

BEZPŁATNE

CZASOPISMO POLONIJNE DLA CIEBIE

mojemasto

nr 03 (60) maj/czerwiec 2017

D W U M I E S I Ę C Z N I K



www.mm-gazeta.de

www.facebook.com/mmgazeta



WINTERGARTEN



Übersetzungen & Consulting
Agneszka Miller

ANJA CZECH-GROLLMANN
Arbeitsrecht Mediation Familienrecht

HanseMerkur
Wanda Schleicher
Generalagentin



JESTEŚMY Z WAMI!
10 lat!
WYDANIE JUBILEUSZOWE

SPONSORZY:

CODZIENNE WYJAZDY
Z POŁUDNIOWYCH
I ŚRODKOWYCH NIEMIEC

JUZWA
www.juzwa.pl



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



HanseMerkur

Versicherungsgruppe

- 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.



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



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

SPIS TREŚCI

od redakcji

Drodzy Czytelnicy!

MOJE MIASTO

- List Konsula Generalnego RP w Monachium – Andrzej Osiaka 4
- Polskie Parafie Katolickie 4
- Niesamowita energia początku Maja Jonecko 5
- Polka w Monachium 10 powodów, dla których kocham Monachium Dominika Rotthaler 6-7
- Felieton O dwóch takich... co gazetę wydawali Bogdan Żurek 8
- Felieton – Listy z Berdyczowa Pamięć już nie ta Krzysztof Dobrecki 8
- Żyj z klasą Więcej nie zawsze znaczy lepiej Aldona Likus-Cannon 9
- Historia Emigranci w pogoni za marzeniami, czyli Helena Modrzejewska i Ralph Modjeski Jolanta Helena Stranzenbach 10
- 100 lat Fatimy Sanktuarium tajemnic ks. dr hab. Jerzy Grześkowiak 11
- Miasto Dzieci Ale jaja! Rzec o stabilności Agnieszka Spiżewska 12
- Stuttgart Spotkanie polonijne Małgorzata Piegsa 13
- Stuttgart 20. Dni Jazzowe w Weinstadt Małgorzata Piegsa 13
- Stuttgart Rozmowy o prawdzie Małgorzata Piegsa 13
- Nie żyje prof. Piotr Małoszewski 14
- Polskie ślady w Monachium Dachau Synonim śmierci (1) Marek Prorok 15
- Pożegnanie z Radą 16
- Miasto Młodych – Polscy Studenci i Absolwenci w Monachium Pierwsza pomoc Katarzyna Kozak 17
- Rozświetlone 25-lecie Jadwiga Zabierska 18-19

PORADNIK

- Regulacje ustawowego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków Anja Czech-Grollmann 20-21
- Jesteśmy z Wami 10 lat 22
- Praca w Leihfirmie Maciej Pazur 24
- Inkontynencja - wołanie z głębokości, cz.II Ziola na choroby układu moczowego lek. stom. Marian Znorowski 28-29
- SaniPep Avene EAU THERMALE Avene 32
- Na Wyspie Kokosowej Sebastian Wieczorek 34-35
- Jedź z apetytem Jak wrócić do formy po zimie Ewa Duszkiewicz 36
- W góry Zdobywamy Zugspitze Mirosław Jęczyła 38

AKTUALNOŚCI

- Z życia SV POLONIA Monachium 40
- Wygrywając oczami wyobraźni Jakub Malczewski 41
- Jubileusz Tamina Jolanta Łada-Zielke 42
- Kolaborant, szpieg, bohater? Łukasz Wolak 43
- Daria Nadolska 44
- 100 lat Elli Jane Fitzgerald Agnieszka Hekiart 44
- Co, gdzie, kiedy? 45
- Rocker Zone Summer In The City, czyli Rockowe Lato Arek Mitko 46
- Recenzja Misja helikopter – Simone Moro Małgorzata Gąsiorowska 47

Mojemu Miastu stuknęła 10-tka i chciał, czy nie chciał, jubileuszowy wstępniak o tym być musi. Łatwo się jednak napisać go nie da, gdyż – jak na jubileusz przystało – należałoby się chwalić dokonaniem, co pachnie, a raczej zalatuje, kumoterstwem. Bo niby, jak to tak – sami o sobie, na dodatek w swoim piśmie...?

Będzie więc lepiej, gdy zaczniemy od Państwa – Drodzy Czytelnicy – zresztą całkowicie słusznie, ponieważ bez Was nie byłoby Mojego Miasta! Już wyjaśniamy, dlaczego: czytając Moje Miasto nie zastanawiacie się zbyt, jak bardzo zależy nam na Waszym zadowoleniu. Wiercie, nie wiercie, ale po każdym wydaniu cała redakcja, o wydawcy nie wspominając, aż przebiera nogami w oczekiwaniu na Wasze pochlebne opinie. Nie tylko z powodu zżerającej nas próżności, choć też – bo każdy lubi, gdy go głaszczą – ale przede wszystkim dlatego, że zadowolony czytelnik sięgnie po następne wydanie i następne... a to już znak, że dzięki Wam trwamy. Dziękujemy więc Państwu bardzo za wierność i zapewniamy, że dołożymy wszelkich starań ku dalszemu Waszemu, ale i naszemu, zadowoleniu.

Przez 10 lat w Moim Mieście wiele się zmieniło. Przede wszystkim zespół. Weteranów przetrwało kilku. Pionierskie czasy wspomina, w tymże jubileuszowym wydaniu, Maja Jonecko, należąca do wąskiego grona twórców Mojego Miasta.

Wydawca z Naczelnym są powszechnie znani, ale na przykład, kto z Państwa słyszał o naszej Barbarze? Tymczasem „Baśka” jest w Moim Mieście od zawsze i zajmuje się szatą graficzną. Wystarczy spojrzeć na nasze okładki, z których większość jest prawdziwymi dziełami sztuki, by się przekonać o jej nieprzeciętnych umiejętnościach i talencie.

