE

Donguralesko i Tede zagrają
w Rotterdamie!



Dolnośląskie/ Specjaliści z AGH
rozpoczynają poszukiwania
„złotego pociągu”



Strona 12

Badanie: dieta bogata
w warzywa, owoce i soki
zmniejsza ryzyko raka



Strona 13

Reklama



tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń
dla Polaków w Holandii

Zmiany w zasiłkach dla bezrobotnych – cz. 1

Polacy pracujący w Holandii bardzo często wykonują swoją pracę w oparciu o tak zwane kontrakty czasowe. Oznacza to, że na ich umowie jest dokładnie zaznaczony okres, w jakim mają wykonywać pracę, po czym ich kontrakty wygasają.

Bardzo często dzieje się tak, iż pracodawca nie przedłuża im kontraktu lub nie podpisuje nowego, przez co osoby takie stają się bezrobotne. W Holandii, jako w kraju sezonowej pracy, czas jesieni to właśnie czas końca wielu kontraktów i pytań „Co dalej?”. W przypadku wielu osób odpowiedź jest prosta – trzeba rozpocząć staranie się o zasiłek dla bezrobotnych.

Przypomnijmy, że o zasiłek dla osób bezrobotnych (WW-uitkering) może starać się każda osoba, spełniająca poniższe warunki:

– w przeciągu ostatnich 36 tygodni przepracowała 26 tygodni,



FOT. FREEIMAGES.COM / SANJA GJENERO

DOKOŃCZENIE NA STR. 2

Umów się na spotkanie w Holandii
nie wychodząc z domu!



Anna Kłosowska

Odzyskaj swój podatek!!!

Lelystad

Meenthoek 3 (I piętro)
czynne: sobota 10.00 - 16.00

0031 (0) 630 778 576
Zadzwoń - przyjedziemy do Ciebie!

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 (słodycze, 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

Zmiany w zasiłkach dla bezrobotnych – cz. 1



FOT. FREEIMAGES.COM / PETER LAMMERS

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

- utraciła pracę nie z własnej winy (brak pracy, koniec kontraktu, etc.),
- pracodawca nie zaproponował jej żadnej innej posady,
- nie ma żadnej innej płatnej pracy.

W tym roku nastąpiło wiele zmian dotyczących wypłacania zasiłków dla bezrobotnych. Od 1 lipca 2015 roku sposób przyzna-

wania zasiłków został zmieniony na bardziej skomplikowany i wymagający o wiele więcej wysiłku dla osób, które się o niego chcą starać lub już go pobierają. W dzisiejszym wydaniu opiszemy pierwszą część zmian, jakie zaszły od 01.07.2015 roku, czyli:

- zmiana w terminie wypłat zasiłku,
- przyjmowanie ofert pracy,
- wypełnianie formularza dotyczącego dochodów.



FOT. FREEIMAGES.COM / WILLIAM LEPRETRE

Pierwszą z nowości jest zmiana w terminie wypłat zasiłku dla bezrobotnych. Do tej pory UWV, jako Urząd właściwy do spraw zasiłku, wypłacał pieniądze systematycznie co cztery tygodnie. Dla przykładu: osoba, która otrzymała wypłatę w czwartek, za cztery tygodnie w czwartek otrzymywała kolejną transzę i tak systematycznie co każde cztery tygodnie. Osoby, które pobierają zasiłek w ciągu i dostały przyznany zasiłek przed 01.07.2015 roku, nadal będą miały wypłacany zasiłek według starych zasad. Osoby, które stały się bezrobotne po 01.07.2015 roku, będą otrzymywać wypłaty na nowych zasadach. Dla tych osób UWV będzie wypłacał zasiłek dla bezrobotnych co miesiąc, czyli jeśli ktoś dostał wypłatę na przykład piętego dnia miesiąca, kolejnej wypłaty także może się spodziewać piętego dnia miesiąca kolejnego, pod warunkiem, że ma nadal prawo do zasiłku dla bezrobotnych.

Drugą ze zmian jest inna procedura odnośnie przyjmowania ofert pracy z urzędu. Zwyczajowo UWV wzywa na rozmowy osoby bezrobotne systematycznie co około 3 miesiące i oferuje im pracę – to pozostało nie-

zmienne. Do tej pory można było jednak odmówić podjęcia pracy przy podaniu ważnego powodu, ale tylko jeden raz. Od 01.07.2015 roku, gdy dana osoba będzie przebywać już 6 miesięcy na zasiłku, nie będzie mogła odmówić podjęcia pracy nawet jeśli jest to praca na niższym stanowisku i mniej płatna niż poprzednio wykonywana. Oznacza to, że osoba ta będzie musiała przyjąć proponowaną pracę nawet w mniejszej ilości godzin lub z większym dojazdem do pracy, co nie jest dla niej korzystną ofertą.

Ostatnią z dzisiaj opisywanych zmian jest obowiązek wypełniania formularza o dochodach – tak zwanego Inkomstenformulier. Do tej pory formularz ten wysyłany był losowo do poszczególnych osób. Jedni otrzymywali go do uzupełnienia i musieli odesłać, inni natomiast nigdy nie mieli z nim do czynienia w trakcie trwania zasiłku. Jest to formularz, w którym należy wypełnić odpowiednie pola w przypadku, gdy ktoś posiada inny dodatkowy dochód poza samym zasiłkiem dla bezrobotnych. Od 01.07.2015 roku po upływie każdego miesiąca, każda osoba pobierająca zasiłek → → →

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



Przewóz osób Niemcy, Holandia, Belgia

Wyjazdy z Polski - wtorki, piątki
Wyjazdy z Belgii, Holandii - środy, soboty

Obsługujemy województwa:

**pomorskie,
zachodnio-pomorskie,
kujawsko-pomorskie,
warmińsko-mazurskie,
wielkopolskie,
lubuskie**



tel. +48601701205, +48586778057
www.spiga.pl e-mail: biuro@spiga.pl



FOT. FREEIMAGES.COM / TIMOTHY SMITH

→ → → musi go wysłać do urzędu, bez względu na to czy osiągnęła dochód, czy nie. Urząd nie będzie wysyłał go pocztowo do każdej osoby – to w jej obowiązku jest go zamówić oraz wypełnić i odesłać do UWV. Dla przykładu: osoba bezrobotna w miesiącu październiku musi wypełnić ten formularz oraz odesłać do UWV. Termin do wysyłki to ostatni dzień danego miesiąca następującego po miesiącu za który ma być wypłacony formularz, czyli za październik termin ostateczny to 30.11.2015 roku. Jeśli UWV nie otrzyma formularza, to nie wypłaci zasiłku

za dany okres. Spowoduje to niejednokrotnie opóźnienia w wypłacie zasiłku, ponieważ dopóki urząd nie opracuje formularza zwrotnego, to nie zleci przelewu pieniędzy dla bezrobotnego.

W następnej części drodzy Czytelnicy opiszemy kolejne zmiany w przyznawaniu i wypłacie zasiłków dla bezrobotnych. Czekajcie zatem cierpliwie na kolejną porcję informacji.

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

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



Prześlij nam
swoje CV
cv@seniorvip.pl

Szukasz pracy?

Zostań Opiekunem Osoby Starszej

Oferujemy:

- pracę na terenie Niemiec
- legalne zatrudnienie
- wsparcie koordynatora
- zakwaterowanie i wyżywienie
- atrakcyjne wynagrodzenie
- naukę języka niemieckiego

Oczekujemy:

- miłego i ciepłego usposobienia
- cierpliwości do osób starszych
- znajomości języka niemieckiego w stopniu komunikatywnym
- gotowości wyjazdu do Niemiec na co najmniej 2 miesiące

seniorvip.pl

☎ 222 478 110

☎ 222 478 114



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

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

ELPOLAKO & POLSKI HIP HOP W HOLANDII PREZENTUJĄ:

DONGURALESKO
TEDE

support: DJ Shadowface & DJ Rasmatal

05.12.2015

ROTTERDAM | Club Empire | Doors: 19.30 (+16)

Grotekerkplein 70, 3011 GE Rotterdam

Tickets: EUR25 in advance / EUR30 at the door

Available: www.easyticket.nl

GROSZEK - Ebenhaëzerstraat 20, 3083 RN Rotterdam

GROSZEK Supermarkt: Zuiderparklaan 28, 2574HK Den Haag.

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

JULKA - Van Zeggelenlaan 77, Spoorwijk

BIEDRONKA - Admiraalsplein 157, 3317BC Dordrecht

Donguralesko i Tede zagrają w Rotterdamie!

Na wszystkich fanów polskiego hip hopu św. Mikołaj przygotował koncert 2 gwiazd polskiej sceny. Już w sobotę 5 grudnia w Rotterdamie wystąpią Tede oraz Donguralesko! Czekają nas więc aż 2 koncerty w jeden wieczór.

Obaj raperzy promować będą swoje nowe albumy: Tede wydany latem 'Vanillahajs', a Gural zupełnie świeży album Magnum Ignotum, który światło dzienne ujrzy 20 listopada. Oczywiście usłyszymy też znajome kawałki ze starszych płyt, których obaj raperzy mają na swoim koncie całkiem sporo. Tworzą bowiem polską scenę hip hop niemal od jej początku. Tede, początkowo związany z m.in. Warszawskim Deszczem, działa solowe albumy od kilkunastu lat. Gural to także raper z bogatym dorobkiem artystycznym.

