

**BEZPŁATNE**



[www.mm-gazeta.de](http://www.mm-gazeta.de)

[www.facebook.com/mmgazeta](https://www.facebook.com/mmgazeta)



CZASOPISMO POLONIJNE DLA CIEBIE

# MOJEMIasto

nr 06 (57) listopad/grudzień 2016

D W U M I E S I Ę C Z N I K



## Olimpijczyk radzi - DZIECI NA NARTACH

więcej na str. 39

**Adwent**  
w Niemczech

**Wagner**  
w rytmie poloneza

**Autostrady**  
najdroższe  
na świecie

**Polak z Monachium**  
doradza marszałkowi  
Senatu RP

**Polskie groby**  
są wszędzie

**Do Lwowa**  
1000 powodów ZA

**Nobel**  
dla Dylana

foto: Małczewski Plus



**CODZIENNE WYJAZDY  
Z POŁUDNIOWYCH  
I ŚRODKOWYCH NIEMIEC**

**JUZWA**

[www.juzwa.pl](http://www.juzwa.pl)

+48 77 4313 440 +48 604 225 821 +49 160 623 5514







**Wanda Schleicher**  
Generalagentin  
Agent ubezpieczeniowy



Zschokkestr. 69, 80686 München  
Tel. 089/52011114, Mobil 0162/4704723  
Fax 089/52011116  
wanda.schleicher@hansemerkur.de  
www.hansemerkur.de/web/wanda.schleicher

- Pełne ubezpieczenia zdrowotne z ubezpieczeniem opiekuńczym od 154,25€ \*) np. 20 lat – 1000€ wkład własny.
- Ubezpieczenia turystyczne Premium dla zagranicznych gości do 5 lat - 99€.
- Ubezpieczenia wypadkowe (obejmuje ubezpieczenie na całym świecie, w pracy i w czasie wolnym 24h).
- Ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej dla osób prywatnych i dla firm.
- Ubezpieczenia na życie z pełnym dopasowaniem we wszystkich sytuacjach życiowych i wyjątkową opcją opieki.
- Ubezpieczenia od niezdolności do pracy (do 30. roku życia 5 lat - połowa składki).
- Oraz inne ubezpieczenia prywatne i firmowe.

## SPIS TREŚCI

### MOJE MIASTO

- Nowy konsul do spraw Polonii** ..... 4
- Polskie Parafie Katolickie** ..... 4
- Nic bez Polonii o Polonii** ..... 5
- Polka w Monachium Adwent w Niemczech - zwyczaje i tradycje**  
Dominika Rotthaler ..... 6
- Miasto Dzieci Kalejdoskop** Agnieszka Spiżewska ..... 7
- Felieton Vertrauen ist gut – kontrola jest lepsza!** Bogdan Żurek ..... 8
- Felieton – Listy z Berdyczowa Zaproszenie do Lwowa** Krzysztof Dobrecki ..... 8
- Żyj z klasą Najdroższa autostrada świata** Aldona Likus-Cannon ..... 9
- Historia Lotnictwo** Przełomowe projekty drugiej wojny światowej  
Jolanta Helena Stranzenbach ..... 10
- Kończy się Rok Miłosierdzia!** ks. dr hab. Jerzy Grześkowiak ..... 11
- Miasto Młodych Polscy Studenci i Absolwenci w Monachium**  
Rozpoczęcie nowego semestru ..... 12
- Wydarzenia** ..... 13
- Polskie groby są wszędzie** ..... 14
- Wagner w rytmie poloneza**  
rozmowa z dr Frankiem Piontkiem Jolanta Łada-Zielke ..... 15
- Landshut** Sylwia Cieplak ..... 16
- Polskie ślady w Monachium Józef Mackiewicz, wielki prozaik i...**  
Marek Prorok ..... 17

### PORADNIK

- Czy adwokat musi być drogi?** Maciej Pazur ..... 18
- Rozróżnienie pomiędzy sądowym uregulowaniem kontaktów rodzica z dzieckiem a...**  
Anja Czech-Grollmann ..... 20-21
- Wzrośnie płaca minimalna** ..... 21
- Stawiam na nowoczesność**  
rozmowa z Maciejem Ustjanowskim Magdalena Felchnerowska ..... 25
- Pomoc przy leczeniu zaburzeń psychicznych** ..... 28
- Witamina D cz.I lek. stom. Marian Znorowski** ..... 32-33
- Niemcy kochają Audi i...** ..... 35

### AKTUALNOŚCI

- W góry** Rakiety śnieżne - zima w górach nie tylko dla narciarzy  
Mirosław Jęczyła ..... 36
- Z życia SV POLONIA Monachium Wakacje za nami** ..... 37
- Klub z ambicjami** FC Fortuna 96 Dingolfing ..... 38
- Dziecko na nartach** Jakub Malczewski ..... 39
- Jedź z apetytem Nie walcz z chandrą, upiecz ciasto!**  
Ewa Duszkiewicz ..... 40
- Rocker Zone CETI w Monachium...** Krzysztof Witek ..... 42
- Bob Dylan** Portret noblisty Małgorzata Gąsiorowska ..... 43
- Daria Nadolska** ..... 44
- Narodowe czytanie Quo Vadis w Monachium** ..... 44
- Co, gdzie, kiedy?** ..... 45
- Kabaret RAK w Monachium** ..... 45
- Szlakiem Paradorów Hotele z duszą** Sebastian Wieczorek ..... 46-47

### o d r e d a k c j i

## Droży Czytelnicy!

Za oknami coraz częściej pochmurno i deszczowo – no cóż, takie prawo jesieni. Postanowiliśmy zrekompen-sować Państwu niedobór różnorodności letnich barw i proponujemy niebanalne zestawienie tematów.

Mamy zaszczyt przedstawić na naszych łamach sylwetkę nowego konsula do spraw Polonii, Roberta Zadury, którego zaangażowanie od pierwszych chwil napawa nas nadzieją na rozkwit życia polonijnego. Gdy już ocieramy się o politykę (nie tylko lokalną), warto wspomnieć, że informujemy też o nowym zaszczytnym zadaniu dla prof. Piotra Małoszewskiego. Gratulujemy!

Swoją wiedzę pogłębicie dzięki m.in. artykułom o zaskakujących technologiach lotniczych z czasu II wojny światowej, polskich tropach w twórczości Wagnera, a także o Józefie Mackiewicz, dla którego Monachium na wiele lat stało się domem.

Nagroda Nobla może być szokiem. Na naszych łamach przedstawiamy sylwetkę muzyka, tegorocznego laureata w dziedzinie literatury, Boba Dylana. Gdy po wielu dniach milczenia potwierdził, że nagrodę przyjmie, wielu odetchnęło z ulgą i porzuciło stan konsternacji. W najnowszym numerze MM poradzimy również – ponieważ okres zimowy zbliża się nieubłagane (jednym ku radości, innym na przetrwanie) – jak najlepiej przysposabiać nasze pociechy do nauki jazdy na nartach, oraz, przygotowując już Państwa do świątecznej atmosfery, opowiemy o niemieckich zwyczajach adwentowych. Po sprawach światowych i politycznych, do ducha bożonarodzeniowego przybliży nas, rozważaniami o miłosierdziu, ks. Grześkowiak... Ale, uwaga, tu spokój się kończy, bowiem nasz Naczelny podzieli się z Państwem mrozącą krew w żyłach historią z prawie utraconą nogą w roli głównej.

Jak zawsze proponujemy coś dla ducha, coś dla ciała: między innymi kolejną techniczną ciekawostkę dla całej rodziny, kalejdoskop, który ubarwi ciemne popołudnia i poprawi nastrój, a w części kulinarnej – przepis na wspaniałe kakaowe ciasto z gruszkami.

\* \* \*

Pozostaje jeszcze, bo wszak to ostatnie wydanie „Mojego Miasta” w tym roku, życzyć Państwu w imieniu całej redakcji spokojnych, obfitych i pełnych miłości Świąt Bożego Narodzenia. A w nowym roku, 2017, spełnienia w życiu rodzinnym i zawodowym. Wszystkiego Dobrego!

Redakcja czasopisma **Moje Miasto**

JESTEŚMY NA facebooku

Polski sklep w centrum Monachium



Oferujemy:

- Duży wybór polskich produktów
- Świeże wędliny
- Słodycze i ciasta
- Napoje i alkohole
- Pierogi i gotówki domowej roboty
- Najlepsze ceny

**Zapraszamy na świąteczne zakupy**

Wszystkim naszym drożym Klientom  
oraz redakcji i czytelnikom Mojego Miasta  
życzymy zdrowych i radosnych  
Świąt Bożego Narodzenia !!!

Zapraszamy:

wt.-pt. 10:00 - 13:00  
15:00 - 20:00  
sob. 10:00 - 16:00

Heßstraße 58, 80798 München

Tel. 089/23 05 04 07  
Handy: 01575 393 67 44  
Email: sklep@polonika.info

2 minuty od stacji  
„Theresienstrasse” linii U2

www.polonika.info

www.facebook.com/polonika.polskisklep





# Szanowni Państwo, Drodzy Czytelnicy,

nazywam się Robert Zadura i 4 października rozpocząłem pracę na stanowisku wicekonsula do spraw Polonijnych w Konsulacie Generalnym Rzeczypospolitej Polskiej w Monachium.

Przez wiele lat byłem związany z Toruniem. To właśnie w tym pięknym gotyckim mieście ukończyłem historię na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika. Specjalizowałem się w historii Kościoła oraz biografistyce. Moja praca magisterska została poświęcona postaci Patrona Harcerstwa Polskiego i Poza Granicami Kraju błogosławionemu ks. Stefanowi Wincentemu Frelichowskiemu, który oddał swoje życie, niosąc bezinteresowną pomoc ludziom cierpiącym na tyfus w obozie koncentracyjnym w Dachau koło Monachium. Doktorat napisałem o innej wybitnej postaci z naszej historii, ojcu profesorze Józefie Innocentym Bocheńskim. Był on nie tylko żołnierzem, pilotem, podróżnikiem, ale przede wszystkim wybitnym naukowcem, logikiem, sowietologiem i „ambasadorem” Polski za granicą.



Przed nami wiele wyzwań i wspólnej pracy. Mam świadomość swojej służby i czekających mnie obowiązków. Zamierzam pielegnować

i dbać o dobre imię naszej Ojczyzny w oparciu o naszą piękną, choć jakże trudną, historię oraz naukę, kulturę i sztukę. Na sercu leżą mi również sprawy polskich szkół, nauczycieli oraz dzieci uczących się języka polskiego. Swoje myśli kieruję także do organizacji Polonijnych oraz Polskich Misji Katolickich, a także całego szeroko pojętego świata Polonii w okręgu konsularnym Bawaria, Badenia-Wirtembergia.

Aby lepiej Państwa poznać, chciałbym zorganizować pomost, za pomocą którego będę mógł informować Państwa o zamierzonych projektach i naszych wspólnych przedsięwzięciach. Zatem pozwólcie Państwu, że w tym miejscu uprzejmie poproszę Państwa o przesłanie na adres: robert.zadura@msz.gov.pl Państwa adresów mailowych, dzięki którym pozostaniemy w stałym obustronnym kontakcie.

Do zobaczenia i szybkiego poznania  
dr Robert Zadura  
wicekonsul ds. Polonijnych

KONSULAT GENERALNY  
RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ  
W MONACHIUM



# NIC O POLONII BEZ POLONII

Profesor Piotr Małoszewski z Monachium – jako jedyny przedstawiciel Polonii niemieckiej – został powołany w skład Polonijnej Rady Konsultacyjnej przy Marszałku Senatu Rzeczypospolitej Polskiej.

5 września 2016 r. odbyła się uroczystość powołania 16 członków Polonijnej Rady Konsultacyjnej przy marszałku Senatu Rzeczypospolitej Polskiej. Marszałek Stanisław Karczewski wręczył akty powołania przedstawicielom Polonii z całego świata.

Jesteśmy otwarci na wszystkich i będziemy ze wszystkimi współpracować. Nic o Polonii bez Polonii. Będziemy Was słuchać i działać razem z Wami, obiecał marszałek w swoim wystąpieniu.

W skład Rady weszli: Stanisław Aloszko – prezes Federacji Polonii Francuskiej, Adam Bąk – prezes Adam M. Bak Foundation (USA), Maria Szonert Binienda – wiceprezes Kongresu Polonii Amerykańskiej do Spraw Polskich, Andżelika Borys – przewodnicząca Rady Naczelnej Związku Polaków na Białorusi, Emilia Chmielowa – prezes Federacji Organizacji Polskich na Ukrainie, Halina Csúcs Łászlóné – rzecznik narodowości polskiej przy Zgromadzeniu Narodowym Węgier, Jan Cytowski – prezes Rady Polonii Świata, Adam Gajkowski – wiceprezes Stowarzyszenia Nasza Polonia w Australii, Barbara Kukulska – prezes Zjednoczenia Polskiego w Johannesburgu (RPA), Tomasz Machura – powiernik Zjednoczenia



Prof. Piotr Małoszewski (po prawej) odbiera akt powołania

Polskiego w Wielkiej Brytanii, ksiądz Zdzisław Malczewski – rektor Polskiej Misji Katolickiej w Brazylii, Piotr Małoszewski – wiceprzewodniczący Chrześcijańskiego Centrum Krzewienia Kultury, Tradycji i Języka Polskiego w Niemczech, Tadeusz Pilat – prezydent Europejskiej Unii Wspólnot Polonijnych (Szwecja), Ewa Stasinowska – prezes

Klubu Gazety Polskiej w Amsterdamie (Holandia), Aleksandra Ślusarek – przewodnicząca Związku Repatriantów RP z Kazachstanu, i Rita Tamašunienė – poseł do litewskiego Sejmu, przewodnicząca klubu parlamentarnego AWPL-ZChR (Akcja Wyborcza Polaków na Litwie – Związek Chrześcijańskich Rodzin).

## POLSKIE PARAFIE KATOLICKIE



### MONACHIUM

Heßstraße 26, 80799 München  
Tel.: 089/273 22 00

#### Msze św.:

- 8:45 – kaplica Misji (Heßstr. 24) – z wyjątkiem ferii szkolnych w Bawarii
- 10:00 – kaplica Misji (Heßstr. 24) – Msza święta z udziałem dzieci
- 10:00 – kaplica św. Jana Nepomucena (Ludwigsfeld)
- 11:00 – kościół św. Moniki (Max-Kolmsperger-Str. 7, Neuperlach) – Msza święta dla dzieci z rodzicami
- 12:00 – kościół św. Józefa (Josephsplatz)
- 12:15 – kościół św. Moniki (Max-Kolmsperger-Str. 7, Neuperlach)
- 18:30 – kościół MB Królowej Pokoju (Werinherstr. 50) – Msza święta z udziałem młodzieży

### LANDSHUT

#### Msze św.:

LANDSHUT – kościół św. Piotra i Pawła, Niedermayerstr. 25

- w niedziele – 11:30
- środy – 18:00
- pierwsze piątki miesiąca – 18:00

FREISING – kościół św. Piotra i Pawła  
Ignaz-Günther-Straße 6, 85356 Freising  
■ w niedziele – 16:30

### AUGSBURG

Biuro: Thommstr. 24 B, 86153 Augsburg  
tel. 08 21/3 07 49, fax 08 21/3 07 22

#### Msze św.:

- AUGSBURG – kościół św. Alberta  
Dr. Schmelzing-Str. 60
- w niedziele i święta – 10:30
- środa i piątek – 18:30

### ROSENHEIM

#### Msze św.:

ROSENHEIM – St. Michael, Westerndorferstr. 43  
■ w niedziele i święta kościelne – 10:30

### Kaplica w Centrum Misji, Heilig-Geist-Str. 46

- od wtorku do piątku – 18:00

TRAUNSTEIN – St. Josef, Salinenstr. 2

- IV sobota miesiąca – 17:00

TRAUNREUT – Zum Heiligsten Erlöser  
Rathausplatz 1a

- I niedziela miesiąca – 17:00

FREILASSING – St. Rupert, Martin-Oberndorfer-Straße 2

- II niedziela miesiąca – 17:00

GERETSRIED – Heilige Familie, Johannisplatz 21

- III niedziela miesiąca – 16:00

WALDKRAIBURG – Christkönig, Karlsbader Str. 1

- II sobota miesiąca – 17:00
- IV niedziela miesiąca – 16:00

■ Okazja do spowiedzi pół godziny przed Mszą św.

### NORYMBERGA

ks. Stanisław Stenka CR  
Arminiusstr. 21, 90402 Nürnberg, Tel.  
0911/473355

Fax 0911/3475749

#### Msze św.:

- w niedziele – 09:00 (Boże Narodzenie, Wielkanoc – 10:15) kościół św. Willibalda, Zengerstr. 12, 90471 Nürnberg (metro Bauernfeindstrasse)
- w niedziele – 12:00 kościół św. Józefa Gießereistr. 2, 90489 Nürnberg Lichtenau koło Ansbachu
- II niedziela miesiąca – 16:00

### INGOLSTADT

ks. Ryszard Kazimierzczak  
Gaimersheimerstr. 32, 85057 Ingolstadt  
tel.: 0841 84845

#### Msze św.:

- Heilig-Geist-Kirche, Spitalstr. 4
- w niedziele – 10:00
- w dni powszednie 18:00
- Gmina Weissenburg Kościół – Willibald-Kirche
- II i IV niedziela miesiąca – 12:45

### STUTTGART

ks. Roman Michalec  
Zuckerbergstr. 9, 70378 Stuttgart  
tel.: 0711 564184

#### Msze św.:

STUTTGART – kościół św. Tomasza, Falchstr. 9, 70378 Stuttgart

- w niedziele i święta – 10:30
- środy – 18:30,
- pierwszy piątek miesiąca – 18:30

BÖBLINGEN – kościół św. Maryi, Berliner Str. 14  
71034 Böblingen

- w niedziele i święta – 12:30
- pierwszy czwartek miesiąca – 18:30

TÜBINGEN – kościół św. Pawła, Karl-Adam-Str. 3  
72076 Tübingen

- w niedziele i święta – 15:00

BALINGEN – kościół św. Ducha,  
Heilig-Geist-Kirchplatz 3, 74336 Balingen

- I sobota i III niedziela miesiąca – 16:00

### LUDWIGSBURG

ks. Eugeniusz Bartnik  
Moldaust. 20, 71638 Ludwigsburg, tel. (07141)  
893369

#### Msze św.:

- Kościół st. Elizabeth, Moldaust. 20
- w czwartki – 19:00
- w piątki i soboty – 18:30
- niedziele – 10:15

HEILBRONN – NECKAGARTACH  
kościół św. Michała, Liebermannstr. 18

- niedziele – 12:30

### REGENSBURG

o. dr Józef Maziarz  
Plattlinger Str. 6, 93055 Regensburg  
tel.: 0941 79 44 78

#### Msze św.:

- kościół pw. Mater Dolorosa, Hoher Kreuz Weg 9  
93055 Regensburg
- w niedziele i święta – 10:30



Polonijna Rada Konsultacyjna

## Prof. dr hab. inż. Piotr Jan MAŁOSZEWSKI

Profesor Piotr Małoszewski pochodzi z Krakowa, gdzie urodził się w roku 1950. W Niemczech przebywa od 1984 roku. Jest żonaty i ma dwoje dorosłych dzieci.

Absolwent Wydziału Elektrotechniki Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie (1973). Karierę naukową rozpoczął w tamtejszym Instytucie Fizyki Jądrowej, by zwieńczyć ją profesurą na Uniwersytecie we Freiburgu i tytułem profesora RP. Pracownik naukowy i wicedyrektor Instytutu Ekologii Wód Podziemnych w Centrum Badawczym Helmholtza w Monachium (2003–2015), a także – od listopada 2014 – profesor na Wydziale Geologii, Geofizyki i Ochrony Środowiska AGH w Krakowie.

Wybitny naukowiec i wykładowca, autor blisko 190 prac z zakresu hydrogeologii i hydrologii znacznikowej, które były cytowane już ponad 3000 razy. Prezydent Międzynarodowej Komisji Znacznikowej w Międzynarodowej Asocjacji Nauk Hydrologicznych (IAHS). Ekspert IAEA delegowany na misje naukowo-badawcze do kilkunastu krajów trzeciego świata. Wykładowca na uniwersytetach w Szwajcarii, Niemczech, Kanadzie i w Polsce. Promotor 11 prac doktorskich.

Działacz katolicki, szczególnie zaangażowany w rozwój polskiego szkolnictwa w Niemczech. Był m.in. dyrektorem Szkoły Przedmiotów Oczyszczonych w polskiej parafii w Monachium.

Do dzisiaj przewodniczy Radzie Naczelnej Polskich Katolików Świeckich w Niemczech.

W latach 2006–2010 wiceprzewodniczący Diecezjalnej Rady Katolików Świeckich (archidiecezja Monachium-Freising), wybrany jako pierwszy cudzoziemiec na tak wysoką funkcję. W 2013 r. – jako pierwszy Polak w historii – wszedł w skład Komitetu Centralnego Katolików Niemiec.

Członek założyciel i wiceprzewodniczący Chrześcijańskiego Centrum Krzewienia Kultury, Tradycji i Języka Polskiego w Niemczech. Reprezentuje je w Konwencie Organizacji Polskich w Niemczech, pełniąc funkcję prezydenta Konwentu. Członek Bawarskiej Rady Integracyjnej (od roku 2011).

Komandor Zakonu Rycerskiego Świętego Grobu Bożego w Jerozolimie. Członek Rady Zwierzchnictwa Polskiego odpowiedzialny za współpracę międzynarodową.

Kawaler Orderu Świętego Sylwestra Papieża. Odznaczony Krzyżem Komandorskim z Gwiazdą, Krzyżem Komandorskim i Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski.

Wyróżniony Złotym Medalem Wspólnoty Polskiej, polonijną nagrodą „Polonicus” i najwyższym wyróżnieniem archidiecezji Monachium-Freising – Medalem św. Korbiniana.

(Zdj. K. Czerwińska)





Dominika ROTTHALER

POLKA  
W MONACHIUM

# Adwent w Niemczech zwyczaje i tradycje

Jeśli mieszkacie w Niemczech już parę lat, na pewno zdążyliście zauważyć, że okres adwentu, a więc przygotowania do Świąt Bożego Narodzenia, przebiega nieco inaczej niż w Polsce. Wieńce adwentowe, kalendarze, jarmarki bożonarodzeniowe – to tylko kilka zwyczajów, które charakterystyczne są dla całych Niemiec, bez względu na region kraju. O tych kilku znaczących różnicach będzie dzisiejszy artykuł.

## Pieczenie świątecznych ciasteczek

Wspólne przygotowania do Świąt to przede wszystkim radosny czas oczekiwania, podczas którego spędza się wiele rodzinnych chwil. Gdy nad Wisłą wiele osób pości lub odmawia sobie słodczy, Niemcy biorą się za pieczenie kruchych ciasteczek i pierników, których zapach na cztery tygodnie przed Świętami wypełnia niejedną tutejszy dom. Popularne jest zwłaszcza przygotowywanie takich wypieków z razem z dziećmi. Przygotowane w ten sposób ciasteczka (najczęściej są one w kształcie świątecznych symboli, jak choinka, aniołek, bombka czy dzwon) stają się często podarunkiem dla miłego sąsiada, pani w przedszkolu czy zaprzyjaźnionego aptekarza. To sympatyczny gest, który towarzyszy przez cały adwent, no a do tego jest bardzo smaczny!

## Jarmarki Bożonarodzeniowe

Mimo iż w Polsce można spotkać już podobne jarmarki m.in. we Wrocławiu, Krakowie i Poznaniu, to wszystkie one wzorowane są właśnie na tych niemieckich. Takie jarmarki to nie tylko doskonała okazja do oryginalnych zakupów prezentowych, ale przede wszystkim możliwość spotkania się w gronie rodziny i przyjaciół, wypicia

grzańca (również w wersji z rumem *Glühwein mit Schuss!*), zjedzenia czegoś na ciepło i poddania się tej przedświątecznej atmosferze. Na wielu monachijskich jarmarkach dostępne są również liczne atrakcje dla dzieci. Do najbardziej popularnych należą m.in. jarmark na dziedzińcu Rezydencji (ze względu na bajkowy, ruszający się i śpiewający las), jarmark przy Chinesischer Turm (z powodu nostalgicznej karuzeli) oraz w dzielnicy Haidhausen – tu dużą popularnością cieszą się teatrzyki dla dzieci.

## Wieńce adwentowe

Odliczanie przedświąteczne odbywa się w Niemczech, podobnie jak w wielu krajach Europy Zachodniej, za pomocą wieńca adwentowego. Najczęściej jest to mniej lub bardziej skromnie udekorowany zielony okrąg, do którego przyłączone są cztery świece. W kolejne cztery niedziele adwentu zapala się po kolei jedną z nich – aż ostatniej niedzieli płoną wszystkie cztery. W ten symboliczny sposób można pokazać również dzieciom, ile czasu dzieli nas jeszcze od Świąt. Dodatkowo to doskonała okazja, aby w niedzielny poranek delektować się długim śniadaniem w blasku świec lub, popołudniem, pochrupać świeżo upieczone ciasteczka. Wieńce można kupić gotowe lub zrobić samemu, przyozdabiając je ulubionym kolorem lub ozdobami. Wasi niemieccy znajomi będą Wam również składać życzenia,

odwołując się do kolejnych tygodni dzielących nas od Bożego Narodzenia – uważam, że to bardzo ładny zwyczaj i bardzo cenię sobie te drobne gesty, które tworzą cały ten przedświąteczny klimat i wprowadzają magię w ten czas oczekiwania na cud..

## Kalendarz adwentowy

W Polsce tradycja kalendarza adwentowego nie jest jeszcze aż tak rozpowszechniona, w Niemczech z kolei kalendarze takie mają już długą historię i w wieku dziecięcym są po prostu oczywistością. Najzwyklejszą formę ma kalendarz wypełniony czekoladkami lub odkrywający kolejne obrazki jakiejś ciekawej świątecznej historyjki. Niemieckie mamy, bo to one najczęściej dbają o ten zwyczaj, mają jednak dużo innych pomysłów i co roku zaskakują swoje dzieci na nowo. Taki kalendarz – często własnoręcznie robiony – dekoruje przez prawie cały grudzień niejedną dziecięcą pokój. Starszym dzieciom niekiedy daje się do wykonania różne zadania, np. muszą narysować laurkę dla św. Mikołaja, upiec z rodzicami ciasteczka, wspólnie wyjść na basen lub ulepić bałwana.



Małe dzieci z kolei dostają najczęściej niewielkie i niedrogie upominki. Co można schować do 24 przegródek, torebek lub szufladek? Mogą to być małe książeczki, przybory do pisania, niewielkie słodczyce, ozdoby do włosów, malowanki, bańki, kolorowe taśmy samoprzylepne, zmywalne tatuaże, breloczki czy naklejki. To, że część z tych rzeczy to przedmioty codziennego użytku, jest dzieciom zupełnie obojętne. Najważniejsza jest magia momentu odpakowywania upominków i porannej radości z kolejnej niespodzianki, która czeka ukryta za następnymi drzwiczkami adwentowymi.

Życzę Wam wspaniałego czasu przygotowań do Świąt Bożego Narodzenia, a Waszym pociechom wiele radości w odkrywaniu kolejnych tajemnic, kryjących się za adwentowymi numerkami. Boże Narodzenie już tuż-tuż...

Więcej informacji o kulturze niemieckiej z polskiej perspektywy oraz ciekawych wskazówek, m.in. gdzie spędzić z dzieckiem czas w Monachium, znajdziecie na blogu POLKA W MONACHIUM: [www.polkawmonachium.blogspot.com](http://www.polkawmonachium.blogspot.com)

MIASTO DZIECI



# KALEJDOSKOP

**Jest to jedna z tych zabawek, którą duzi kupują małym, aby potem sami długo wpatrywać się w tajemniczą tubę i podziwiać symetryczne, kolorowe, podobne do mandal lub barwnych płatków śniegu obrazy. Z każdym ruchem ręki – niepowtarzalne.**

Kalejdoskop znali podobno już starożytni Grecy. To oni nadali mu tę nazwę, która w wolnym tłumaczeniu oznacza „patrzeć na piękne formy”. Kalejdoskop był przez wieki zapomniany. Dopiero w XIX w. szkocki naukowiec David Brewster odkrył go ponownie podczas badań nad kryształami. Początkowo kalejdoskop był instrumentem naukowym. Dziś jest popularną zabawką.

Jest kilka odmian kalejdoskopu. Wszystkie są przepiękne. Sercem każdego z nich są 3 lustrzane prostokąty ułożone pod różnym kątem. Lustra odbijają to, co znajduje się na zewnątrz. W efekcie w lustrach kalejdoskopu widzimy symetryczne odbicia. Dziś proponuję Wam najprostszy kalejdoskop, który zrobią już nawet kilkulatki.