Jest jeszcze jedna nieznana czytelnikom osoba, której Moje Miasto zawdzięcza bardzo, bardzo wiele. To Joanna. „Jo”, związana z Moim Miastem od początku, była wszystkim: sekretarzem, korektorką, autorką tekstów, ekonomem trzymającym dyscyplinę i aniołem łagodzącym konflikty. To ona nadała Mojemu Miastu ramy, które przetrwały do dzisiaj. Joanna zmarła przedwcześnie i niespodziewanie trzy lata temu. Do tej pory nie możemy się po Jej stracie pozbierać.

Na sukces Mojego Miasta pracował cały, w sumie kilkudziesięcioosobowy zespół. Wszyscy jego członkowie, także, a może przede wszystkim ci anonimowi, przyczynili się do tego, że możemy dzisiaj świętować 10-lecie pisma, któremu na początku nie dawano szans.

Zapraszamy do lektury tego jubileuszowego wydania.

Redakcja czasopisma **Moje Miasto**

JESTEŚMY NA facebooku



Konsulat Generalny
Rzeczypospolitej Polskiej
w Monachium

Szanowni Państwo,

ukazujące się na południu Niemiec, w nakładzie ponad ośmiu tysięcy egzemplarzy, czasopismo „Moje Miasto” obchodzi swoje dziesięciolecie!

W ciągu tego czasu pismo stało się ważnym źródłem informacji i ulubioną lekturą wielu zamieszkałych tu Polaków. Oferuje całą gamę przydatnych porad, ułatwiających codzienne życie na emigracji, propozycje spędzenia wolnego czasu, a także ciekawych artykułów, reportaży i felietonów poruszających różne aspekty życia Polonii w Niemczech.

„Moje Miasto” spełnia także rolę integrującą różne środowiska oraz promującą polską przedsiębiorczość, wiedzę i myśl techniczną.

Z okazji jubileuszu składam całemu Zespołowi i Współpracownikom „Mojego Miasta” serdeczne gratulacje i podziękowania, życząc wytrwałości i sił do dalszej pracy dla dobra Polonii.

Życzę Państwu jeszcze wielu tak wspaniałych jubileuszy!

Konsul Generalny Rzeczypospolitej Polskiej w Monachium
Andrzej Osiak
Monachium, maj 2017

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

Niesamowita energia początku

jak powstało **mojemiasto** *wspomina* Maja Jonecko



Maja Jonecko

Siedzę w pracy i finalizuję kolejny przetarg na reklamę wideo w internecie skierowaną do świeżo upieczonych mam. Kolejny już w tym tygodniu. Udało się, wygraliśmy! Dostaję na maila wymagany format reklamy, sprawdzam wszystko kilka razy i pod koniec dnia reklama ukazuje się w sieci, którą mój zespół na bieżąco monitoruje i optymalizuje, aby na czas „dowieźć” wymaganą ilość wyświetleń i klików. W agencji reklamowej wszystko dzieje się szybko, a każda pomyłka to punkt dla konkurencji. Zerkam na telefon, nowa wiadomość... Bogdan. Pyta, czy nie napisałabym artykułu do jubileuszowego wydania Mojego Miasta.

To już naprawdę 10 lat?!

Są takie drogi, które zawsze będą wiły się przez pejzaże moich wspomnień. Poczułam się w pierwszej chwili zaszczona, że akurat do mnie Bogdan się odezwał, bo byłam co prawda gdzieś tam prawie na początku tej przygody i przez dłuższą chwilę, ale jednak z czasem odeszłam. Swoją przygodę z mediami zaczynałam właśnie wiele lat temu w Moim Mieście. Wiele się nauczyłam. Media offline, takie jak czasopismo, gdzie każda strona jest osobnym projektem do zrealizowania, a wszystko razem musi się zgadzać, sfinansować i ukazać się na rynku na czas, naprawdę wiele uczyć.

Nie bardzo więc wiedząc, od czego zacząć, udało mi się do piwnicy odkopać „puszkę Pandory”... choć to regał właściwie – tyle tego nazywało się przez lata. Zachowane kolejne wydania czasopisma, artykuły lub pomysły na nie, przydatne adresy i numery telefonów, inspiracje „na później”, dziesiątki małych kartek pisanych jeszcze wtedy odręcznie. To były czasy! Sporo tego. Jak o tym napisać na jednej stronie? Boże, uśmiecham się do siebie, patrząc na to wszystko – jaka byłam młoda, ile miałam energii i pomysłów! Wracam do mieszkania z kopertą opisaną czerwonym markerem z tytułem „WAŻNE”.

Wtedy wszystko było ważne, „na wczoraj” – nie bardzo więc pamiętam, dlaczego uznałam zawartość tej koperty za ważniejszą aniżeli cała ważna reszta, ale widocznie musiał istnieć ku temu wyraźnie ważny powód. Tak właśnie wspominam ten czas. Tę NIESAMOWITĄ ENERGIĘ POCZĄTKU, narodzin każdej strony, Piotrkę, Joannę, Grzegorza, Bogdanę, jeszcze raz Joannę i wielu innych... wracają wspomnienia i te noce spędzone nad Moim Miastem.

Żyrafy śpią zaledwie dwie godziny na dobę. Niedźwiedzie zapadają w kilkumiesięczną zimową hibernację. U psów, delfinów, fok i pingwinów półkule mózgowe śpią na zmianę. Człowiek przesypia jedną trzecią swojego życia, a Redaktor Bogdan Żurek chyba nigdy nie śpi... Bogdan – skreśli „chyba” w poprawce, bo przecież Ty nie śpisz!

Bywały takie noce, że budziłam się w ich samym środku wyrwana dźwiękiem telefonu. Bogdan... Zdezorientowana jak wyrwana z zimowego letargu mucha, próbując dojść do tego, gdzie jestem, dlaczego i która w ogóle jest godzina?! – pytałam. „Jak to która?” – Odpowiedź... „Ta sama co zawsze, za 5 dwunasta! W czasopiśmie na krótko przed drukiem to jest aktualny czas i tylko ten obowiązuje. Na jutro rano wszystko ma być gotowe do druku!”. Wstaję i dowlekam się do komputera. Skrzynka mailowa pełna, nie wiadomo od czego zacząć, znowu gdzieś coś nie pasuje. Kolejny email wpada. I jeszcze jeden. Sprawdź to i tamto. Skonsultuj reklamę z Grzegorzem. Z Joanną. Z drukarnią. Z grafiką. A może jednak inaczej to poskładamy i przerzucimy to na stronę 10? Aaaa może...