Sobota 5 grudnia
Club Empire Rotterdam

Grotekerkplein 70,
3011 GE Rotterdam
Otwarcie klubu: 19.30. Wstęp dla osób powyżej 16 roku życia.

Bilety w cenie 25EUR w przedsprzedaży do nabycia na stronie www.easyticket.nl oraz w polskich sklepach:

GROSZEK - Ebenhaëzerstraat 20, 3083 RN Rotterdam

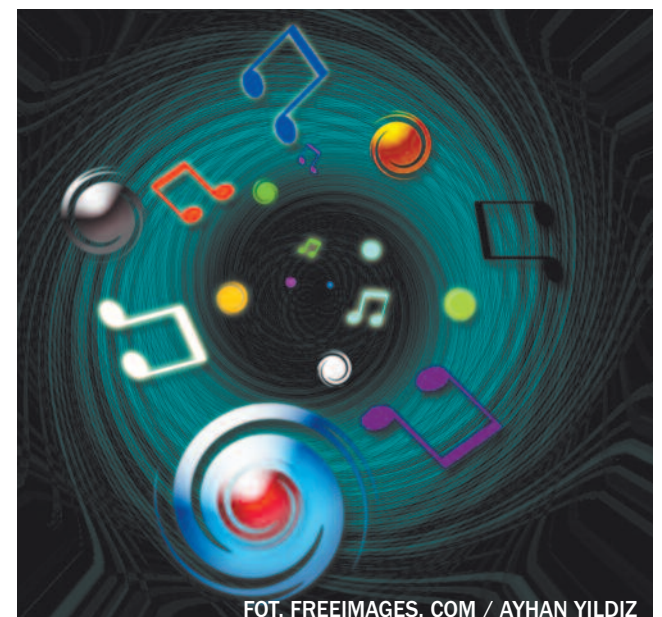
GROSZEK Supermarkt: Zuiderparklaan 28, 2574HK Den Haag.

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

BIEDRONKA - Admiraalsplein 157, 3317BC Dordrecht

Info koncertowe: daniel.xside-music@gmail.com

ŹRÓDŁO: MATERIAŁY ORGANIZATORA KONCERTU



FOT. FREEIMAGES.COM / AYHAN YILDIZ

OGŁOSZENIA DROBNE

● **Sklepy:** Polski Sklep Centrum okien i drzwi Roosendaal. Proponujemy Państwu drzwi wewnętrzne o różnych wzorach, rozmiarach i kolorach oraz drzwi zewnętrzne drewniane i metalowe do budynków mieszkalnych i przemysłowych. W naszej ofercie znajdziecie także ościeżnice regulowane i stałe. Dobra Marka Nasze produkty dostarczamy osobiście, bez udziału firm kurierskich, podnosząc jakość świadczonych usług, dzięki czemu drzwi docie-

raja na miejsce bez uszkodzeń i istnieje możliwość obejrzenia ich przed odbiorem. Jesteśmy jedyną firmą w Holandii ze znakiem jakości. Keurmerk Kwaliteits Vakman, 4703jc Rosendaal. Tel 0629016395, tel. 0626244546, kvk 56894554, piotr-lefik@handymen-pools.eu, www.handymen-pools.eu.

● **Zdrowie i uroda:** Otwarcie ZIELNIKA Pogotowia kosmetycznego. Pierwszy polski ZIEL-

NIK 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:** Przewóz osób do Polski i Holandii. Z adresu pod adres. WI-FI w busach! LICENCJONOWANY PRZE-

WÓZ 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, Chrząnow, Trzebinia i okolice Katowice, Tychy, Łędziny, Mysłów, Jaworzno, Sosnowiec, Siemianowice Śląskie, Będzin, Czeladź, Dąbrowa Górnicza, Olkusz, Bytom, Piekary Śląskie, Pyskowice, Chorzów, Gliwice, Zabrze, Świętochłowice, Ruda Śląska, Knurów, Rybnik 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!

z miejsca zamieszkania i do wózu pod wskazany adres, – wysoki komfort oraz bezpieczeństwo, – atrakcyjne ceny i liczne promocje, – busy wyposażone w klimatyzację, WiFi, 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 zagłówki 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.

● **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.

Imprezy/wydarzenia: Wieczór andrzejkowy w MCN przy super muzyce i karaoke. Dla najlepszych wykonawców nagrody!!! MENU. zupa gulaszowa, Dania gorące; barszcz czerwony, zrazy wieprzowe, pierogi mięsne, ruskie, kapusta grzyb/podsmażane/, skrzydełka pieczone. Zimne przekąski: tatar, śledź w śmietanie, galaretka wieprzowa, sałatka warzywna, boczek pieczony, wędliny. kawa, herbata Napoje i alkohol możesz kupić u nas lub przynieść ze sobą. Cena 25 euro od osoby. Rezerwacja w MCN: Arnhem Rijnstraat 79B lub telefonicznie 0629740679. ZAPRASZAMY!!!!!!

● **Meble – kupię/sprzedam:** Jeśli potrzebujesz mebli do salonu, sypialni, jadalni, do przedpokoju, a może dla dziecka to trafisz 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 Marek Tomasiak, info@meubelvooriedereen.nl, +31 683162004. Obsługujemy całą Holandię, Belgię, Luxemburg oraz część Niemiec.

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

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

● **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

Reklama

POLSKA DYSKOTEKA THE SHUFFLE HORST

27.11 PIĄTEK /vrijdag

ZENEK MARTYNIUK

AKCENT

KRÓL DISCO POLO / POOLSE ANDRE HAZES

ANDRZEJKOWA NOC Z GWIAZDAMI

BILETY PRZEDSPRZEDAŻ 17,50 € / W DNIU IMPREZY 22,50 € START 20:00

REZERWACJE/INFO +31658991132

5961 GB HORST, GASTHUISSTRAAT 36

BILETY DOSTĘPNE NA WWW.THESHUFFLE.NL | W KASIE THE SHUFFLE ORAZ W POLSKICH SKLEPACH

BERNADETA

AS TRAVEL

położone na terenie Holandii. Od-
bieramy ładunek z każdej miej-
scowości w Polsce i za granicą.
www.jupiter-transport.pl,
www.transport-chlodni-
czy.com.pl, Tel. +48 696-126-
142. Tel., +48 506-525-960.

● **Transport – oferuję:** Prze-
wóz osób i paczek: NIEMCY, HO-
LANDIA, BELGIA, LUKSEM-
BURG – RafTrans Chojnice. RA-
FTRANS Chojnice oferuje pań-
stwu licencjonowane: – Przewo-
zy 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 pracow-
nicze > grupowe i indywidualne;
– Przewozy turystyczne > oka-
zjonalne; WYJAZDY POLSKA ->
NIEMCY PÓŁNOCNE, HOLAN-
DIA, BELGIA: w niedziele (rano),
poniedziałki (po południu), śro-
da (rano) i czwartki (po połu-

dniu); WYJAZDY POLSKA -> PO-
ŁUDNIOWE NIEMCY, LUKSEM-
BURG: w niedziele (rano) i środy
(rano); POWROTY NIEMCY PÓŁ-
NOCNE, HOLANDIA, BELGIA ->
Polska: w poniedziałki (rano),
wtorki (po południu), czwartki
(rano) i piątki (po południu); PO-
WROTY POŁUDNIOWE NIEMCY,
LUKSEMBURG -> POLSKA:
w poniedziałki (rano) i czwartki
(rano); Obsługujemy wojewódz-
twa: – pomorskie – zachodnio-
pomorskie – część wojewódz-
twa Kujawsko-Pomorskiego
– część województwa Wielko-
polskiego – Lubuskie. Z adresu
pod adres bezpiecznie i na czas.
Pełna oferta na naszej stronie
internetowej: www.rafranschoj-
nice.pl. ZAPRASZAMY!!! KON-
TAKT: e-mail: rafranschojni-
ce@poczta.onet.pl,
gg: 28050267, tel. kom.:
+48660580120, www.rafrans-
chojnice.pl, www.przewozdo-
niemiec.pl, Adres: 89-600 Choj-
nice, ul. Angowska 53.

● **Lekarze:** KAJTEK Polski
Kraamzorg – polska opieka
poporodowa. POTRZEBUJESZ
OPIEKI POPORODOWEJ?
ZGŁOŚ SIĘ DO NAS! DO KOŃ-
CA SIERPNIA BONA 50 EU-
RO W PREZENCIE!!! Specjali-
zujemy się w świadczeniu
opieki poporodowej od po-
czątku do końca w języku pol-
skim. Zapewniamy Ci: kon-
takt z położną, wsparcie
w czasie ciąży i w okresie po-
łogu, profesjonalną opiekę
poporodową dostosowaną
do Twoich potrzeb, wykształ-
cone polskie opiekunki popo-
rodowe, pełne wsparcie i radę
w zakresie opieki nad nowo-
rodkiem, pomoc przy karmie-
niu piersią, opiekę od począt-
ku do końca w języku pol-
skim, pomoc w uzyskaniu
kraampakket. KAJTEK Polski
Kraamzorg, Rijswijkse-
weg 107, 2516HA Den Haag,
tel. 070-3077-778, www.pol-
skikraamzorg.nl.