### POTRZEBNE BĘDĄ

- Arkusz kartonu lustrzanego
- Przezroczysta, sztywna folia do bindownicy albo odpowiednio duże opakowanie z tworzywa sztucznego („upcyklingujmy”, co się da!)
- Gwóźdź (kilkucentymetrowy, możliwie cienki)

- 2 koraliki, które można nawlec na gwóźdź
- Kolorowe permanentne pisaki
- Poza tym: linijka, taśma klejąca, nożyczki, naklejki

### JAK TO ZROBIĆ

Podziel liniami arkusz kartonu lustrzanego wzdłuż na 3 równe części. Zegnij arkusz wzdłuż linii lustrem do środka i sklej taśmą klejącą. Powinieneś otrzymać trójkątną tubę z trzema lustrzanymi ścianami. Zmierz odległość od jednego z wierzchołków trójkąta do przeciwległego boku. Na sztywnej folii narysuj koło o takim właśnie promieniu i wytnij je. Na kole z tworzywa sztucznego namaluj permanentnymi pisakami dowolne wzory. Zrób otwór na środku. Na gwóźdź nawlec pierwszy koralik, następnie kolorowe koło, na koniec znowu koralik. Gwóźdź przymocuj taśmą klejącą na końcu tuby, na środku jednego z boków. Tubę ozdób od zewnątrz np. naklejkami. Gotowe! Popatrz przez swój kalejdoskop i zakręć tarczą. Życzę Wam pięknych widoków!

Śledźcie Little Lab – Wissenschaft fuer Kinder na Facebooku. Znajdziecie tam wiele fascynujących eksperymentów i projektów technicznych dla dzieci oraz zaproszenia na otwarte zajęcia naukowe. Wspólne eksperymentowanie to świetna rozrywka dla całej rodziny.

**WESOŁEGO EKSPERYMENTOWANIA!**  
*Agnieszka Spiżewska z Little Lab*

**Little Lab**  
Naturwissenschaften für Kinder



## Agnieszka Spiżewska

– założycielka Little Lab, w ramach którego popularyzuje naukę wśród dzieci. Prowadzi warsztaty, interaktywne wystawy i pokazy popularnonaukowe. Mama 8-letniego biegacza i 5-letniej zbieraczki okruszków.

**Osobowość:** zwariowany kujon.

**Tryb myślowy:** 100 okienek przeglądarki otwartych jednocześnie.

**Chroniczne choroby:** uśmiech, kreatywność.

**Hobby:** myślenie, zadziwianie.

**Niespełniona miłość:** chemia.



Bogdan  
Żurek

## Vertrauen ist gut – kontrola jest lepsza!

*Niewiele brakowało, by amputowano mi nogę, na dodatek nie tą, co trzeba.*

Żyjemy w kraju słynącym z solidności, dokładności, punktualności, w którym od dawna wszystko jest szczegółowo uregulowane, a jego zdyscyplinowani obywatele do tychże uregulowań karnie się stosują. Dobrze i wygodnie z tym wszystkim, rządzącym i ludowi, bo państwo za obywateli myśli, a ci z kolei myślą, że czyni to w ich interesie. Śpią więc spokojnie, zgadzając się bezwolnie na tę formę „zniewolenia”. Jednym słowem sielanka. Tak przynajmniej było do niedawna.

Za przykład funkcjonowania tego super państwa – w którym przeoczenie minimalnej wysokości bieżnika opony urasta niemal do rangi zbrodni – może posłużyć moje mieszkanie w budynku, który kilka lat temu stawiały w centrum Monachium ekipy z Polski. O lokalizacji

wiedziałem grubo wcześniej, więc pomyślałem przysłowiu „Pańskie oko konia tuczy”, często gęsto zjawiałem się na budowie, zbratawszy się niemal z pracującymi tam rodakami. Wiedziony czysto polskim instynktem postanowiłem skorzystać z tej znajomości i mieszkanko lekko zmodyfikować, likwidując jedną ze ścianek działowych. Gdy poprosiłem o to brygadzystę, ten się złapał za głowę:

– Panie, w Polsce to byśmy panu pokój dobudowali, ale tu, u tych Niemców, zwykłego kontaktu o kilka centymetrów nie możemy przesunąć!

Od niedawna jednak – parafrazując oficera z Hamleta – źle się dzieje w państwie niemieckim. Traci ono bowiem nieskazitelność od lat markę solidności na rzecz coraz powszechniejszej bylejakości, że nie powiem – partactwa.

Zaczęło się od nieporozumienia pilota rozbijającego pełen pasażerów samolot renomowanych linii lotniczych, potem pojawił się zaśmierzający otoczenie

(szczególnie amerykańskie!) samochód światowej marki, a nie tak dawno największy bank, z widmem bankructwa.

Wygląda na to, że bylejakość zesłała też „pod strzechy”. Odczułem to na własnej skórze, a raczej nodze, która wymagała szybkiej diagnozy. Pierwsza była zła, druga – po całej serii badań i prześwietleń – celna, lecz (UWAGA!) – opis nie dotyczył obolałej nogi!!! Całe szczęście, że nie było to skierowanie na salę operacyjną, tylko do ortopedy, który zorientował się w pomyłce. Aż strach pomyśleć, że w skrajnym przypadku ucięto by mi zdrową nogę!

Po takim doświadczeniu postanowiłem, że wszelkich amputacji – szczególnie w tym kraju – będę dokonywał bez narzeki... „na żywca”!

Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser! (Zaufanie jest dobre, kontrola jest lepsza!).

Listy  
z BerdyczowaKrzysztof  
Dobrecki

*No, Kochani, żadne tam „Kanary”, Francje-elegancje, Dolomity. Jeżeli chcecie być szczęśliwi na długo oczekiwany urlop, koniecznie, ale to koniecznie, wybierzcie się do Lwowa. Byłem tam w tym roku trzy razy, więc może nie jestem ekspertem, ale wiem, co mówię.*

Dlaczego MUSICIE jechać do Lwowa? Powodów jest tysiąc. Po pierwsze mało jest na świecie miast, a może takich innych nie ma wcale, gdzie od pierwszego dnia – no, góra od drugiego – czuć się będziecie jak u siebie. Szczerze mówiąc, sam nie wiem dokładnie, dlaczego. Może sprawia to fakt, że przynajmniej z literatury, obrazów, starych zdjęć wszyscy właściwie znamy Lwów. Może dlatego, że zupełnie nie trzeba wysilać się na mówienie dowolnym obcym językiem. Każdy Cię rozumie, a znaczna część słucha z przyjemnością, jeśli nie z radością. Ukraińcy, nie mówiąc już o zamieszkujących Lwów Polakach, są bardzo, ale to bardzo życzliwi, starają się pomagać i rozwiązywać

## Zaproszenie do Lwowa

turystyczne kłopoty. Mit o złym stosunku Ukraińców do Polaków rozwiewa nie tylko bezpośredni kontakt, ale i statystyki. Według badań Polacy i Polska znajduje się na drugim miejscu – po, uwaga!, Ameryce i Amerykanach – pod względem sympatii. Jadąc tam, dobrze jest zamieszkać u jakiegoś Polaka wynajmującego pokoje (bardzo porządne, niekiedy luksusowe) za śmieszne pieniądze (od 6 do 10 euro za dobę). Taki najemca lokalu chętnie obwiezie Cię po okolicy Lwowa, za niewielkie pieniądze zawiezie Cię do Żółkwi, Podharców, Oleska, a nawet Truskawca. Warto więc też jechać ze względu na ceny. Nigdzie nie jest tak tanio i być może nigdzie tak tanio już nie będzie. Przykładowo obiad w stylowej restauracji w Rynku to około 5 euro, a taksówka z dworca na Cmentarz Łyczakowski (drugi koniec miasta) 5 euro, znakomite piwo „Lwowskie”, w restauracji 0,7 euro za kufel, butelka pięciogwiazdkowego koniaku 4 euro. Komunikacji miejskiej nie da się nawet na euro przeliczyć... No i przepiękna Opera Lwowska. Miejsce w głównej sali, tak zwanej „Prezydenckiej” – 10 euro!

Nigdzie też, w jednym miejscu, nie zobaczycie takiej ilości zgromadzonych obrazów polskich malarzy.

Jedno, co odradzam, to jazdę swoim samochodem. Nie licząc drogi do Odessy i Kijowa, drogi, w rozumieniu europejskim, nie istnieją. Ale do Czerniowca (potem Chocimia, Kamieńca Podolskiego) można się dostać bardzo porządnie, zakupionym na piłkarskie Euro, pociągiem – za jedyne 4 euro (300 km).

No i polecam wieczorno-noce spacerować po Lwowskiej starówce. Po rynku, gdzie tańczą piękne dziewczyny, po otwartych do nocy lokalach z muzyką, z jedzeniem ukraińskim, tatarskim (Krym), uzbeckim, gruzińskim. Co dusza zamarzy.

Jest jeszcze jedno miejsce, do którego możecie nie trafić bez polskiego gospodarza. Restauracja urządzona w piwnicach 400-letniego browaru. Mój gospodarz opowiadał mi, że zawiózł tam czterech Duńczyków, którzy przyjechali na piłkarskie Euro i zamieszkali w jego apartamencie. Duńczycy wyszli z piwnic browaru po trzech dniach. Podobno wcale nie żałowali meczów i biletów.

No bo są sprawy ważne i ważniejsze. Do tych ostatnich należy wizyta we Lwowie.

## Najdroższa autostrada świata

*Każdy absurd ma także swoją logikę.*  
(Karl Kraus)

**W Polsce oddano do tej pory 1400 kilometrów autostrad. Ponad połowa to odcinki płatne.**

Podróż nie tylko kształcą, ale też kosztują. Przyzwyczajono nas do opłat za przejazdy autostradami praktycznie w całej Europie. W Niemczech jeszcze ich nie ma, co wcale nie znaczy, że nie będzie. Tacy Włosi czy Francuzi liczą sobie za każdy kilometr, Austriacy mają winietki, podobnie jak Szwajcarzy i Czesi.

Wysokość opłat nie ma oczywiście nic wspólnego ze stanem autostrad, więc często człowiek się zastanawia, za co w ogóle płaci. Choćby w Czechach. Stan dróg okropny, winietka droga, na dzień 67 złotych, no i korki na całej ich długości. Kiedy na stacji benzynowej zapytałam młodego chłopaka, dlaczego tak

Za przejazd autostradą A4 pomiędzy Katowicami i Krakowem, licząc 61 km, zapłaciliśmy 20 złotych. Tyle samo kosztował powrót. Na dodatek jeden pas był wyłączony z ruchu, obowiązywało ograniczenie prędkości, a ciąg samochodów włókł się w żółwym tempie. Miało się wrażenie, że nie jedzie się żadną autostradą, lecz zwykłą drogą. Dopiero na bramkach, przed którymi należało odstać w kolejce, docierało do nas, że to jednak autostrada.

Ponieważ musieliśmy kursować krakowsko-katowickim odcinkiem autostrady przez 10 dni, kosztowało nas to 400 złotych, czyli około 100 Euro. Prawie tyle samo, ile zapłaciliśmy za roczną winietę

ma, ale płacić już trzeba. Po podsumowaniu kosztów za dziesięć dni okazało się, że jeździliśmy najdroższą autostradą na świecie. Jednak do standardu światowego jej daleko. Przez ostatnich dwadzieścia lat niewiele się tam zmieniło, a jeżeli już, to na gorzej. Samochodów przybyło, połatanych dziur też, o coraz dłuższych kolejkach na bramkach nie wspominając.

Poznaniacy jak zwykle kłócą się z krakusami – tym razem jednak o to, która z autostrad jest droższa: A2 czy A4? A2 nie jechałam, ale z tej sprzeczki wynika, że i ta poznańska do najtańszych nie należy.



drogo, odparł, że wszyscy się na to skarżą, ale on nie ma pojęcia, dlaczego tak jest, a tym bardziej nie ma wpływu na taki stan rzeczy.

Czeski film – pomyślałam, wlokąc się w korkach. Nie przypuszczałam, że prawdziwego czeskiego filmu doświadczyłam niebawem w Polsce. Bardzo szybko okazało się, że w Czechach miałam blądę pojęcie o tym, co to znaczy DROGO.

na wszystkie autostrady w Austrii. Dla ciekawości dodam, że roczna opłata za korzystanie z autostrad szwajcarskich wynosi, po przeliczeniu, 178 złotych.

Kiedyś tę samą trasę pokonywałam bezpłatnie codziennie. Nie było bramek, bo autostrada nie posiadała statusu autostrady, czyli nie było przy niej stacji z paliwem, zaplecza restauracyjnego i parkingu z toaletą. Dzisiaj nadal ich nie

Polska to nie tylko piękny, ale też drogi kraj i niepozbawiony absurdów. Przy średniej zarobków daleko odbiegających od tych zachodnich, ma nie tylko najdroższe autostrady, ale i jeden z najwyższych podatków drogowych, zawartych w cenie paliwa. Do dzisiaj się głowię nad tym, jak Polacy sobie radzą z takimi kosztami.

No cóż, Karl Kraus napisał: „Każdy absurd ma także swoją logikę”, a ja od tej pory przestałam narzekać, że autostrady we Włoszech czy Czechach są drogie, bo w tej drożyznie polskim nikto nie jest w stanie dorównać.

A. Likus  
Cannon

**Żyj z klasą**





Jolanta  
Helena  
Stranzenbach



W 1938 r. na wystawie lotnictwa w Paryżu duże zainteresowanie wzbudził polski bombowiec o metalowej konstrukcji, pokryty blachą duralową (rodzaj aluminium) – PZL 37 „Łoś”. Parametry techniczne tego dwusilnikowego dolnopłata były tak doskonałe, że wiele krajów było zainteresowanych kupnem gotowych samolotów lub licencji na ich produkcję. Bombowiec osiągał prędkość ponad 360 km/h., a jego max. zasięg bez ładunku wynosił ok. 1700 km. Podczas ataku Niemców na Polskę w 1939 roku Łoś przewyższały o klasę najlepsze niemieckie bombowce typu Heinkel He 111 i Donier Do 17, a po klęsce wrześniowej trafiły jako łup wojenny do Związku Radzieckiego i do Rzeszy.

## Spitfire i Moskito

Jednak w historii lotnictwa najwięcej entuzjazmu wzbudził Spitfire (ang. złoźnik, cholerik), który doskonale spisywał się zarówno nad śniegami Arktyki, jak i pustyniami Afryki Północnej. To 620 Spitfire'ów Mk I i bombowców Hurricane od połowy lipca 1940 roku przez 17 tygodni walczyło przeciw 3,5 tys. Messerschmittów i Sztukasów (bombowce nurkujące Junkers Ju87) o panowanie na niebie Anglii. W bitwie tej chodziło Niemcom przede wszystkim o zniszczenie kraju i skłonienie premiera Churchilla do wycofania się Wielkiej Brytanii z działań wojennych. Ponieważ walki toczyły się wyłącznie w powietrzu, produkcja samolotów stanowiła dla rządu brytyjskiego priorytet. Minister odpowiedzialny za lotnictwo prosił nawet kobiety: „Oddajcie nam swoje aluminium (...) zamienimy garnki i patelnie w Spitfire'y i Hurricane'y, Blenheimy i Wellingtony”. Zbiórka rondli zapewne niewiele pomogła, ale na pewno podbudowała morale społeczeństwa. RAF odpowiadał także za ochronę konwojów okrętów płynących z Ameryki do Europy. Zadanie to okazało się trudne, dlatego aliansi planowali umieszczenie na środku Atlantyku lotniskowca wykonanego z pykretu, czyli mieszaniny lodu z trocinami. Dwunastometrowej grubości burty statku miały być odizolowane gumą i chłodzone sprężarkami. Prace nad lotniskowcem HMS Habbakuk zostały jednak przerwane. Równie fantastycznym jak lotniskowiec z lodu wydawał się początkowo projekt Geoffreya de Havillanda, który zakładał wyprodukowanie z 6 ton drewna i 50 tys. mosiężnych śrub samolotu wielozadaniowego Moskito, nazywanego również „drewnianym cudem”

lub „marzeniem termita”. Złośliwcy mówili, że ten samolot mogłaby produkować fabryka fortepianów. Tak wyśmiewany, okazał się jednak fantastycznie zwrotny i do końca wojny wyprodukowano jego 8000 sztuk i wyposażono w nie m.in. dwa polskie dywizjony. Niemcy przyznawali swoim pilotom dwa zestrzelenia za unieszkodliwienie jednego Moskita.

## Niewidzialna tarcza

Brytyjską tajną bronią stały się radary. Nabrzeżne stacje radiolokacyjne, pierwsze tego typu na świecie, nakierowywały myśliwce, które strącały samoloty agresora. W styczniu 1943 r. brytyjskie samoloty atakujące Hamburg po raz pierwszy użyły do nawigacji mobilnego systemu radarowego, a żeby zmylić radary przeciwnika, wyrzucały w powietrze wiązki niewielkich aluminium pasków. Naprowadzane radarem reflektory niemieckie, szukające na niebie samolotów RAF-u, traciły przez to skuteczność. W ten sposób zniwelowano niemiecką przewagę w powietrzu. Sześć tygodni później Niemcy zastosowali podobną technikę podczas nalotów na Londyn.

## Wunderwaffe

Dzięki pomocy Armii Krajowej w 1943 roku wywiad brytyjski zidentyfikował nową, „cudowną” broń Hitlera – bezzałogowy bombowiec napędzany silnikiem pulsacyjnym, Fieseler Fi 103, znany też jako V-1. Kierowane drogą radiową rakiety V-1 były o wiele skuteczniejsze niż zwykłe bomby lotnicze o podobnej masie. Wystrzelivano je w kierunku Anglii z wyrzutni umieszczonych

na wybrzeżu Francji. Niemcy pracowali nad tym, aby pociski V-2 trafiały obiekty usytuowane nawet w Nowym Jorku.

## Latające skrzydło

Po klęsce w Anglii szef Luftwaffe Hermann Göring ogłosił program „trzy razy tysiąc”. Nowe samoloty miały z prędkością 1000 km/h przenieść 1000 kg bomb na odległość 1000 km. Po utracie baz paliwowych w Besarabii niemieccy naukowcy zaczęli prace nad użyciem paliw zastępczych i tak prof. Alexander Lippisch skonstruował P.13a – myśliwiec ze skrzydłem w układzie delta z silnikiem strumieniowym, napędzany granulatami koksowym nasączonym olejem napędowym. 800 kg koksu miało starczyć na 40-minutowy lot. Pomysł niemieckich konstruktorów zaczęły wyprzedzać możliwości aliantów, np. bracia Reimar i Walter Horten skonstruowali latające skrzydło o rozpiętości 42 metrów. Samolot wykonany ze sklejk drewnianej był niewykrywalny dla radarów. Horten H IX z dwoma silnikami odrzutowymi został zrealizowany w styczniu 1945 roku. Planowano, że w następnym roku będzie mógł dokonywać bombardowań międzykontynentalnych. Na szczęście wizjonerskie projekty niemieckie nie zostały zrealizowane. Po wojnie prototypy i samoloty w ramach tajnej misji „Seahorse” wraz z planami, patentami i naukowcami wywieziono do USA. W latach osiemdziesiątych XX w. skopiowano Hortena np. przy produkcji amerykańskiego bombowca Stealth B2, a i NASA wykorzystwała niektóre elementy niemieckich samolotów do własnych projektów.

★ ★ ★

Historia wynalazków jest niezwykle fascynująca, a z jej śledzenia można wyciągnąć wnioski, że prawdziwe jest powiedzenie „potrzeba matkę wynalazku”. Szkoda tylko, że często owa potrzeba wiąże się z działaniami wojennymi. Warto też przypomnieć słowa Alberta Einsteina z 1947 r.: „Nie wiem, jaka broń będzie użyta w trzeciej wojnie światowej, ale czwarta będzie na kije i kamienie”.

# Kończy się Rok Miłosierdzia!

Ale nie samo miłosierdzie....

2015  
2016

NADZWYCZAJNY  
ROK MIŁOSIERDZIA



ks. dr hab.  
Jerzy  
Grześkowiak



*Kościół nie jest na świecie po to,  
by potępiać,  
lecz aby pozwolić na spotkanie  
z tą przenikającą do trzewi miłością,  
jaką jest Boże miłosierdzie.  
By mogło się to zdarzyć –  
często to powtarzam – trzeba wyjść.  
Wyjść z kościołów i z parafii,  
wyjść i pójść szukać ludzi tam,  
gdzie żyją, gdzie cierpią, gdzie mają nadzieję.*

Papież Franciszek

Miłosierdzie należy do istoty Boga

i natury ekonomii zbawienia.

Wiąże się ono z grzeszną kondycją człowieka,

z jego skłonnością do zła.

Miłosierdzie to istota chrześcijaństwa, sedno naszej wiary

i nadziei, klucz chrześcijańskiego życia.

## Miłosierdzie w Biblii

Prawda o miłosierdziu Boga została objawiona już w Pierwszym Przymierzu. Stąd jest ono jednym z aspektów obrazu Boga także w Judaizmie i w Islamie. Strony Starego Testamentu są przesycane miłosierdziem; opisują bowiem dzieła, których Pan dokonał dla swojego ludu w najtrudniejszych momentach jego historii, bezustannie gotowy przebaczać mu jego niewierność. Islam ze swej strony pośród imion przypisanych Stworzycielowi przywołuje szczególnie dwa słowa: Miłosierny i Litościwy.

Miłosierdzie w języku hebrajskim wyraża słowo *RaHaMim*, które oznacza też „łono matki”, „miłość matczyną”. Z tej najgłębszej, pierwotnej bliskości i więzi, jaka łączy matkę z dzieckiem, wynika szczególny do tego dziecka stosunek, szczególna miłość. Jest ona całkowicie darmowa, niezasłużona, stanowi jakąś wewnętrzną konieczność: przymus serca. *RaHaMim* – *Miłosierdzie* – oznacza zatem całą skalę uczuć i postaw: dobroć, tkliwość, serdeczność, współczucie, czujność, cierpliwość, wyrozumiałość, gotowość przebaczenia. I takie właśnie cechy przypisuje Stary Testament Bogu. Prorok Izajasz powie: „Czy może niewiasta zapomnieć o swym niemowlęciu, ta, która kocha syna swego łona? A nawet gdyby ona zapomniała, Ja nie zapomnę o tobie” (Iz 49, 15).

## Miłosierdzie Boga widoczne i żywe w Jezusie z Nazaretu

Ojciec „bogaty w miłosierdzie” (por. Ef 2, 4) zesłał ludzkość swojego Syna, aby objawić nam w sposób ostateczny swoją miłość. Tę tajemnicę będziemy znowu świętować na Boże Narodzenie. Jezus swoimi słowami i gestami, całą swoją osobą objawia miłosierdzie Ojca. Kto widzi Syna, widzi też i Ojca

(por. J 14, 9). Miłosierdzie Boga ma zatem „twarz”. W „obliczu Jezusa”, w Jego osobie, w nauce i w czynach, miłosierdzie Boga staje się bardzo konkretne – w uzdrawianiu chorych, sparaliżowanych, trędowatych, głuchych i niewidomych, w pocieszaniu, przepędzaniu demonów, przebaczeniu win, w błogosławieństwach. Za każdym razem uwidacznia się inny aspekt Bożego miłosierdzia.

Dla papieża Franciszka „**Miłosierdzie to imię Boga**”. Taki też tytuł nosi jego najnowsza książka (*Miłosierdzie to imię Boga*. Rozmowa z Andreą Tornellim, tł. J. Ganonis, Kraków 2015). Tyle w niej pięknych i głębokich słów, obrazów, wspomnień o zdarzeniach, w których objawiło się miłosierdzie Boga i człowieka.

Człowiek z natury chce być sprawiedliwy, a Bóg z natury jest miłosierny i „nie może być inny” – pisze Franciszek. Miłosierdzie to pierwszy atrybut Boga. Ono jest też uprzywilejowanym dostępem do Niego: „*Tylko ten, kto został dotknięty, przytulony czułością Jego miłosierdzia, zna tak naprawdę Pana*”. Z tego wynika, że kto nie doświadczył Boga, który jest miłosierną miłością, jeszcze niczego istotnego o Bogu nie wie!

„*Miłosierdzie to zachowanie Boga, który przytula, to ofiarowanie się Boga, który przyjmuje, który pochyla się, by przebaczyć. Jezus powiedział, że nie przyszedł do sprawiedliwych, ale do grzeszników. Dlatego można powiedzieć, że miłosierdzie to dowód tożsamości Boga*”.

Papież Franciszek ogłaszając Jubileuszowy Rok Miłosierdzia, który w niedzielę Chrystusa Króla (20 listopada br.) dobiega końca, wskazał, że Kościół jako „szpital polowy” oferuje ze swego duchowego skarbca sprawdzone przez wieki „środki lecznicze” i sposoby doświadczenia miłosierdzia Bożego: *sakrament pokuty, odpust i pielgrzymkę*. Apelował też o nowe przemyślenie, docenienie

i praktykowanie *uczynków miłosiernych względem ciała i ducha*, które mają swe źródło w przepowiadaniu Chrystusa. Bliski już Advent stanowi dogodną okazję do dokonania rachunku sumienia: „Czy to był także mój osobisty Rok Miłosierdzia?”. Zaniedbania można nadrobić! Bóg nie prowadzi kalendarza: ani słonecznego, ani księżycowego, ani muzułmańskiego, ani nawet katolickiego...

## Miłosierdzie dzisiaj...

Miłosierdzie to zadanie po wsze czasy – dla Kościoła i każdego człowieka. W naszym świecie, w którym pod względem wrażliwości i uczuć wieje lodowatością, miłosierdzie to niemal „obce słowo”. Ale podobnie jak André Malraux przepowiadał, że wiek XXI będzie wiekiem religii albo nie będzie go wcale, tak też możemy powiedzieć, iż nasz świat musi się stać światem miłosierdzia, albo go już więcej nie będzie! Kto wie, czy nie to właśnie miał na myśli św. Jan Paweł II, gdy przy poświęceniu bazyliki Miłosierdzia Bożego w Łagiewnikach (17.08.2002) mówił o „stał” wychodzącej na cały świat „iskrze”, która przygotowuje świat na powtórne przyjście Chrystusa, i dokonał uroczystego aktu zawierzenia świata Bożemu miłosierdziu. Powiedział też coś, co dziś jest jeszcze bardziej aktualne:

„*Jak bardzo dzisiejszy świat potrzebuje Bożego miłosierdzia! Na wszystkich kontynentach z głębin ludzkiego cierpienia zdaje się wznosić wołanie o miłosierdzie. Tam, gdzie panuje nienawiść i chęć odwetu, gdzie wojna przynosi ból i śmierć niewinnych, potrzeba łaski miłosierdzia, które koi ludzkie umysły i serca, i rodzi pokój. Gdzie brak szacunku dla życia i godności człowieka, potrzeba miłosiernej miłości Boga, w której świetle odsłania się niewypowiedziana wartość każdego ludzkiego istnienia. Potrzeba miłosierdzia, aby wszelka niesprawiedliwość na świecie znalazła kres w blasku prawdy*”.



## Polscy Studenci i Absolwenci w Monachium

## Rozpoczęcie nowego semestru



MIASTO MŁODUCH

PO WAKACJACH POWRACAJĄ W NOWYM SKŁADZIE ORAZ Z NOWYMI POKŁADAMI ENERGII

Jeszcze przed wakacjami miało miejsce Walne Zgromadzenie, podczas którego odbyły się m.in. wybory do Rady Stowarzyszenia. Po raz kolejny uformowała się grupa ambitnych studentów i absolwentów, którzy w nowym roku akademickim będą tworzyć tę organizację i kierować jej działaniami.

## Skład RADY STOWARZYSZENIA na rok 2016/17

## ZARZĄD STOWARZYSZENIA:

Grzegorz Łach – przewodniczący  
Barbara Antoszczyszyn – zastępca przewodniczącego  
Katarzyna Kozak – skarbnik

## KOMISJA REWIZYJNA:

Tomasz Łakomiec  
Izabela Warzecha  
Dominika Zielińska



## Pierwsze „spotkanie czwartkowe” w tym semestrze

odbyło się 20 października w stałym miejscu, czyli w klimatycznej piwniczce z barem w budynku KHG przy Karlstr. 33. Te spotkania odbywają już od kilkunastu lat i są świetną okazją, by polscy studenci, absolwenci oraz inne osoby sympatyzujące ze Stowarzyszeniem mogli się poznać, zaprzyjaźnić oraz podyskutować na interesujące tematy. To dobra okazja do wymiany informacji o studiach, mieszkaniu oraz życiu w Monachium. Podczas ich trwania organizowane są także wykłady, prelekcje, prezentacje oraz różnego rodzaju gry i zabawy.