Prawie świt. Last check. Gotowe. Wysyłam do JOANNY! DONE. Gdyby nie Joanna, nic by nie było na czas, ani dobrze, a może nawet w ogóle by nie było „wtedy”. To ona trzymała reżim i porządek. Nadała ramy Mojemu Miastu, które przetrwały do dzisiaj – choć jestem pewna, że jeśli można by z nieba przysłać uwagi i poprawki pewnie nie odkopalibyśmy się spod JEJ maili... PAMIĘTAMY!

Daliśmy radę. Kolejny raz udowodniliśmy sobie i światu, że chcieć to móc, choć nie raz sceptycyzm, czy zdążymy na czas, przysiadł jak piracka papuga na ramieniu.

Podsumujemy:

- 60 razy, 10 lat (!) z rzędu co 2 miesiące
- 26577 maili w skrzynce odbiorczej, a przecież tyle kolejnych wydań ukazało się jeszcze po moim odejściu
- tysiące minut telefonicznych
- kilkadziesiąt zarwanych nocy
- dziesiątki napisanych artykułów
- dziesiątki zdjęć

- tysiące wyłapanych w ostatniej chwili literówek i błędów, które mogły dużo kosztować
- niejedna awantura i dramat
- kilka napotkanych „wrzaskunów pospolitych” (z tego typu, które wszędzie o wszystko robią awantury – tym głośniej i uporczywiej, im mniej mają racji)
- kilka drukarni i firm transportowych
- setki paczek opasanych szarym papierem, kryjących kolejne kolorowe okładki Mojego Miasta
- dziesiątki punktów dystrybucji rozsypanych po mieście i okolicy
- tysiące kilometrów, aby do nich dotrzeć
- dziesiątki godzin spędzonych w korkach
- wielu dobrych ludzi, którzy nam pomogli, współtworzyli MojeMiasto i dzięki których pomocy to wszystko było możliwe
- niewielu, którzy dotrwali z Moim Miastem do dzisiaj. Chyba jedynie Bogdan i Grzegorz, no i Baśka – nasza wspaniała graficzka.

MojeMiasto dojrzało, znalazło swoich stałych autorów i odbiorców, swój pomysł na siebie, ramówkę, reklamodawców i punkty dystrybucji. Co dwa miesiące „składa się” zmuszając nas do skracania meble Ikea, strona po stronie, w swoim przez lata sprawdzonym i zoptymalizowanym wedle lat doświadczeń trybie, z zapasem czasu na ewentualne poprawki i informacje napływające w ostatniej chwili. Na dobre wpisało się w monachijską scenę polonijną.

Patrząc przez pryzmat ubiegłych 10 lat, naprawdę widać jak bardzo czasopismo się zmieniło. MojeMiasto przeszło wiele etapów: rodziło się w bólu, ogromnym wysiłkiem strona po stronie, przeszło przez okresy buntu, zmieniało właścicieli, wyprowadzało się z domu i gościło jednocześnie nawet w kilku miastach: Monachium, Norymberdze, Stuttgartu, Hamburgu, Berlinie, Frankfurtu, w Westfalii, aby jednak koniec końców wrócić na dobre tam, gdzie powstało – na Bawarię. Prost! Korzystając z tej okazji chciałam Wam podziękować, tym Wam, którzy byliście przez te wszystkie wspólne lata w sytuacjach niezapomnianych i kryzysowych.

Dzisiaj po latach, kiedy nasze ciuchy jakoś dziwnie się skurczyły, życzę Wam tej NIESAMOWITEJ ENERGIJ POCZĄTKU na kolejną dekadę.



Dominika ROTTHALER

**POLKA
W MONACHIUM**

10 powodów dla których kocham Monachium

Całkiem niedawno spotkałam młodą sympatyczną Polkę, która przyjechała do Monachium zaledwie parę miesięcy temu. Mimo dobrych chęci, nadal nie może zapalać sympatią do stolicy Bawarii, czuje się tu obco i dosyć samotnie. Jeszcze nie zdążyła na tyle dobrze poznać języka, żeby swobodnie porozumiewać się z miejscowymi po niemiecku. Nadal nie była na żadnej malowniczej wędrownicy po górach ani nad jednym z pięknych bawarskich jezior.

Mieszkam w Monachium zaledwie od 2010 roku – to tylko 7 lat, jednak wystarczyło, abym to miasto pokochała! Tutaj urodziły się moje dzieci, tutaj poznałam nowych przyjaciół i wreszcie nauczyłam się porządnie mówić po niemiecku, a nawet trochę po bawarsku ;) Dlatego dziś chciałabym przedstawić zarówno mojej nowej znajomej, jak i wszystkim sceptycznym lub wątpliwym, subiektywną listę rzeczy, za które można pokochać Monachium. Listę rzeczy, za które ja Monachium pokochałam i dzięki którym stało się ono moim domem.

1 Dialekt bawarski

Dla przyjezdnych uczących się języka niemieckiego w szkole lub na jakimś kursie pierwsze spotkanie z bawarskim dialektem może okazać się dużym szokiem! Nagle okazuje się, że nasza znajomość języka jest za mała, aby cokolwiek zrozumieć. Chcę Was jednak pocieszyć – bawarski dialekt, mimo że jest dosyć trudny, jest jednocześnie

przyjemny dla ucha. Raczej nie ma sposobu na nauczenie się go – można jedynie starać się wsłuchiwać w mowę otoczenia i po jakimś czasie na pewno opanujecie podstawy bawarskiej wymowy. Ja nawet nie staram się naśladować tego dialektu, po prostu go akceptuję i uznaję za koloryt lokalny. A jeśli rzeczywiście mam duże problemy ze zrozumieniem rozmówcy, proszę go o wolniejsze powtórzenie zdania, z nadzieją, że za drugim razem wyłapię więcej słów.