Reklama

UWAGA KONKURS!!!

Chcesz wygrać bilet na Power Show
z Olgą Kozierowską, które odbywa się
28 listopada 2015 roku w Amsterdamie?

Nic prostszego! Wystarczy odpowiedzieć na pytanie:

**Na czyje zaproszenie przyjeżdżają do Holandii
Olga Kozierowska i Gabi Drzewiecka?**

(podpowiedzi szukajcie w artykule poniżej)

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

Ze zwycięzcą skontaktujemy się drogą mailową.
Zwycięzca zostanie ogłoszony dnia 23.11.2015 roku na naszej stronie
internetowej goniecpolski.nl oraz na naszym profilu na facebooku
[facebook.com/GoniecPolski.nl](https://www.facebook.com/GoniecPolski.nl)

Power Show z Olgą Kozierowską 28 listopada w Amsterdamie

**Motywacyjne POWER
SHOW z muzyką i zabawą
prowadzone przez Olgę
Kozierowską autorkę
'Sukcesu Pisanego
Szminka' oraz Gabi
Drzewiecką z radia ZET
Chilli już 28 listopada
w ZuidPark w Amsterda-
mie o godz. 16.00.**

Jest to jedyna taka okazja
by wziąć udział w Power
Show poza granicami Pol-
ski. Olga Kozierowska
wspiera, dodaje odwagi,
motywuje i dostarcza wie-
dzy tym wszystkim, którzy
stawiają na rozwój i chcą
rozwinąć skrzydła. Poprzez
szereg działań z zakresu biz-

nesu, psychologii i coachin-
gu, Power Show, przekonuje,
że prawdziwy sukces to
wzięcie odpowiedzialności
za własne szczęście.

O tło muzyczne zadba Ga-
bi Drzewiecka, pasjonatka
muzyki i twórczyni master
planów na życie. Od pra-
wie 3 lat pracuje w Radiu

ZET Chili, gdzie prowadzi co-
dzienne pasmo „nastaw się
na Chill Out' oraz swoją au-
torską audycję „Gabinet
Dźwięku”, do której zapra-
sza najróżniejszych arty-
stów. Przeprowadza także
wywiady z muzykami dla
Dzień Dobry TVN.

Obie Panie przyjeżdżają
na specjalne zaproszenie
stowarzyszenia Polish Pro-
fessional Women in the Ne-
therlands, które po raz
pierwszy organizuje imprezę
otwartą dla publiczności.
Jest to okazja by poznać
członkinie stowarzyszenia,

zawrzeć nowe kontakty ale
przede wszystkim dobrze
się bawić.

Cykl Power Show został
stworzony dla kobiet, które
poszukują pomysłu na sie-
bie, pragną zmiany w życiu,
ale nie potrafią podjąć dzia-
łania lub nie wiedzą, jak to
zrobić. Dla kobiet, które
chciałyby od życia więcej,
poszukujących motywacji
i inspiracji oraz rady popar-
tej życiowym doświadcze-
niem.

Program imprezy przewi-
duje networking, show oraz
poczęstunek i część towa-

rzyską, bowiem tworzenie
platformy do kontaktów jest
misją stowarzyszenia. By do-
łączyło do nas jak najwięcej
osób, impreza jest organizo-
wana w sobotę o godz. 16-
tej, co umożliwi dotarcie
wszystkim tym, którzy
mieszkają w innych zakąt-
kach kraju.

Szczegółowe informacje
oraz bilety na <http://www.polishprofessionalwomen.com/power-show>

TEKST/FOT. PRZESŁANE PRZEZ
POLISH PROFESSIONAL WOMEN
IN THE NETHERLANDS



POWER SHOW - Olga Kozierowska & Gabi Drzewiecka
www.polishprofessionalwomen.com/power-show

28 listopada 2015 :: ZuidPark, Amsterdam :: godz 16.00-20.00

PRACA

● **Spawacz MIG/MAG/TIG.** Firma Covebo Work Office poszukuje dwóch spawaczy do spawania rur ze stali czarnej i nierdzewnej. Wymagania: doświadczenie w spawaniu rur, aktualne certyfikaty spawalnicze, znajomość języka angielskiego lub niemieckiego, własny samochód. Oferujemy: wynagrodzenie 450 euro netto/40h, zakwaterowanie, ubezpieczenie, pracę na warunkach holenderskich. Szczegółowe CV oraz skany certyfikatów spawalniczych proszę przelać na adres tomaszek@covebo.pl w tytule wpisać: „Spawacz – Woerden”.

● **Straatmaker.** Zatrudnię na stanowisku straatmaker osobę z doświadczeniem. Wymagane VCA oraz podstawowa znajomość języka holenderskiego bądź angielskiego. Więcej informacji pod numerem +31684541508 proszę dzwonić po 17 lub w weekendy.

● **PRACOWNIK BIUROWY W HADZE, APELDOORN, LE-LYSTADT.** Kancelaria Podatkowa Anna Kłosowska poszukuje: PRACOWNIKA BIUROWEGO W TILBURGU. Od kandydatów oczekujemy: biegłej znajomości jednego z języków obcych: holenderskiego lub an-

gielskiego, 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, laptop, telefon komórkowy, stała umowa o pracę bezpośrednio z pracodawcą. CV – proszę przelać na maila: cv@klosowska.com.

● **Potrzebny personel do baru.** Poszukujemy żeńskiej osoby do baru De Kade w Spijkenisse. Praca od zaraz. Wymagany j. Angielski bądź j. Holenderski. Tylko osoby z Rotterdamu Spijkenisse bądź okolic. Osoby zainteresowane proszę o kontakt po nr tel 0684948960. Proszę dzwonić tylko w godz od 15-17. kvk 24328601.

● **Caloroczna Pieczarkarnia.** Dla naszego klienta w Wer-

hout poszukujemy osób z doświadczeniem przy zbiorze i hodowli pieczarek – minimum 3 miesiące doświadczenia. Praca jest od zaraz, z możliwością zakwaterowania i ubezpieczenia. Zapewniamy stałą pracę, zakwaterowanie, ubezpieczenie, opiekę koordynatora, kontrakt w języku polskim-holenderskim. Wynagrodzenie tygodniowe, stawka 8,70 brutto za godzinę +bonusy. Zainteresowanych prosimy o kontakt pod nr tel. 0031-10-243-0898 lub info@dddpersoneel.nl.

● **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 dorościć i nawiązać współpracę z tą firmą. Co zyskujesz po zostaniu konsultantką? 1. Produkty tańsze nawet do 40 % 2. Możliwość kupowania z wyprzedzą 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 dzwon 619592946.

● **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 przelać na maila: HYPERLINK „mailto:cv@klosowska.com” cv@klosowska.com.

● **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: avon-holandia@vp.pl.

● **Praca w szklarni przy hortensjach!** Agencja Pracy Veldwerk poszukuje dla swojego klienta osoby do pracy przy hortensjach cietych. Miejsce Pracy: Bleiswijk. Wymagania: doświadczenie przy hortensjach cietych- sci-nanie, pakowanie, układanie doniczek, usuwanie chwastów; dobra kondycja fizyczna; znajomość języka angielskiego lub holenderskiego; dyspozycyjność na długi okres czasu; własne zakwaterowanie – warunek konieczny; własny transport – warunek konieczny; Zapewniamy: wynagrodzenie wg obowiązujących stawek holenderskich; cotygodniowe wypłaty; Osoby z doświadczeniem, prosimy o przesłanie CV na adres email marta@veldwerkkuitzendbureau.nl Proszę wpisać w temacie: HORTENSJA. UWAGA! Zastrzegamy sobie prawo kontaktu tylko z wybranymi osobami. Przy wysyłaniu aplikacji prosimy o dopisanie klauzuli: Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w mojej ofercie dla potrzeb niezbędnych do realizacji procesu rekrutacji (zgodnie z Ustawą z dn. 29.08.1997 roku o Ochronie Danych Osobowych Dz. U. Nr 133 poz. 883).

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 Anny Kłosowskiej 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 Anny Kłosowskiej tel.: +31 202 170 640 lub wejść na stronę www.hollandzorg.com/KPAK

HollandZorg
No borders to security



Minister nauki wnioskuję o odwołanie rektora uniwersytetu w Bydgoszczy

Minister nauki i szkolnictwa wyższego Lena Kolarska-Bobińska skierowała do senatu Uniwersytetu Technologiczno-Przyrodniczego w Bydgoszczy wniosek o odwołanie jego rektora. Ma to związek z niedawną tragedią podczas trzęsін na uczelni, w wyniku której zmarły 3 osoby.

Na odniesienie się do wniosku minister senat uczelni ma 30 dni. Ale – jak poinformował PAP rzecznik UTP dr Mieczysław Naparty – zajmie się nim na zaplanowanym już wcześniej posiedzeniu 25 listopada.

„Jeżeli senat zwykłą większością głosów odrzuci wniosek, to sprawa zakończy się, a jeżeli zgodzi ze stanowiskiem minister, to sprawą zajmie się jeszcze konwent elektorów, który powołał rektora. W przypadku, gdy w głosowaniu 3/4 elektorów opowie się za odwołaniem rektora, to przestanie on automatycznie pełnić funkcję” – powiedział Naparty.