I tym razem nie zabrakło atrakcji. Spotkanie to było połączone ze wspólnym wyjściem na koncert JD, czyli Jakuba Dwornickiego, naszego stowarzyszeniowego kolegi, a w przeszłości członka Rady Stowarzyszenia. JD, to jego autorski projekt powracający z nowym albumem „Northern Air”. To był naprawdę niesamowity koncert. Charakterystyczny, mocny głos Kuby, dynamiczne struktury utworów oraz wirtuozyjne solówki gitarowe rozgrzały publiczność do czerwoności.



Terminy kolejnych spotkań: 27.10.2016 | 10.11.2016 | 24.11.2016 | 01.12.2016 | 15.12.2016 | 26.01.2017 | 09.02.2017

W nowym semestrze będzie się wiele działo. Oprócz regularnych „spotkań czwartkowych” od listopada znowu co sobotę odbywać się będzie mecz siatkówki. Planowane są też wspólne wyjścia do muzeum, zwiedzanie miasta, a w grudniu spotkanie świąteczne z tradycyjnym już od paru lat tzw. „Schrottachteln”. Szykuje się również polskie karaoke oraz kurs pierwszej pomocy. W lutym największe wydarzenie organizowane przez Stowarzyszenie – Bal Karnawałowy. W marcu odwiedzą studentów filologii germańskiej Uniwersytetu Śląskiego, którzy przyjadą do Monachium, by wziąć udział w szeregu wykładów. W ramach tego wyjazdu chcieliby spotkać się i porozmawiać na temat migracji, integracji oraz życia studenckiego migrantów. Co jeszcze? Wszystko zależy od wspólnej organizacji i mobilizacji oraz wykorzystania pokładów energii i pomysłów wszystkich zainteresowanych działalnością Stowarzyszenia.

Więcej informacji na [www.studenci.de](http://www.studenci.de) oraz [www.facebook.com/studencie](https://www.facebook.com/studencie)

relacjonowała Katarzyna Kozak, zdjęcia: A. Mitko



## WYDARZENIA



## JUBILEUSZ

## 100-lecie urodzin Tadeusza Chciuka-Celta

## WYDARZENIA

## patrona Szkolnego Punktu Konsultacyjnego przy Konsulacie Generalnym RP w Monachium

16 października w Konsulacie Generalnym RP w Monachium uroczystie obchodzono setną rocznicę urodzin patrona polskiej szkoły Tadeusza Chciuka-Celta. Licznie przybyłych gości – wśród których znaleźli się weterani znający patrona osobiście – powitali dyrektor szkoły Aneta Lewandowska i konsul generalny Andrzej Osiak. Po raz pierwszy w oficjalnej imprezie wziął udział Robert Zadura – nowy konsul ds. Polonii (więcej o konsulu na str. 4).

Po projekcji poświęconego bohaterowi wieczoru filmu „Emisariusz”, fragmenty jego wspomnień doskonale uzupełniały piosenki harsckie.

Niestety, w obchodach, ze względu na stan zdrowia, nie mogła wziąć udziału żona patrona pani Ewa Chciuk-Celt, której życzymy szybkiego powrotu do pełni sił.

Podczas uroczystości Beata Fiłonowicz – polonistka, nauczająca w polskiej szkole już dziesiąty rok, została odznaczona Medalem Komisji Edukacji Narodowej. W SPK uczy się obecnie ok. 500 uczniów.

Jubileuszowy wieczór zorganizowano wspólnymi siłami grona nauczycielskiego, rodziców, uczniów i konsulatu.

## Tadeusz Chciuk-Celt (1916–2001)

– harcmistrz, cichociemny, kurier rządu na emigracji i emisariusz (podczas wojny dwukrotnie skakał ze spadochronem na teren okupowanej Polski). Redaktor i zastępca dyrektora Rozgłośni Polskiej Radia Wolna Europa, autor wspomnień wojennych. Odznaczony m.in. Krzyżem Walecznych i Orderem Virtuti Militari. Od 18 lipca 2015 roku Szkolny Punkt Konsultacyjny przy Konsulacie Generalnym RP w Monachium nosi imię Tadeusza Chciuka-Celta.

## SZTANDAR

## dla polskich chrześcijan w Erdingu

## WYDARZENIA

Z przyczyn organizacyjno-technicznych nie udało się nam zamieścić w poprzednim wydaniu Mojego Miasta informacji o poświęceniu latem br. sztandaru Zrzeszenia Polskich Chrześcijan w Erdingu. Czynimy to teraz, ze względu na rangę i podniosłość tej uroczystości.



Mszę św. celebrował ks. Jacek Jamiołkowski oraz pomysłodawca i współzałożyciel zrzeszenia o. paulin Łukasz Wróblewski.

O oprawę muzyczną zadbała Jagoda Niedringhaus z grupą wokalo-instrumentalną Redemptor z Monachium oraz chórem zrzeszenia. Były występy dziecięcego zespołu tanecznego z Wartenbergu i irlandzkiej grupy folklorystycznej Irish Moos.

„Sztandar niesie za sobą zobowiązania wobec Ojczyzny, jest chlubą, dumą i drogowskazem!” – zapewnia przewodnicząca Małgorzata Maidl.



17 lipca 2016 roku w kościele St. Vincent w Erdingu odbyło się uroczyste poświęcenie sztandaru tamtejszego Zrzeszenia Polskich Chrześcijan. Matką chrzestną sztandaru została senator, sekretarz stanu Anna Maria Anders, zaś ojcem chrzestnym Andrzej Osiak – Konsul Generalny RP w Monachium. Patronat nad ceremonią objął starosta powiatu Erding Martin Bayerstorfer. Uroczystość zaszczylił swą obecnością minister środowiska w Bawarii Ulrike Scharf oraz nadburmistrz miasta Erding Max Gotz.

Przybyły delegacje i poczty sztandarowe zaprzyjaźnionych organizacji i parafii. Hymny Polski i Bawarii odegrała orkiestra dęta z Hohenpolding.

Gospodyniami uroczystości, przewodniczącą Zrzeszenia Polskich Chrześcijan w Erdingu Małgorzata Maidl, powitała gości, dziękując też sponsorom i wolontariuszom, w tym – za szczególne zaangażowanie – Stowarzyszeniu Kolping Familie z Güntherem Adelsbergerem na czele.



W Y W I A D

Jolanta Łada-Zielce

rozmowa z doktorem Frankiem Piontkiem



# Wagner w rytmie poloneza

Doktor Frank Piontek jest dziennikarzem kulturalnym współpracującym z portalem deroperfreund.de i z czasopiśmie *Opernwelt*, autorem kilku publikacji na tematy związane z operą i twórczością Ryszarda Wagnera. Zajmował się również związkami Wagnera z Polską.

Doktor Frank Piontek



## Polskie groby są wszędzie

W dniach 21–23 października na terenie bazy szkoleniowej NATO w Hohenfels miała miejsce wyjątkowa akcja zainicjowana przez monachijskich harcerzy oraz Boys Scouts of America i Troop 21 Munich. Głównym jej celem było uporządkowanie żołnierskich grobów na polskim cmentarzu, znajdującym się na terenie tamtejszego poligonu. Cmentarzem opiekuje się obecnie niemiecki Kontakt Klub, który udostępnił narzędzia, a jego członkowie wraz z rodzinami włączyli się do akcji.

Sprawy organizacyjne wzięli w swoje ręce zaprzyjaźnieni skauci amerykańscy z Hohenfels i okolic. Planowany początkowo „kameralny” biwak pod namiotami, z udziałem tylko Czarnej 13 oraz grupy amerykańskiej, nieoczekiwanie rozrósł się do stuosobowego zlotu aż pięciu drużyn. Na spontaniczny „zew” ściągnęły bowiem inne amerykańskie grupy skautowe oraz jedna polska z Chorągwi Śląskiej.

Pomimo deszczu, błota, chłodu (w nocy ok. 0°C) zadanie wykonano. Wstając o szóstej rano, porządkowano cmentarz oraz inne miejsca pamięci po polskich żołnierzach

i jeńcach, którym nie dane było dotrzeć do ojczyzny.

Po całym dniu koszenia, grabienia, szorowania – w słońcu i zimnie – znalazła się jeszcze ochota i energia na wspólne śpiewanie i zabawę przy ognisku. Szybko nawiązały się nowe znajomości potwierdzające, że harcerze i skauci, gdziekolwiek się spotkają, niezależnie od narodowości i barier językowych – są jedną rodziną złączoną wspólną ideą służenia innym.

Składano wieńce, odbyła się podniosła ceremonia złożenia przyrzeczenia harcerskiego.



Złot zakończyła uroczysta Msza św. w kościele wojskowym, celebrowana w językach angielskim i polskim przez tamtejszego kapelana, naszego rodaka.

Cmentarz jest zabytkiem – ciała ekshumowano jeszcze w latach sześćdziesiątych i przeniesiono na cmentarz wojenny w Hammelburg. Są jednak pozostałości nagrobków. Na terenie bazy stoją również trzy pomniki poświęcone Polakom.

Podczas II wojny światowej w Hohenfels mieścił się oficerski obóz jeniecki (Oflag XIII E). Po zakończeniu wojny Amerykanie utworzyli tam jeden z tzw. ośrodków dla wysiedleńców. Przebywali tam Polacy, którzy przeżyli obozy koncentracyjne, jenieckie i roboty przymusowe. Część z nich powróciła do Polski, część pozostała na Zachodzie. W 1947 roku – a więc dwa lata po wojnie – w Hohenfels (nazwane przez Polaków „Lechowem”) przebywało jeszcze prawie 4 tys. naszych rodaków.

Obecnie w Hohenfels znajduje się baza amerykańska i jeden z największych poligonów.



Monachijski Szczep CZARNA 13, działający przy Szkolnym Punkcie Konsultacyjnym. Powstał w maju 2014 roku.

**J.Ł-Z:** Ale powstanie styczniowe też zaznaczyło się w jego życiu. Podróżował wtedy koleją przez tereny zaboru rosyjskiego i Ochrań przeszukiwała jego pociąg.

**F.P.:** To był niewiele znaczący incydent, o którym zresztą wspomnieliśmy w swojej autobiografii. Odczuwał wielką sympatię i współczucie dla Polaków, ale wątpił w skuteczność ich działań zmierzających do odzyskania niepodległości. Tylko w młodości zajmował się tym tematem, jak zresztą cała ówczesna Europa, w której problem uciskania Polaków przez carską Rosję był szeroko dyskutowany.

**J.Ł-Z:** Czy znasz publikacje innych naukowców na temat związków Wagnera z Polską, np. Karola Musiōła?

**F.P.:** Czytałem niemiecką wersję jego książki. Ale pojawiła się też ciekawa pozycja „Wagner als Philologe” Agnieszki Bitner-Szurawitzki, która poddała drobiazgową analizę dotychczasowe polskie tłumaczenia librett jego oper. Doszła do wniosku, że są słabe i nie oddają w pełni przesłania zawartego w oryginale. Zresztą Wagner nie gościł dotychczas zbyt często na polskiej scenie operowej, choć kilka razy wystawiano jego dzieła z powodzeniem i w Polsce działa też Towarzystwo Wagnerowskie. Twórczość Ryszarda Wagnera to kopalnia tematów. Jeśli jakiś polski badacz odkryje coś ciekawego, napisze o tym i zostanie to przetłumaczone na niemiecki – chętnie się z tym zapoznam.

**J.Ł-Z:** Dziękuję za rozmowę.

**J.Ł-Z:** Co sprawiło, że zainteresowałeś się tym zagadnieniem?

**F.P.:** Po pierwsze, już od młodości interesuję się wszystkim, co dotyczy Wagnera; po drugie, istnieje już literatura w języku niemieckim, traktująca o tym. Po trzecie, w Roku Ryszarda Wagnera (2013) Towarzystwo Niemiecko-Polskie w Bayreuth poprosiło mnie o wygłoszenie wykładu. Wybrałem więc i poszerzyłem ten temat.

**J.Ł-Z:** W Polsce niewielu ludzi wie o związkach Wagnera z Polską, a jeśli już, to tylko o uwerturze „Polonia”. Czy było to twoje pierwsze odkrycie?

**F.P.:** W zasadzie tak. Jako nastolatek kupiłem płytę analogową z nagraniem „Polonii”. Słuchałem jej często i do dziś uważam ją za bardzo dobry utwór.

**J.Ł-Z:** Niektórzy polscy muzykolodzy twierdzą, że słychać w niej braki warsztatowe młodego i niedoświadzonego twórcy...

**F.P.:** Zapytałbym tych naukowców, czy byli w stanie skomponować „Tristana i Izoldę” (śmiech). Do takich dziwacznych wniosków dochodzi się, jeśli słyszało się tę uwerturę tylko raz. Wagner przyszedł na świat jako geniusz i jeżeli ktoś pogłębia wiedzę na jego temat, to nabiera przekonania, że jego młodzieńcze kompozycje też są wartościowe. „Polonia” jest dla mnie porywającym, żywiołowym, muzycznie dobrze zbudowanym, patriotycznym utworem, którego Wagner nie musiałby się wstydzić.

**J.Ł-Z:** W Markgrafen Buchhandlung, najśłynniejszej księgarni w Bayreuth, gdzie pracujesz, odkryłam gumki do mazania z nadrukowanym fragmentem zapisu nutowego uwertury „Polonia”.

**F.P.:** Swego czasu zakupiliśmy te gumki. Któregoś dnia przyjrzałem się nadrukowanemu nutom i bardzo zdziwiłem, bo nie był to ani słynny „akord tristanowski”, ani fragment „Idylli Zygrfryda”, tylko pierwszy motyw muzyczny uwertury „Polonia”. To dla mnie zabawne i absurdalne zarazem...

**J.Ł-Z:** Dlaczego absurdalne?

Uwertura „Polonia” jest, w porównaniu z operami Wagnera, dziełem nietypowym. Może typowym dla młodego Wagnera, ale wielbiciel jego twórczości nie będą kojarzyć go z tym utworem. Żaden przeciętny wagnerianin nie zdaje sobie sprawy z tego fascynującego związku młodego kompozytora z Polską.

**J.Ł-Z:** Oprócz „Polonii” Wagner skomponował „Poloneza D-Dur” na fortepian, na cztery ręce.

**F.P.:** Istnieją dwie wersje tego utworu, jedna na dwie, druga na cztery ręce. Polonez jako gatunek był bardzo popularny w I połowie XIX wieku. Polonezy komponował np. Karol Maria Weber, nie wspominając o Fryderyku Chopinie. Ale w przypadku Wagnera była to nie tylko moda, lecz także wyraz solidarności z Polakami. W rodzinnym mieście, Lipsku, był świadkiem Wielkiej Emigracji po upadku Powstania Listopadowego i codziennie widywał polskich emigrantów z zaboru rosyjskiego, entuzjastycznie witanych przez miejscową ludność.

**J.Ł-Z:** W swoim wykładzie wspominałeś, że Gibszungowie w „Zmierzchu bogów” tańczą poloneza.

**F.P.:** Wagner często wprowadzał do swoich oper taneczne motywy. Zdziwiłem się, kiedy odkryłem, że w pierwszym akcie „Zmierzchu bogów” wyraźnie słychać rytm poloneza. Wagner znał i wysoko cenił polonezy Chopina, często grywał je na fortepianie. W młodości stworzył dwa polonezy, natomiast jako dojrzały twórca wykorzystał ten taniec w jednej ze swoich oper.

**J.Ł-Z:** Tworząc „Pierścień Nibelunga”, Wagner nie interesował się już walką Polaków o niepodległość.

**F.P.:** W jego życiu z czasem doszła do głosu świadomość narodowa, co zresztą było typowe dla okresu zjednoczenia Niemiec. Na temat Polski wypowiadał się już coraz rzadziej i przypadkowo. Wciąż miał przed oczami obraz Polaków jako bohaterów walki narodowo-wyzwoleńczej i czuł się rozczarowany dalszym rozwojem sytuacji w tym kraju.



Sylwia  
Cieplak

Po raz pierwszy – wraz z Burmistrzem Landshut Hansem Rampfem – polska grupa muzyczna otwierała Fest der Kulturen 2016.

## Festiwal kultur po bawarsku

Coroczny Fest der Kulturen 2016 w Landshut to festiwal interkulturalny. W tym roku organizowany był po raz szósty. Przy Laendtorplatz, w samym sercu miasta, 23–24 września uwaga mieszkańców skupiła się na występach scenicznych, grach miejskich, specjalach kulinarnych z różnych stron świata oraz wyrobach rękodzielniczych i produktach regionalnych. Nie zabrakło tradycyjnego ogródka piwnego, ale także strojów tak kolorowych i różnych jak kultury przedstawiane podczas Fest der Kulturen. Publiczność mogła spróbować przysmaków kulinarnych z wielu zakątków świata, obejrzeć i uczestniczyć w tańcach ludowych, wysłuchać koncertów w różnych językach, m.in. z Indii, Afryki, Turcji, Polski, Białorusi, Irlandii.



## Polski smak, handmade i Chopin na jazzowo

Po raz pierwszy w historii Festiwalu polska grupa muzyczna, wraz z Burmistrzem Landshut Hansem Rampfem, otwierała całą imprezę. Zespół Finezia z Młodzieżowego Domu Kultury w Żyrardowie zaprezentował świetny program w strojach ludowych i jeszcze lepsze wykonania solowe. Chopina na jazzowo mogliśmy posłuchać dzięki zespołowi SDD również z Żyrardowa (z Centrum Kultury Żyrardów).

Tak jak dla ducha, było też coś dla ciała. Festiwalowi goście mogli spróbować oryginalnych oscypków, bigosu, polskiej kielbasy i naszych faworytów: pierogów z mięsem oraz szarlotki. Wszystkie potrawy według polskich receptur wykonali własnoręcznie Polacy przy wsparciu restauracji Zur Schleuse z Landshut, która obsługiwała gastronomiczną część polskiej strony festiwalu.

O dziwo, wśród przysmaków kuchni orientalnej, afrykańskiej, indyjskiej, tureckiej to macedońska i polska kuchnia regionalna były jedynymi europejskimi propozycjami na Festiwalu.

Wisienką na torcie okazało się stoisko z polskim rękodziełem, na którym wystawiano wykonane przeróżnymi technikami akcesoria, ozdoby, biżuterię i maskotki. Wiele z nich prezentowało folkowe wzornictwo, polskie barwy oraz obowiązujące w polskim rękodzielnictwie trendy. Jednym słowem, dla każdego coś miłego i cieszącego oko.

Po raz pierwszy Polska zaistniała tak okazała na Fest der Kulturen w Landshut, a to za sprawą Stowarzyszenia POL-LA (Deutsch-Polnischer Verein in Landshut e.V.) oraz Partnera tego wydarzenia, Konsulatu Generalnego RP w Monachium.

Do zobaczenia za rok.



MAREK PROROK

# Polskie ślady w MONACHIUM

Wielu z nas spędza smat czasu w bawarskiej metropolii. Spacerując bądź też tylko przemierzając się w innych celach, przemierzamy ogromne przestrzenie grodu nad Izarą i nie przypuszczamy nawet, że w tym odległym od naszej Ojczyzny mieście znajduje się wiele miejsc, które różnymi wydarzeniami wplotły się w zawiłą historię Rzeczypospolitej.

## Józef Mackiewicz wielki prozaik i ortodoksyjny antykomunista

Niewielka, cicha i pełna zieleni uliczka Windeckstraße, ukryta wśród domów willowej dzielnicy Hadern w zachodniej części Monachium. W skromnym domu oznaczonym numerem 21 przez wiele lat wynajmował mieszkanie Józef Mackiewicz, pisarz i publicysta. Postać powszechnie mało znana, choć bez wątpienia nietuzinkowa. Przez jednych uważany za jednego z największych polskich prozaików XX wieku, dla innych kolaborant, a nawet zdrajca.

Urodzony w Petersburgu, ale od wczesnego dzieciństwa związany z Wilnem. W styczniu 1919 roku, jako niespełna siedemnastoletni gimnazjalista, rusza na ochotnika na wojnę z bolszewikami. Po stronie polskiej w tej wojnie walczyli także Kozacy kubańscy i ochotnicy rosyjscy. Kontakt z nimi miał znaczący wpływ na późniejszą twórczość literacką i poglądy polityczne Mackiewicza. Lata dwudzieste to początek jego działalności pisarsko-publicystycznej, zawsze nacechowanej pryncypialnością, bezkompromisowości i cywilną odwagą w głoszeniu i obronie własnych poglądów.

Ukochane Wilno opuścił w maju 1944 roku, uciekając przed kolejną okupacją sowiecką. Emigracyjną tułaczkę rozpoczął od Rzymu i Londynu. Do Monachium przeniósł się w roku 1955 i pozostał w nim przez trzydzieści lat, do końca swoich dni. W stolicy Bawarii powstała zdecydowana większość jego dzieł literackich, w tym te najważniejsze: „Droga donikąd”, „Kontra”, „Sprawa pułkownika Miasojedowa”, „Nie trzeba głośno mówić”, „Watykan w cieniu czerwonej gwiazdy”.

W roku 1971 prezydent RP na Uchodźstwie August Zaleski odznaczył Józefa Mackiewicza Krzyżem Komandorskim Orderu Polonia Restituta, a trzy lata później Wydział Słowiańskich Języków i Literatur Uniwersytetu w Kansas wysunął jego kandydaturę do literackiej Nagrody Nobla. Kandydatura zyskała poparcie grona rosyjskich uczonych i działaczy emigracyjnych.

## Przeciw komunie nawet z diabłem

„Z komunistami nie można rozmawiać, ich trzeba zabijać” – te słowa Józefa Mackiewicza oraz to, czym zajmował się po zajęciu Wilna przez Niemców, wzbudzą ogromne kontrowersje. W lipcu i sierpniu 1941 r. publikuje on



Józef Mackiewicz



Dom w Monachium, w którym mieszkali Mackiewiczowie.

kilka tekstów w wydawanym przez hitlerowców polskojęzycznym, gadzinowym „Gońcu Codziennym”. Pierwszy, zatytułowany „Przeżyliśmy upiorną rzeczywistość”, zawiera zapatrywania Mackiewicza na temat trwającej wojny niemiecko-sowieckiej i rysującej się możliwości przystąpienia Polski do koalicji antyhitlerowskiej z udziałem Sowietów. Stwierdza tam jednoznacznie: „W tej najnowszej wojnie wolałbym przestać być Polakiem niż splamić się sojuszem z największym wrogiem, państwem bolszewickim”. W innym, zatytułowanym „To dopiero byłaby klęska”, wyraża przekonanie, że tylko Niemcy potrafią uchronić Europę przed zalewem „bolszewickiej zarazy”, a zwycięstwo antynazistowskiej koalicji anglo-sowieckiej byłoby dla Polaków największym nieszczęściem w całych dziejach narodu. Po czterech publikacjach dość nieoczekiwane zrywa współpracę z „Gońcem”. Być może brutalność niemieckiej okupacji uświadomiła mu, że celem Hitlera nie jest niesienie wolności uciśnionym narodom. Nie uchroniło to Mackiewicza przed oskarżeniem o kolaborację z okupantem i wyrokiem śmierci wydanym przez Sąd Specjalny AK. Zarówno okoliczności wydania wyroku, jak i późniejszego jego anulowanie, do dziś są bardzo niejasne. W maju 1943 roku za zgodą władz podziemnych Mackiewicz korzysta z zaproszenia niemieckiego i wyjeżdża do Katynia na ekshumację zwłok oficerów polskich zamordowanych przez Sowietów. Jego liczne publikacje i wypowiedzi na ten temat, a zwłaszcza wydawnictwo „Zbrodnia katyńska w świetle dokumentów”, z przedmową generała Andersa, stanowiły istotny element w wieloletniej walce o prawdę o zbrodni katyńskiej.

## Jedynie prawda jest ciekawa

To ulubione powiedzenie Józefa Mackiewicza. Jednak trudno nie odnieść wrażenia, że interesowała go tylko jedna prawda: zagrożenie świata i całej zachodniej cywilizacji „psychiczną zarazą” komunizmu. Stąd też każdy, kto

w jakiegokolwiek formie czynił ukłony w stronę „bloku wschodniego”, stawał się dla Józefa Mackiewicza obiektem krytyki. Był zdecydowanym krytykiem posoborowej polityki wschodniej Watykanu i procesu pojednania polsko-niemieckiego zapoczątkowanego w 1970 roku. Ostro rozprawiał się z polityką prowadzoną przez kanclerza Willi Brandta oraz papieża Jana XXIII i Pawła VI. Nawet Jan Paweł II był dla niego nie dość antykomunistyczny, bo „stawiał na pogodzenie świata z międzynarodowym komunizmem”. Dążenia do porozumienia narodowego czynione przez polski kościół katolicki z Prymasem Wyszyńskim na czele oraz ruch „Solidarność” były przez Mackiewicza ostro piętnowane. Oskarżał o kolaborację z komunizmem i Rosją sowiecką wszystkich, łącznie z Armią Krajową i Radiem Wolna Europa, które było dla niego agendą propagandy radiowej podległą amerykańskiemu wywiadowi CIA.

Bezkompromisowa postawa polityczna doprowadziła do prawie całkowitego wyeliminowania Mackiewicza nie tylko z polskiego życia emigracyjnego, ale i z kręgu wydawców i tłumaczy jego dzieł. Przysłużyła się temu niemało „Ostpolitik” Brandta. Zbliżenie z Warszawą owocowało bowiem osłabieniem pozycji pisarzy emigracyjnych na rzecz twórców z Polski Ludowej. Konsekwencją były poważne problemy finansowe Mackiewiczów. Koszmar nieustannego konfliktu nie zniknął wraz ze śmiercią pisarza. Zenujący spór o prawa autorskie do jego książek pomiędzy córką pisarza Haliną a długoletnim wydawcą jego dzieł Niną Karsov-Szechter trwał przez kilkanaście lat. Efekt końcowy tego sporu jest taki, że nie ma zezwolenia na oficjalne wydania krajowe dzieł Józefa Mackiewicza, bo taka była podobno wola autora.

Józef Mackiewicz zmarł w Monachium 31 stycznia 1985 roku. Jego żona przeżyła go o niecałe pół roku. Prochy obojga małżonków spoczęły w Londynie.





poznaj swoje prawa

Dziś

pytamy

## Czy adwokat musi być drogi?

Adwokat to osoba świadcząca usługi takie jak porady prawne, doradztwo czy reprezentację. Jak wszystko na tym świecie, również adwokat kosztuje i ma swoją cenę. Nie znaczy to jednak, że adwokat zarezerwowany jest tylko dla najbogatszych.

### KIEDY PŁACI PRZECIWNIK?

Do adwokata udajemy się praktycznie z tych samych powodów co do lekarza. Do lekarza idziemy, gdy nam czegoś brakuje, czyli zdrowia. Do adwokata również udajemy się, gdy potrzebujemy pomocy, przede wszystkim w przeforsowaniu naszego roszczenia.

Byłoby rzeczą niesprawiedliwą, gdyby pójście do adwokata oznaczało automatycznie ponoszenie dodatkowych kosztów za poradę. W pewnych sytuacjach, zwłaszcza takich, gdy przeciwnik sprowokował wizytę w biurze adwokackim, kosztów adwokackich nie ponosimy w ogóle. Gdy przeciwnik jest w zwłoce lub bezpodstawnie żąda od nas jakiejś zapłaty, wtedy koszty za reprezentację ponosi przeciwnik. Oczywiście są od tej zasady pewne wyjątki (np. w prawie pracy), ale zasada, jaka obowiązuje, jest prosta: adwokata opłaca ten, który przegra.

Innym przykładem sytuacji, kiedy koszty adwokackie są pokrywane przez przeciwnika, są wypadki samochodowe. Gdy zdarzy się wypadek, a wina leży po stronie przeciwnika, zaś koszty za naprawę pojazdu przekraczają 700–900 Euro, wówczas automatycznie wszystkie koszty adwokackie pokrywane są przez ubezpieczyciela strony przeciwnej. Oznacza to w praktyce, że nie warto w takiej sytuacji samemu ubiegać się o odszkodowanie, gdyż może to załatwić adwokat, a my z tego tytułu nie ponosimy żadnych kosztów.