2 Izara

Mimo że nie mieszkam w bezpośrednim sąsiedztwie rzeki Izary, nasze rodzinne rowrowe wycieczki nad rzekę należały do stałych punktów weekendowych. Beztroski piknik nad rzeką, szczęśliwe dzieci, budujące tamy z patyków i kamieni lub wrzucające patyki do wody, grillujące grupki młodych ludzi, zapach lata unoszący się wokół – takie obrazy i wspomnienia stają mi przed oczami, kiedy myślę o Izarze.

3 Ogródki piwne

Monachijskie ogródki piwne są przepiękne! Często położone są w cieniu starych, rozłożystych kasztanowców lub w zielonych parkach i zakątkach. W niedziele gra orkiestra dęta, a luźna atmosfera tych miejsc sprzyja spontanicznym rozmowom. Bardzo lubię bawarską tradycję, według której do ogródków piwnych można wnieść własne jedzenie – jedynie napoje należy zakupić u gastronomii. Przygotowanie piknikowego kosza z dodatkami do zjedzenia w ogródku piwnym to nie tylko przyjemność, ale i oszczędność, gdyż ceny w tych ogródkach często są wygórowane. Warto pamiętać o obrusie w czerwoną kratę, który uprzyjemni Wam posiłek i zaostri apetyt! Jeśli wybieracie się do ogródka piwnego całą rodziną i szukacie atrakcji dla dzieci, polecam ogródki, w których właściciele pomyśleli o placu zabaw – dzięki temu jako młodzi rodzice lub dziadkowie będziecie mieli możliwość w spokoju cieszyć się atmosferą tych miejsc.

4 Oktoberfest

Tego święta nie muszę Wam chyba przedstawiać, bowiem Oktoberfest znany jest na całym świecie! Jego ponad 200-letnia tradycja wiąże się z zaślubinami bawarskiego księcia Ludwika, późniejszego króla Bawarii i jego wybranki, księżniczki Therese von Sachsen-Hildburghausen. Od 1810 roku z małymi przerwami Oktoberfest odbywa się co roku w Monachium – obecnie przyciąga do miasta kilka milionów turystów. Mimo tłoku, stresu i dużego zamieszania, lubię tę atmosferę festynu i swobody. Warto wypić tutaj tzw. Mass, czyli duże, litrowe piwo, wsłuchać się w dźwięki ludowej muzyki granej na żywo i chłonąć atmosferę największego na świecie jarmarku! Pamiętajcie, że Bawarczyści nazywają Oktoberfest „Wiesn”.

5 Bawarskie stroje ludowe

Punkt ten wiąże się nierozdzielnie z festynem Oktoberfest, gdyż każdy szanujący się Monachijczyk, a nawet turysta, przyjdzie na to święto właśnie w stroju ludowym. To znaczy panowie zakładają kraciaste koszule i Lederhose (skórzane spodnie), panie natomiast podkreślają kobiece kształty sukienką z fartuszkami zwaną Dirndl. Te ludowe stroje w Bawarii nie są żadnych przeżytkiem ani nie są kojarzone ze skansenem. Zarówno Lederhose, jak i Dirndl funkcjonują w kulturze bawarskiej przy okazji różnych świąt lub rodzinnych uroczystości, jak śluby czy komunie. To tradycja, która ma się dobrze i którą często można spotkać na ulicach miasta lub w bawarskich wioskach. I, co podkreślałam już na łamach MM, każda kobieta wygląda w Dirndl wspaniale, więc naprawdę warto przemyśleć zakup tego stroju.

6 Środki transportu publicznego

Mimo że dosyć drogie (jeden bilet normalny kosztuje 2,80 euro), środki transportu publicznego w Monachium mają doskonale rozwiniętą siatkę połączeń, dzięki której szybko i sprawnie można poruszać się po całym mieście. Wiem, o czym mówię, bo sama



nie mam samochodu i jestem zdana na tego typu transport. Metro, autobusy i tramwaje jeżdżą z reguły bardzo punktualnie i są niezawodne. Bilety można kupić w specjalnych punktach sprzedaży, automatach umieszczonych na przystankach, stacjach metra lub w autobusach albo przez specjalną aplikację na smartfona. Jeśli korzystając ze środków transportu publicznego macie ze sobą np. również spacerówkę, powinniście zwracać uwagę na oznaczenia na autobusach i tramwajach, gdyż na wózki dziecięce przewidziane są specjalne miejsca. Niedostosowanie się do tej zasady może spowodować, że kierowca pojazdu upomni Was przez mikrofon, co z kolei jest jedną z rzeczy, której w Monachium nie lubię.

7 Rowerem po mieście

Dla tych, którzy nie lubią siedzieć w zamkniętych pomieszczeniach, polecam jazdę po mieście rowerem. W Monachium doskonale działają ścieżki rowerowe, którymi można jechać nawet po ścisłym centrum miasta. Przystanki kolejki miejskiej lub metra często wyposażone są w duże parkingi dla rowerów, dzięki czemu można po Monachium i jego obrzeżach poruszać się według zasady „Park and Ride”. Dojeżdżasz rowerem do stacji metra, parkujesz pojazd i przesiadasz się w środku komutacji miejskiej, jadąc dalej do celu. Wygodnie i zdrowo! O wielu innych zaletach korzystania z rowerów w Monachium pisałam w ostatnim numerze MM – zapraszam do lektury.

8 Jeziora

Bawaria to kraina jezior! Naokoło miasta oraz w kierunku Alp jest sporo czystych jezior, z których zalet można korzystać o każdej

porze roku. Jesienią – przyjemny spacer w złotych kolorach lub przejażdżka statkiem po gładkiej tafli. Latem z kolei – kąpiel w jeziorze lub grill nad jego brzegiem. Już godzinę drogi autem od Monachium możecie poczuć się jak na urlopie i zanurzyć stopy w chłodnej wodzie jednego z jezior bawarskich. Tak, bawarskie jeziora to niewątpliwie jeden z głównych powodów, dla których turyści rozkochują się w tym regionie – mnie też przekonały swoim pięknem i czarem!