Jak wyjaśniła we wtorek na konferencji prasowej szefowa resortu nauki, wniosek do senatu UTP powstał po „wnikliwej analizie zaistniałej sytuacji”. Dodała, że resort ocenił negatywnie „pracę rektora polegającą na zabezpieczeniu właściwego nadzoru i bezpieczeństwa studentów i pracowników uczelni”. O podjętych krokach minister

poinformowała również rektora uniwersytetu w Bydgoszczy prof. Antoniego Bukaluka. „Myślę, że pan rektor był przygotowany na tę moją decyzję” – powiedziała.

Wniosek o odwołanie rektora skierowano na podstawie przepisów ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym. Zgodnie z tą ustawą to rektor dba o utrzymanie porządku i bezpieczeństwa na uczelni – podkreśliła Kolarska-Bobińska.

Według ustaleń ministerstwa podczas organizacji imprezy w Bydgoszczy nie wzięto pod uwagę przepisów ustawy o bezpieczeństwie imprez masowych. Uczelnia nie ma regulaminu dotyczącego zgłaszania i organizacji takich imprez. Z ustaleń resortu wynika, że pismo w sprawie organizacji imprezy samorząd studencki skierował do rektora zaledwie dwa dni przed otrzęsinami. „W piśmie, które czytałam, nie ma określenia, ile będzie osób, jakie mają być spełnione warunki – po prostu jest to pytanie o zgodę. A rektor udzielił ustnej zgody, nie znając i nie wyszczególniając wszystkich okoliczności. To samo dotyczy prorektora” – podkreśliła Kolarska-Bobińska.

„My nie zastępujemy prokuratury, nie orzekamy o winie. Jedynie mówimy, jakie obowiązki naszym zdaniem zostały zaniechane, niedopełnione, i podejmujemy działania, które są w gestii

ministra nauki i szkolnictwa wyższego” – zastrzegła minister.

Sprawę tragedii na uczelni przeanalizuje też, na wniosek ministra nauki, działający w MNiSW rzecznik dyscyplinarny. W zależności od ustaleń, rzecznik może wystosować upomnienie, nagana, nagana z okresowym pozbawieniem prawa do pełnienia funkcji kierowniczych, czy wystąpić o pozbawienie prawa do wykonywania zawodu akademickiego – tłumaczyła Kolarska-Bobińska.

Minister zwróci się w tej sprawie do rzecznika dyscyplinarnego jeszcze we wtorek. Jak zauważyła Kolarska-Bobińska, sprawą należy się zająć dwutorowo, gdyż teoretycznie senat bydgoskiej uczelni może zdecydować „o niepodjęciu żadnych działań”.

Resort nauki wysłał też do wszystkich rektorów pismo z prośbą o przejrzanie procedur dotyczących bezpieczeństwa imprez. Później będzie się zwracał do rektorów z prośbą o informację, jakie działania podjęli od chwili otrzymania pisma. Minister będzie też namawiała rektorów o podjęcie współpracy ze strażą i lokalnymi władzami, a także samorządami studenckimi. Chodzi np. o organizację szkoleń dotyczących bezpieczeństwa.

Na wtorkowej konferencji prasowej minister złożyła też kondolencje rodzicom trzeciej ofiary tragedii w Bydgoszczy – 20-letniej studentki, która zmarła w minioną niedzielę.

W środę odbędzie się sekcja zwłok tej studentki. „Według wstępnych wyników sekcji bezpośrednią przyczyną zgonu był masywny obrzęk mózgu powstały na skutek niedotlenienia związanego z silnym naciskiem na klatkę piersiową, któremu towarzyszyły również złamania żeber” – poinformował PAP zastępca szefa Prokuratury Rejonowej Bydgoszcz-Północ Adam Lis.

Tragedia wydarzyła się w nocy z 14 na 15 października. W łączniku pomiędzy dwoma budynkami, w których odbywała się impreza, skupiło się wiele osób i w pewnym momencie zaczęły się trątać. Spośród poszkodowanych trzy osoby zmarły: dwie studentki (24-letnia i 20-letnia) oraz 19-letni student.

Dzień po zdarzeniu na UTP przyjechała minister Kolarska-Bobińska, która zwróciła się do rektora prof. Antoniego Bukaluka o powołanie nadzwyczajnej komisji. 16 października – na wniosek tej komisji – prof. Bakaluk zawiesił prorektora ds. dydaktycznych i studenckich. Jak wyjaśniał wówczas rzecznik UTP, to właśnie prorektor wyraził zgodę na organizację imprezy w dwóch pomieszczeniach połączonych łącznikiem.



FOT. FREEIMAGES. COM / JEAN SCHEIJEN

W miniony czwartek rektor bydgoskiej uczelni przekazał przygotowany przez tę komisję raport do resortu nauki i szkolnictwa wyższego. Nie upubliczniono go wcześniej, ale władze uczelni twierdziły, że to brak wyobraźni i niefrasobliwość wielu osób doprowadziły do tragedii.

Zgodnie z ustawą o szkolnictwie wyższym, minister może wystąpić do senatu uczelni z wnioskiem o odwołanie rektora

ra w przypadku stwierdzenia istotnych naruszeń przez rektora przepisów prawa lub statutu. Senat uczelni po zaopiniowaniu wniosku przekazuje go organowi właściwemu do odwołania rektora albo założycielowi uczelni niepublicznej, jeżeli jest właściwy do odwołania rektora.

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

Reklama



FOT. FREEIMAGES. COM / CHAOSPLAY



BILETY AUTOKAROWE REZERWACJA, SPRZEDAŻ

HOLANDIA

0031-648-719-489

POLSKA

0048-51175-66-40

**Zadzwoń, zarezerwuj bilet, zapłać
w dniu wyjazdu w autobusie**

bilety on-line: www.twojbilet.eu

Coraz więcej obcokrajowców na polskich uczelniach

Polska coraz lepiej przyciąga obcokrajowców chcących studiować na krajowych uczelniach – informuje Główny Urząd Statystyczny.

Jak obliczył GUS w roku akademickim 2014/2015 liczba studentów cudzoziemców na polskich uczelniach wyniosła 46,1 tys. osób. Dla porównania GUS podaje, że w roku 1990/1991 było ich jedynie 4,3 tys.

Najwięcej cudzoziemców studiowało m. in. na uniwersytetach – 10,4 tys. osób, oraz w wyż-

szych szkołach ekonomicznych – 10,2 tys.

Na uniwersytetach medycznych studiowało 5,7 tys. obywateli innych krajów, a w wyższych szkołach technicznych 4,9 tys. osób.

Największym powodzeniem wśród studentów cudzoziemców cieszyły się kierunki społeczne – 9,4 tys., związane z biznesem i administracją – 9,2 tys. osób, medyczne – 7,4 tys. osób, oraz związane z usługami dla ludności – 4,2 tys. osób.

PAP – NAUKA W POLSCE

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



FOT. FREEIMAGES.COM / ANN-KATHRIN REHSE

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.pl

Nauczyciele będą się szkolić, jak wyeliminować uprzedzenia wśród dzieci

Projekt Bohaterskiej Wyobraźni, który polega na eliminowaniu negatywnych zachowań wśród uczniów, takich jak wykluczenie społeczne, konformizm czy uprzedzenia, rusza w Rzeszowie. Szkolenia adresowane są do nauczycieli szkół różnego szczebla.

Projekt realizowany będzie w Wyższej Szkole Informatyki i Zarządzania w Rzeszowie od 20 listopada. Będzie to zapowiedź otwarcia w grudniu br. Centrum Zimbardo, w którym w przyszłości będą prowadzone także inne szkolenia dotyczące wpływu otoczenia na jednostkę, czy na grupę.

Szkolenia w Centrum oparte są na badaniach jednego z najbardziej znanych na świecie amerykańskich psychologów Philipa Zimbardo. Projekt Bohaterskiej Wyobraźni będzie pierwszym prowadzonym w ramach Centrum w Rzeszowie.

Jak wyjaśnił PAP dr Maciej Milczanowski, dyrektor Instytutu Badań nad Bezpieczeństwem Narodowym na uczelni, odpowiedzialny za Centrum Zimbardo w Rzeszowie, szkolenia z bohaterskiej wyobraźni mają zmienić nastawienie uczniów

do szkoły i kolegów z ławki. Jak zauważył, otoczenie ma ogromny wpływ na zachowanie jednostki i w szkołach powinno się na to też zwracać uwagę.

Dodał, że takie ćwiczenia zmierzają do zwalczania stereotypów, usuwania barier i złych zachowań, nabytych wcześniej. Z jednej strony poszerzają wiedzę nauczycieli, wychowawców, pedagogów na temat mechanizmów powstawania stereotypów, dyskryminacji, uprzedzeń oraz bierności i braku reakcji wśród świadków tragicznych wydarzeń. Z drugiej pokazują sposoby przełamывania tej bierności, uczą ich sposobów zapobiegania przemocy wśród uczniów, i rozwijają umiejętności kształtowania u młodych ludzi otwartości i tolerancji.

„W czasie zajęć uczestnicy mają sobie wyobrazić bohatera, ale nie takiego, który rzuca granatem, wysadza coś, niszczy, ale takiego, który pomaga koleżance. Ludzie dziś nie reagują jak gdzieś się coś złego, tylko się biernie przyglądają. A taki ktoś, kto zareaguje na przejawy zła, dyskryminacji, czy nienawiści, pociąga za sobą kolejnych. To taki pozytywny bohater” – tłumaczył Milczanowski.