### PIERWSZA PORADA ERSTBERATUNG

Jeśli mamy pytanie natury ogólnej i chcemy zasięgnąć u adwokata pierwszej porady, wtedy faktycznie koszty adwokackie musimy pokryć. Nie oznacza to jednak, że „licznik” zostaje włączony w momencie,

kiedy adwokat w ogóle podniesie długopis. Koszty pierwszej porady ustalamy wcześniej z adwokatem. Adwokat, zapoznając się ze sprawą, ustala z klientem koszt usługi, który jest zależny od przedmiotu porady. Wtedy wystarczy zadzwonić do adwokata, przedstawić mu krótko sprawę i ustalić koszty pierwszej porady. Jeśli jednak nie ustalimy z adwokatem kosztów pierwszej porady, a jesteśmy konsumentami (Verbraucher), wtedy koszt pierwszej porady wynosi maksymalnie 190 Euro netto (+ 19% VAT).

### WARTOŚĆ SPORU

W Niemczech, podobnie jak w Polsce, ustawowe koszty adwokackie są uzależnione od wartości sporu. W uproszczeniu oznacza to, że z wartości sporu pewien procent otrzyma adwokat. Np. gdy żądamy od przeciwnika zapłaty faktury wysokości 2.000 Euro, to wartością sporu w takim przypadku byłoby 2.000 Euro, a pewien procent z tego byłby dla adwokata. Oczywiście opłaca ten, kto w postępowaniu przegra. Ile procent adwokat otrzyma, zależy od tego, czy reprezentuje on klienta na drodze pozasądowej, czy wnosi pozew. Przykładowo, gdy adwokat dostaje zlecenie od swojego klienta, że ma odzyskać dług wysokości 2.000 Euro, ale jeszcze nie wnosi pozwu, wtedy koszty adwokackie wynoszą 255,85 Euro brutto. Opłacić te koszty musi przeciwnik, jeżeli jest już w zwłoce ze spłatą długu oraz roszczenie jest zasadne.

### RYZIKO PROCESOWE

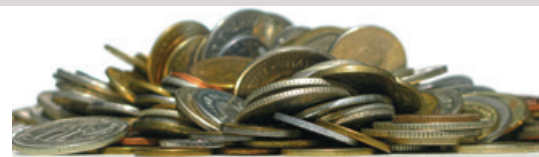
Jeżeli jednak droga przedprocesowa nie wystarcza, bo przeciwnik uporczywie nie chce zapłacić, wtedy trzeba wnieść pozew do sądu. Adwokat analizuje ryzyko procesowe z klientem. W skład tego ryzyka składają się koszty sądowe, koszty adwokackie za reprezentację

### Maciej Pazur LL.M.

jest adwokatem w Monachium.

Prowadzi porady prawne w języku polskim oraz niemieckim w takich dziedzinach jak:

- prawo karne
- prawo pracy
- roszczenia z tzw. Gewerby
- odzyskiwanie należności
- prawo najmu
- odszkodowania
- prawo upadłościowe



sądową klienta oraz koszty adwokata przeciwnika. Są to ryzyka, które adwokat musi z klientem omówić. Ale i tu działa ogólna zasada, że płaci ten, kto przegrywa (wyjątek: prawo pracy).

### DOFINANSOWANIA

W sytuacji, gdy nasza sytuacja finansowa nie jest najlepsza i nie stać nas na opłatę kosztów adwokackich, zawsze jest możliwość złożenia wniosku do sądu o dofinansowanie. Dofinansowanie jest możliwe zarówno w sytuacji reprezentacji adwokackiej przedprocesowej, jak i podczas reprezentacji klienta w sądzie. Sąd w uzasadnionych przypadkach zasądza, że klient zwolniony jest z kosztów adwokackich i sądowych, jeżeli jego sytuacja finansowa jest w nie najlepszej kondycji.

### PODSUMOWANIE

Jak wyżej przedstawiono, koszty adwokackie nie zawsze muszą być wysokie oraz nie zawsze musimy je pokrywać my. Oczywiście ciężko uogólniać, ponieważ wszystko zależy od poszczególnych przypadków, a w szczególności od tego, czy roszczenie jest w ogóle zasadne i możliwe do udowodnienia. Jednakże nie jest prawdą, że adwokat kosztuje majątek. Adwokat to usługodawca i ma swoją cenę, ale w pewnych sytuacjach można tę cenę korzystnie wynegocjować lub sprytnie zrzucić na przeciwnika. Dlatego adwokat nie jest ani groźny, ani drogi – groźny i drogi jest tylko dla przeciwnika.

Kanzlei Pazur  
Rechtsanwalt Maciej Pazur LL.M.

Trappentreustr. 42  
80339 München

Tel. 089/740 53 362  
Mobil: 017677225482  
Fax: 089/ 999 36 249

info@kanzlei-pazur.de  
www.kanzlei-pazur.de

# Übersetzungen & Consulting

I N T E R S E R V I C E



Serdecznie zapraszam do korzystania z szerokiej oferty usług  
Biura Tłumaczeń i Informacji Agnieszki Miller

- tłumaczenia zwykłe i przysięgłe wszelkich tekstów i dokumentów z języka polskiego na niemiecki oraz inne języki świata
- tłumaczenia ustne podczas negocjacji handlowych i konferencji, organizacja spotkań biznesowych, asysta podczas targów, kongresów, delegacji, rezerwacja hoteli, pomoc w organizacji wyjazdów turystycznych
- specjalistyczne tłumaczenia medyczne (pisemne i ustne)  
[www.leczeniewmonachium.pl](http://www.leczeniewmonachium.pl)
- pomoc w formułowaniu pism urzędowych i w wypełnianiu formularzy
- informacje dotyczące zawierania związków małżeńskich, podjęcia studiów wyższych, nostryfikacji dyplomów itd.
- pomoc w załatwianiu wszelkich spraw urzędowych w Niemczech oraz w Polsce (np.: legalizacje i transkrypcja dokumentów stanu cywilnego)
- oraz
- profesjonalna obsługa firm jednoosobowych oraz spółek: rzetelna obsługa biurowa, doradztwo i pomoc w fazie podejmowania działalności gospodarczej oraz podczas jej wykonywania



Biuro Tłumaczeń i Informacji Agnieszka Miller  
Ismaninger Str. 65, 81675 München

Tel. +49 (0)89 / 688 5005  
Fax +49 (0)89 / 41929022

Mobil: +49 (0)172 / 7743443  
Mobil: +49 (0)152 / 02019653  
E-mail: post@a-miller.de

[www.a-miller.de](http://www.a-miller.de)

# RZECZoznawca samochodowy

Kfz-Sachverständiger

Piotr Sobiecki

Doradztwo i konsultacje!

Wyceny i kosztorysy w zakresie uszkodzeń powypadkowych pojazdów osobowych, motocykli i aut dostawczych.

Opinie techniczne sporządzane są według prawa niemieckiego i w języku niemieckim.

Na wyceny szkód powypadkowych dojeżdżamy w miejsce podane przez klienta.

WSPÓŁPRACUJEMY Z ADWOKATAMI - PRAWO POLSKIE I NIEMIECKIE

Kfz-Sachverständigenbüro Peter Sobiecki  
Joseph-Dollinger-Bogen 18, 80807 München

tel.: 089/35656771, tel. kom.: 0177/5181461  
fax.: 089/35656772, e-mail: info@ps-gutachter.de

[www.ps-gutachter.de](http://www.ps-gutachter.de)





# Rozróżnienie

między sądowym uregulowaniem kontaktów rodzica z dzieckiem a sądową ingerencją ograniczającą te kontakty

Wyższy Sąd Krajowy Schleswig, postanowienie z dnia 30.05.2016 – 10 UF 11/16

Wyższy Sąd Krajowy zajął się w nowym orzecznictwie sprawą regulowania lub ograniczania kontaktów rodzica z dzieckiem:

*Uczestnicy postępowania nigdy nie byli związkiem małżeńskim. Są oni rodzicami dziecka urodzonego w roku 2006. Partnerstwo skończyło się jesienią 2007 roku. Dziecko przebywało na stałe przy matce, ojciec pragnie rozszerzenia dotychczasowej regulacji kontaktów. Postanowieniem sądu rodzinnego kontakty z małoletnim synem ukształtowane zostały w ten sposób, że odbywały się co 14 dni oraz miały miejsce podczas wakacji, w dzień urodzin oraz w ustawowe dni świąteczne. Ojciec dziecka wniósł o rozszerzenie kontaktów.*

Wyższy Sąd Krajowy orzekł w tej sprawie, że zgodnie z przepisami § 1696 ustęp 1 zdanie 1 niemieckiego Kodeksu Cywilnego (BGB) decyzje w zakresie prawa o opiece i kurateli oraz o kontaktach rodzica

z dzieckiem oraz sądowo przyzwolone ugody podlegają zmianie, jeżeli jest to wskazane z uzasadnionych przyczyn długofalowo dotyczących dobra dziecka.

Senat zdecydował, że zagadnienie sądowej regulacji lub ingerencji sądu w sprawy kontaktów z dzieckiem musi kierować się celem styczości. Podstawowym celem kontaktów jest umożliwienie rodzicowi uprawnionemu do kontaktów stałego osobistego przekonania się o fizycznym i psychicznym stanie dziecka i jego rozwoju, podtrzymania rodzinnych stosunków z dzieckiem, zapobiegania wyobcowaniu jak również spełnienia wzajemnej potrzeby miłości.

Mimo konfliktowej sytuacji panującej pomiędzy rodzicami styczość dziecka z rodzicem uprawnionym do kontaktów jest ważna dla jego socjalizacji. Jeżeli regulacja kontaktów w znaczącej mierze zakłóca ten cel, należy poddać ją sprawdzeniu w świetle uwarunkowań zgodnie

z §§ 1684 ustęp 4 niemieckiego kodeksu cywilnego. Samo stwierdzenie, że regulacja kontaktów nie odpowiada zwykle przyjętej regulacji styczości jest niewystarczająca.

**Ustawa nie zawiera wytycznych co do regulacji, lecz zakłada każdorazowo indywidualne uwzględnienie dobra dziecka i podstawowych praw obywatelskich jego rodziców.**

Ponieważ w omawianym przypadku ojciec dziecka wniósł o rozszerzenie dotychczasowego prawa kontaktów w weekendy, należało sprawdzić, czy dotychczasowe prawo styczości z synem spełniało wyżej określony cel, polegający na spędzaniu z dzieckiem czasu w stosownym wymiarze i zapobieganiu oddaleniu się od siebie.

W zakresie kontaktów podczas wakacji należało sprawdzić, czy styczość ta spełnia cel zakładający, że właśnie dłuższe kontakty sprzyjają podtrzymaniu i umocnieniu więzów uczuciowych pomiędzy dzieckiem a rodzicem uprawnionym do styczości.

Anja Czech-Grollmann



Sąd zbadał w szczególności, czy podane są wymagane uzasadnione przyczyny długofalowo dotyczące dobra dziecka, co w przeciwnym wypadku byłoby podstawą do wiązania nowej regulacji z korzyściami. Uwzględniono przy tym sytuację faktyczną oraz w szczególności wolę dziecka. Wola dziecka została ustalona w drodze odpowiedniego wysłuchania przez sąd; poza tym zbadano więzy łączące dziecko z ojcem.

Negatywne, w kwestii rozszerzenia prawa kontaktów z dzieckiem, było to, że komunikacja pomiędzy rodzicami była bardzo poważnie ograniczona, ponieważ ich wzajemne stosunki obciążały szereg zarzutów i wymówek. Między rodzicami brak było prawdziwej wymiany informacji na temat spraw dziecka, a matka określała ojca mianem niesolidnego. Zachowanie rodziców oraz wynikające z niego dalsze konflikty stanowiłyby zbyt silne obciążenie dla dziecka.

W związku z tym senat orzekł, że rozszerzenie prawa do kontaktów prowadziło tylko do większego obciążenia dziecka oraz do dalszych konfliktów lojalnościowych i nie przyznał ojcu rozszerzenia prawa styczości.

## Uwaga pani mecenas Czech-Grollmann:

Postanowienie pokazuje, że w sądach orzekających w sprawach o regulację kontaktów rodzica z dzieckiem w dalszym ciągu zasadnicze znaczenie mają dobro dziecka i wyrażona wola dziecka, jak również więzy łączące dziecko z rodzicami.

Dużą rolę odgrywa również zdolność i gotowość rodziców do wzajemnej komunikacji i współpracy dla dobra wspólnego dziecka.

Sądowa regulacja prawa styczości oraz ingerencja sądu w postaci jego ograniczenia lub rozszerzenia rozpatrywana jest zawsze pod kątem możliwego oddziaływania na dziecko w formie obciążeń lub dalszych konfliktów lojalnościowych.

## WZROŚNIE płaca minimalna

Gabinet Angeli Merkel podjął decyzję w sprawie pierwszej podwyżki płacy minimalnej czyli tzw. Mindestlohn w Niemczech.

O podwyżce mówiło się już od dłuższego czasu – teraz stała się ona faktem. Pod koniec października rząd przyjął projekt ustawy, w myśl której ustawowe minimum wzrośnie o 34 centy, do poziomu 8,84 euro za godzinę (brutto). Podwyżka jest związana z płacami, a konkretniej z wskaźnikiem płacowym dla zbiorowych układów pracy, który jest obliczany przez Federalny Urząd Statystyczny.

Propozycja 8,84 euro/h nie jest jednak niczym nowym. W połowie bieżącego roku Federalna Komisja ds. Płacy Minimalnej porozumiała się co do wysokości podwyżki. Propozycja została przedstawiona stronie rządowej, która zdecydowała się ją przyjąć.

Wprowadzona w 2015 roku płaca minimalna, czyli tzw. Mindestlohn, obowiązuje dla blisko 4 milionów zatrudnionych w sektorze niskich wynagrodzeń w Niemczech. Nad podwyżką płacy minimalnej Federalna Komisja ds. Płacy Minimalnej debatuje co dwa lata. Kolejnej możemy się więc spodziewać dopiero w 2019 roku.

(job-profi.pl)



SALE KONFERENCYJNE · ADRES REJESTROWY · SIEDZIBA FIRMY

**Idealne biuro dla twojej firmy w centrum Monachium**

PROPONUJEMY:

- biuro jako miejsce pracy na godziny lub na stałe
- adres rejestracyjny lub siedzibę firmy
- możliwości wynajęcia sali konferencyjnej godzinowo lub całodziennie na spotkania biznesowe (profesjonalne przyjęcie gości i komplementarny serwis kawowy)
- wszelkie usługi sekretariatu
- serwis telefoniczny

Oprócz nowoczesnego wyposażenia naszego biura proponujemy miłą i profesjonalną atmosferę oraz obsługę w języku polskim.

Zapraszamy na naszą stronę internetową. Już teraz zapoznaj się z naszą ofertą i wybierz idealne biuro dla siebie i swojej firmy.

Biuro na godziny

**PLATINUM**  
office center

089-7007 649 0

lub 089-51514953

Anja Czech-Grollmann

mail@platinum-office-center.de

www.platinum-office-center.de

**Anja Czech-Grollmann**  
Rechtsanwältin

Nymphenburger Str. 20  
80335 München  
Deutschland

tel.: +49 (0) 89 / 51 51 49 53  
fax: +49 (0) 89 / 54 82 82 85  
ac@anwaltskanzlei-czech.de  
www.anwaltskanzlei-czech.de



**ANJA CZECH-GROLLMANN**  
Arbeitsrecht Mediation Familienrecht





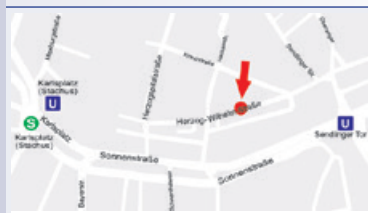
## Kancelaria Adwokacka Christoph Motkowski RECHTSANWALT



### DORADZTWO PRAWNE W JĘZYKU POLSKIM I NIEMIECKIM:

- prawo cywilne  
dochodzenie roszczeń i sporządzanie umów
- prawo gospodarcze  
obsługa firm i transakcji handlowych
- prawo podatkowe  
sporządzanie rozliczeń podatkowych
- prawo pracy  
wypowiedzenia i odprawy
- prawo drogowe  
wypadki i odszkodowania
- prawo karne  
obrona w sprawach karnych

Herzog-Wilhelm-Str. 21  
80331 München  
Stachus/Sendlinger Tor  
Tel.: 089/218 955 62  
Fax: 089/218 955 63  
Mobil: 0162 8012373  
E-mail: info@kanzlei-motkowski.de



[www.kanzlei-motkowski.de](http://www.kanzlei-motkowski.de)

# AGS

Agentur Grażyna Szkulciecka



Agencja obsługi firm

- księgowość
- rachunkowość
- tłumaczenia
- ubezpieczenia
- i inne konsultacje

Zapraszam!

Grażyna Szkulciecka (M.A.)

Herzog-Wilhelm-Str. 21  
80331 München  
Tel: 089 / 86 36 98 32  
Fax: 089 / 97 89 51 24

Godziny otwarcia:

- wtorki 8.30 - 20.00
- środy 8.30 - 15.00
- czwartki 8.30 - 20.00
- piątki 8.30 - 15.00
- pierwsze soboty miesiąca 12.00 - 17.00
- Inne terminy po telefonicznym uzgodnieniu

## The Word Prodigy - Ewa Bembnista

Übersetzungen • Dolmetschen • Consulting • Arbeitsvermittlung

## Tłumacz przysięgły

języka polskiego i niemieckiego

Moja oferta:

**Tłumaczenia:** uwiaryzelnione, zwykłe, ustne i pisemne we wszystkich zakresach

**Doradztwo i pomoc urzędach:** składanie wniosków na Kindergeld, Harz IV (zasiłek na utrzymanie), mieszkania socjalne, uznanie kwalifikacji zawodowych itp., dofinansowanie do kursów języka niemieckiego, wypełnianie formularzy, sporządzanie pism urzędowych

**Pomoc w poszukiwaniu pracy:**

- profesjonalne sporządzanie życiorysów i podań o pracę
- wyszukiwanie adekwatnych ofert pracy
- tłumaczenie podczas rozmów kwalifikacyjnych
- tłumaczenie umów o pracę



Fasanenstr. 148,  
82008 Unterhaching

Dojazd  
(15 min. od centrum Monachium):  
S3, kierunek Holzkirchen,  
przystanek Fasanenpark

Tel.: 015777453603  
info@wordpro.eu

[www.wordpro.eu](http://www.wordpro.eu)

## TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY

języka polskiego i niemieckiego

- wieloletnie doświadczenie
- teksty ekonomiczne, prawnicze, urzędowe
- świadectwa i inne dokumenty
- uwiaryzelnienia
- tłumaczenia ustne

Anna Reißig

Altstadt 105, 84028 LANDSHUT

Tel./Fax: 0871 / 97 50 44 59  
Mobil: 0170 / 2 44 09 69

E-Mail: [anna.reissig@t-online.de](mailto:anna.reissig@t-online.de)  
[www.polnisch-niemiecki.com](http://www.polnisch-niemiecki.com)

## NKA-BÜROSERVICE UG

(haftungsbeschränkt)

POMOŻEMY PAŃSTWU W:

- zakładaniu i prowadzeniu działalności gospodarczej tzw. Gewerbe
- poprowadzimy bieżącą księgowość
- wykonamy comiesięczne rozliczenia wypłat pracowników,
- Kindergeld, Elterngeld i inne

Adres:

Martin-Kollar-Str. 12  
81829 München

Telefon: 089-45672276

Fax: 089-45672277

E-Mail: [info@nka-bueroservice.de](mailto:info@nka-bueroservice.de)



Izabela S. Demacker  
Rechtsanwältin

Doradztwo prawne w języku polskim i niemieckim  
z uwzględnieniem niemiecko-polskich przepisów prawnych  
w dziedzinach:

prawa rodzinnego i spadkowego | prawa pracy  
prawa karnego oraz wykroczeń | prawa gospodarczego  
prawa ruchu drogowego

Tel.: 0 89 | 85 63 63 55

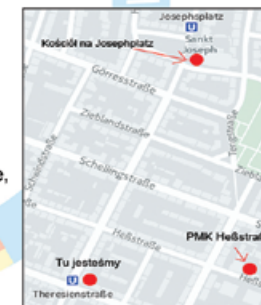
Müllerstr. 40  
80469 München

[www.kanzlei-demacker.de](http://www.kanzlei-demacker.de)  
[info@kanzlei-demacker.de](mailto:info@kanzlei-demacker.de)

Lingua Germanica & Polonica  
Institut für Sprachen und Kultur e. K

- Kursy językowe o różnym stopniu zaawansowania (A1/A2/B1/B2/C1)  
**Deutsch am Vormittag und Deutsch am Abend**
- Kursy językowe dla pracowników zmianowych (A1/A2/B1/B2/C1)  
**Deutsch neben der Arbeit**
- Kursy dla osób 40+ (A1/A2/B1/B2/C1) - **Zu schnell? Kein Problem**
- Kursy dla dzieci i młodzieży - **Deutsch & Spaß am Vormittag und Nachmittag**
- Kurs dla matek z dziećmi **Känguruunterricht - Mit Kleinkind Deutsch lernen**
- Kurs indywidualny **Mein Deutsch**
- **Wissen und Sprechen Workshop Konversatorium**
- **Porady językowe - Sprechstunden**

Nasz adres: Theresienstraße 124, 80333 (róg Augustenstraße,  
stacja metra U2 Theresienstraße)  
TEL: 0179 8298747, 089/12037930  
Mail: [german.translatio@gmx.de](mailto:german.translatio@gmx.de)  
WWW: [lingua-institut.de](http://lingua-institut.de)  
Facebook: Lingua Germanica Aleksandra Radojewska



• Godziny przyjęć: pon - czw: 9.00 - 12.30, 16.30 - 21.00, sob: 9.30 - 12.30



## SZKOŁA JĘZYKOWA & BIURO TŁUMACZEŃ

- kursy językowe:  
niemiecki, angielski, włoski, hiszpański i inne
- różnorodne formy kursów
- specjalne oferty dla firm
- tłumaczenia

**NASZYM CELEM JEST ZREALIZOWANIE PAŃSTWA CELÓW!**

SYCHER Sprachen Sprechen • M.A. Aneta Sych • Dachauer Straße 178 • 80992 München  
[www.sych-sprachdienstleistungen.de](http://www.sych-sprachdienstleistungen.de) • Tel. +49 (0)89-14 90 39 58 lub +49 (0)172-7 86 94 59

## SERWIS KOMPUTEROWY

NAPRAWA  
ODWIRUSOWANIE  
INSTALACJA  
KONFIGURACJA INTERNETU  
WIZYTY DOMOWE  
STRONY INTERNETOWE

TC IT Service, inż. Tomasz Czarnecki  
tel.: 0178/35 33 092 • 089/46 221 363  
Monachium, Landsberger Str. 135

## telewizja na kartę

nC+ z POLSATEM 1 i 2

Polskie programy bez umowy i abonamentu

**Sprzedż i montaż!!!  
zestawów satelitarnych**

**PAŹDZIERNIK 2016**

polscy nadawcy kończą nadawanie  
w SD (DVB-S)

**Nie czekaj do października!**  
Już teraz wymień swój stary odbiornik na nowy!

**SPRAWDŹ OFERTĘ!**

80339 München-City, Theresienhöhe 3  
Wejście: Schwanthaler Str.110

Kom.: 0179/4316130 po polsku



## PIENIĄDZE NA DZIECI KINDERGELD

Bazując na wieloletnim doświadczeniu kompetentnie pomagamy osobom pracującym w Niemczech (polskie kontrakty, umowy o pracę i firmy jednoosobowe „Gewerbe”) przy złożeniu wniosku, oraz kompleksowym tłumaczeniu (bez udzielania porad prawnych) wszystkich pism i formularzy urzędowych otrzymanych z Kasy Świadczeń Rodziny, dotyczących procedury uzyskania niemieckiego zasiłku na dzieci (Kindergeld) w wysokości 190,- € miesięcznie (oraz nadpłaty do 4 lat wstecz) na dzieci mieszkające w Polsce do ukończenia 25-go roku życia, jeśli nadal kontynuują lub kontynuowały naukę.

**Oferujemy tanie i bardzo dobre  
UBEZPIECZENIA ZDROWOTNE**

Tel.: 0179 484 50 63 lub (030) 367 533 40  
SUERTÉ, Sławomir Wawrzyniak, Postfach 200318, 13513 Berlin  
**!!! Obsługujemy osoby z całych Niemiec !!!**

[www.kindergeld.com](http://www.kindergeld.com) E-Mail: [kontakt@kindergeld.com](mailto:kontakt@kindergeld.com)



# Ogrody zimowe

symbioza domu z ogrodem



**OGRODY ZIMOWE**  
STYL JAKOŚĆ PRESTIŻ



- ogrody zimowe
- zadaszenia tarasów
- nietypowe konstrukcje przestrzenne
- fasady szklane
- rolety i markizy
- drzwi harmonijkowe i przesuwane
- okna i drzwi z PCV i aluminium

- wysoka jakość produktów
- dogodne terminy
- atrakcyjne ceny
- realizacje w na terenie całej UE

**Poszukujemy stałych odbiorców  
naszych wyrobów na terenie Niemiec**

Fabryka Ogrodów Zimowych Almont System

43-356 Bujaków, ul. Bielska 3

tel./fax: 0048 33 814 41 59

fax: 0048 33 821 10 12

e-mail: [ogrodyzimowe@almontsystem.pl](mailto:ogrodyzimowe@almontsystem.pl)

[www.almontsystem.pl](http://www.almontsystem.pl)

rok założenia firmy 1996



pomiary & produkcja & transport & montaż

## Stawiam na nowoczesność

Rozmowa z **MACIEJEM USTJANOWSKIM**, współwłaścicielem dwóch świetnie rozwijających się spółek. Jedną z nich jest USTR GmbH, która jest firmą rodzinną. Pan Maciej prowadzi ją wspólnie z bratem Mateuszem i tatą, Jackiem.

Firma USTR GmbH zajmuje się wykończeniami wnętrz, remontami, a druga firma, HERE Handwerk GmbH, zajmuje się gotowymi konceptami dla podmiotów, które bardzo mocno inwestują w rynek monachijski.

*Panie Macieju, o której firmie będziemy więc dziś rozmawiać? USTR GmbH powstała jako pierwsza, tak więc może jej poświęcimy naszą pierwszą rozmowę?*

Oczywiście :)

*A więc zaczynamy. Kiedy powstała Pańska firma i czy bardzo różni się obecnie kształtem od pierwotnego projektu?*

Pierwsza firma powstała w roku 2007 zaraz po przyjeździe do Monachium, założyłem pierwszą firmę jako młody 19-letni chłopak, od tamtego czasu stale się rozwijam. Wtedy była to firma jednoosobowa, a dziś, mając za sobą wiele doświadczeń, zarządzam spółkami, które oczywiście bardzo odbiegają od pierwotnego projektu. Kiedyś musiałem robić wszystko – od przeprowadzek i małych transportów po remonty, dziś natomiast robimy to, co kochamy.

*Jak wygląda stawianie na nowoczesność w Pańskiej firmie? Ekipa remontowa chyba nie wygląda już tak jak jeszcze kilkanaście lat temu.*

Kładziemy duży nacisk na rozwój naszego przedsiębiorstwa, stale szkolimy naszych pracowników oraz partnerów biznesowych, rozwijamy nowe techniki zarządzania budowlami, a także systemy, które pozwolą nam szybko i skutecznie zakończyć kolejne projekty.

*We wstępnej rozmowie wspomniał Pan, że współpracujecie z dużymi graczami na rynku remontowo-budowlanym. Czy mogłyby pan powiedzieć, o kogo chodzi?*

Głównie chodzi o znanych maklerów nieruchomości, takich jak GERSCHLAUER IMMOBILIEN czy MAIER IMMOBILIEN oraz duże hurtownie materiałów budowlanych jak OBI. Współpracujemy również z inwestorami prywatnymi, którzy widzą potencjał na rynku i chętnie inwestują swoje pieniądze. Dla takich ludzi mamy gotowe rozwiązania i pomagamy im w realizacji celów.

*Nie mogę nie zapytać o to, czy w swojej pracy wykorzystujecie Pan także materiały polskiej produkcji.*

Oczywiście nie zapominamy o producentach z ojczyzny. Zajmujemy się dystrybucją okien firmy Partner, z Polski sprowadzamy również drewniane schody. W przyszłości chcemy tę współpracę pogłębiać o kolejne produkty, które są bardzo atrakcyjne



nie tylko cenowo, ale i jakościowo. Muszę dodać, że najbardziej cieszy nas to, że polskie okna kupują u nas nie tylko niemieccy klienci, lecz również nasi rodacy.