9 Alpy

Jedną z wielkich zalet Monachium jest jego położenie geograficzne. Stąd niedaleko do Czech, Szwajcarii, Austrii oraz do Włoch. Dla chcących zwiedzać okolice jest oczywiście także dużo atrakcji! Szczęśliwi będą tu narciarze oraz zapaleni wędrownicy górscy, bowiem Alpy są na wyciągnięcie ręki. Właśnie w kombinacji z jeziorami tworzą niesamowitą panoramę i niepowtarzalny klimat. A wysoko w górach – wiadomo – wszystkie problemy tego świata stają się mniejsze i mniej znaczące, człowiek nabiera dystansu do siebie i do własnych kłopotów. Dlatego wizyta w tutejszych górach to nie tylko wielka frajda dla oka, ale również rodzaj duchowej terapii. Szczególnie polecam, również z dziećmi – także dla rodzin jest wiele łagodnych tras, których uwieńczeniem są przyjemne i dobrze wyposażone schroniska. Tu można zregenerować się, wypić kawę czy piwo lub skosztować kilku bawarskich specjałów. Taki rodzinny wypad w góry to wspaniałe wrażenia i piękna wycieczka – gwarantuję!

10 Parki

Dla tych, którzy chcą wypocząć, ale wolą zostać w mieście, pozostają jeszcze wspomniane ogródki piwne lub monachijskie parki.



W każdym z nich są wyjątkowe rzeczy do odkrycia: małe wzgórza, widokowe wzniesienia, baseny na wolnym powietrzu, liczne place zabaw, zielone łąki czy restauracje. Tam można odpocząć od miejskiego zgiełku, zaszyć się w jakimś spokojnym kącie i czytać książkę, medytować lub po prostu spacerować. Takich parków małych i dużych jest naprawdę sporo – odkryliście już najbliższy w Waszej okolicy?

Tym małym podsumowaniem chciałabym się z drogimi Czytelnikami Mojego Miasta pożegnać. Wraz z rodziną opuszczam Monachium i przeprowadzam się do zupełnie innego kraju związkowego. Spędziłam tu siedem pięknych lat i pokochałam tutejszą kulturę i okolice oraz lokalne zwyczaje. Zabiorę ze sobą całą masę wspomnień oraz obrazy wielu pięknych miejsc pod powiekami - do wspomnień tych będę wracać, myśląc o moich tutejszych wycieczkach, przygodach i znajomościach. Nadal zapraszam do odwiedzin mojego bloga www.polkawmonachium.blogspot.com, który mimo iż nie będzie już powstawał w Bawarii, nadal będzie źródłem ciekawych informacji o niemieckiej kulturze, o wychowaniu w dwujęzyczności oraz o życiu emigracyjnym w Niemczech. Zapraszam!

O dwóch takich... co gazetę wydawali

Miałem sen. Z fabułą typową dla tych, którzy kraj rodzinny opuścili, by mieć lepiej. Śniących o karierach „od czyścibuta do milionera” i budzących się każdego ranka w siermiężnej rzeczywistości. Choć nie zawsze, bo mój sen...

Przyśniło mi się dwóch całkowicie różnych facetów. Jeden znad morza, drugi z południa. Jeden z miasta, drugi ze wsi. Jeden chudy, drugi gruby. Na dodatek dzieliła ich przepaść wiekwa i wyglądali jak ojciec z synem.

W Polsce prawdopodobnie nigdy by się nie spotkali. W moim śnie połączyła ich neutralna „ziemia obiecana”, bogata Bawaria, kraina mlekiem, miodem i... piwem płynąca. Piwo zaś łączy. Szczególnie w polskiej knajpce, gdzie „w niedziele po kościele” zbliżało ci ono mych bohaterów, ułatwiając im użalanie się nad (nie) dolą emigranta.

A dola ta do łatwych nie należała. Chłopy tyrały ciężko. Ten z północy, stoczniovec (haaa, haaa – stoczniovec w Bawarii możliwy jest tylko we śnie!), chwytął się każdego zajęcia, ponieważ w promieniu kilkuset kilometrów statków nie budowano. Młodszy miał trochę lepiej. Posiadając fach operatora

sztaplarki (po polsku – wózka widłowego), mógł pracować wszędzie, za mizerne pieniądze niestety. Pewnej niedzieli, wertując polonijny magazyn w poszukiwaniu jakiejś dodatkowej fuchy, panowie wyczytali, że gazeta jest do odkupienia...

Wchodzimy w to? – zapytał młodszy żartem. Oczywiście! – zdecydował starszy serio. Co to się działo, co się działo, pół miasta ze śmiechu się skręcało... Tak zwane „środowisko” długo nie pozostawiało na śmiałkach suchej nitki. Jakim prawem ktoś taki jak oni wydają gazetę?! – wołało „na mieście”, kabłując o tym „skandalu” do władz wszelakich państw obu.

Tymczasem nowi właściciele, jak ta tuwimowska lokomotywa:
*Najpierw powoli, jak żółw ociężałe,
Ruszyła maszyna po szynach ospale.
Szarpnęła wagony i ciągnie z mozolem,
I kręci się, kręci się koło za kołem,
I biegu przyspiesza, i gna coraz prędzej...*

Bogdan
Żurek



Fuzja dynamicznej młodości z dojrzałą rozważą zdały egzamin. Aktorzy z mego snu pracowali ciężko, ale planowo, konsekwentnie i bez ryzykownych posunięć. Krok po kroku, rok po roku „ich dziecko” stawało się coraz piękniejsze, rosło w siłę, dojrzewało, pozyskując coraz bardziej wartościowych autorów. Przybywało też reklamodawców, a uznanie czytelników wzięło górę nad zawistnymi plotkami.

Obaj stali się medialnymi „potentatami”, z gazetą wychodzącą w tysiącach egzemplarzy i choć echa zazdrosnego rechotu jeszcze słychać, mają to w głębokim poważaniu, gdyż są już daleko...

Koniec, słyszę budzik, otwieram oczy... A sen trwa!

Wszelkie podobieństwo do osób i zdarzeń jest niezamierzone i przypadkowe.