Zapewnił, że Projekt Bohaterskiej Wyobraźni, który skupia się na budowaniu wspólnoty, a nie izolacji, nie doszukuje się negatywów w psychice ludzkiej, ale stara się wyciągać z człowieka dobro – jest sprawdzony i skuteczny. Prowadzi bowiem do eliminacji takich zachowań dzieci jak wykluczenie społeczne, defaworyzacja, przejawy braku zaangażowania, konformizm i uprzedzenia wśród uczniów – wymieniał Milczanowski.

„Takie zachowania często powodują niechęć pójścia do szkoły. Tymczasem w efekcie realiza-



FOT. FREEIMAGES.COM / MICHAEL & CHRISTA RICHERT

cji tego projektu, dzieci chętniej chodzą do szkoły i lepiej się uczą” – podkreślił Milczanowski.

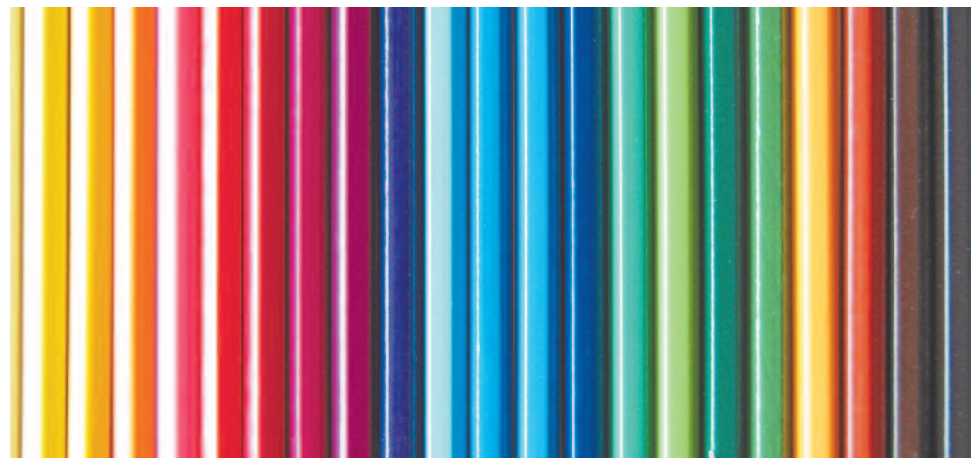
Szkolenia ruszą 20 listopada. Zainteresowani udziałem mogą się zgłaszać na adres: mmilczanowski@wsiz.rzeszow.pl. Szkolenia składać się będą z wykładów i zajęć praktycznych.

„Nauczyciele muszą odnaleźć się w różnych sytuacjach, stawia się ich w rolę ucznia. Uczy się ich jak prowadzić lekcje by uzyskać dobry efekt” – mówił Milczanowski.

W ramach oferty nauczyciele otrzymają także pakiet materia-

łów personalnych dostosowany do każdego z nich oraz zeszyt ćwiczeń dla uczniów. Po zakończonym szkoleniu nauczyciele wprowadzą projekt na zajęciach z uczniami w szkołach. Przez cały rok szkolny powinni wykorzystywać wszystko to, czego nauczą się na szkoleniach. W trakcie wdrażania projektu mogą konsultować się z trenerem prowadzącym szkolenia i korzystać z jego pomocy.

W zajęciach może jednocześnie wziąć udział 20 nauczycieli. Jeżeli będzie duże zainteresowanie, to uczelnia → → →



FOT. FREEIMAGES.COM / TIBOR FAZAKAS

→ → → zorganizuje kolejną turę szkoleń.

Będą to pierwsze szkolenia w ramach Centrum Zimbardo w Rzeszowie. Inauguracja Centrum Zimbardo na Wyższej Szkole Informatyki i Zarządzania w Rzeszowie przewidziana jest na 10 grudnia br. Będzie to – jak zapewnił Milczanowski – druga taka placówka nie tylko w Polsce, ale i na świecie. Pierwsza powstała wiosną 2014 roku w Katowicach na zabytkowym osiedlu Nikiszowiec.

Dodał, że w kilku krajach:

USA, na Węgrzech i we Włoszech realizowany jest Projekt Bohaterskiej Wyobraźni.

W planach rzeszowskiego Centrum Zimbardo jest też oferta szkoleń przeznaczonych dla innych instytucji takich jak: służba więzienna, wojsko, policja, czy mali i średni przedsiębiorcy.

Latem planowany jest także wykład otwarty profesora Zimbardo w Rzeszowie i wizyta Centrum działającego pod jego auspicjami.

Philip George Zimbardo to amerykański psycholog, wy-

kładowca czołowych uczelni w tym kraju, autor książek i podręczników. Zasłynął z badań znanych jako stanfordzki eksperyment więzienny – jego uczestnicy tak bardzo weszli w rolę strażników i więźniów, że badanie trzeba było przerwać. Prowadził m.in. badania nad nieśmiałością, zajmował się psychologią zła, terroryzmu i dehumanizacji.

PAP – NAUKA W POLSCE

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



FOT. FREEIMAGES.COM / ILKER

Reklama

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>



Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii



tablica.nl

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



ZWROT PODATKU Z HOLANDII

Rozlicz się **ONLINE**

**Szybko
Bezpiecznie
Profesjonalnie**

www.**TAX**.gg



Dolnośląskie/ Specjaliści z AGH rozpoczynają poszukiwania „złotego pociągu”

Specjaliści z krakowskiej AGH rozpoczynają w Wałbrzychu badania, których celem ma być potwierdzenie istnienia tzw. „złotego pociągu”. Wcześniej badania zakończył zespół z udziałem osób, które zgłosiły znalezisko, czyli Piotra Kopera i Andreasa Richtera.

Odnalezienie pociągu z czasów II wojny światowej, który miałby być ukryty w okolicach Wałbrzycha kilka metrów pod ziemią, zgłoszono w sierpniu tego roku. Na początku listopada wałbrzyski magistrat zdecydował, że poszukiwaniem pociągu metodami nieinwazyjnymi zajmą się niezależnie od siebie dwa zespoły. Pierwszy, w skład którego wchodziły m.in. osoby które zgłosiły znalezisko, czyli Piotr Koper i Andreas Richter, zakończył już badania.

Jak powiedział w piątek PAP rzecznik prasowy wałbrzyskiego magistratu Arkadiusz Grudzień, specjaliści z AGH wejdą na te-

ren, na którym ma się znajdować pociąg z II wojny światowej, w sobotę. „Badania potrwać do wtorku. Jeżeli jednak warunki pogodowe nie będą sprzyjające mogą potrwać dłużej” – dodał.

Grudzień poinformował, że oba zespoły mają trzy tygodnie na opracowanie wyników ba-

dań. „Do tego czasu nie będą udzielane informacje o wynikach” – zastrzegł.

Szef ekipy AGH prof. Janusz Madej z Wydziału Geologii, Geofizyki i Ochrony Środowiska powiedział w piątek, że jego zespół przeprowadzi badania metodą magnetyczną. Wykorzystuje się

do niej pomiary ziemskiego pola magnetycznego. „Dodatkową metodą będzie metoda grawimetryczna. Śledzi ona zmiany tych wartości, na które wpływają puste przestrzenie, czyli jeśli jest tam tunel to potrafimy go zbadać” – wyjaśnił prof. Madej.

Pod koniec września teren, na którym ma się znajdować tzw. „złoty pociąg” został przebadany przez wojsko pod kątem saperskim, radiacyjnym i chemicznym. Nie znaleziono tam materiałów niebezpiecznych.

Według mediów w okolicach Wałbrzycha miałby się znajdować ukryty pociąg z II wojny światowej. Pojawiły się spekulacje, że może chodzić o celowo zasypyany tam pociąg ze złotem i innymi kosztownościami wywiezionymi pod koniec wojny z Wrocławia. Nigdy nie odnaleziono zawartości ani samego pociągu.

Generalny konserwator zabytków, wiceminister kultury Piotr Żuchowski wyrażał w sierpniu przekonanie, że „złoty pociąg” istnieje „na po-

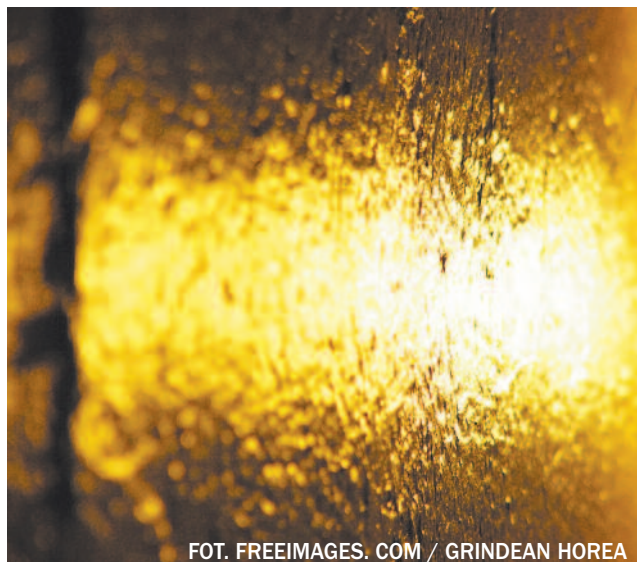


FOT. FREEIMAGES.COM
/ JANINE CHANCE

nad 99 procent”. Jednak zdaniem niektórych znawców tematu „złoty pociąg” – a przynajmniej z takim ładunkiem – to tylko legenda.