*Jak wymagający jest rynek zleceń remontowo-projektowych w Niemczech? Różni się czymś od polskiego, ma swoją specyfikę?*

Rynek monachijski jest rynkiem bardzo wymagającym, bardzo ciężko jest się „przebić” do najlepszych zleceń, które są w posiadaniu garstki, bo tylko 20% firm remontowych. Reszta zleceń jest przeciętna, nie bardzo interesująca. Polskiego rynku nie mogę niestety porównać, bo nie miałem na nim doświadczeń. Przyznam jednak, że powoli zaczynamy proces kopiowania naszego SYSTEMU, który przez lata udało nam się wypracować. Pierwszym krokiem będzie stworzenie w Monachium oddziału USTR GmbH Elektrotechnik, a następnie kolejnych oddziałów, nie tylko na terenie Niemiec.

*Na ilość klientów nie może Pan narzekać, zatem – gdy odpada tzw. walka o klienta, o miejsce na rynku – może Pan skupić się na rozwoju firmy i szukaniu partnerów strategicznych, czy ma pan już konkretną wizję swojej firmy za rok, za 10 lat?*

Świetne pytanie, za które dziękuję :) Rozwój to etap, który sprawia mi największą radość. Odgrywa tu bardzo dużą rolę networking, naszą siłę budujemy na wspieraniu naszych wieloletnich partnerów: SiGa Bau GmbH, GERSCHLAUER IMMOBILIEN, LENA Hausmeisterservice, a także partnerów z krótszym stażem, jak PAULTRANS, WEBSITEGROUP czy EIPO Elektrotechnik. Oni odpłacają nam dokładnie tym samym, tylko robią to ze zdwojoną siłą!

Naszą przygodę z networkingiem zaczęliśmy dawno temu i uważam, że był to klucz do sukcesu!

Wraz z bratem Mateuszem i tatą Jackiem – bo, jak Pani wie, jesteśmy firmą rodzinną – realizujemy bardzo dobrze ułożony plan, który owocuje osiągnięciami USTR na rynku remontowo-budowlanym w Monachium.

*Gdyby miał Pan możliwość wdrożenia nowej technologii, będącej w fazie testów lub, nawet jeszcze w sferze marzeń, jaka ona byłoby, czego by dotyczyła?*

Kiedyś marzenia o „Intelligente Baustellen” były bardzo odległe, a obecnie działają jako sprawdzony system! Kolejnym marzeniem jest sytuacja, kiedy klient wchodzi do naszego showroomu, w którym jest wszystko, czego potrzebuje – gotowy projekt i wszystkie możliwe usługi – po czym bierze gotowy ładnie opakowany „produkt”, który jest usługą na najwyższym poziomie, podchodzi do kasy, płaci kartą lub online, paypal, a tzw. inteligentna budowa i oczywiście cały system z nią związany zaczyna działać.

*Jeśli miałby Pan nam powiedzieć o 4 najważniejszych rzeczach, które przyczyniły się do tak szybkiego rozwoju USTR – bo to stało się na przestrzeni tylko 4 lat – to na co by Pan postawił?*

Przede wszystkim to wspaniali pracownicy, którzy codziennie walczą o to, aby nasi klienci byli zadowoleni. Kolejnym punktem jest system pracy, który ciągle udoskonalamy, a za którego sukcesem stoją również nasi partnerzy. Oczywiście nie udało się to bez całego czasu wspierającej rodziny, rozumiejącej, że budowanie firmy nie jest łatwe i zabiera dużo czasu. Mamy wielkie marzenia i wiarę, że to się uda!

*Dziękuję za rozmowę i życzę spełnienia marzeń.*

Rozmawiała Magdalena Felchnerowska



# Postbank Finanzberatung

Ihr Ansprechpartner in allen Finanzangelegenheiten

- konta bankowe dla osób prywatnych i prowadzących działalność gospodarczą
- debety i karty kredytowe
- prywatne kredyty konsumpcyjne
- kredyty dla małych, średnich i dużych przedsiębiorstw
- finansowanie projektów inwestycyjnych dla zagranicznych przedsiębiorstw
- ubezpieczenia rentowe i emerytalne z możliwością uzyskania dotacji państwowych (Rister und Rürup)
- ubezpieczenia na życie, niezdolności do pracy
- doradztwo w zakresie planów oszczędnościowych opartych na dotacjach państwowych
- pośrednictwo nieruchomości (wynajem, kupno, sprzedaż)
- kredyty hipoteczne na zakup nieruchomości

## Postbank Finanzberatung AG

Filip Zalewski

Bayerstr. 85, 80335 München, Tel.: +49 89 7436 0376, Telefax: +49 89 7436 0399

Mobile: +49 151 56663805, filip.zalewski@postbank.de



## Kompleksowe usługi dla TWOJEGO BIZNESU

### Büro · Buchhaltung · Lohnbuchhaltung



## MOJA KSIĘGOWOŚĆ JEST W DOBRYCH RĘKACH

- księgowanie bieżących operacji gospodarczych
- nadzór dłużników i wierzycieli
- sortowanie i porządkowanie dokumentów księgowych
- wsparcie przy bieżących postępowaniach firmowych
- nadzór terminów świadczeń podatkowych
- przygotowanie dokumentów, ułatwiających wszelkie decyzje przedsiębiorcze
- pomoc w zakładaniu i prowadzeniu działalności gospodarczej w Niemczech
- sporządzanie bieżących rozliczeń kadrowych

80336 München Paul- Heyse-Str. 6 T: 089 / 322 123 78 F: 089 / 322 123 79

## Od ponad 25 lat z Wami **Ireneusz Czlonka**

- **Księgowość**
- **Podatki**
- **Obsługa firm i osób prywatnych**

Dypl. Księgowy  
certyfikat  
Steuerberaterkammer



Tel. 089/570 21 40 Fax 089/41 41 11 31 Ludwig-Richter-Str. 17 80687 München

Żaden podatnik nie jest zobowiązany do takiego przedstawienia rzeczy, aby musiał zapłacić podatek. Każdemu wolno jest starać się go unikać lub kształtować tak, aby dług podatkowy był jak najmniejszy.  
(BHF-Urteil vom 20.05.1997, Az. VIII B 108/96)

## DORADCA PODATKOWY Steuerberaterin

## Magister Ekonomii **Agnieszka Jaros**



89335 Hochwang  
Zur Herrgottsruhe 6  
tel.: 08223/409 677, fax.: 08223/409 678  
tel. kom.: 0176 20732475

Współpraca z Adwokat Marzeną Stantic  
81677 München  
Klausenburger Straße 9 Geb. C  
tel.: 089/909 387 85, fax.: 089/820 86 141  
tel. kom.: 0179/298 67 70

64658 Fürth Odenwald  
Heppenheimer Str. 1  
tel.: 06253/8605478, fax.: 06253/8608808

e-mail: [info@jaros-steuerbuero.de](mailto:info@jaros-steuerbuero.de)

## Kompletny serwis biurowy dla pracowników i osób posiadających firmę w Niemczech.

Jestem magistrem ekonomii. Mam wszystkie niemieckie uprawnienia doradcy podatkowego.\*

Oferuję pomoc i wypełniam oświadczenia podatkowe, robię księgowość i bilanse przedsiębiorstw.

Obliczam pensje pracownicze, potwierdzam dochody oraz wykonuję rozliczenia roczne.

Udzielam wszelkiej pomocy w sprawach podatkowych oraz innych, koniecznych przy prowadzeniu firmy w Niemczech.

Reprezentuję interesy klienta przed każdym urzędem oraz prowadzę niezbędną korespondencję.

\* W Niemczech do doradctwa podatkowego uprawnione są tylko osoby spełniające wymogi określone ustawą podatkową i posiadające tytuł doradcy.  
\* Tytułem doradcy podatkowego może legitymować się tylko osoba, która zdała jednolity w całym Niemczech egzamin państwowy.

[www.jaros-steuerbuero.de](http://www.jaros-steuerbuero.de)



## Business Galan Group kompleksowa obsługa firm

- Serwis księgowo-finansowy.
- Pomoc w wypełnianiu druków, formularzy. Obsługa korespondencji klienta z urzędami i instytucjami publicznymi.
- Obsługa rachunków i upomnień o płatności.
- Pomoc w uzyskaniu wszystkich świadczeń socjalnych (Kindergeld, Arbeitslosengeld II) itp.
- Doradztwo ekonomiczne.
- Współpraca z biurami podatkowymi (Steuerberater) i kancelariami adwokackimi.
- Tłumaczenia

- Kredyty na zakup Auta / Santanderbank, carcredit.
- Kredyty Bankowe
- Analiza i Kontrola Umów / Arbeitsvertrag, Mietvertrag u.s.w.
- Wymówienia umów / Arbeit, Versicherungen, Telefone u.s.w.
- Analiza posiadanych i planowanych ubezpieczeń / konieczność i ich ekonomiczność
- Arbeitslosengeld / Agentur für die Arbeit
- Analiza Rachunków za Telefon, Mieszkanie, Auto

Häberlstr. 12  
80337 München

Tel. 089 / 447 609 96  
Fax 08-9 / 447 609 86  
Mail: [bgg@gmx.org](mailto:bgg@gmx.org)

pn., śr. 9.00 - 17.00  
wt., cz. 9.00 - 20.00

piątki: przyjęcia  
po uzgodnieniu terminu





Zespół gabinetów osiedlił się w malowniczej części Monachium, tuż przy Ogrodzie Angielskim na pierwszym i drugim piętrze budynku urzędu stanu cywilnego Schwabing.

# Siła

## przy leczeniu zaburzeń psychicznych

Współpracująca z Moim Miastem dr Anna JAWOREK, autorka pasjonujących relacji z akcji ratunkowych Krisen-Interventions-Team (Zespół Interwencji Kryzysowej), informuje o otwarciu zespołu gabinetów psychologicznych z bardzo szeroką gamą usług, także w języku polskim.

Gospodynie uroczystego otwarcia.  
Od lewej, górny rząd:  
Dr. Petra Zimmermann,  
Lisa Grashey,  
Dorothea Mehlsteibl,  
Dr. Bettina Bogdahn,  
Dr. Simone Brandl.  
Dolny rząd: Andrea Voß,  
Dr. Dilek Sonntag,  
Dr. Nina Hollenbach,  
Dr. Anna Jaworek.  
Nieobecna na zdjęciu:  
Dr. Ann-Kathrin Schmidt  
(Foto: William Wijts)



**24 września odbyło się oficjalne otwarcie zespołu gabinetów psychologicznych przy Mandlstraße 14 w Monachium. Spotkaniu towarzyszyły: wernisaż, muzyka, a także drobny poczęstunek.**

Zespół gabinetów przy Mandlstraße składa się z prywatnych gabinetów psychologicznych i terapeutycznych, w których wykształceni psychoterapeuci, terapeuci i psychologowie oferują pacjentom i klientom pomoc przy leczeniu zaburzeń psychicznych (jak np. zaburzenia lękowe, depresja czy zaburzenia odżywiania), wsparcie psychologiczne w kryzysach psychicznych (jak np. utrata pracy, kryzys w związku, utrata bliskiej osoby), coaching (czyli poradnictwo psychologiczne ukierunkowane na rozwój i osiągnięcie celów), a także treningi medytacji, relaksacji, mindfulness i rozwoju osobistego oraz superwizję. Część tych usług finansowana jest przez kasy chorych.

Wśród psychologów przy Mandlstraße jest też nasza autorka, Anna Jaworek. Dr Anna Jaworek jest jednym z niewielu polskich psychologów w Monachium i okolicach. W ramach własnego prywatnego gabinetu oferuje profesjonalne wsparcie psychologiczne m.in. osobom, które wolą o swoich

problemach czy stojących przed nimi wyzwaniach rozmawiać w ojczystym języku. Po godzinach Anna Jaworek kształci się

jako wolontariusz ratownictwa w zakresie interwencji kryzysowej w ramach Krisen-Interventions-Team (Zespołu Interwencji Kryzysowej) KIT München, o którym mogli Państwo ostatnio czytać na łamach „Mojego Miasta” (wydania 04 i 05/2016).

## PRAXISGEMEINSCHAFT MANDLSTRASSE

Mandlstr. 14, 80802 München  
www.praxisgemeinschaft-mandlstrasse.de

### Gabinet psychologiczny Dr Anna Jaworek

Tel. 01577 83 22 867, praxis@annajaworek.de  
www.annajaworek.de (strona także w języku polskim)

## DYSTRYBUCJA PRASY POLSKIEJ NA TERENIE NIEMIEC

Z PEŁNYM PRAWEM ZWROTU EGZEMPLARZY NIESPRZEDANYCH



SPRZEDAŻ HURTOWA  
PRENUMERATA

030-77391863  
030-77391864

BARDZO TANI REGULARNY TRANSPORT TOWARÓW DO 1,5 TONY Z NIEMIEC DO POLSKI



## Dr med. Norbert Karasiński

Specjalista chorób kobiecych i położnictwa

- prowadzenie ciąży
- diagnostyka prenatalna
- leczenie niepłodności-diagnostyka i terapia
- zamrażanie nadżerki, cytologia
- operacje ginekologiczne, plastyczne brzucha i piersi
- oraz operacje miejsc intymnych w Wolfart Klinik

82152 Planegg k. Monachium  
Bahnhofstr. 41  
tel: 089 / 859 55 59  
www.karasiński.de/pl

### Godziny przyjęć:

pon-wt-czw 8-12 i 15-18; śr 10-14 i 15:30-19:30;  
pt - dzień operacyjny (przyjęcia po wcześniejszym uzgodnieniu terminu)  
Dojazd: S6, kierunek Tutzing, ósma stacja od Hauptbahnhof



## Dr. med. Małgorzata Ritter

Specjalistka Medycyny Ogólnej | Lekarz domowy i rodzinny | Medycyna Estetyczna

- badania zdrowotne, przedoperacyjne, Labor, EKG, Holter, Sonografia, Spirografia
- badania okresowe kobiet, mężczyzn i młodzieży
- terapia zmarszczek: kwas hialuronowy, botulina
- mezoterapia: wypadanie włosów, bóle stawów

82178 Puchheim  
Adenauerstr. 6  
Tel. 089/ 80 43 50  
Fax 089/ 89 02 09 17  
www.arztpraxis-ritter.de

### GODZINY PRZYJĘĆ:

pn. - pt. 9.00 – 12.00 oraz pn., wt., czw., 16.00 – 18.00

## LEKARZ RODZINNY

DR. MED. MAŁGORZATA PETZOLD

MED. NATURALNA, CHIROTHERAPIA, AKUPUNKTURA



ROSENHEIMERSTR. 79  
81667 MONACHIUM

TEL. 089/489 567 49

S-BAHN ROSENHEIMER PL.

## PRACUJ JAKO OPIEKUN/KA SENIORÓW W NIEMCZECH



PROMEDICA24

SPOTKANIA INFORMACYJNE W NIEMCZECH!

### NASZE ODDZIAŁY:

Berlin: +49 160 998 466 39  
Essen: +49 157 868 43 123  
München: +49 170 699 66 38  
Frankfurt: +49 170 77 35 672  
Stuttgart: +49 174 244 80 81  
Hamburg: +49 1516 15 41 385

## SALON KOSMETYCZNY

### Oferujemy:

- oczyszczanie twarzy (produkty: nawilżające - odżywcze lub przeciwzmarszczkowe)
- mikrodermabrazja diamentowa
- peeling kawitacyjny
- ultrascall (sonoforeza - wprowadzanie ampulki za pomocą ultradźwięków)
- mezoporacja (natychmiastowy „lift efekt.”)
- makijaż Permanentny
- maniküre - Schellack
- pediküre
- przedłużanie-zagęszczanie rzęs 1:1
- henna

Serdecznie Zapraszamy!

Züricher Str. 29  
81 476 München  
(U3 Forstenrieder Allee)  
Tel . 089 7593738  
info@beautyimforum.de  
www.beautyimforum.de

przyjmę kosmetyczkę z doświadczeniem



## Josephsburg-Apotheke Mariola Huber

Josephsburgstr. 60  
81673 München Berg am Laim  
Tel. 089/43660304  
Fax. 089/43660306  
josephsburg-apotheke@hotmail.com  
www.josephsburg-apotheke.de

Dojazd: U2: Josephsburgstraße  
Tramwaj Nr.19: Mutschellestraße  
Apteka znajduje się  
na rogu Josephsburgstraße/Else-Rosenfeld-Straße

godziny otwarcia:  
pon.-piąt. 8.30-18.30, sob. 8.30-12.30

## PORADY

w języku polskim, bułgarskim i rumuńskim





www.praxis-pontes.de

**DORADZTWO PSYCHOLOGICZNE  
COACHING I PSYCHOTERAPIA**

Mühlthaler Straße 91A, 81475 München  
tel. +49 157 88727501



**Elżbieta Horemska - Kręcicka**  
Heilpraktikerin für Psychotherapie

- Profesjonalna pomoc w trudnych sytuacjach życiowych i momentach kryzysu.
- Wzmacnianie komfortu psychicznego i autonomii.
- Wspieranie konstruktywnych rozwiązań na drodze do osobistej przemiany.
- Pomoc w rozpoznaniu i przekroczeniu wewnętrznych blokad i schematów.
- Kształtowanie osobistego i zawodowego potencjału oraz odkrywanie nowych perspektyw.
- Trening relaksacji i uważności jako antidotum na codzienne stresy.
- Terapia par i rozwój umiejętności budowania relacji.
- Trening skutecznej komunikacji.
- Coaching dla przyszłych rodziców.

ZINTEGROWANE METODY I UROZMAIACONE TECHNIKI TERAPEUTYCZNE  
INNOWACYJNE I ZINDYWIDUALIZOWANE PODEJŚCIE DO KLIENTA

**Dr. MU Debrecen Zsuzsanna Linde-Krakowsky**  
DERMATOLOG • ALERGOLOG



Viebigplatz 4, 80686 München  
tel. 089/573 356; fax 089/578 942

- Hautärztin
- Allergologie
- Venerologie
- Laserchirurgische Behandlung
- Ästhetisch-kosmetische Medizin

**MÓWIMY PO POLSKU**  
(lekarz niemieckojęzyczny)

**www.dr-linde.de**  
DŁUGOLETNI DOŚWIADCZENIE W DERMATOLOGII

**Lekarz  
Ogólny-Internista**  
*Feldmann Irena*

Landsberger Straße 497  
81241 München

Telefon: 089/88 14 89  
Fax: 089/82020328  
feldmann.irena@yahoo.de

**STOMATOLOG**

dr. medycyny dentystycznej  
**Katharina Juretzki**

Amalienstr. 60  
(przy Uniwersytecie)  
80799 München

Tel.: **089/39 37 20**



**Zostań naszą MISS!**  
MISS POLONIA in Deutschland 2016

Jeśli masz skończone 18 lat, jesteś panną i na stałe mieszkasz w Niemczech, to właśnie Ty możesz zostać MISS POLONIA in Deutschland 2016. Jak co roku na uczestniczki finałów czekają cenne nagrody!  
**Czekamy na Twoje zgłoszenie!**

**Warunki uczestnictwa:**

- wiek: w maju 2016 r. ukończone 18 i nieprzekroczone 25 lat;
- stan cywilny – panna;
- stałe zameldowanie w Niemczech;
- nie wymagamy posiadania polskiego obywatelstwa;
- mile widziana znajomość języka polskiego

**Zgłoszenia należy wysłać na adres:**  
GS Agentur, Sperberstr. 56, D-33604 Bielefeld.  
**Dodatkowo, drogą elektroniczną na adres:**  
info@gsagentur.de prosimy przelać zdjęcia kandydatki (portretowe, całej sylwetki oraz w stroju kąpielowym) w dobrej rozdzielczości.

Więcej informacji na stronie:  
**www.miss-polonia-deutschland.de**



Zahnarzt am Marktplatz  
*Joanna Kozłowski*

Lekarz Stomatolog  
Specjalista Implantolog

Marktplatz 7, 85375 Neufahrn

Tel. 08165-4866, Fax 08165-708676

info@zahnarztpraxis-kozłowski.de  
www.zahnarztpraxis-kozłowski.de

- Zakres leczenia:**
- leczenie dzieci i dorosłych,
  - profilaktyka,
  - wypełnienia światłoutwardzalne i porcelanowe,
  - leczenie kanałowe,
  - korony, mosty i protezy,
  - system CEREC,
  - implanty,
  - leczenie paradontoz,
  - szyny zgryzowe,
  - zabiegi kosmetyczne (np. wybielanie, licówki).

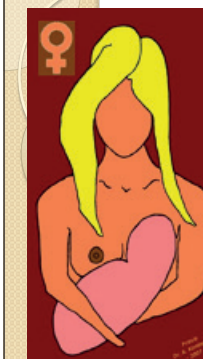
Gabinet mieści się w centrum Neufahrn na północ od Monachium, samochodem A9 - kierunek Norymberga - zjazd Eching, Neufahrn, S-Bahn S1

**GODZINY OTWARCIA:**

pon. wt. śr.: 9.00-13.00 / 14.00-18.00

czw.: 11.00-18.00; pt.: 9.00-14.00

Skorzystaj z naszych nowoczesnych pomieszczeń



**Dr. med. Adam Konieczny**  
Specjalista ginekolog i położnik

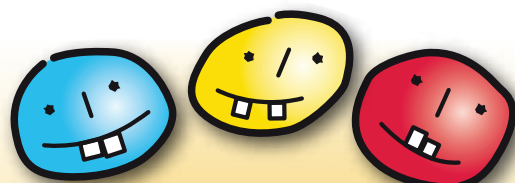
z rozszerzoną specjalizacją w zakresie:  
„Specjalnej operatywnej ginekologii” i  
„Specjalnego położnictwa i perinatologii”  
były ordynator w Niemczech i wieloletni adiunkt  
Klinik w Heidelbergu i Münster (Westfalia)

**Marktl Str. 2A**  
**84489 Burghausen**  
**Tel.: 0049 8677 3001**

Operacje ginekologiczne, plastyczne i zabiegi kosmetyczne  
Prowadzenie i nadzór ciąży normalnych i patologicznych  
Onkologia ginekologiczna i chemioterapia  
Diagnostyka i terapia w zakresie ginekologii urologicznej  
3D- / 4D – Ultrasonografia  
Diagnostyka i terapia niepłodności

**Pon.– Pi. 8 – 12 Pon. i Czw. 15 – 18; Wt. 13 – 16**

Wir behandeln alle Typen



**Ortodoncja**  
Dr.med. dent Agnieszka Gremminger

Berg-am-Laim-Str. 147, 81673 München Tel. 089/43 10 93 30, Fax 089/43 10 93 32  
Riem-Arcaden, Werner Eckert Str. 10, 81829 München Tel. 089/43 57 07 57  
Poing, Alte Gruber Str. 6 Tel. 08121/9 95 90 55

info@dr-gremminger.de www.dr-gremminger.de

**Masz problem z alkoholem?**  
Skontaktuj się z nami

**Polskojęzyczna Intergrupa  
Anonimowych Alkoholików „Bawaria”**

Strona internetowa: **www.aabawaria.pl**  
Adres e-mail: **kontakt@aabawaria.pl**  
Tel. **0151- 45495514**



**Logopädie  
im Münchner Osten  
Therapie  
mowy**



Terapia wszystkich zaburzeń mowy u dzieci (także przy wielojęzyczności), jak również neurologicznych zaburzeń mowy u dorosłych (Afazja, Dysartria).

**TERAPIA MOŻE ODBYWAĆ SIĘ PO NIEMIECKU LUB PO POLSKU**  
Przyjmujemy pacjentów prywatnych oraz ubezpieczonych we wszystkich kasach chorych

**Anna Machowski  
& Kolleginnen**

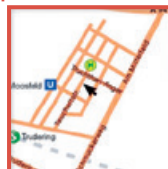
Teuchertstr. 28, 81829 München  
Tel.: 089-189 042 09  
Mobil: +49-(0) 179 676 32 72  
sprachtherapie\_machowski@yahoo.de

Nasz gabinet znajduje się w Kirchtruderingu/am Moosfeld w pobliżu Messestadt Riem

**DOJAZD:**

- U2 - kierunek Messestadt Ost - stacja Moosfeld
- S4 - kierunek Ebersberg - stacja Trudering
- autobus nr 139 z Messestadt Riem - przystanek Truchhart-Anger

Od wszystkich przystanków i stacji 3-5 min. pieszo



**mojemasto**

www.mm-gazeta.de

**UWAGA NOWOŚĆ!**  
**BEZPŁATNE**  
**OGŁOSZENIA DROBNE**

**Salon Fryzjerski  
Magda**

SERDECZNIE  
ZAPRASZA  
PANIE  
I PANÓW

od wtorku do piątku w godz. 9:30-18:00  
Tel.: 089 / 260 26 202

Herzog-Wilhelm-Str. 25, 80331 München

**UWAGA: NOWY ADRES!!!!**



**POLSKI SALON FRYZJERSKI**

**Eugeniusz Ochmann**

www.salon-ochmann.de

Landsbergerstr. 12  
80339 München  
tel: 089/5023146  
Tram. 18 i 19 Holzapfelstr.  
(przed salonem)

**DLA PANI**

Strzyżenie od 15€  
Balejage od 35€  
Pasemka od 25€

**DLA PANA**

Strzyżenie od 13€  
Mycie, strzyżenie,  
woda do włosów,  
masaż od 19€

**Wiola, Renata, Anna, Konrad, Dawid, Eugeniusz**  
Zapraszają: pn-pt 9-19, sob 9-15



# Witamina



cz. 1

## jej znaczenie w praktyce stomatologicznej

**Wiemy już od dziecka, że witamina D jest nieodzowna dla naszego zdrowia, że trzeba przebywać dużo na słońcu, by prawidłowo kształtowały się kości i zęby**

Wiemy ponadto, że obecność tej witaminy we krwi pobudza wchłanianie wapnia i fosforu z jelit oraz promuje mineralizację macierzy kostnej, korzystnie wpływa na system nerwowy, na przemianę lipidów i na pracę mięśni, a nawet serca. W świetle wyników intensywnych badań z ostatnich lat witamina D jest kluczowym hormonem homeostazy układu odpornościowego, metabolizmu glukozy i lipidów oraz innych działań niezwiązanych z działaniem kalcemicznym. Szczególne znaczenie ma jej efekt przeciwpalny, związany z proliferacją i różnicowaniem komórek układu immunologicznego oraz regulacją odpowiedzi immunologicznej. Witamina D jest nieodzowna dla prawidłowego funkcjonowania organizmu w każdym wieku. Dlatego też podaje się ją przede wszystkim małym dzieciom do wieku przedszkolnego w postaci tabletek lub kropli. Suplementację witaminy D zaleca się nawet do 16-18 roku życia, ponieważ do tego czasu ma miejsce intensywny wzrost.

### Czym jest witamina D i jakie są jej funkcje

Witamina D, która stanowi grupę organicznych rozpuszczalnych w tłuszczach steroidowych związków chemicznych, odgrywa nie tylko ważną rolę w metabolizmie kości, ale też i w regulowaniu odpowiedzi immunologicznej, pełni funkcje regulacyjne dla własnej syntezy itp.

Aktywna postać witaminy D produkowana w nerkach ma działanie ogólnoustrojowe. Ta sama witamina produkowana pozanerkowo, np. w komórkach układu immunologicznego, działa wewnątrz produkując ją komórki, czyli autokrynnie lub lokalnie czyli parakrynnie. Działania te nazywane są nieklasycznymi funkcjami witaminy D, takimi jak wpływ na proliferację, różnicowanie lub apoptozę komórek oraz produkcję cytokin. Zarówno funkcje klasyczne, do których należy wpływ na gospodarkę wapniowo-fosforanową, jak i wyżej wymienione funkcje nieklasyczne, wywierane są poprzez wiązanie witaminy D z jej receptorem, należącym do rodziny receptorów jądrowych. Obie funkcje dotyczą bezpośredniej regulacji ekspresji genów, a mianowicie aktywacji i hamowania ich transkrypcji. Obecnie prowadzone badania koncentrują się głównie na znaczeniu stosowania witaminy D w profilaktyce pierwotnej wystąpienia chorób nowotworowych, autoimmunologicznych, sercowo-naczyniowych i depresji oraz na jej wpływie na przebieg tych chorób.

### Metabolity witaminy D

Istnieją dwie postaci witaminy D: witamina D2 ergokalcylferol oraz D3 cholekalcylferol. Obie formy różnią się pod względem budowy strukturalnej. Organiczny związek chemiczny, jakim jest witamina D2, powstaje w organizmach roślin, drożdży i grzybów pod wpływem światła z ergosterolu, czyli prowitaminy D2. Witamina D3 natomiast występuje w organizmach zwierzęcych i ludzkim w znacznie większych ilościach i jest syntetyzowana z udziałem promieni ultrafioletowych B o długości fal 290–315 nm z obecnej w skórze prowitaminy 7-dehydrocholesterolu. Obydwu metabolitom witaminy D przypisuje się potencjał kliniczny w modulowaniu swoistej odpowiedzi immunologicznej oraz w profilaktyce i leczeniu chorób zapalnych oraz zaburzeń układu immunologicznego. W niniejszym artykule jest mowa o witaminie D organizmu ludzkiego, dlatego też będzie stosowane określenie „witamina D”, bez uwzględniania rozgraniczenia między metabolitami tejże witaminy.