Pamięć już nie ta

Bardzo się cieszę. No oczywiście z jubileuszem Mojego Miasta! Co by nie powiedzieć, fakt, że w Bawarii – i nie tylko – działa polska gazeta, jest sukcesem. Że to nie jest efemeryda, a działa i jest czytana już dziesięć lat, jest wartością samą w sobie. Chciałem i ja wypiąć się do szczytów i pochwał (pamiętając jednak, że zapominam i redaktor Bogdan Żurek zawsze musi wysłać mi maila: „Pamiętasz o MM?”). Nie wiem, czy przez to pisanie do Państwa, czy przez to przypominanie, wydawało mi się, że jestem w MM „od zawsze”. Mając na względzie ułomność ludzkiej natury i fakt, że jeden z moich Przyjaciół opowiadał najpierw, jak to siedział na kolanach Marszałka, a dziś doszedł już do kolan Kościuszki, postanowiłem sprawdzić.



Listy
z Berdyczowa

Krzysztof
Dobrecki

Z zaniepokojeniem, acz cierpliwie, sprawdziłem archiwalne numery MM. I co się okazuje? Wcale nie byłem „od zawsze”! Pierwszy swój list do Państwa napisałem w... styczniu 2009 roku. Zamieściłem w liście taki to smakowity opis spotkania „Wielkiej Trójki” w Teheranie:

„Głos zabrał Stalin.

– Strona sowiecka proponuje – powiedział – żeby, zaraz po zakończeniu wojny, rozstrzelać sto tysięcy niemieckich oficerów.

– Nigdy się na to nie zgodzę – wykrzyknął Churchill – To nie jest możliwe! Tego nigdy nie zaakceptuje demokratyczne społeczeństwo Wielkiej Brytanii!

Churchill był coraz bardziej wściekły. Czerwony na twarzy zerwał się zza stołu. – Gdybym miał podpisać taki barbarzyński akt – krzyczał – wołałbym, by zaraz wywleczono mnie na klomb przed pałacem i rozstrzelano!

Zapadła chwila ciszy. Stalin przeciągle spojrział na Berię – To się da zrobić – powiedział spokojnie.”

Bardzo lubię ten opis, dlatego pozwałam sobie go powtórzyć, nie licząc wcale, że przypominanie tej rozmowy nauczy kogoś wyciągać wnioski z historii, o stosunkach z Rosją nie wspomnę. Tak czy inaczej, swój prywatny jubileusz 10-lecia z MM obchodzić będę – jak Pan Bóg da doczekać – w styczniu 2019 roku. I proszę tych, co mają lepszą pamięć, by w tym roku pogratulowali mi bardzo serdecznie.

Tymczasem, pamiętając wszystko, co napisałem na wstępie, serdecznie gratuluję Wydawcy, Przyjacielowi Bogdanowi, który spina całość i towarzyszy mi od lat na tej samej stronie, wszystkim publikującym tu swoje teksty, zdjęcia. Wreszcie pogratulować chciałem ekipie, która zbiera reklamy, bez których Nasze – Moje Miasto – nie mogłoby się ukazywać. Jeśli zaś moje Listy z Berdyczowa (lub choć jeden) Państwu się spodobały lub zainteresowały, proszę uprzejmie wypić za moje zdrowie bawarskie piwo w Angielskim Ogródzie.

WIĘCEJ nie zawsze znaczy lepiej

Dużo ostatnio w prasie i telewizji mówi się o podwójnym obywatelstwie, a przy tym o lojalności wobec obu państw.



Z roku na rok coraz więcej osób ubiega się o niemiecki paszport, a my plasujemy się na drugim miejscu, zaraz po Turkach. Liczba Polaków, którzy przyjęli niemieckie obywatelstwo, w roku 2012 wynosiła 4.500, w roku 2015 już 5.995, na dane za rok 2016 musimy jeszcze poczekać.

Kiedyś marzyliśmy, aby w ogóle mieć paszport, teraz chcemy mieć dwa. Podobno życie z dwoma jest łatwiejsze. Ma się więcej możliwości i jest się lepiej traktowanym. Jest w tym wiele prawdy, ale też i gorzkości, że człowiek nie ceni się za to, kim jest, ale za to, co ma.

Tak więc niektórzy Polacy marzą o niemieckim paszporcie, Niemcy o amerykańskim, a większość Amerykanów nie posiada żadnego. Siedzą u siebie, nie podróżują za granicę i nie mają takich dylematów. Jednym słowem, więcej nie zawsze znaczy lepiej.

Kwestia paszportów i podwójnego obywatelstwa jest częstym tematem rozmów z Merimą – mieszkającą w Monachium Serbką. Ostatnio zażartowałam, że może doczekam czasów, gdy wszyscy będą chcieli mieć polski paszport.

Ty się nie śmiej. To się jeszcze może spełnić – odparła poważnie. – Ja nigdy nie myślałam, że swojego będę się wstydzić. Wszystko jest możliwe – dodała po chwili namysłu.

A nie chciałabyś go zmienić? – zapytałam, wiedząc, że otrzymanie niemieckiego paszportu nie byłoby dla niej żadnym problemem. Od lat mieszka bowiem w Monachium, pracuje jako doradca w niemieckiej firmie informatycznej i prowadzi wykłady na całym świecie.

Nie, przyzwyczaiłam się do swojego – odparła bez zastanowienia i roześmiała się serdecznie.

Lubię te spotkania z Merimą, jej opowieści o dalekich podróżach, a przede wszystkim o nie tak dawnej jej przeszłości, o wojnie, którą przeżyła, gdy rozpadła się Jugosławia. O tym, jak w krótkim czasie sielanka może zamienić się w koszmar. Jak z dnia na dzień można wszystko stracić, a dwoje ludzi, którzy spędzili z sobą większość życia, teoretycznie staje się wrogami, bo urodzili się w innych miastach tego samego do niedawna kraju.



A. Likus
Cannon

Żyj z klasą

Szczęśliwym nie jest ten, kto ma wszystko, ale ten, który potrafi docenić to, co ma.