Wobec zainteresowania poszukiwaniami wojewoda dolnośląski zwołał zespół zarządzania kryzysowego. Władze nie ujaw-

niły dokładnej lokalizacji miejsca, w którym dokonywano wstępnego rekonesansu; teren nadzorowały Służba Ochrony Kolei i Straż Leśna.



FOT. FREEIMAGES.COM / GRINDEAN HOREA

Eksperci: masło dla dzieci i osób zdrowych, margaryna dla zawałowców

Osoby zdrowe mogą używać masła, jednak ludzie z podwyższonym poziomem cholesterolu i zagrożone zawałem serca powinny go unikać – przekonuje w wypowiedzi dla PAP prof. Elżbieta Bartnikowska z Zakładu dietetyki SGGW w Warszawie.

Specjalistka twierdzi, że spór o to, czym należy smarować pieczywo – masłem czy margaryną – ma długą tradycję, znacznie wybiegającą w przeszłość. Zaczął się już w latach przedwojennych, gdy zwiększono produkcję margaryny. Jej nazwa pochodzi od greckiego słowa „margaritari”, co znaczy perła, bo początkowo wyglądała jak masa perłowa.

Prof. Elżbieta Bartnikowska uważa, że błąd we wszelkich dyskusjach polega na tym, iż nie ma jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, co należy używać: masło czy margarynę. „To zależy od tego, dla kogo zestawiany jest jadłospis” – podkreśla. Jako przykład podaje osoby z nadwagą czy otyłością, które powinny

pozostawać na diecie redukującej masę ciała. „Zwykle zaleca się im zaprzestanie smarowania pieczywa, bo jest to najprostszy sposób, aby zmniejszyć całodobowy podaż energii” – dodaje.

Według specjalistki, masła mogą używać osoby zdrowe, bo dieta jest wtedy bardziej urozmaicona. „Jest to jeden ze sposobów zapobiegania niedoborom spożycia niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych” – twierdzi.

Masło zawiera duże ilości średniołańcuchowych kwasów tłuszczowych lepiej wykorzystywane przez organizm aniżeli estry kwasów tłuszczowych o długim łańcuchu. Są w nim również witaminy A i E oraz kwas linolowy. „Dlatego masło jest bardziej polecane w żywieniu dzieci, jak i osób starszych oraz w podeszłym wieku” – podkreśla prof. Bartnikowska.

Smarowanie pieczywa masłem zalecane jest również o osób z upośledzonym wchłanianiem tłuszczów, np. z uszkodzeniem kosmków jelitowych, z tzw. zespołem jelita krótkiego,

z cholestazą, czyli zastojem żółci, oraz u chorych na nowotwory ze zmianami zapalnymi jelit po naświetlaniach.

„Ograniczenie spożycie masła rekomendowane jest w profilaktyce chorób układu krążenia o podłożu miażdżycowym oraz u osób ze zwiększonym poziomem cholesterolu w osoczu” – dodaje prof. Bartnikowska.

Prof. Wiktor Szostak z Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie ostrzega, że obecność cholesterolu w blaszkach miażdżycowych stwierdzono już w 1847 r. Po II wojnie światowej w badaniach Framingham wykazano, że podwyższony cholesterol we krwi zwiększa ryzyko choroby niedokrwiennej serca.

„Sprawdzono to również na przykładzie plemion afrykańskich Bantu. Murzyni, którzy byli wegetarianami, mieli niski poziom cholesterolu, jednak kiedy zaczęli jeść masło, jego poziom we krwi wzrastał. Po dostawieniu masła, poziom cholesterolu znowu spadał” – twierdzi prof. Szostak.

Specjalista przyznaje, że dobór kwasów tłuszczowych jest

tylko jednym z wielu składników diety wpływających na ryzyko choroby sercowo-naczyniowej. „Dieta w swym całokształcie odgrywa rolę w rozwoju miażdżycy” – dodaje.

Według prof. Szostaka, mniej szkodliwe niż się wydawało jest prawdopodobnie tłuste mleko, a nawet śmietana. Wynika to z tego, że w produktach tych znajdują się otaczające tłuszcz mleczny fosfolipidowobiałkowe membrany. „Z opublikowanych niedawno badań wynika, że tłuszcz ten w ich otoczeniu nie podnosi poziomu złego cholesterolu LDL” – wyjaśnia specjalista.

Tych fosfolipidowych otoczek tłuszczu mlecznego nie ma w masle, ponieważ w trakcie produkcji są one rozrywane i w większości oddzielane z masłanką. „To bardzo prawdopodobne, ale hipoteza ta wymaga jeszcze potwierdzenia w dalszych badaniach” – podkreśla prof. Szostak.

PAP – NAUKA W POLSCE,
ZBIGNIEW WOJTASIŃSKI

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



FOT. FREEIMAGES.COM / KASEY ALBANO

Badanie: dieta bogata w warzywa, owoce i soki zmniejsza ryzyko raka

Osoby, które spożywają więcej warzyw, owoców, soków oraz produktów mlecznych, są znacznie mniej narażone na choroby nowotworowe – wykazały udostępnione PAP badania specjalistów Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie.

Główna autorka badań prof. Lidia Wądołowska z Wydziału Nauki o Żywności Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego twierdzi, że tego rodzaju dieta nawet o 60 proc. zmniejsza ryzyko raka piersi u kobiet lub raka płuc u mężczyzn. Wskazują na to obserwacje przeprowadzone na grupie 217 osób, w tym 122 kobiet i 95 mężczyzn w wieku 23-80 lat.

Naukowcy pytali uczestników badań, jak często spożywają 21 wyselekcjonowanych rodzajów żywności. Za prozdrowotny sposób żywienia uznali oni częste sięganie po produkty mleczne (twarogi, fermentowane napoje mleczne, sery i mleko) oraz owo-



FOT. FREEIMAGES.COM / DIMITRIS PETRIDIS

ce, warzywa i soki (owocowe, owocowo-warzywne oraz warzywne).

Zaobserwowano, że rak piersi u kobiet lub rak płuc u mężczyzn występował zaledwie u 26 proc.

badanych, którzy spożywali najwięcej więcej warzyw, owoców, soków oraz produktów mlecznych. Prawie dwa razy więcej tych nowotworów (47 proc.) stwierdzono u osób, które z kolei

rzadko spożywały tego rodzaju produkty.

Ostatecznie olsztyńscy naukowcy wyliczyli, że dieta „mleczno-owocowo-warzywna” zmniejsza szanse wystąpienia

raka piersi u kobiet lub raka płuc u mężczyzn o 60 proc.

Prof. Wądołowska zaznacza w wypowiedzi dla PAP, że korzystny dla zdrowia efekt zależał od wszystkich produktów, które były składowymi prozdrowotnego wzoru żywienia. Jednak każdy z nich mógł uczestniczyć w innym mechanizmie zmniejszającym ryzyko rozwoju choroby nowotworowej. Jednym z nich jest korzystna rola antyoksydantów znajdujących się w warzywach i owocach, jak i sokach z owoców i warzyw.

„Antyoksydanty nazywane +zmiataczami+ wolnych rodników pozytywnie wpływają na proces produkcji zdrowych komórek. Zatem regularne spożywanie warzyw, owoców, a także soków może zapewnić organizmowi wysoki potencjał antyoksydacyj-

ny, niwelujący uszkodzenia ważnych struktur komórkowych, dzięki czemu nie dochodzi do kolejnych faz procesu nowotworowego” – podkreśla prof. Wądołowska.

Dzięki zawartości błonnika cukry, które wraz z owocami i warzywami – w tym sokami – trafiają do organizmu, wolniej podnoszą poziom glukozy we krwi. W efekcie – jak wyjaśnia profesor – nie dochodzi do ogólnoustrojowych zaburzeń metabolizmu glukozy i przewlekłego stanu zapalnego, który inicjuje chorobę nowotworową.

Prof. Witold Płocharski z Instytutu Ogrodnictwa w Skierniewicach powiedział PAP, że prawidłowa dieta powinna być zróżnicowana, powinno być w niej miejsce na warzywa i owoce różnych gatunków i kolorów, w tym również soki, ale też nabiał, produkty zbożowe (najlepiej z pełnego ziarna) i koniecznie ryby.

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

Pytania do eksperta – listy Czytelników

Otrzymaliśmy od Was wiele listów dotyczących holenderskich spraw podatkowych. Dziś prezentujemy kolejne z nich. Na pytania Czytelników odpowiadamy we współpracy z pracownikami Kancelarii Podatkowej Anna 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,

Mam zasiłek od 5 października do 4 kwietnia 2018 roku. Czy od stycznia będę miała zmniejszony ten zasiłek? Szukam pracy – mam powiedziane, że po pół roku wrócę do mojego zakładu. Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jeśli chodzi Pani o nadchodzące zmiany w zasiłkach dla bezrobotnych, to nie dotyczą one osób, które nabyły prawa do zasiłku na „starych” zasadach.