Witamina D cholekalcylferol jest sekosteroidem, czyli naturalnie występującym związkiem chemicznym, produkowanym przez keratynocyty skóry. Zgodnie z doniesieniami należy oczekiwać, że sekosteroidy hamują stany zapalne. Jako nieaktywny związek witamina D jest w wątrobie hydroksylowana na 25 pozycji. W nerkach ulega dalszej hydroksylacji, dzięki czemu staje się aktywną formą witaminy D określaną też kalcytrolem i działa w jelitach, w których stymuluje wchłanianie wapnia i fosforu, jak również i w kościach, gdzie promuje różnicowanie osteoblastów i mineralizację macierzy kostnej. Odgrywa rolę w zachowaniu równowagi homeostatycznej i jest esencjalna dla wzrostu kości.

Aktywna postać witaminy D, tzw. kalcytrol, jest wytwarzana również poza nerką, a mianowicie w skórze, łożysku, komórkach kostnych, komórkach przytarczyc, płucach oraz w monocytach i makrofagach poprzez sygnał generowany w receptorze witaminy D. Komórki układu immunologicznego są nie tylko celem działania kalcytrolu, ale również mogą same aktywować witaminę D.

Jak wykazali naukowcy, lokalna regulacja aktywności 1 $\alpha$ -hydroksylazy, czyli enzymu przekształcającego witaminę D w jej aktywną formę w komórkach układu immunologicznego, nie jest zależna od wapnia, jak to się odbywa w nerkach, lecz od bodźca immunologicznego. Sugeruje to, iż powstawanie aktywnej formy

lek. stom.  
Marian Znorowski

witaminy D jest uzależnione od mechanizmów związanych z licznymi komórkami organizmu, co wskazuje na jej wszechstronny charakter.

### Witamina D i odpowiedź zapalna

Odpowiedź zapalna jest reakcją systemu odpornościowego na obce czynniki. Jest to skoordynowany przebieg mechanizmów zarówno odporności nieswoistej z udziałem komórek tucznych, komórek dendrytycznych, makrofagów, neutrofilów oraz NK i wydzielanych przez nich mediatorów, jak i odporności swoistej z udziałem limfocytów T. Wpływ witaminy D na te mechanizmy zostanie opisany poniżej.

Prawidłowa czynność mechanizmów odpornościowych jest zależna od uwarunkowań genetycznych, wieku, kondycji zdrowotnej, wpływu stresu oraz diety. Spośród składników diety obdarzonych komponentą immunologiczną na szczególną uwagę zasługują wielonienasycone kwasy tłuszczowe z rodziny omega 3 i omega 6, witaminy i składniki mineralne i przeciwutleniacze. Immunomodulacja tych składników, a więc ich wpływ na układ immunologiczny, polega na oddziaływaniu na barierę jelitową błon śluzowych, aktywność komórek obronnych oraz odpowiedź zapalną. Witamina D ma tu szczególne znaczenie.

Rola witaminy D w regulowaniu funkcji układu immunologicznego

Witamina D w aktywnej postaci hamuje wydzielanie parathormonu, odporność nabytą i proliferację komórek, a jednocześnie promuje sekrecję insuliny, wrodzoną odporność oraz stymuluje różnicowanie komórek.

Jej znaczenie immunomodulacyjne, czyli jej wpływ na przebieg różnych procesów immunologicznych, polega między innymi na aktywacji i proliferacji limfocytów, na różnicowaniu limfocytów pomocniczych i polaryzacji immunologicznej, na wytwarzaniu swoistych przeciwciał oraz regulacji odpowiedzi immunologicznej. Efekt ten wyraża się w zmniejszonym występowaniu wirusów i infekcji bakteryjnych.

Ponieważ witamina D indukuje różnicowanie i hamowanie proliferacji zarówno w komórkach zdrowych jak i nowotworowych, wykorzystanie jej roli w tych procesach otwiera nowe drogi do eliminacji komórek nowotworowych, regulowania autoimmunologicznych procesów i zwalczania infekcji.

Jak już zostało wspomniane, witamina D stymuluje odpowiedź wrodzoną, wzmacniając funkcje makrofagów, m.in. właściwości chemotaktyczne oraz fagocytotyczne, jak również wytwarzanie peptydów o właściwościach bakteriobójczych, tj. katelicydyn. Działając na komórki monocytarne, witamina D przyczynia się do zmniejszenia ilości produkowanych przez nie prozapalnych cytokin. Witamina D wpływa również na odpowiedź swoistą organizmu, czyli odpowiedź immunologiczną po uprzednim zetknięciu się z antygenem, obejmującą odporność komórkową i humoralną skierowaną przeciwko określonemu rodzajowi antygenowi, w której współdziałają ze sobą neutrofile,

makrofagi, limfocyty B oraz limfocyty T cytotoksyczne i pomocnicze. Ponadto hamuje witamina D dojrzewanie i różnicowanie komórek dendrytycznych, głównej populacji komórek prezentujących antygen; pośrednio wywołuje polaryzację antagonistycznych w stosunku do siebie limfocytów Th1 wspierających głównie odpowiedź komórkową oraz Th2 wspierających głównie odpowiedź humoralną, zmieniając profil wydzielanych cytokin w kierunku hamowania aktywacji limfocytów T efektorowych i indukowania limfocytów T regulatorowych. Zjawiska te są podstawą polaryzacji immunologicznej<sup>1</sup>, pełniąc kluczową rolę w regulowaniu odpowiedzi odpornościowej.

W szczególności wpływa witamina D w postaci aktywnej bezpośrednio na odpowiedź limfocytów T efektorowych poprzez zmniejszenie sekrecji cytokin prozapalnych IFN- $\gamma$ , IL-2 przez limfocyty pomocnicze Th1 oraz IL-17 i IL-21 przez limfocyty pomocnicze Th17, jak i poprzez zwiększenie wydzielania cytokin IL-4, IL-5 i IL-10 o funkcjach supresorowych wytwarzanych przez limfocyty pomocnicze Th2. Pośrednio wpływa witamina D na odpowiedź limfocytów T przez działanie komórek dendrytycznych głównych przedstawicieli komórek prezentujących antygen, które hodowane w obecności witaminy D indukują limfocyty T regulatorowe, w skrócie Treg, o właściwościach supresorowych. Limfocyty Treg są odpowiedzialne za kontrolowanie i hamowanie nadmiernej reakcji przeciwpalnej, reakcji nadwrażliwości i nadmiernej reaktywności, zwłaszcza w stosunku do własnych antygenów. Mechanizm ten służy kontroli i hamowaniu nadmiernej reakcji przeciwpalnej, reakcji nadwrażliwości i nadmiernej reaktywności w czasie epizodów aktywnej odpowiedzi immunologicznej, indukując mechanizmy protolerogenne, zwłaszcza u osób po przeszczepie lub z chorobami autoimmunologicznymi. Obecność witaminy D zmniejsza również produkcję IgG przez limfocyty B i komórki plazmatyczne oraz IgM przez komórki plazmatyczne, hamując ich różnicowanie się.

<sup>1</sup> Polaryzacja immunologiczna, czyli rozdzielenie elementów układu na dwie grupy, jest istotnym elementem odpowiedzi immunologicznej dotyczącym wyboru mechanizmów odpowiedzi humoralnej lub komórkowej. W wyniku działania antygeny oraz różnych cytokin dochodzi do różnicowania limfocytów pomocniczych Th w jeden z dwu podtypów: limfocyty Th1, mające zdolność wspierania odpowiedzi komórkowej, limfocyty Th2, wpływające dodatkowo na odpowiedź humoralną. Cechą charakterystyczną limfocytów pomocniczych jest ich wzajemne przeciwdziałanie polegające na tym, że limfocyty Th1 i Th2 działają względem siebie antagonistycznie, a wydzielane przez nie substancje sygnałowe tzw. cytokiny mają zdolność hamowania rozwoju lub funkcji drugiego typu komórek. Limfocyty Th1 wytwarzają przede wszystkim substancje sygnałowe IFN- $\gamma$  oraz Interleukinę 2, które mają dodatni wpływ na rozwój odpowiedzi komórkowej. Do powstania limfocytów Th1 prowadzą IFN- $\gamma$  oraz Interleukina 12. Limfocyty Th2 wydzielają Interleukinę 4, Interleukinę 5, Interleukinę 10 i Interleukinę 13, które wpływają dodatnio na rozwój odpowiedzi humoralnej. Substancja sygnałowa IFN- $\gamma$ , wydzielana przez limfocyty Th1, wspiera z jednej strony ich rozwój, z drugiej zaś hamuje funkcję i proliferację limfocytów Th2. Z kolei Interleukina 4, wydzielana przez limfocyty Th2, wpływa dodatnio na te komórki, a jednocześnie hamuje wspólnie z Interleukiną 10 i z Interleukiną 13 wydzielanie cytokin przez komórki Th1, wpływając supresyjnie na rozwój odpowiedzi komórkowej.

### Na pytania odpowiada

dr Marian Znorowski  
tel.: 08131/729440; 089/9579500;  
praxis@znorowski.com

## Stomatolog

dr Marian Znorowski

stomatologia ogólna  
stomatologia dziecięca

Am Oberanger 14  
85221 Dachau

Tel.: 08131/729 440

www.znorowski.de  
praxis@znorowski.com

w szczególności:

| ortodoncja                                      | implanty                                        | profilaktyka i estetyka                         |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| akceptujemy eu tymczasową kartę ubezpieczeniową | akceptujemy eu tymczasową kartę ubezpieczeniową | akceptujemy eu tymczasową kartę ubezpieczeniową |
| mówimy po polsku                                | 7 minut od S2 do praktyki                       |                                                 |

endokrynologia . chiroterapia (kręgarz) . akupunktura



Dr. med. Marian Tymiec

dr med **tymiec**  
lekarz internista - ogólny

tel.: 089 488 493 • fax: 089 489 21 12

Steinstr. 30 • 81667 München  
(S-Bahn) Rosenheimerplatz - (U-Bahn) Max-Weber-Platz

implanty to nasza pasja

## Centrum Stomatologii i Implantologii

Monachium – Giesing

Dr. Olaf I. Januszkiewicz  
Tegernseer Landstraße 29, 81541 München

(dojazd: U2 Silberhornstraße)

**089 – 652 327** Godziny przyjęć - tylko po wcześniejszym ustaleniu terminu

- Stomatologia zachowawcza i endodoncja
- Pedodoncja
- Periodontologia
- Stomatologia estetyczna
- Ortodoncja
- Protetyka
- Chirurgia
- Implanty
- Wybielanie

młoda entuzjastyczna kadra • doświadczeni stomatolodzy • sympatyczna atmosfera • bezstresowe leczenie zębów



# Krystyna Borowska-Wünsch ADWOKAT

Członek  
Izby Adwokackiej  
w Warszawie  
i Rechtsanwaltskammer  
w Monachium



- doradztwo prawne w zakresie prawa rodzinnego i cywilnego, w tym prawa umów gospodarczych
- dochodzenia roszczeń i prawa spadkowego
- możliwość reprezentowania Państwa w Niemczech jak również stałego lub sporadycznego reprezentowania Państwa przed wszystkimi sądami i instytucjami w Polsce

Schulstr.10 (U-Bahn Rotkreuzplatz) · 80634 München  
Tel. 089 13038628 · Fax 089 13038627 · Mobil 0172- 9959 216 · E-Mail: kbwuensch@t-online.de

## Niemcy kochają Audi i...

Niemiecki producent samochodów Audi ma w Niemczech najwięcej fanów, którzy są zadowoleni z zakupionych pojazdów i związani z przedsiębiorstwem emocjonalnie. Sporą sympatią cieszy się również japoński koncern samochodowy Toyota.



Nowe dane zaprezentowało przedsiębiorstwo doradcze, które przyjrzało się zależności pomiędzy klientami a przedsiębiorstwem. Na potrzeby badań podzielono klientów według ich stopnia zadowolenia i stosunku do marki – na fanów, sympatyków, najemników, więźniów i przeciwników.

Jak można się spodziewać, najbardziej oddaną grupą są fani marki. To ludzie, którzy są bardzo zadowoleni z zakupu, emocjonalnie związani z producentem oraz gotowi obwieszczać swoje zadowolenie innym. Do tej grupy można doliczyć również sympatyków – osoby oceniające zakup pozytywnie i ciepło postrzegające markę, jednak zaliczające się raczej do „cichych wielbicieli”.

Dzięki klientom z obu tych kategorii, na prowadzenie z 66 procentami wysuwa się Toyota. Po piętach depta jej Audi z 64 procentami takich osób.

Kierownik badań, Jonas Lang, tłumaczy, że Audi jest marką, która najlepiej wiąże ze sobą klientów emocjonalnie. To właśnie oni są gotowi do polecenia jej innym. Niemiecki koncern punktuje także w kategoriach image'u, innowacji i elastyczności, spełniając swoją obietnicę „przewaga poprzez technikę”.

Zdecydowanie gorzej, choć jednak satysfakcjonująco, wypada Skoda, która zajęła w rankingu szóste miejsce. Zawdzięcza je głównie największej liczbie sympatyków – zabrakło jednak siły na przemienienie ich w prawdziwych fanów. Największym przegranym okazał się Volkswagen, który stracił zaufanie klientów po aferze spalinowej. Co gorsze, przybyło mu przede wszystkim przeciwników – w ciągu roku ich liczba wzrosła z 13 do 21 procent.

Źródło: Focus, job-profi.pl

## Kancelaria Podatkowa



### NOWY ADRES:

Werner-Eckert-Str. 4  
81829 München

p.madzarow@gmail.com  
Tel.: 089/99936501  
Fax: 089/99936502

Terminy po telefonicznym lub mailowym uzgodnieniu

doradztwo podatkowe  
księgowość

sporządzanie zeznań  
podatkowych

korespondencja  
z urzędami skarbowymi

www.steuerberater-madzarow.de

*Szansa dla samotnych*

**POLSKO-NIEMIECKIE**  
Biuro Partnersko-Matrymonialne  
z 18-letnim doświadczeniem i dużymi sukcesami

- Pomaga Nawiązać Znajomości
- Poznać Ciekawych Ludzi
- Zawrzeć Przyjaźń lub Matrimonię

*Pragniesz zmienić swoje życie, odnaleźć partnera/partnerkę, o którym zawsze marzyłeś, nie czekaj na przypadek, pomóż swojemu szczęściu i przekonaj się, jak setki naszych szczęśliwych par, że naprawdę warto!*

**ZADZWOŃ JUŻ DZIŚ!**  
TEL. 089-326 00 321  
089-326 00 322

Nasza dewiza:  
*Uczciwość - Dyskrecja  
Profesjonalizm - Skuteczność*

**STEGMANN**  
Personaldienstleistung

## Praca w Niemczech

**Pilnie zatrudnimy osoby na stanowiska:**

**branża przemysłowa**

- spawacz MIG, MAG, TIG
- ślusarz - narzędziowiec
- mechanik samochodowy, przemysłowy
- lakiernik przemysłowy, samochodowy
- elektryk, elektronik, mechatronik
- monter instalacji sanitarnych i klimatyzacji

**branża lotnicza**

- mechanik lotniczy
- elektryk lotniczy

**branża inżynierska i IT**

- inżynierska konstruktor
- inżynierska budowy maszyn
- inżynierska elektronik
- programista JAVA
- administrator sieci

**Wymagania:**

- dobra znajomość języka niemieckiego
- kilkuletnie doświadczenie w danym zawodzie

**Oferujemy:**

- umowę o pracę w warunkach niemieckich
- atrakcyjne wynagrodzenie plus dodatki
- zakwaterowanie opłacone przez firmę
- opiekę w Niemczech przez koordynatora

Stegmann Personaldienstleistung GmbH  
Tel.: +49 89 / 747218-20 · Fax: +49 89 / 747218-34  
Ridlerstraße 37 · 80339 München  
eu-recruiting@stegmann-personal.de

www.stegmann-personal.de

**Vodafone Kabel Deutschland**  
dla Polaków w Niemczech

Wi-Fi

komórki i polska telewizja

Wszystko u nas załatwisz po polsku,  
również telefonicznie

**Vodafone DSL, Kabel & TV-Shop**  
Pfarrstraße 10  
85221 Dachau  
Tel. 08131/356 33 06  
Fax 08131/356 51 72

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 10.00-14.00 Uhr  
und 15.00-18.00 Uhr  
Sa. 10.00-14.00 Uhr

**GLASFASER POWER**

Festnetz

**Łukasz Sowada**  
Geprüfter Versicherungsfachmann IHK Broker

## ubezpieczeniowy

PORADY I INFORMACJE DOTYCZĄCE UBEZPIECZEŃ

OC firm  
OC prywatne  
komunikacyjne  
emerytalne  
na życie  
zdrowotne  
wypadkowe

Thalkirchner Str.184, 81371 München  
Tel.: 089 41 41 41 351  
Mobil: 0176 104 224 97  
Fax: 089 41 41 41 352  
lukasz.sowada@googlemail.com





## Rakiety śnieżne

### Zima w górach nie tylko dla narciarzy

*Dla miłośników „białego szaleństwa” zima jest okresem wzmożonej aktywności fizycznej i możliwości kontaktu z naturą w tej także pięknej porze roku, gdy warstwa białego puchu, przykrywając wszystko dookoła, nadaje zwykłemu rzeczom nowy blask.*

A co z osobami, które nie jeżdżą na nartach, a chciałoby w zimie wyrwać się z tłoczno miasta, gdzie szaro i nieciekawie, aby odechnąć pełną piersią, świeżym powietrzem?

Taką możliwość dają wędrowki w rakietach śnieżnych. Rakiety śnieżne (niem. Schneeschuhe) to wynalazek tak stary jak ludzkość zamieszkująca tereny, na których okres zimowy wiąże się z opadami dużej ilości śniegu. Również Ötzi – słynna „lodo-wa mumia” z przed paru tysięcy lat – miał je w swoim ekwipunku. Dzięki nim możemy się swobodnie poruszać po terenie, gdzie każdy krok bez rakiety oznacza brnięcie przez zasy.

#### Jeśli jeszcze nie mamy rakiety, to jakie kupić?

Obecnie na rynku jest paru producentów, którzy w swojej ofercie posiadają różne typy rakiety. Ceny zaczynają się od ok. 100 €. Odradzałbym kupowanie tanich produktów „no name”, do produkcji których użyto materiałów niskiej jakości, co skutkuje szybkimi uszkodzeniami (urwane paski i zaczepy, pęknięcia aluminiowej ramy lub powierzchni nośnej rakiety), które czynią sprzęt bezużytecznym.

Wybór rodzaju rakiety zależy od ukształtowania terenu, po jakim będziemy się poruszać, a także od wagi użytkownika. Należy przy tym pamiętać o konieczności dodania wagi niesionego plecaka.

Przed dokonaniem zakupu (najlepiej w specjalistycznym sklepie ze sprzętem górskim) poradzmy się sprzedawcy, który pomoże nam dobrać odpowiedni do naszych potrzeb typ rakiety.



Samo poruszanie się w rakietach nie wymaga nauki pod okiem instruktora, jak jest w przypadku nauki jazdy na nartach. Rakiety zapinamy na nogi i ruszamy, tak stawiając stopy, aby nie przydeptywać jednej rakiety drugą. Do rakiety konieczne są kijki trekkingowe ze śnieżnymi talerzykami, aby kijki nie wbijały się zbyt głęboko. Dobrze jest założyć stuptuty – ochraniacze na nogi przeznaczone do poruszania się w trudnym terenie.

Wędrowki w rakietach dają prawie nieograniczoną możliwość poruszania się w każdym terenie, gdyż zimą nie jesteśmy zobligowani do chodzenia wyłącznie drogami czy szlakami góorskimi, czy też trasami przygotowanymi

do jazdy na nartach. Możemy docierać do miejsc, które w okresie bezśnieżnym są trudno dostępne lub w ogóle nie są dostępne.

Należy oczywiście zawsze pamiętać o zachowaniu zasad bezpieczeństwa, a w przypadku poruszania się w wyższych górach przed wyruszeniem na wędrowkę należy sprawdzić aktualny stan zagrożenia lawinowego na obszarze, po którym będziemy się poruszać.

Dobrze też, gdy danego dnia jest słoneczna pogoda – wtedy taka wędrowka to czysta przyjemność.

**Do zobaczenia na szlaku!**



## z życia SV POLONIA Monachium

## Wakacje ZA NAMI

Kolejne wspaniałe wakacje już za nami – dla jednych była to prawdziwa przerwa i czas odpoczynku, a dla dla innych okres przygotowawczy do nowego sezonu. Nasza pierwsza drużyna pod okiem trenera Michala Timko 4 września rozpoczęła sezon 2016/2017 meczem wyjazdowym przeciwko FC Rot-Weiß Oberföhring. Obecnie – po rozegranych 5 meczach

w lidze – mamy już 11 punktów! Mimo iż trener nie zawsze ma możliwość wystawienia optymalnego składu drużyny, udało się nam zdobyć aż tyle punktów. Stało się tak dlatego, iż każdy z zawodników pokazuje na meczu pełne zaangażowanie, daje z siebie wszystko. Można powiedzieć, że mamy prawdziwą drużynę, co oczywiście cieszy i daje nadzieję na przyszłe sportowe sukcesy.

**Oby tak dalej!**

TABELA

| Pl. | Verein                        | Spiele | S | U | N | Torverh. | Tordiff. | Pkt. | Trend |
|-----|-------------------------------|--------|---|---|---|----------|----------|------|-------|
| 1   | SV Akgüney Spor München II    | 7      | 6 | 0 | 1 | 13 : 5   | 8        | 18   | ●     |
| 2   | TSV Ebersberg III             | 6      | 4 | 1 | 1 | 9 : 5    | 4        | 13   | ●     |
| 3   | FC Alte Haide-DSC München III | 6      | 4 | 0 | 2 | 21 : 11  | 10       | 12   | ↗     |
| 4   | SV Polonia München            | 5      | 3 | 2 | 0 | 13 : 7   | 6        | 11   | ↗     |
| 5   | TSV Trudering M. II           | 6      | 3 | 0 | 3 | 14 : 12  | 2        | 9    | ↘     |



święteczny nastrój i dobre jedzenie. Kto wie, może zawita do nas Mikołaj z drobnymi podarunkami dla sportowców? Byłoby nam bardzo miło, aby do tego czasu dołączyli do nas nowi zawodnicy. Wszystkich, którzy są zainteresowani przystąpieniem do naszego klubu, prosimy o kontakt z koordynatorem sekcji juniorów Tomaszem Binkulem (tel. 01703295210).

**Zapraszamy Was do wspierania naszej naszego Klubu w każdej możliwej formie.**

Dla kibiców zawsze jest okazja do wspólnego przeżywania wielu emocji sportowych. Nasze drużyny mają ambitne cele, a Wasza obecność jest dodatkowym wsparciem dla nas!

Dla rodzin i dzieci to świetna okazja na spotkanie i wymianę kontaktów. A dzieci, oprócz fachowej opieki trenerskiej, zyskują niezbędną przerwę od świata cybernetycznego.

Sponsorom proponujemy współpracę. Mamy interesujące propozycje i możliwość tworzenia wspólnych projektów. Zachęcamy do odwiedzania naszej strony internetowej [www.svpoloniamuenchen.de](http://www.svpoloniamuenchen.de), na której na bieżąco można śledzić wszystkie najważniejsze informacje i wydarzenia.

Drużyna Oldbojów A zakończyła już swoje rozgrywki. Niestety, w tym roku nie udało się jej utrzymać w tzw. Oberlidze. W ostatnim meczu – aby mieć jeszcze jakiegokolwiek szanse na pozostanie w lidze – musieliśmy wygrać, a przeciwnikiem był FC Bayern München, który od początku sezonu zadomowił się na pierwszym miejscu w tabeli. Mimo dużego wsparcia ze strony kibiców i dobrej gry zespołu, przegraliśmy ten mecz 4:3. Teraz przed nami analiza minionego sezonu i intensywna praca w zespole, który jak najszybciej zamierza powrócić do Oberligi. Dziękuję serdecznie wszystkim zawodnikom za zaangażowanie i walkę!

Po wakacyjnej przerwie rozpoczęła też treningi Drużyna Orlików. Udało nam się utworzyć dwie grupy wiekowe, co – mamy taką nadzieję – pozwoli się dalej rozwijać młodym sportowcom, którzy są przyszłością naszego klubu. Planowane są oczywiście sparingi. Pierwszy odbędzie już wkrótce przeciwko drużynie z Fürstenfeldbruck.

**9 grudnia 2016 r.** planowane jest spotkanie świąteczne dla naszych juniorów na terenie obiektu sportowego SV Polonia. Jesteśmy przekonani, że jak co roku spotkanie będzie dla wszystkich wspaniałym przeżyciem z uwagi na miłe towarzystwo,

UNSER VEREIN WIRD UNTERSTÜTZT VON:

**BOETRONIC**  
PERSONALMANAGEMENT GMBH

**BBL-Service**

**DAK**  
Gesundheit

**pldf**  
Polski Doradca Finansowy

**AGNIESZKA MILLER**

**DARIUSZ FIGURA AUTOSERVICE**

**WOITEC BAU**

**mojemasto**  
www.mm-gazeta.de

Generalkonsulat der Republik Polen in München



## FC Fortuna 96 Dingolfing



## KLUB Z AMBICJAMI



Informowaliśmy już na łamach „Mojego Miasta” o piłkarskim klubie FC Fortuna 96 Dingolfing, w którym aż roi się od polskich nazwisk. Klub wystawia aż dwie drużyny, grające w klasie A okręgu Straubing – FC Fortuna 96 Dingolfing i FC Fortuna 96 Dingolfing II. Pod koniec rundy jesiennej zajmują one kolejno 6 i 10 miejsce w tabeli rozgrywek.

Klubem kieruje zarząd, któremu przewodniczą Andreas Pielorz i Peter Jaskolka, trenerem zaś jest Thomas Frick. Obecnie w FC Fortuna Dingolfing trenuje 45 zawodników.

W tym roku do Fortuny dołączyło pięciu wartościowych piłkarzy, wychowanków klubów polskich i niemieckich. Sukcesy na boisku zauważają sponsorzy, co może się przełożyć na kolejne transfery.

Najbliższe plany to awans do grupy wyższej, czyli do ligi okręgowej. Dlatego też klub nadal poszukuje utalentowanych piłkarzy.

Kontakt: [fc.fortuna96@gmx.de](mailto:fc.fortuna96@gmx.de)  
[www.fcfortuna96dingolfing.de](http://www.fcfortuna96dingolfing.de)



W okresie zimowym treningi odbywają się w Höll Ost Halle, w każdy wtorek o godz. 18.00.

Za pośrednictwem „Mojego Miasta” Zarząd Klubu dziękuje sponsorom, apelując jednocześnie do wszystkich chętnych o wspieranie piłkarzy FC Fortuna Dingolfing.

Na zdjęciach obie drużyny FC Fortuna 96 Dingolfing i najnowszy narybek, od lewej: Łukasz Stachura, Tomasz Cieślak, Bartłomiej Mazur, Dawid Sichma, Fabian Dobmeier.

HEIZUNG
SANITÄR
LÜFTUNG
SOLAR
BRENNER-SERVICE

GdR Meisterbetrieb  
**Altmann – Knutelski**  
Herzogstandstr. 24 81539 München  
Tel.: 089/69398749  
Fax: 089/69398750  
Mobil: 0163 7665261/62  
E-mail: [firma@aku-gdbr.de](mailto:firma@aku-gdbr.de)

MÓWIMY PO POLSKU  
WYKONUJEMY USŁUGI RÓWNIEŻ NA TERENIE POLSKI

# DZIECKO NA NARTACH

Specjalnie dla czytelników „Mojego Miasta”  
fachowe wskazówki polskiego olimpijczyka  
**JAKUBA MALCZEWSKIEGO**

## KIEDY?

Rozpoczęcie nauki jazdy na nartach zaczyna się w głowie już we wczesnym dzieciństwie, wraz z poznawaniem i oswajaniem (pierwszego) śniegu. Dzieci raczkując, chodząc czy turlając się po śniegu, doświadczają bodźców rozwojowych oraz fascynacji jego kształtem, strukturą i temperaturą. Ta fascynacja śniegiem powoduje, że kiedy kończą się wakacje letnie, dzieci już oczekują na pierwsze płatki śniegu. Ten czas oczekiwania można im uprzyjemnić, a jednocześnie „przyspieszyć” czytaniem bajek o zimie.