AUTOR NIEZNANY

Merima urodziła się w stolicy będącej jednym z najstarszych miast Europy, położonej przy ujściu Dunaju i Sawy – w mieście o długiej i burzliwej historii, które zawsze wspomina z nostalgią. Pietro, jej mąż, urodził się w malutkiej uroczej miejscowości nad morzem, znanej wielu Polakom z wakacyjnych wojaży nad Adriatyk. Poznali się na studiach i pobrali. On studiował na Akademii Sztuk Pięknych, ona na Uniwersytecie Belgradzkim.

Nagle okazało się, że Pietro musi wyjechać – w jej oczach pojawiły się łzy. – To był koszmar. Mieszkasz większość życia w jednym mieście, ale okazuje się, że paszport należy ci się zgodnie z miejscem urodzenia i stajesz się wrogiem narodu – tłumaczyła.

I pomyśleć, że kiedyś nigdzie nie było tak dobrze jak u was – odpowiedziałam, przywołując w pamięci papierosowe gumy do żucia i soczyste winogrona.

I nigdzie nie ma teraz tak źle jak u nas. My już z tego nie wyjdziemy. Moja siostra wyjechała do Gdańska i jest zachwycona. Powiedziała, że tam zostanie, bo u nas nie ma przyszłości – rzekła ze smutkiem w głosie.

Synowie Merimy dla „świętego spokoju” i lepszego startu w przyszłość już na pierwszym roku studiów wybrali obywatelstwo niemieckie. Odbiło się to na ich psychice, bo jak stwierdzili, nie jest problemem dostać nowe obywatelstwo, a zrezygnować ze starego. W ich przypadku nadanie niemieckiego obywatelstwa wiązało się z obowiązkiem zrzeczenia się poprzedniego, bo urodzili się w Belgradzie, a Serbia nie należy do Unii Europejskiej.

Ty nawet nie masz pojęcia, jak bardzo powinnaś się cieszyć, że nie masz takich dylematów i mieszkasz w takim kraju jak Polska – westchnęła głęboko.

Nigdy wcześniej nie przypuszczałam, że doczekam czasów, kiedy inni będą nam zazdrościć naszego statusu, którego to – prawdę mówiąc – nie doceniamy. Ciągłe bowiem chcemy więcej: dwa mieszkania, dwa samochody, dwa... paszporty, zapominając, że „szczęśliwym nie jest ten, kto ma wszystko, ale ten, który potrafi docenić to co ma”.

Emigranci w pogoni za marzeniami

czyli: Helena Modrzejewska i Ralph Modjeski

Helena Modrzejewska



„Szalony, kto nie chce wyżej,
jeżeli może” –

tak napisała kiedyś w liście do swej przyjaciółki Jadwiga Helena Misel-Chłapowska, czyli Helena Modrzejewska – najbardziej utalentowana i najlepiej opłacana polska aktorka XIX wieku, która już za życia stała się legendą.

za zerwanie kontraktu). Co prawda, wyszła za mąż za ziemianina, ale Karol Chłapowski okazał się człowiekiem niezaradnym, który nie był w stanie utrzymać rodziny.

Przez wiele miesięcy, ćwicząc po pięć godzin dziennie, przygotowywała się do anglojęzycznych ról. Dla celów marketingowych uprosiła także swój pseudonim na Modjeska (wym. Modzeska). Dzięki tym staraniom zadebiutowała na deskach California Theatre i odniosła oszałamiający sukces. Jej kolejne występy zawsze cieszyły się ciepłym przyjęciem amerykańskiej, a potem i angielskiej publiczności. Z czasem zyskała status prawdziwej gwiazdy. Jej główną konkurentką była francuska diwa Sarah Bernhardt, ale w przeciwieństwie do niej Polka unikała skandali i rozgłosu w brukowej prasie. Nie znaczy to jednak, że aktorka nie miewała swoich kaprysów. W podróży towarzyszyły jej np. dwa pupilki – aligatorki. W Kalifornii posiadała bajeczną rezydencję Arden, która uwieczniana była na pocztówkach, rozchwytywanych przez jej fanów.

W międzyczasie zakochany Sienkiewicz wrócił do Ameryki i pisał do polskiej prasy, że Modrzejewska została uznana za „najbardziej błyszczącą i najdoskonalej skończoną artystkę”. Prywatnie pisał o niej „gołąb o orlich skrzydłach”. W 1883 roku aktorka przyjęła obywatelstwo amerykańskie, odmładzając się przy okazji o sześć lat, a z syna Rudolfa – Ralpha – czyniąc swego brata. Bycie gwiazdą amerykańskiej sceny oznaczało bardzo wyczerpujące tournée. Modrzejewska grała w ponad 300 miastach na świecie. Kilkakrotnie odwiedziła Polskę, ale miała zakaz występów w zaborze rosyjskim, gdyż podczas Światowej Wystawy w Chicago w 1893 r. wygłosiła przemówienie potępiające Rosję.

Modrzejewska występowała przez 46 lat. Gdy w 1907 roku zakończyła karierę, wyliczono, że stała na scenie w blisko 300 rolach około sześć

Jolanta
Helena
Stranzenbach



Ralph Modjeski

tysięcy razy („tylko” 1.700 zagrała po polsku). Najczęściej granymi przez nią postaciami były: Maria Stuart z dramatu Fryderyka Schillera i Lady Makbet Szekspira (520 razy). Często wcielała się w role kobiet „upadłych”, nadając im cechy sympatyczne. Spróbowała także swoich sił w literaturze, spisując po angielsku pamiętniki, które ukazały się drukiem w 1910 roku pod tytułem „Memories and Impressions” („Wspomnienia i wrażenia”).

O jej popularności świadczyć może fakt, że nazwiskiem Modjeska nazwano szczyt górski i wodospad w USA oraz kanadyjski parowiec, a także firmowano zastawy stołowe, karty do gry, czekoladki, perfumy, mydła, a nawet potrawy w restauracjach.