• • •

Witam serdecznie,

Proszę o pomoc w związku z dofinansowaniem składki za 2014 rok i rok bieżący. Wszystkie dokumenty zostały złożone i do dziś nie otrzymałem żadnej decyzji ani innej poczty. Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Nie pozostaje nic innego, jak skontaktować się bezpośrednio z urzędem, ponieważ przyczyną dla której nie otrzymał Pan jeszcze decyzji może być bardzo wiele.

• • •

Witam,

Mam pytanie...Bardzo ważne... Otóż mam zasiłek z transferem i będę transfer miał robiony w poniedziałek – tzn. że przyjdzie mi poczta do Polski z formula-

rzem z którym będę musiał się zarejestrować w swoim urzędzie pracy i co potem? Jak znajdę mi pracę i stracę zasiłek? I jeszcze jedno: bo do przyjęcia decyzji byłem w Polsce mimo, że musiałem być w Holandii, ale z dniem robienia transferu śmiało mogę jechać do Polski, tak?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Oczywiście mogą Panu zaproponować pracę, bo teoretycznie właśnie po to rejestrował się Pan w urzędzie pracy, aby ją znaleźć. W praktyce jednak zwykle wygląda to tak, że polskie urzędy niespecjalnie kwapią się do aktywizowania zawodowo bezrobotnych, którzy pobierają zagraniczny zasiłek, ponieważ w pierwszym rzędzie próbują znaleźć pracę tym bezrobotnym, którzy pobierają zasiłek w Polsce. W momencie otrzymania druku PDU 2 może Pan już śmiało przebyć w Polsce.

• • •

Witam,

Mam pytanie: jak rozwiążę umowę z porozumieniem stron, to czy należy mi się wtedy zasiłek? Z góry dziękuję za pomoc. Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Nie, wtedy urząd może odrzucić wniosek. Pracodawca powinien podać jako przyczynę zwolnienia brak etatu, a jeśli kon-

trakt się Panu kończy to zaznaczyć, że nie zaproponowano Panu żadnej innej pracy.

• • •

Witam,

Już kiedyś Państwo służyli mi pomocą. Dziś mianowicie mam problem z rozliczeniem. Podałem z kobietą to samo konto bankowe. Pani, która rozliczała, nie miała żadnych zarzutów z tego powodu, a teraz okazuje się, że nie możemy podać tego samego konta. Wypełniam formularz dotyczący zmiany konta bankowego z holenderskiego (wspólnego) na polskie konto i teraz mam pytanie: czy musi to być konto walutowe czy mogę po prostu podać zwykłe. Proszę o pilną odpowiedź.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Waluta w jakiej jest rachunek bankowy nie ma znaczenia, można podać „zwykłe”.

• • •

Witam,

Pod koniec 2014 roku byliśmy świadkami morderstwa w Holandii. Od tego czasu jesteśmy cały czas przesłuchiwanymi, ale nikt nam nie udzielił pomocy psychologa. Policja i prokuratura nie liczy się z nami i naszym stanem psychicznym. Nikt nam nie pomaga, sami musimy sobie z tym radzić. Dziś byliśmy przesłuchiwani przez prokuratora i obrońcę oskarżonej. Nikt z nami się nie liczył, że nie chcemy zeznawać i przeżywać tego wszystkiego

na nowo. Zostaliśmy zastraszeni przez prokuratora, zabrano nam nasze prawa, pod opieką uzbrojonej policji zostaliśmy potraktowani jak podejrzeni, a nie świadkowie. Nasi poprzedni tłumacze byli przez telefon, dlatego są niejasności w zeznaniach i z tego powodu jesteśmy źle traktowani i straszeni więzieniem za błędne zeznania. To nie nasza wina, tylko policji, która źle się tym wszystkim zajęła. Ale nikt nie wini policji, tylko nas. Przez to zdarzenie wyprowadziliśmy się z tej miejscowości, a właściciel nie chce nam oddać boru. Przez mój stan psychiczny straciłam pracę, a jedynym żywicielem jest mój narzeczony, ale jego stan psychiczny też nie jest za dobry. Chodzi o pracę, bo musi – za coś musimy tu żyć. Jest nam bardzo ciężko, a do tego są same problemy związane z tą sytuacją. Mieszkamy w Holandii, tu odprowadzamy podatki, tu kupiliśmy na kredyt dom. Jak mamy żyć w kraju, który nam nie chce pomóc, wtedy kiedy tego potrzebujemy. Nie jesteśmy o nic oskarżeni, a tak nas traktują. Co to za kraj, w którym świadkowie morderstwa są zastraszani i nikt się nie liczy z nimi i tym, co się z nimi dzieje. Mój wymarzony dom nie jest taki, bo nie stać mnie na to, żeby go wyremontować, robię to małymi krokami. Ale najbardziej chciałabym zapomnieć o tym zdarzeniu i móc normalnie funkcjonować i cieszyć się życiem. Piszę do waszej Redakcji, gdyż uważam, że gdyby taka sytuacja spotkała Holendra, to nikt by go tak nie potraktował, a wręcz przeciwnie. A nam należy się pomoc psychologa i odszkodowanie za to wszystko oraz możliwość zapomnienia lub starania się zapomnieć o tej sytuacji. I normalne życie.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Współczujemy, że znalazła się Pani w tak trudnej sytuacji. Powinna Pani udać się z narzeczonym do psychologa, chociażby na własną rękę. Co do kłopotów z policją, to proszę zgłosić się do bezpłatnych prawników

(<https://www.juridischloket.nl>) – może tutaj znajdzie Pani pomoc.

• • •

Witam,

Mam pytanie: wychowuję sama trójkę dzieci z innego związku, na które tu w Polsce pobieram alimenty z Funduszu Alimentacyjnego. Obecnie jestem w związku z partnerem, który pracuje w Niemczech na gaweranie. Chcemy wszyscy razem zamieszkać w Niemczech, dzieci poszłyby od sierpnia do szkoły w Niemczech. Moje pytanie dotyczy takich rzeczy jak możliwości uzyskania zasiłku rodzinnego (kindergeld), jeśli ja bym nie pracowała oraz ewentualnych praw do innych dodatków czy świadczeń socjalnych. O co mogę się ubiegać? Kolejna kwestia to ubezpieczenie zdrowotne: gdzie załatwiać i czy ja będę musiała to płacić z własnych środków, czy to ktoś inny będzie za mnie płacił? Jeszcze nurtuje mnie jedna sprawa: mam przepracowane w Polsce 20 lat w ciągłości – czy jak będę w Niemczech, to będzie mi przysługiwało coś w rodzaju zasiłku dla bezrobotnych z tytułu pracy w Polsce? Proszę o możliwość otrzymania wsparcia w tej obecnej sytuacji. W późniejszym czasie oczywiście myślę o pracy, ale to pewnie trochę potrwa.

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Jeśli Pani partner pracuje na terenie Niemiec, ma tam odprowadzane podatki i mają Państwo wszyscy razem wspólny meldunek, to owszem, mogą się Państwo starać o zasiłek rodzinny z Niemiec. Jeśli zaś chodzi o świadczenia socjalne z Niemiec, to musieli by Państwo udać się konkretnie do gminy, w której będą Państwo mieszkali i tam dopytać, gdyż każdy urząd ma swoje wytyczne. O ubezpieczenie może się Pani sama ubiegać, jednak będzie Pani musiała pokryć jego koszty (albo Pani partner mógłby dopytać w swojej ubezpieczalni czy jest

możliwość doubezpieczenia Państwa) bądź zarejestrować się jako osoba bezrobotna. Jeśli zaś chodzi o zasiłek dla bezrobotnych, to musiałaby Pani w pierwszej kolejności uzyskać w Polsce prawo do zasiłku i ewentualnie przenieść go do Niemiec.

• • •

Dzień dobry,

Mam pytanie odnośnie zasiłku z UWV: czy muszą być przepracowane pełne tygodnie czy wystarczy 1-3 dni przepracować w danym tygodniu, aby był zaliczony tydzień?

Pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Wystarczy 1-3 dni.

• • •

Dzień dobry,

Mam takie pytanie do Państwa. Otóż potrzebuję decyzje końcowe dotyczące zwrotu podatku za lata 2010 i 2012, czyli aanslag z holenderskiego Belastingdienst. Wiem, że je dostałem, ale niestety akurat te dwa gdzieś mi się zapodziały. I moje pytanie polega na tym czy mogę je jeszcze jakoś zdobyć? Czy znają Państwo jakiś adres lub e-mail na który mogę napisać i o nie poprosić? I czy w ogóle jest to możliwe, aby po tych kilku latach Belastingdienst jeszcze mógł mi je przysłać? Jeśli to istotne, to obecnie przebywam cały czas na terenie Holandii.

Z góry dziękuję i serdecznie pozdrawiam

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

Odpowiedź:

Może Pan telefonicznie zamówić duplikaty tych dokumentów pod nr 31 555 385 385 (infolinia dla obcokrajowców). Urzędnicy porozumiewają się pod tym numerem w języku holenderskim, angielskim i niemieckim. Proszę pamiętać, że dokumenty zostaną wysłane na adres, który ma Pan aktualnie zgłoszony w Belastingdienst.