Nauka jazdy na nartach nie rozpoczyna się zatem w momencie zapięcia nart i pozostawienia pierwszych śladów, ale dużo wcześniej, od wspomnianych powyżej zabaw na śniegu i czytania bajek.

## JAK?

Czego mogą nauczyć rodzice, a kiedy dziecko pozostawić instruktorowi narciarskiemu?

Rodzice mają duży wpływ na wczesną fazę nauki jazdy na nartach poprzez czytanie zimowej lektury, czy też wspieranie aktywności dziecka na śniegu. Jazda na sankach, ślizganie się na lodzie, turlanie się, chodzenie i skoki po głębokim śniegu przygotowują dziecko mentalnie i motorycznie do nauki jazdy na nartach. Na tym etapie bardzo ważne jest zwracanie uwagi dziecka na aspekt bezpieczeństwa, własnego oraz innych.

Taka zabawa-nauka jest skuteczna przede wszystkim w grupach. Wtedy dzieci naśladują się wzajemnie, nie nudzą się i są

kreatywne w wymyślaniu zabaw. Zachęcam do zimowych spotkań w miejskich parkach. Wystarczą już zamrożone kałuże. Dziecko uczy się poślizgu, utrzymania równowagi, co zaowocuje przy stawianiu pierwszych kroków na nartach. Maluchy obyte ze śniegiem łatwiej i szybciej przyswajają naukę jazdy na nartach.

## Resztę pracy należy pozostawić instruktorowi. Dlaczego?

Instruktor narciarstwa oraz uczący się rówieśnicy są największą motywacją przy nauce jazdy na nartach. Respekt przed „Panią/Panem Instruktor(em)”, próby naśladowania, chęć imponowania oraz rywalizacja w grupie są siłą napędową nauki narciarstwa. Prowadząc zajęcia nauki jazdy na nartach zawsze dokładam wszelkich starań, aby było przyjemnie, w indywidualnym tempie, wśród rówieśników, z zadowoleniem oraz przede wszystkim bez presji na wyniki – niezależnie od stopnia zaawansowania jazdy. Zachowanie tych elementów nauki cieszy początkujących narciarzy na ponowne wyjście na narty.

Dzieci technicznie przygotowane do samodzielnego i bezpiecznego zsusowania oddają z powrotem w ręce rodziców. Oczywiście, rodzice również mogą nauczyć swoje pociechy jazdy na nartach, pod warunkiem zachowania wielu

elementów zabawy oraz bez presji na postępy. Ważne, aby dziecko miało przyjemność z narciarstwa, a nie obowiązek w stosunku do rodziców.

## GDZIE?

Wszędzie. Wystarczy niewielka pierzyna śniegu na pagórku w parku lub zamrożona kałuża na ścieżce. Rozpoczęcie nauki jazdy pod okiem instruktora powinno odbyć się w okolicach wyciągu narciarskiego, na płaskiej łączce lub w przygotowanych specjalnie ogródkach zimowych. Nie musi to być przereklamowane Garmisch-Partenkirchen, lecz np. spokojne i malownicze okolice Tegernsee.

Drodzy rodzice! Pamiętajmy, im prościej, tym lepiej. Wspierajcie naturalną fascynację śniegiem u waszych dzieci, bez presji na postępy. Nauka poprzez zabawę oraz wśród rówieśników jest najsukcesowniej.

**Ski Service** w Monachium i okolicach – ręczny serwis i tuning nart

Kompleksowa **organizacja imprez sportowo-integracyjnych** (z pomiarem czasu)

**RACE COACHING** – szkolenie zawodniczej jazdy na bramkach z analizą wideo

Grupowa lub indywidualna **nauka bezpiecznej jazdy rekreacyjnej** (narty, narty biegowe)

**Trener personalny**

Kontakt: [malczewskiplus@gmail.com](mailto:malczewskiplus@gmail.com)







**Ewa Duszkiewicz**

autorka bloga  
www.jedznapetytem.pl,  
o sobie:

*Przyjechałam do Monachium  
dwa lata po studiach.  
Miał być rok,  
a tu 10 właśnie minęło.  
Lubię Bawarię, nawet bardzo ją lubię.  
Dobrze się tu czuję, więc sobie tu żyję.  
Ale Kocham też moją Warmię i Mazury,  
z których pochodzę.  
Mimo że tu żyję, to Polka ze mnie  
z krwi i kości. Lubię nasze polskie tradycje  
i staram się je pielęgnować.  
Jeśli chodzi o moje preferencje  
kulinarne, to zdecydowanie wygrywa  
kuchnia śródziemnomorska,  
ale na mielonego z buraczkami  
mojej Mamy zawsze mam ochotę.  
A tak właściwie, to w moim jadłospisie  
znajduje się wszystko,  
na co mam ochotę.*

## Nie walcz z chandrą *upiecz ciasto!*

**W okresie jesiennym wiele mówi się i czyta na temat chandry. Jak sobie z nią radzić? Jak ją przetrwać? Jak się wzmocnić? Koncerny farmaceutyczne prześcigają się w reklamowaniu środków przeciw chandrze. Tabletki, globulki, saszetki z witaminami i wzmacniaczami to standard w każdej domowej apteczce.**

A ja dochodzę do wniosku, że warto czasami jest poddać się takiej chandrze. Nie walczyć z nią. Jeśli apatia, złe samopoczucie i obniżone poczucie własnej wartości – bo takie są przecież objawy jesiennej chandry – nie trwają zbyt długo, to podajmy się jej. Nasze organizmy muszą przestawić się z trybu letniego na zimowy. To musi trochę potrwać. Śmiem twierdzić, że w obecnych czasach, za sprawą ocieplenia globalnego, okres ten może być nieco dłuższy niż kilka lat temu. Pamiętajmy jednak, by chandry nie mylić z depresją sezonową. To dwie różne kwestie. Ja poruszam tę pierwszą.

Jeśli podejmiemy do jesiennej chandry jak do naturalnego zjawiska w naszym życiu, to ona szybko sobie pójdzie, gwarantuję! Czyli co warto robić? Zwolnijmy obroty, pomyślmy o sobie. Poczytajmy, podziękujmy na drutach. Idźmy do kosmetyczki, fryzjera, na basen czy siłownię. Spotkajmy się ze znajomymi. Pijmy gorącą herbatę.

Zróbmy dla siebie coś dobrego. Upieczmy czy ugotujmy coś pysznego i bez wyrzutów sumienia i liczenia kalorii rozkoszujmy się smakiem. Jesień oferuje nam tyle pysz-

ności, więc warto porozpieszczać się jej ofertą, np. gruszkami. I dlatego mam dziś typowo jesienny przepis – ciasto z gruszkami i to całymi!

## Ciasto z całymi gruszkami

na formę o wielkości 26 x 18 cm

### Składniki

**7 gruszek, do posypania gruszek cynamon, kardamon mielony, cukier oraz odrobina soku z cytryny, dżem, 2 jajka, szczypta soli, 1/2 szklanki mąki pszennej, 2 łyżki kakao, 1 łyżeczka proszku do pieczenia, niecałe 1/2 szklanki oleju, 1/2 szklanki cukru, plus paczuszka cukru waniliowego**

### Przygotowanie:

Gruszki myjemy, obieramy, pozostawiając skórkę przy ogonkach, i wydrążamy gniazda. Dziurki po gniazdach napełniamy dżemem. Gruszki posypujemy cynamonem, cukrem, kardamonem, skrapiamy sokiem z cytryny. Wszystkie proporcje według uznania.

Białka oddzielamy od żółtek i ubijamy na sztywno ze szczyptą soli. Dodajemy cukier, a następnie żółtka i, partiami, przesianą mąkę z proszkiem do pieczenia i kakao. Na koniec dodajemy olej i jeszcze chwilę miksujemy na niskich obrotach.

Piekarnik rozgrzewamy na 170 stopni. Ciasto wlewamy do formy i umieszczamy w nim gruszki.



**ESM events.sights.more**  
**www.stadtfuehrungen.de**

Nordendstrasse 44, 80801 München  
Tel. 089- 28724839, info@esm-events.de

**ESM** events  
sights  
more

*individual sight-seeing*



Barbara Müller

## KWIATY DO POLSKI Tel: 07021 861 169

**TANIO, SZYBKO I SOLIDNIE - ZAPRASZAMY**  
Przy zamówieniu podaj numer 06 – to mała niespodzianka

**KWIATY**  
uważa się za najbardziej elegancką formę okazywania uczuć  
**DLA**  
jubilatów, solenizantów lub tak po prostu bez okazji  
**KAŻDEGO**  
komu chcemy pogratulować, podziękować lub dodać otuchy

### W naszej ofercie między innymi:

Bukiety okolicznościowe + sekt, piwa,  
wina lub bomboniera, kawa, maskotka,  
kosze kwiatowe, kosze obfitości, wianuszki, wieniec...

Kwiaty dostarczamy także na terenie całych Niemiec oraz innych państw

Fax: 07021 86 32 25

**POL-KWIAT**  
**EKSPRES KWIATOWY**

www.polkwiat.eu

## BILETY AUTOBUSOWE DO POLSKI **SINDBAD eurobus.**

REZERWACJA I SPRZEDAŻ BILETÓW:

tel. **09721 / 475 900**

schweinfurt@orland.de ■ www.orland.de



Twój partner od 25 lat - serdecznie zapraszamy!

Reisebüro **ORLAND REISEN GmbH**  
Karl-Götz-Str.17, 97424 Schweinfurt

jedznapetytem.pl



# Rocker Zone

grupa fanów prawdziwego ROCKA



## CETI w Monachium...

czyli hardrockowe reminiscencje z koncertu Kupczyka & Co

Jak głosi legenda, nazwa zespołu CETI pochodzi od programu poszukiwani cywilizacji pozaziemskich NASA z początku lat 70-tych. Nie jest też żadną tajemnicą, że od 27 lat kapela wprowadza fanów rocka w nieustanny trans, od którego nie sposób się uwolnić. I w taką transową kosmiczną podróż muzyczną zabrali nas w sobotni wieczór 3 września Grzegorz Kupczyk (śpiew), Bartek Sadura (gitara), Maria Wietrzykowska (instrumenty klawiszowe), Tomek Targosz (gitara basowa) oraz Marcin Krystek (perkusja). Szczególnie energetyczne okazały się utwory z najnowszego albumu SNAKES OF EDEN, którego premiera odbyć się miała dopiero miesiąc później. Ale po kolei...



### Historia pewnej znajomości

Jak zapewne już wiecie, działająca w Monachium grupa rockersów organizuje koncerty i eventy, zapraszając na występy artystów z najwyższej półki. I tak w styczniu 2015 po raz pierwszy zawiązał do Monachium kwintet CETI, który wraz z DJ Power Trio rozhuścił ściany klubu dla ponad 100 fanów. Historia znajomości pomiędzy RZ a CETI sięga jednak lat osiemdziesiątych. Wokalista ówczesnego Turbo – GRZEGORZ KUPCZYK – po raz pierwszy spotkał się z dzisiejszym „ojcem założycielem” ROCKER ZONE – Januszem Albrechtem w 1983 roku w Poznaniu podczas Przeglądu Młodych Talentów. Od tamtej pory trwa między panami przyjaźń, która owocuje tym, że CETI chętnie przyjeżdża

zagrać dla nas... Choć nie zawsze się udaje. W listopadzie 2015, z powodu kolizji drogowej na terenie Niemiec, zespół musiał przełożyć koncert w Monachium na inny termin. Na sobotę 3 września.

### Powrót do teraźniejszości

Przyjechali już w piątek koło godziny 22.00: pięcioro muzyków, akustyk-kierowca i manager – Monika Gąsiorek. Podczas kolacji ustalony został plan dnia oraz dograno szczegóły techniczne związane z samym występem. W sobotę artyści zwiedzili centrum Monachium, nie omijając Hard Rock Cafe. Wczesnym wieczorem nastrojone instrumenty i rozłożony sprzęt czekały już na skąpo oświetlonej scenie na rozpoczęcie muzycznej uczty, którą poprzedził występ naszych monachijskich przyjaciół ze SLEAZE 'N D grających akustycznie covery znanych i lubianych standardów rockowych.

### Finałowe odliczanie

Sam koncert legendy europejskiego hard-rocka przeszedł całkowicie nasze oczekiwania. Zespół zagrał ku uciesze fanów największe przeboje ze swojej bogatej

dyskografii takie jak „CETI'a”, „Fire & Tears” z płyty „Czarna Róża”, czy „Killing Time” z „Brutus Syndrome”. Co najważniejsze, muzycy zaprezentowali – absolutnie przedpremierowo – utwory z najnowszego krążka SNAKES OF EDEN: „Run To Nowhere”, „Edge Of Madness” czy „Wild & Free”. Wgniotły nas one całkowicie w podłogę. „Uszyte na miarę” riffy i wygłaskane gitarowe solówki Bartka, połączone z miękkimi pasażami i podkładami instrumentów klawiszowych „Marihuany”, wprowadziły nas w muzyczny świat baśniowego raju. Szaleńcze tempo dźwięków gitary basowej goniącej Tomka po całej scenie i miarowe niczym zegar uderzenia perkusji „Mucka” nie dawały zapomnieć o bardziej mrocznej stronie muzyki. Spinając wszystko muzyczną kłamrą wokół Grzegorza potwierdził tylko, że CETI to wizytówka Polski nie tylko w Niemczech, ale i na całym świecie. A bisom, zdjęciom, autografom i uściskom nie było końca.

Krzysztof Witek  
(Zdjęcia: Arek Mitko)

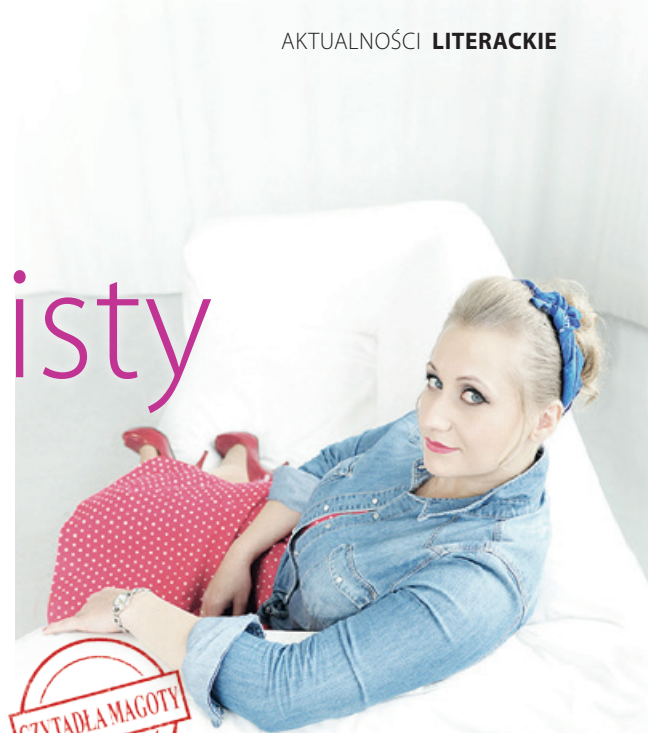
# Bob Dylan

## Portret noblisty

Tegoroczna Nagroda Nobla w dziedzinie literatury powędrowała w ręce muzyka, Boba Dylana, co wzbudziło ogromne kontrowersje. Choć Dylan bezdyskusyjnie jest wspaniałym tekściarzem, to wielu zadaje sobie pytanie, czy naprawdę zasługuje on na stawianie go w jednym rzędzie z takimi pisarzami jak Tomasz Mann, William Faulkner, Ernest Hemingway czy John Steinbeck? Kim właściwie jest Bob Dylan?



Małgorzata Gąsiorowska



Bob Dylan urodził się 24 maja 1941 w Duluth (Stany Zjednoczone), a jego prawdziwe nazwisko to **Robert Allen Zimmermann**. O jego dzieciństwie i wczesnej młodości niewiele wiadomo, gdyż od zawsze niechętnie udzielał on informacji na temat swojego życia i tak jest do dziś.

W roku 1961 Dylan przeprowadził się do Nowego Jorku, gdzie po jakimś czasie zaczął dawać występy w klubach w Greenwich Village, ówczesnym centrum artystycznego światka. 26 kwietnia tego roku wystąpił jako support dla Johny Lee Hookera, co było zwrotem w jego karierze, gdyż występ ten

Od tej pory jego kariera nabrała szalonego tempa, a on sam, obok komponowania muzyki, zaczął rozwijać się w kolejnych dziedzinach, takich jak pisanie tekstów czy rysunek. Wszystko to przyniosło mu rozgłos i uznanie. Piosenki Dylana śpiewali niemal wszyscy ważniejsi twórcy muzyki rockowej, m.in. Phil Collins, Jimi Hendrix, Nina Simone, Guns N' Roses, Van Morrison, Manfred Mann, The Rolling Stones, Joe Cocker, Rod Stewart, Stevie Wonder, U2, My Chemical Romance, Red Hot Chili Peppers, The White Stripes i wielu innych.

Choć sam nie ukończył studiów, wielokrotnie otrzymał tytuł *doctor honoris causa*, siedem razy został nagrodzony nagrodą Grammy, a w 2000 roku otrzymał Oscara za piosenkę do filmu „Wonder Boys”. Do Nobla nominowany był kilkakrotnie.

Dylan wydał łącznie 56 albumów, napisał niezliczoną ilość tekstów, które podbiły serca ludzi na całym świecie, i bez wątpienia miał kolosalny wpływ na rozwój muzyki popularnej oraz amerykańskiej kultury. Nie mnie oceniać, czy decyzja Szwedzkiej Akademii była słuszna, jednak osobiście bardzo się cieszę, że tegoroczna statuetka powędrowała właśnie do Dylana. Warto wsłuchać się w jego piosenki, co też Wam gorąco polecam. Tłumaczenie jego tekstów można znaleźć m.in. na [www.tekstowo.pl](http://www.tekstowo.pl).

Po więcej informacji o tym, co warto czytać, zapraszam na [www.magotaczyta.blogspot.de](http://www.magotaczyta.blogspot.de) oraz [www.facebook.com/magotkowo](http://www.facebook.com/magotkowo)



(foto: DPA)

W latach młodzieńczych grał na pianinie, jednak jego największą miłością okazała się gitara. W szkole średniej założył kilka zespołów, m.in. The Shadow Blasters i The Golden Chords, jednak przygoda ta zakończyła się w roku 1959, kiedy to przeprowadził się do Minneapolis. Rozpoczął tam naukę na Uniwersytecie, ale nigdy go nie ukończył, za to zafascynowała go muzyka folkowa, którą wykonywał wieczorami w lokalnych knajpach przy akompaniamencie gitary akustycznej. W tym też czasie przyjął pseudonim artystyczny, którym posługuje się do dziś.

zaowocował bardzo pozytywną recenzją w New York Timesie, co zwróciło uwagę producenta z Columbia Records.

W 1962 roku nagrał w Columbia Records swój pierwszy album zatytułowany „Bob Dylan”, jednak na tym krążku tylko 2 tytuły były jego autorstwa, a pozostałe 11 to aranżacje tradycyjnych amerykańskich piosenek w klimacie folku, bluesa i gospel. Kolejny album, „The Freewheelin Bob Dylan” ukazał się w 1963 i to właśnie z tej płyty pochodzi piosenka „Blowin in the wind”, która na trwałe weszła do muzycznego kanonu i otworzyła Dylanowi drzwi do prawdziwie wielkiego muzycznego świata.



daria nadoleka



Ukończyła orłowskie Liceum Plastyczne, studiowała na Europejskiej Akademii Sztuk i gdańskiej Akademii Sztuk Pięknych. Wiele wystawia, angażuje się w rozwijanie plastycznych talentów uzdolnionych w tym kierunku dzieci. Mieszka w Bawarii.

MOTTO  
na dziś

Człowiek jest niedoskonały i... radzi sobie z tym doskonale.

# NARODOWE CZYTANIE

## QUO VADIS w Monachium

Z inicjatywy Anety Lewandowskiej, kierującej Szkolnym Punktem Konsultacyjnym (SPK), w sobotę 3 września, od godziny 9.00 do 19.30, w pomieszczeniach wystawienniczych Konsulatu Generalnego przy Prinzregentenstr. 7, czytano wspólnie „Quo Vadis” Henryka Sienkiewicza. Rozpoczęli je, z podziałem na role, kierownik polskiej szkoły Aneta Lewandowska (narracja), konsul generalny Andrzej Osiak (Winicjusz) i redaktor Bogdan Żurek (Petroniusz). W roli lektorów wystąpili ponadto: Maria Bezusko, Marta Czempik, Aleksandra Gendek, Agata Górnaś, Marta Król, Anita Liedzbarska, Iwona Lompart, Marek Malucha, Dorota Palka, Maria Palka, Urszula Szpetkowska, Iwona Wesołowska, Renata Ziemiński.



### Pod honorowym patronatem Pary Prezydenckiej

Narodowe Czytanie zainaugurowała Para Prezydencka w Ogrodzie Saskim w Warszawie. Przez cały dzień powieść Sienkiewicza czytano w 2200 miejscach nie tylko w Polsce, ale i na całym świecie, m.in. w Australii, Nowej Zelandii, USA, Brazylii, Holandii, Irlandii, we Włoszech, na Ukrainie i Węgrzech.

NARODOWE CZYTANIE 03.09.2016  
HENRYK SIENKIEWICZ  
Quo vadis  
PATRONAT HONOROWY PARY PREZYDENCKIEJ



## co, gdzie, kiedy?

LISTOPAD / GRUDZIEŃ

### MONACHIUM

|            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4.11.2016  | 18:00             | Brydż towarzyski i sportowy w Klubie Brydżowym „Bez atu”. Miejsce: Dominikuszentrum, Hildegard-von-Bingen-Anger 1–3, informacje: Jadwiga Suchocka, tel.: 089 / 201 12 70, www.bezatu.de. Kolejne spotkania: 18.11.2016, 2.12.2016, 16.12.2016. (www.bezatu.de).                            |
| 05.11.2016 | 18:00             | Spotkanie informacyjne dotyczące wyborów do Rady Cudzoziemców w Monachium (22.01.2017). Jak kandydować? Jak utworzyć listę? Jak wybierać? – wyjaśniają Jolanta Sularz i Izabela Kulesza Ubrich z Rady Cudzoziemców. Miejsce: Centrum Kultury Polskiej, Prinzregentenstr.7, 80538 Monachium |
| 18.11.2016 | od 14:00 do 19:45 | Kolokwium „Transfer, Dialog, Wymiana – w kontekście polsko-niemieckich relacji w teorii i praktyce w sztuce XX i XXI wieku: modele, metody i perspektywy”; miejsce: Zentralinstitut für Kunstgeschichte München, Raum 242, II OG, Katharina-von-Bora-Straße 10, wstęp bezpłatny.           |
| 19.11.2016 | 19:00             | Bal Andrzejkowy; organizator – Agencja Imprez Rozrywkowych „Syrenka”; miejsce imprezy: Kirchenplatz 1 Haar-Monachium, dojazd S-Bahn S4; kontakt: p. Barbara Grabowska tel. 089 6708230, 0176 631 93 087.                                                                                   |
| 21.11.2016 | 18:00             | „Jesteśmy Żydami z Breslau”, losy 14 świadków historii po roku 1933, premiera filmu dokumentalnego Karin Kaper i Dirka Szusziesza – prezentacja filmu połączona będzie ze spotkaniem z jego twórcami; miejsce: Theatinerkino, Monachium, Theatinerstraße 32, tel. 089 22 31 83             |
| 31.12.2016 | 20:00             | Bal Sylwestrowy; organizator – Agencja Imprez Rozrywkowych „Syrenka”; miejsce imprezy: Kirchenplatz 1 Haar-Monachium, dojazd: S-Bahn S4; kontakt: p. Barbara Grabowska tel. 089 6708230, 0176 631 93 087.                                                                                  |

### DINGOLFING

każda druga  
niedziela miesiąca

|       |                                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16:00 | Parafia św Józefa w Dingolfingu zaprasza na spotkania polonijnego kółka biblijnego – odbywają się one w salce tuż obok kościoła. Boecklerstr. 2a, 84130 Dingolfing |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### STUTTGART

|            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 03.11.2016 | 18:00             | Spotkanie z germanistą i historykiem, autorem książki „Literarischer Reiseführer Oberschlesien” („Literackiego Przewodnika po Górnym Śląsku”) Marcinem Wiatrem; Haus der Heimat des Landes Baden-Württemberg, Schlossstr. 92, 70176 Stuttgart, tel. 0711/66951-0, www.hdhbw.de, poststelle@hdh.bwl.de                                                                                           |
| 11.11.2016 | 9:30              | Koncert z okazji Narodowego Święta Niepodległości „Świat w Obłokach” – piosenki Agnieszki Osieckiej, Marka Grechuty i Jacka Kaczmarskiego. Barbara Lubos – śpiew i Adam Snopek – fortepian. Organizator: Polskie Stowarzyszenie Społeczno-Kulturalne w Badenii-Wirtembergii t.z.; miejsce: Großer Kursaal, Stuttgart – Bad Cannstatt, Königsplatz 1, +49 711 99777241, www.kursaal-cannstatt.de |
| 24.11.2016 | od 18:00 do 20:00 | Seminarium „Polska i Niemcy w Europie – relacje związane z wydarzeniem «Wrocław Kulturalną Stolicą Europy»”; miejsce: Haus der Heimat des Landes Baden-Württemberg, Schlossstraße 92, 70176 Stuttgart, tel. 0711/66951-0, www.hdhbw.de, poststelle@hdh.bwl.de                                                                                                                                   |
| 29.11.2016 | 19:30             | „Jesteśmy Żydami z Breslau”, losy 14 świadków historii po roku 1933, film dokumentalny Karin Kaper i Dirka Szusziesza – prezentacja filmu połączona będzie ze spotkaniem z jego twórcami; miejsce: Delphi Arthaus Kino: Tübinger Str. 6, 70178 Stuttgart, +49 711 292495                                                                                                                        |

ZALECAMY SPRAWDZANIE TERMINÓW U ORGANIZATORA.

**UWAGA** Polecamy stronę Deutsch-Polnische Gesellschaft e.V. (Towarzystwo Niemiecko-Polskie Monachium) z aktualnymi terminami (www.dpgm.de)

## Kabaret RAK w Monachium

Moje Miasto tam było!

Podczas jesiennej trasy po Bawarii występ w Monachium był ich piątym z dziewięciu zaplanowanych. 23 października kabaret RAK, w składzie Krzysztof Hanke i Krzysztof Respondek, wystąpił w restauracji „Ägäis” i przez dwie i pół godziny skutecznie zabawił licznie przybyłą publiczność.

Kabaret Rak powstał na przełomie 1981/82 r. w Rudzie Śląskiej. Nazwa wzięła się od pierwszych liter imion jego założycieli. W programie kabaretu znajdują się, obok licznych skeczy i monologów, satyryczne piosenki. RAK wyróżnia się tym, że na scenie używa gwary śląskiej.

Na zdjęciu Krzysztof Hanke i Krzysztof Respondek wraz z organizatorką występu Kabaretu RAK w Monachium, Barbarą Grabowską, kierującą Agencją Imprez Rozrywkowych SYRENKA. O najbliższych imprezach organizowanych przez Agencję – Balu Andrzejkowym i Balu Sylwestrowym, informujemy powyżej, w dziale „Co, gdzie, kiedy?”





# SZLAKIEM Paradorów

## HOTELE Z DUSZĄ



TEKST I ZDJĘCIA Sebastian Wieczorek

W 1910 roku rząd Hiszpanii uznał, że należy stworzyć państwową sieć hoteli w zaadaptowanych do tego celu zabytkach. Coraz więcej gości zaczęło odwiedzać Hiszpanię, ale brakowało dla nich miejsc noclegowych. Aby przyjeżdżający turyści mieli się gdzie zatrzymać i aby poprawić wizerunek Hiszpanii w Europie i na świecie, w 1911 roku powołano Królewską Komisję ds. Turystyki. W 1926 roku Komisja powierzyła misję stworzenia sieci hoteli Markizowi de la Vega Inclán. Król Alfons XIII był wielkim entuzjastą tego projektu, sam wybrał miejsce lokalizacji pierwszego hotelu w przepięknych Górach Gredos koło Madrytu. 9 października 1928 roku Jego Wysokość król Alfons XIII osobiście otworzył pierwszy hotel sieci „Paradores”, Parador de Gredos. Nikt wówczas nie zdawał sobie sprawy, że w ten sposób położono podwaliny pod unikalną w skali światowej sieć hoteli.

Po sukcesie pierwszego hotelu „Paradores” utworzono Radę Paradores i Zjazdów Hiszpanii, której zadaniem było doprowadzenie do perfekcji idei tworzenia hoteli w wybranych obiektach zabytkowych, położonych w przepięknych okolicach. Sieć hoteli „Paradores” stanowią świetny przykład ratowania przed zniszczeniem i zapomnieniem wspaniałych zabytków architektury takich jak stare zamki, klasztory, pałace czy inne opuszczone obiekty historyczne. Umożliwiając nadanie nowego blasku tym zabytkowym budynkom i czyniąc je obiektami użytkowymi, „Paradores” przybliżają

Masz ochotę na spędzenie nocy w zamku, chcesz poczuć się jak średniowieczny rycerz lub uwięziona w wieży księżniczka? Jeśli tylko będziesz w Hiszpanii, przenocuj koniecznie w jednym z tamtejszych „Paradores”. Znajdziesz je od Pirenejów po Andaluzję, od Wysp Kanaryjskich po Baleary – w sumie są 93 obiekty należące do tej sieci. Te niezwykle pod wieloma względami hotele, w większości mieszczące się w bezcennych zabytkach architektonicznych: zamkach, pałacach, twierdzach, klasztorach, monastyrach, a nawet w szpitalach i fortecach, położone są w malowniczym krajobrazie i doskonale funkcjonują w harmonii ze środowiskiem naturalnym. No i kultywują najlepsze tradycje kuchni regionalnej. Większość z „Paradores” to hotele cztero- i pięciogwiazdkowe.



dziedzictwo Hiszpanii wszystkim odwiedzającym je gościom i zachowują te obiekty dla przyszłych pokoleń.

Dziś „Paradory” są niemal tak słynne, jak stadion Camp Nou w Barcelonie, muzeum Prado w Madrycie czy taniec flamenco i już na stałe wpisały się w krajobraz tego kraju. To obecnie jedna z najbardziej eleganckich, oryginalnych i znanych sieci hotelowych nie tylko w Hiszpanii, ale także w całej Europie.

### Klient zadowolony

Zagwarantowanie zadowolenia klientowi pozostaje najważniejszym celem „Paradores”. Każdego roku ponad 1,5 miliona turystów spędza swoje wakacje, nocując w 93 hotelach tej sieci. W „Paradores” chętnie bywają koronowane głowy państw, przyjeżdżające na zaproszenie hiszpańskiej rodziny królewskiej, członkowie światowej arystokracji, ludzie polityki i biznesu. Ale co ciekawe, blisko 70 procent gości hotelowych to Hiszpanie. Wśród wyższych sfer modne jest organizowanie na hotelowych

dziedzińcach kolacji weselnych, spotkań rocznicowych i innych uroczystości. Wśród cudzoziemców najliczniejszą grupę stanowią Brytyjczycy, Niemcy i Amerykanie. Korzystając z usług sieci „Paradores”, turyści mogą powędrować szlakiem Don Quijota lub wybrać się w pielgrzymkę Drogą do Santiago, mogą zwiedzić szlak białych miasteczek w Andaluzji, odwiedzić miasta wpisane na listę Światowego Dziedzictwa Kulturowego: Toledo, Segowię, Ávilę, Santiago de Compostela oraz Salamankę lub zwiedzić najpiękniejsze parki przyrody w Hiszpanii. Dla wielu turystów hotele „Paradores” stanowią cel podróży. „Paradores” oferują pakiety od trzech do siedmiu noclegów w różnych hotelach tak, aby turysta mógł odkryć najciekawsze szlaki kultury Hiszpanii. Nocując w „Paradorach”, można np. poznać dziedzictwo kultury arabskiej w Andaluzji, odwiedzić wiecznie zieloną i niezmiernie atrakcyjną północną Hiszpanię, posmakować przy okazji wspaniałych win hiszpańskich. Inny bardzo luksusowy pakiet „Unikalne pokoje”, obejmujący

5.600 pokoi w różnych „Paradorach”, oferuje noclegi w pokojach, w których kiedyś autentycznie nocowali królowie, znane osobistości z wielkich rodów szlacheckich, można spędzić wakacje nocując na szczytach średniowiecznych wież lub w celach starożytnych klasztorów Cystersów. Oczywiście w pakiecie oferowane są tradycyjne posiłki.

Kolejna propozycja „Paradores” to pakiet „Doświadczenie”, w którym do noclegów dołączony jest program, który na długo pozostanie we wspomnieniach turysty. Klienci hoteli mogą zamienić się w cesarzy rzymskich i żyjąc tak jak oni niegdyś, zwiedzić amfiteatry, podziwiać akwedukty i inne zabytki, które powstały 2000 lat temu. Mogą stać się zakonnikami i odkrywać tajemnice starych klasztornych murów. Na Wyspach Kanaryjskich w „Paradores” można zmienić się w wulkanologa lub astronoma. Oferowane są specjalne pakiety dla ludzi młodych, w ramach których mogą uprawiać ponad 50 dziedzin sportowych.

Pomimo, że hotele były zbudowane setki lat temu, zapewniają turyście wiele atrakcji, pełny komfort i luksus. Krótko mówiąc, pokoje w „Paradores” oferują np. wspaniałe zabytkowe łóża oraz połączenie z internetem. Bez względu na standard zawsze są to miejsca urokliwe, czarujące i niepowtarzalne – może to być XVII-wieczna zakrystia, surowy pokój w XVIII-wiecznej baszcie lub kamienny kościół z ołtarzem tuż przy recepcji.

W ofercie „Paradores”, obok noclegów, równie ważna jest gastronomia. 47% obrotów generują restauracje. Popularność restauracji w hotelach „Paradores” zapewniła oferta tradycyjnych potraw, przygotowywanych

w tradycyjny sposób z lokalnych produktów typowych dla regionu, w którym położony jest hotel. W wielu przypadkach restauracje w hotelach „Paradores” są najlepszymi restauracjami w regionie, prowadzonymi przez szefów kuchni wyróżnionych wieloma międzynarodowymi nagrodami. Lokalizacja hoteli zapewnia wspaniałe widoki z sal restauracyjnych, które zawsze są usytuowane w reprezentacyjnych salach danego obiektu, a odpowiednie ich udekorowanie zapewnia wspaniałą atmosferę. Są to najlepsze miejsca, aby spróbować hiszpańskiej paelli, dań na bazie ryżu, gulaszy, ryb czy wspaniałe przygotowanych warzyw. Aby odpowiedzieć na potrzeby dzisiejszych klientów, restauracje w hotelach „Paradores” oferują dania dla osób na specjalnej diecie.

Tekst i zdjęcia: Sebastian Wieczorek

### Najciekawsze paradory w hiszpanii

#### Parador de Mérida

XVI-wieczny budynek zaadaptowany na hotel służył w przeszłości jako więzienie. Wśród Hiszpanów zasłynął jako miejsce spotkania generała Franco z dyktatorem Portugalii Salazarem. Charakterystyczne dla niego są elementy architektury Wizygotów i romańskiej.

#### Parador de Granada

Najpopularniejszy hotel Andaluzji. Należy do najbardziej znanych zabytków magicznej Alhambry. Były konwent zbudowany na zgłiszczach pałacu Nasrydów. Stylowe meble w krużgankach i korytarzach, wspaniałe

tarasy i widok na ogrody Genaralife sprawiają, że w hotelu chciałoby się pozostać na dłużej.

#### Parador de Ronda

Położony na klifie w najbardziej znanym „pueblo blanco” Andaluzji. Hotel zbudowano w 1761 roku. Z pokoi roztacza się niezwykle widok na dolinę i położony 120 metrów poniżej kanion rzeki Guadalevin. Nocowała w nim m.in. królowa Hiszpanii z Juanem Carlosem. Działo się to podczas obchodów słynnej korridy „Goyesca” na najstarszej arenie do walki z bykami położonej obok hotelu.

#### Parador Santiago de Compostela

W roku 1499 na głównym placu miejskim na życzenie królów katolickich wybudowano szpital dla przybywających do Santiago pielgrzymów. Dziś budynek został przekształcony na hotel – z czterema krużgankami i bogatymi wnętrzami uchodzi za jeden z najbardziej atrakcyjnych obiektów w całym Santiago. Ma ponad 100 miejsc, ale rezerwacje należy robić z dużym wyprzedzeniem.

#### Parador de Cuenca

Dominikański konwent, którego balkon, jak większość domów w Cuenca, wiszą nad klifem. Miasto zostało wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO wraz ze znajdującym się w mieście Paradorem. Szczególnie popularny wśród mieszkańców Madrytu na weekendowe wypadki za miasto. Z okien hotelowych pokoi można podziwiać słynne wiszące domy. We wnętrzach tego XVI-wiecznego klasztoru nadal panuje renesansowa atmosfera.



ZAPRASZAMY DO NASZEGO BIURA

**SINDBAD**  
TICKET CENTER

ZOB an der Hackerbrücke  
Einkaufspassage • Hackerbrücke 4-6 • 80335 München

☎ 089/54 54 89 89 ☎ 089/55 07 77 57

E-Mail: muenchen@sindbad-gmbh.de



# TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY

języka polskiego, angielskiego, niemieckiego



**Anna Klimek**



tłumaczenia zwykłe oraz przysięgłe w językach:  
niemiecki – polski – angielski  
pomoc w pisaniu pism i wypełnianiu formularzy  
(Kindergeld, Arbeitslosengeld, CV itp.)

pomoc w załatwianiu spraw urzędowych,  
uznawaniu dyplomów i innych dokumentów

pomoc przy zakładaniu Gewerby  
(wsparcie przy wypełnianiu pism oraz podczas wizyt w urzędach)

asysta w charakterze tłumacza ustnego w instytucjach,  
u lekarza, podczas testów MPU itp.

**Übersetzerin und Dolmetscherin**

Staatlich geprüft, öffentlich bestellt  
und beeidigt für die englische  
und polnische Sprache

85659 Forstern (München)  
Hauptstr. 9

+49(0)176 5955 7171  
anna@klimek.org

www.klimek.org



**Ursula Kuszka**

Dyplomowany Groomer  
Gartenstr. 1, 82110 Germering  
Tel.: 0157 / 56876380

**Nasze usługi:**

Kąpanie / Suszenie  
Strzyżenie  
Trymowanie  
Wyczesywanie podszerstka  
Odkołatunianie  
Obcinanie pazurów  
Pielęgnacja uszu

**Terminy po wcześniejszym  
uzgodnieniu telefonicznym**

od Pn. do Pt. od 9:00

Tel.: 0157 / 56876380

e-mail: [hundesalonschatzi@web.de](mailto:hundesalonschatzi@web.de)  
www: [www.hundesalon-schatzi.de](http://www.hundesalon-schatzi.de)



**Warsztat  
samochodowy**



Bosch Car Service Dachau



**AUTOGAS KARLSFELD**

Sławomir Ratajczyk

85757 KARLSFELD, Dieselstr. 17

tel. 0152/287 95 199, tel. 08131/3186190

e-mail: [sfafik@interia.pl](mailto:sfafik@interia.pl)

[bosch-carservice-dachau.de](http://bosch-carservice-dachau.de)

**Autogaz • Elektronika • Mechanika**



**WARSZTAT mechaniki  
samochodowej**

**GibGas Paweł Kfz Werkstatt UG**

Bodenseestr 222, 81243 München  
tel.: 089 41612234 i 089 26214696

[www.autogasmuenchen.com](http://www.autogasmuenchen.com)  
[info@autogasmuenchen.com](mailto:info@autogasmuenchen.com)



**NAPRAWY I SERWIS:**

- instalacji gazowych
- mechaniki i elektroniki
- blacharstwo, lakiernictwo
- obsługa firmowych  
flot samochodowych

**PRZYKŁADOWE CENY USŁUG:**

Na terenie Monachium działamy od 2007 r.

Zespół sześciu wykwalifikowanych mechatroników  
gwarantuje najwyższą jakość wykonywanych usług.  
Części samochodowe zakupujemy od różnych dystrybu-  
torów, co pozwala nam na utrzymanie korzystnych cen.

**ZAPRASZAMY**

- Diagnostyka komputerowa Launch lub VCDS lub Vag Can Pro 39€
- Sprawdzenie auta przed zimą (Wintercheck) 29€
- Wymiana tarcz i klocków hamulcowych (przód Passat b5 1,9 TDI z materiałem) 199€
- Klimaservice (400 g R134a inkl) 49€

**Nauka jazdy**

Perlacherstr. 67  
81539 München  
Giesing



PKW-LKW-KRAD

**FAHRSCHULE BATYRA**

tel.: 089 69 77 73 74

Mobil: 0176 210 412 79

[www.fahrschule-batyra.de](http://www.fahrschule-batyra.de)

prawo jazdy również w j. polskim w kategoriach:  
B - BE - C1 - C1E - C - CE



**WYDAWCA:** Grzegorz Spisla - werbe-agentur spisla Am Holz 3, 84036 Kumhausen; **KONTAKT:** tel. +49 871 97 46 335, fax +49 3222 1460 899, e-mail: [redakcja@mm-gazeta.de](mailto:redakcja@mm-gazeta.de);  
**REDAKTOR NACZELNY:** Bogdan Żurek. **WSPÓŁPRACA:** Magdalena Felchnerowska. Zamieszczone teksty podlegają prawu autorskiemu. Przetwarzanie tylko za zgodą wydawcy.  
Redakcja nie odpowiada za niezamówione artykuły i zdjęcia. Za treść ogłoszeń, artykułów sponsorowanych oraz reklam redakcja i wydawnictwo nie ponoszą odpowiedzialności. **DRUK:** Sonar Sp. z o.o., ul. Kostrzyńska 89, 66-400 Gorzów Wlkp., tel. (+48 95) 736 88 35, e-mail: [biuro@sonar.pl](mailto:biuro@sonar.pl), [www.sonar.pl](http://www.sonar.pl); **NAKLAD:** 8000.

**HERAUSGEBER:** werbe-agentur spisla Am Holz 3, 84036 Kumhausen; **KONTAKT:** Tel. +49 871 97 46 335, Fax +49 3222 1460 899, e-mail: [redakcja@mm-gazeta.de](mailto:redakcja@mm-gazeta.de);  
Der Inhalt unterliegt dem Urheberrecht. Die Verwertung aller Beiträge ist nur mit der schriftlichen Zustimmung des Herausgebers gestattet. Für unverlangt eingesandte  
Bild- und Textbeiträge keine Gewähr. Herausgeber und Redaktion haften nicht für den Inhalt der veröffentlichten Anzeigen. **DRUCK:** Sonar Sp. z o.o., ul. Kostrzyńska 89,  
66-400 Gorzów Wlkp., tel. (+48 95) 736 88 35, e-mail: [biuro@sonar.pl](mailto:biuro@sonar.pl), [www.sonar.pl](http://www.sonar.pl); **AUFLAGE:** 8000.

**Impressum**

**STUTTGART**

Erligheimer Str. 8

70437 Stuttgart

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 10.00 - 20.00 Uhr

Sa. 09.00 - 17.00 Uhr

Tel. 0711 8107 4899

[stuttgart@lukullus-laden.eu](mailto:stuttgart@lukullus-laden.eu)

Polnische Spezialitäten  
**Lukullus**



Die beste  
Wurst  
aus Polen

**AUGSBURG**

Klausstraße 24

86167 Augsburg

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 10.00 - 20.00 Uhr

Sa. 10.00 - 17.00 Uhr

Tel. 0821 9072 8861

[augsburg@lukullus-laden.eu](mailto:augsburg@lukullus-laden.eu)

[www.lukullus-laden.de](http://www.lukullus-laden.de)



Der beste  
Kuchen  
aus Polen



**Konsulat Generalny RP w Monachium**

Röntgenstr. 5, 81679 München

Tel.: 089/418 60 80;

www.berlin.polemb.net

**Deutsch-Polnische Gesellschaft München e.V.****Towarzystwo Niemiecko-Polskie w Monachium**

Postfach 70 04 44, 81304 München

Tel.: +49 89 785 29 54

mail@dpgm.de, www.dpgm.de

**Krakauer Haus**

Hinter Insel Schütt 34, 90403 Nürnberg

Tel.: 0911 22 41 20

**Polska Parafia Katolicka Augsburg**

Thommstr. 24B, 86153 Augsburg

Tel.: 0821/30749

**Polska Parafia Katolicka w Ingolstadt**

Gaimersheimerstr.32, 85057 Ingolstadt

Tel.: 0841/84845

**Polska Parafia Katolicka Ludwigsburg**

Moldaust. 20, 71638 Ludwigsburg

Tel.: 07141/893369

**Polska Parafia Katolicka w Monachium**

Heßstraße 24, 80799 München

Tel.: 089/273 22 00

**Polska Parafia Katolicka w Norymberdze**

Arminiusstr.21, 90402 Nürnberg

Tel.: 0911/473355

**Polska Parafia Katolicka Regensburg**

Plattlinger Str.6, 93055 Regensburg

Tel.: 0941/794478

**Polska Parafia Katolicka Stuttgart**

Zuckerbergstr. 9, 70378 Stuttgart

Tel.: 0711/564184

**ADWOKACI:****BOROWSKA-WÜNSCH Krystyna**

Schulstr.10, 80634 München

Tel.: 089/13038628

**CZECH-GROLLMANN Anja**

Nymphenburger Strasse 20, 80335 München

Tel.: 089/51 51 49 53

**DEMACKER Izabela S.**

Müllerstr. 40, 80469 München

Tel.: 089/85 63 63 55

**DERKACZ Oskar**

Sonnenstr. 27 / 2. OG, 80331 München

Tel.: 089/12 76 25 46

**DUDEK Ilona**

Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München

Tel.: 089/287 297 330

**GROBORZ Olaf**

Donnersbergerstr. 46, 80634 München

Tel.: 089/13 95 83 72

**MOTKOWSKI Christoph**

Herzog-Wilhelm-Str. 21, 80331 München

Tel.: 089/218 955 62

**PAZUR Maciej**

Trappentreust. 42, 80339 München

Tel.: 089 / 740 53 362, Mobil: 0176 / 77225482

**PRZIBYLLA Alexander**

Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München

Tel.: 089/287 297 330

**AUTO-USŁUGI:****AUTOGAS KARLSFELD**

Dieselstr. 17, 85757 Karsfeld

Tel.: 0152 / 287 95 199

**Paweł KFZ Werkstatt**

Bodenseestr. 222, 81243 München/Neuaubing

Tel.: 089/262 14 696

**DORADZTWO PODATKOWE:****JAROS Agnieszka**

Zur Herrgottsruhe 6, 89335 Hochwang

Tel.: 08223/409 677

Klausenburgerstraße 9 Geb. C, 81677 München

Tel.: 089/909 387 85, Mobil: 0179/298 67 70

**MADŻAROW Paweł**

Werner-Eckert-Str. 4, 81829 München

Tel.: 089/99936501, Mobil: 0179 5468121

**MOTKOWSKI Christoph**

Herzog-Wilhelm-Str. 21, 80331 München

Tel.: 089/218 955 62

**PRZIBYLLA Alexander**

Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München

Tel.: 089/287 297 330

**DORADCA PODATKOWY:****JAROS Agnieszka**

Zur Herrgottsruhe 6, 89335 Hochwang

Tel.: 08223/409 677

Klausenburgerstraße 9 Geb. C, 81677 München

Tel.: 089/909 387 85, Mobil: 0179/298 67 70

**MADŻAROW Paweł**

Werner-Eckert-Str. 4, 81829 München

Tel.: 089/99936501, Mobil: 0179 5468121

**KSIEGOWOŚĆ:****BBL Service**

Paul-Heyse-Str. 6, 80336 München

Tel.: 089/322 123 78

**BBS Sozoniuk Izabela**

Jutastr.7, 80636 München

Tel.: 089/51997638, Mobil: 0162/4143601

**LASOTA Janina**

Gaimersheimerstraße 19, 85057 Ingolstadt

Tel./Fax: 0841 1426098

**LEKARZE:****OGÓLNY:****FELDMANN Irena**

Landsberger Str. 497, 81241 München – Pasing

Tel.: 089/ 88 14 89

**PETZOLD Małgorzata**

Rosenheimerstr. 79, 81667 München

Tel.: 089/48 95 67 49

**RASCHKE Jacek**

Hauptmarkt 17, 90403 Nürnberg

Tel.: 0911/22021

**RITTER Małgorzata**

Adenauerstr. 6, 82178 Puchheim

Tel. 089 / 80 43 50

**TYMIEC Marian**

Steinstr.30 81667 München

Tel.: 089/488 493

**ZADROŻNY Jacek**

Therese-Giehse-Alee 33, 81739 München

Tel.: 089/67907332

**GINEKOLOG:****KARASIŃSKI Norbert**

Bahnhofstr.41, 82152 Planegg k. München

Tel.: 089/859 55 59

**KONIECZNY Adam**

Marktler Str. 2A, 84489 Burghausen

Tel.: 08677/3001

**SCHWARZ Mariusz**

Karl-Köglsperger-Str. 31, 80939 München

Tel.: 089/311 99 57

**STOMATOLOG:****JANUSZKIEWICZ Olaf**

Tegernseer Landstraße 29, 81541 München Giesing

Tel.: 089/652 327

**JURECKI Katharina**

Amalienstr. 60, 80799 München

Tel.: 089/39 37 20

**KOZŁOWSKI Joanna**

Marktplatz 7, 85375 Neufahrn

Tel.: 08165/48 66

**SITEK Christian**

Moosacher Str. 58c, 80809 München

Tel. 089 59 52 73

**STEINBERG Richard i DOMANSKI Hanna**

Müllerstr.27, 80469 München

Tel.: 089/2609541

**ZNOROWSKI Marian**

Am Oberanger 14, 85221 Dachau

Tel.: 08131/729440

**LOGOPEDIA:****MACHOWSKI ANNA & KOLLEGINEN**

Teucherstr. 28, 81829 München

Tel.: 089/189 042 09

**KARDIOLOG:****MURA Roman**

Tal 15/2, 80331 München

Tel.: 089/2166930

**ORTODONTA:****GREMMINGER Agnieszka**

Berg-am-Laim-Str. 147, 81673 München

Tel.: 089/43 10 93 30

**PSYCHOTERAPIA:****HOREMSKA-KRĘCICKA Elżbieta**

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Mühlthaler Straße 91A, 81475 München

Tel.: +49/15788727501

**KACZMAREK Anna, Donna Mobile**

Psycholog kliniczny

Schleissheimerstr.180, 80797 München

Tel.: 089/74492944, Mobil: 0152/0721 5774

**STANKOWSKI Marta**

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Hipnoterapia, Kinezojologia, Reiki, EMDR

Jahnstr.35, 80469 München

Tel: 089/24405818, M: 0177/4904328

**NAUKA JAZDY:****BATYRA Michael**

Perlachstr. 67, 81539 München

Tel.: 089/69 77 73 74

**OBSŁUGA FIRM:****AGS Agentur SZKULTECKA Grażyna**

Herzog-Wilhelm-Str. 21, 80331 München

Tel.: 089/86 36 98 32

**SKLEPY:****LUKULLUS AUGSBURG Polnische Spezialitäten**

Klausstraße 24, 86167 Augsburg

Tel.: 0821/90728861

**LUKULLUS STUTTGART Polnische Spezialitäten**

Erligheimer Str. 8, 70437 Stuttgart

Tel.: 0711/81074899

**POLONIKA Polnische Feinkosten**

Heßstr. 58, 80798 München

Tel.: 089/23050407

**POLSAM**

Von-der-Pfordten-Str. 1, 80687 München

Tel.: 089/51513316

**R-MARK`T**

Helene-Mayer-Ring 7a

80809 München

Tel.: 0176 / 62 65 16 69

**SZKOŁY JĘZYKOWE:****SYCHer Sprachen Sprechen Aneta Sych M.A.**

Dachauer Straße 178, 80992 München

Tel.: 0172/786 94 59

**Lingua Germanica & Polonica**

Theresienstraße 124, 80333 München

Tel.: 089/12037930, Mobil: 0179/8298747

**TŁUMACZENIA:****BEMBNISTA Ewa**

Fasanen Str. 148, 82008 Unterhaching/München

Tel.: 015777453603, www.wordpro.eu

**KLIMEK Anna**

Hauptstr. 9, 85659 Forstern/München

Tel.: + 49(0)176 5955 7171

**MILLER Agnieszka**

Ismaninger Str. 65, 81675 München

Tel.: 089/688 5005

**REISSIG Anna**

Altstadt 105, 84028 Landshut

Tel./Fax 0871/97 50 44 59, Mobil: 0170/2 44 09 69

**SYCHer Sprachen Sprechen Aneta Sych M.A.**

Dachauer Straße 178, 80992 München

Tel.: 0172/786 94 59

**WYPIJEWSKA-KOCHEMS Hanna**

Gottfried-Böhm-Ring 43, 81369 München

Tel.: 089/78 65 21

**UBEZPIECZENIA:****Postbank Finanzberatung AG - ZALEWSKI Filip**

Bayerstr. 85 80335 München

Tel.+49 89 7436 0376, +49 151 56663805

filip.zalewski@postbank.de

**SCHLEICHER Wanda**

Zschokkestr. 69, 80686 München

Tel.: 089 520111114, Mobil: 0162/4704723

**SOWADA Łukasz**

Thalkirchner Straße 184, 81371 München

Tel.: 089 41 41 41 351, Mobil: 0176/104 224 97

**URODA:****Salon Kosmetyczny**

Züricher Str. 29, 81476 München

Tel.: 089/75937387

**I N N E:****Apteka SaniPlus**

Ollenhauerstr 6, 81737 München

Tel.: 089-670096-0

**Biuro Partnersko-Matrimonialne w Monachium**

Tel: 089/326 00 321

**Josephsburg-Apotheke HUBER Mariola**

Josephsburgstr. 60,

81673 München Berg am Laim

Tel. 089/43660304

**Naprawa komputerów – Usługi IT****Andrzej SKORA**

Birkenstr. 25, 85757 Karsfeld

Tel.: 0151 14754149

**POLKWIAT – Kwiaty do Polski**

www.polkwiat.eu Tel.: 07021861169

**PROMEDICA24**

Praca – jako opiekunka

München, Tel.: 0170 / 699 66 38

**Travel & Dream**

Nordendstraße 44, 80801 München

Tel.: 089 / 200 600 280

**POLSKI SKLEP Samoobsługowy****Zapraszamy Państwa**

do naszego sklepu nie tylko po wspaniałe zakupy, takie jak w Polsce, ale zapraszamy też do naszego Bistro, będącego udoskonaloną kontynuacją piekarni „U Edyty”, oferującego m.in. świeże pierogi (cały tradycyjny asortyment, plus sezonowo, z owocami!). Możecie też posmakować u nas innych świeżych potraw: bigosu, flaków, kurczaka z różną, no i ciast domowej roboty.

Nie musicie już wybierać, co pierwsze, zakupy, czy pójście do restauracji!

Nasze bistro czynne jest w godz. **11.30–**



# KANCELARIA ADWOKACKA

Oskar Derkacz

Sonnenstr. 27 / 2. OG

80331 München

Fax: (089) 12 76 25 47

- Prawo Karne (obrona w sprawach karnych i wykroczenia)
  - Prawo Pracy (pomoc przy wypowiedzeniach i odprawach)
  - Prawo Cywilne (przygotowywanie i sprawdzanie umów)
  - Pomoc w nagłych wypadkach (aresztowanie, przeszukanie itp.)
- Gwarantujemy bezpośredni kontakt z adwokatem**  
**tel. kom.: 0179-41 94 26 4**

Tel.: (089) 12 76 25 46

E-Mail: [kanzlei@derkacz.net](mailto:kanzlei@derkacz.net)

## Kancelaria Adwokacka

z a p r a s z a

**Ilona Dudek**

Rechtsanwältin  
Fachanwältin für Familienrecht

**Alexander Przibylla**

Rechtsanwalt

prawo rodzinne . prawo pracy . prawo karne . prawo gospodarcze . prawo spadkowe .  
regulacja wypadków drogowych . deklaracje podatkowe i księgowość

Oskar-von-Miller-Ring 31 . 80333 München  
Telefon: 089 287 297 330 . Fax: 089 287 297 339



**UDZIELAMY PORAD W JĘZYKU POLSKIM I NIEMIECKIM**

## Kancelaria Adwokacka

### Zakres możliwych porad prawnych:

- Doradztwo w zakresie prawa pracy
- Rejestracja działalności gospodarczej
- Zakładanie spółek cywilnych oraz kapitałowych
- Sprawdzanie i opracowywanie wszelkich typów umów gospodarczych i prywatnych
- Dochodzenie wierzytelności pozasądowo oraz sądowo
- Obrona przy wykroczeniach i w sprawach karnych

**Olaf Groborz**



Donnersbergerstraße 46, 80634 München  
S-Bahn Donnersbergerbrücke U1 Rotkreuzplatz

Tel.: 0 89/13 95 83 72 Fax.: 0 89/13 95 83 73 Email: [olaf.groborz@gmx.de](mailto:olaf.groborz@gmx.de)