Galeria zdjęć Czytelników

Dzisiaj prezentujemy zdjęcia holenderskiej jesieni, które nadesłała nasza Czytelniczka – Pani Magdalena Woźna.



fot. Magdalena Woźna

Czekamy na Wasze fotki
pod adresem
fotka@goniecpolski.nl

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM
DOSTĘPNY NA STRONIE

reklama@goniecpolski.nl

www.GoniecPolski.nl

DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY

• **Czy w pana rodzinie zdarzały się przypadki kazirodztwa?**

- Tak.
- Wiele?
- Nie, mogę je policzyć na palcach jednej ręki.
- A dokładniej?
- Siedem.

Co mówi piłkarz, gdy przychodzi do fryzjera?

- GOL!

• **Pewien bezrobotny inżynier nie mogąc od dłuższego czasu znaleźć zatrudnienia postanowił zmienić fach i założyć własną klinikę. Na budynku wywiesił szyld z napisem „Wyleczymy twoją dolegliwość za 500 zł, w przeciwnym wypadku damy ci 1000 zł”. Przechodzący obok lekarz postanowił to wykorzystać i trochę zarobić.**

- Dzień dobry, nie wiem co się stało, straciłem smak...
- Siostró, proszę przynieść pudełko 22, jest w nim syrop. Proszę go podać pacjentowi.
- Dobrze. Proszę otworzyć usta...
- Faj... przecież to benzyna!
- Gratulacje, odzyskał pan smak, 500 zł.
- Wściekły lekarz zapłacił. Po kilku dniach wrócił do kliniki:
- Dzień dobry, straciłem pa-

mięć, pomóżcie mi ją odzyskać...

- Siostró, proszę przynieść pudełko 22, jest w nim syrop. Proszę go podać pacjentowi.
- Dobrze, już podaję...
- Ale przecież tam jest benzyna!
- Gratuluję, odzyskał pan pamięć, 500 zł.
- Jeszcze bardziej zdenerwowany lekarz zapłacił, jednak po kilku kolejnych dniach ponownie postanowił się odgryźć:
- Dzień dobry, straciłem wzrok, proszę mi pomóc...
- Przykro mi, nie mamy na to lekarstwa. Proszę, tu jest pana 1000 zł.
- Ale tu jest tylko 500 zł...
- Gratuluję, odzyskał pan wzrok, należy się 500 zł.

• **Ja i moja żona byliśmy szczęśliwi przez 24 lata.** Potem się poznaliśmy i się skończyło.

- **Jasiu mówi do kolegi:**
- Wiesz co? Teraz moja mama codziennie jeździ konno żeby zrzucić trochę kilogramów.
- I co? Pomaga?
- Pewnie. Koń schudł już 10 kilo.

• **Tańczy student na dyskotecie z dziewczyną. Nagle osłabł. Mdleje.**

- Dziewczyna krzyczy:
- Wody! Dajcie mu wody!
- Student otwiera oczy i szepcze:
- I kawałek chleba...

• **Poranek w jednostce. Kapitan urządza apel:**

- Kolejnooooo ODLICZ!
- RAZ!
- DWA!
- Tszszszszszszsz...
- Żołnierzu, co jest z wami?!
- Byemmm wszorajjjj u sieł- zanta Kowalskiego.....
- Na drugi dzień sytuacja się powtarza:
- Kolejnooooo ODLICZ!
- RAZ!
- Dwaaaa.....
- Żołnierzu, a wam co dzisiaj?!
- Byemmm wszorajjjj u sieł-

zanta Kowalskiego.....

- Nie no, ja sobie muszę poważnie porozmawiać z sierżantem Kowalskim!
- Kolejny ranek:
- Choleeeejjnooo od- liszszsz.....

• **Pani w szkole pyta Jasia:**

- Powiedz mi kto to był: Mickiewicz, Słowacki i Norwid?
- Nie wiem. A czy pani wie kto to był: Zyga, Chudy i Kazek?
- Nie wiem - odpowiada nauczycielka.
- To co mnie pani swoją bandą straszysz?

• **Co krawcowa ma w lodówce?**

MaSzynek

• **W nocy do psychiatryka dobija się jakiś mężczyzna i krzyczy:**

- Ratunku, oszalałem, potrzebuję natychmiastowej pomocy lekarskiej!
- Zaspany portier otwiera drzwi i warczy:
- Panie, jest trzecia w nocy! Pan chyba zwariował!

• **Dwóch napitych gości odlewa się pod płotem.**

- A ty co tak cicho lejesz?
- A bo leję po spodniach.
- A nie szkoda ci spodni?
- Nie, bo leję po twoich...

• **Spotkali się ksiądz katolicki, pop prawosławny i rabin żydowski. I zaczęli dyskutować kto z nich jest lepszym głosicielem wiary. Postanowili, że ten z nich okaże się najlepszym kaznodzieją, kto zdoła do swojej wiary przekonać nawet niedźwiedzia.**

- Po tygodniu spotkali się ponownie. I przy mszalnym winku rozpoczęli swoje opowieści.
- Rozpoczął ksiądz katolicki:
- Poszedłem do lasu i znalazłem w gawrze niedźwiedzia. Nie uląknę się i zacząłem głosić słowo Boże. Niedźwiedź zaryczał i rzucił się na mnie. Ale wtedy wyciągnąłem kropidło i pokropiłem go święconą wodą. I żarliwie zacząłem modlić się za jego duszę. I stał się cud! I zrobił się ta-

godny jak baranek. Teraz nauczam go katechizmu...

- Ze mną było podobnie - rozpoczął swoją opowieść pop prawosławny. - Ale my nie święcimy wodą święconą. Dlatego jak niedźwiedź rzucił się na mnie musiałem uciekać do rzeki.

Przepłynąłem na drugi brzeg, a niedźwiedź za mną. A kiedy wyszedłem na brzeg, stanąłem i zakreśliłem znak krzyża nad wychodzącym z wody niedźwiedziem. I stał się cud! Niedźwiedź całą duszą przyjął naszą wiarę. teraz pomaga mi w obowiązkach cerkiewnych...

- A Tobie jak poszło? - pytają po chwili rabina.

Rabin popatrzył na swój postrzępiony i podarty chałat, potargał brodę i pejsy i powiedział:

- Taaa... Niepotrzebnie zacząłem od obrzezania...

• **Stary dziadek zdecydował, że opuści Związek Radziecki i wróci do swojego kraju. Gdy przeszukiwano go na lotnisku, ochrona znalazła u niego popiersie Lenina.**

- Co to jest? Spytał celnik.
- Co to jest? Co to jest?! Nie pytaj się „co”, tylko „kto”. To sam Towarzysz Lenin, geniusz, myśliciel, twórca najwspanialszego systemu świata!

Celnik zaśmiał się i przepuścił go przez bramki.

Dziadek przyleciał do swojego kraju, gdzie sytuacja się powtórzyła.

- Co to jest? Pyta celnik.
- Co to jest? Co to jest? Nie pytaj się „co”, tylko „kto”. To Lenin, zawzorny komunista, gdy wrócę do domu, umieszczę go w toalecie.

Celnik zaśmiał się i bez problemu go przepuścił.

Gdy dziadek wrócił do swojego rodzinnego domu, jego wnuk zobaczył popiersie i zapytał.

- Kto to jest?
- Nie „kto to jest”, tylko raczej „co to jest”. To, moje drogie dziecko, jest 5 kg szczerzego złota.

Kącik poetycki

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

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

Kamfora

Po szkodzie...
różne... USŁUŻNE
„ciężkie frajery”
robią
nagminne kariery
„krzywdę ludzką”
upłynniają
i „jak kamfora
ZNIKAJĄ!”

KTO

KTO ROZSADEK PRZEKAŻE?
KTO PAMIĘĆ POKOLENIOM PODA?
ODPOWIEM:
CHOCHOŁ Z GUŚLARZEM
I ŚMIERĆ... (tak)
...”Z DZIADA PRADZIADA!!!”

Radość powrotu

myślę że jest to „DAR OBŁOKÓW”
radość powrotu jest NASZĄ...
WARTOŚCIĄ W DOBRU
... nie może być
NICZYJA!!!

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii i Belgii

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/>

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-pracownikw-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: tkozienki@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



PRACUJESZ W HOLANDII LUB BELGII?

U nas załatwisz wszystkie sprawy socjalne
i podatkowe z krajów UE.

ODWIEDŹ NASZE BIURA W **Holandii**

lub zadzwoń i umów się na spotkanie!

ZWROT PODATKU oraz
tzw. „ROZŁĄKOWE”



KOREKTY
ROZLICZEŃ –
do 5 lat wstecz

ZASIŁEK DLA
BEZROBOTNYCH



ZORGTOESLAG
HUURTOESLAG

ZASIŁEK RODZINNY



KINDGEBONDEN
BUDGET

ZAPRASZAMY

do naszych biur:

APELDOORN

Floralaan 17B, 7321 BA APELDOORN
tel.: 0031 622 214 013

DEN HAAG

Gedempte Burgwal 45, 2512 BS DEN HAAG (I piętro)
tel.: 0031 617 650 776
tel.: 0031 619 842 805

LELYSTAD

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

TILBURG

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



infolinia: +48 222 478 142
+31 202 170 640

www.rozliczsie.pl

e-mail: kontakt@klosowska.com