Modrzejewska zaplanowała dla swojego wybitnie muzycznie uzdolnionego syna karierę pianisty. W Warszawie uczył się on wspólnie z Ignacym Paderewskim. Jednak Rudolf, towarzysząc matce podczas tournée w Londynie, tak zachwycił się europejską techniką, że postanowił zostać inżynierem. Skończył Ecole des Ponts et Chaussees w Paryżu i przeszedł do historii jako jeden z najsłynniejszych inżynierów budownictwa cywilnego w USA. Ralph Modjeski zaprojektował mosty, które są charakterystycznym elementem amerykańskiego krajobrazu. Jego specjalizacją stały się dwa różne rodzaje konstrukcji: stalowe kratownicowe mosty kolejowe i nowoczesne mosty podwieszane. Syn „Pięknej Heleny” współpracował m.in. z Alfredem Noblem, który pełnił obowiązki prezesa American Society of Civil Engineers.

★ ★ ★

W dawnych czasach ludzie emigrowali najczęściej w poszukiwaniu lepszej ziemi i pracy. Uciekali też przed prześladowaniami. Wśród uchodźców zdarzali się czasem również idealści, którzy, oderwani od rzeczywistości, szukali za granicą możliwości do zrealizowania swych utopijnych celów. Przykład pewnej aktorki z Polski i jej syna pokazuje, że i takim ludziom czasami się udaje.

100 lat Fatimy sanktuarium tajemnic 1917–2017

Jubileuszowy numer „Mojego Miasta” (10-lecia pisma) trafi do rąk czytelników około 13 maja, czyli w dniu, w którym papież Franciszek z setkami tysięcy pielgrzymów będzie w Fatimie dziękował Bogu za niezliczone łaski dane światu przez Maryję w minionym stuleciu. Czy przed stu laty ktokolwiek mógł przypuszczać, że niewielka miejscowość w Portugalii stanie się jednym z najbardziej znanych i najczęściej odwiedzanych miejsc na świecie, a imiona trojga ubogich pastuszków poznają miliony wiernych i że zostaną zaliczone w poczet błogosławionych Kościoła?

Bóg wybiera to, co małe

W czasie dramatycznych wydarzeń toczących się I wojny światowej, od maja do października 1917 roku, trzynastego dnia każdego miesiąca, Maryja objawiała się trojgu pastuszkom: rodzeństwu Franciszkowi i Hiacyntynie Marto oraz Łucji dos Santos i wzywała świat do nawrócenia i pokuty: „Módlcie się, módlcie się wiele i czynicie ofiary za grzeszników, gdyż dużo dusz idzie do piekła, bo nie mają nikogo, kto by się za nich ofiarował i modlił”. Maryja zachęcała do modlitwy różańcowej w celu wyblagania pokoju. Polecała też odprawianie nabożeństw do swego Niepokalanego Serca, któremu papież powinien poświęcić cały świat.

To wszystko działo się w atmosferze niedowierzania – nawet ze strony najbliższych – oraz narastającej wrogości silnych w Portugalii środowisk ateistycznych. Ale to właśnie te gwałtowne i niewybredne ataki i paszkwile w prasie wzbudziły zainteresowanie objawieniami w całym kraju, ściągając do miejsca objawień coraz więcej ludzi. Jeśli 13 lipca przyszły 4 tysiące osób, w sierpniu 7 tysięcy, to we wrześniu było już 25 tysięcy. Dzieci zapowiedziały, zgodnie z tym, co usłyszały od Maryi, że 13 października wydarzy się coś, co wszystkich przekona o prawdziwości ich słów. Tegoż dnia przyszło do Cova da Iria 80–100 tysięcy osób. Rodzice Łucji byli przerażeni, pewni, że wszystko skończy się kompromitacją i linczem dzieci. A jednak cud rzeczywiście się wydarzył. Polegał on na spektakularnym zjawisku atmosferycznym, na „tańcu słońca”, trwającym kilka minut i widzianym przez wszystkich obecnych, nawet w miejscowościach odległych o kilkadziesiąt kilometrów. Żadne obserwatorium astronomiczne niczego jednak nie zarejestrowało.

Tajemnice fatimskie

Dzieci, którym objawiała się Maryja, otrzymały specjalne polecenia, które miały przekazać Kościołowi. Miały one być zachowane w tajemnicy i ujawniane stopniowo. Treść pierwszych dwóch tajemnic to zapowiedź II wojny światowej i upadek komunizmu. „Trzeci sekret” Łucja spisała w latach 1943–44 i w 1958 r., a tekst przekazano Janowi XXIII.



Łucja, Franciszek i Hiacynta, troje małych pastuszków, którym ukazała się NMP

Papież po przeczytaniu zapieczętował go i zamknął w watykańskim sejfie. Jego treść długo była przedmiotem domysłów i spekulacji.

13 maja 2000 r. Jan Paweł II beatyfikował w Fatimie zmarłych w dzieciństwie Franciszka i Hiacyntę (ich rychła śmierć była zapowiedziana w objawieniach). Po raz pierwszy Kościół wyniósł na ołtarze małe dzieci, niebędące męczennikami. Papież ukazał ich życie jako drogę modlitwy i pokuty: „Potrafili oni, mimo młodego wieku, żyć wiarą w sposób heroiczny. Ich świętość nie zależy od objawień, lecz od wierności i od zaangażowania, z jakim odpowiedzieli na dar otrzymany od Pana i od Maryi, oddając się im całkowicie”. Na zakończenie Mszy św. kard. Angelo Sodano ujawnił treść „trzeciego sekretu”, którego obszerną interpretację ogłosiła później (26.06.2000) Kongregacja ds. Nauki Wiary (komentarz teologiczny kard. J. Ratzingera). Fatimska wizja dotyczy przede wszystkim walki systemów ateistycznych z Kościołem i opisuje nieuchronne cierpienia świadków wiary, także papieży, przy czym na pierwszy plan wysuwa się zapowiedź zamachu na życie Jana Pawła II.

Nawrócenie Rosji

Maryja powiedziała do dzieci 13 lipca 1917 r.: „Jeżeli moje życzenia zostaną spełnione, Rosja się nawróci i nastanie pokój; jeżeli nie, to ona rozpowszechni swoją błędną naukę na cały świat, nastaną wojny i prześladowania Kościoła i Ojciec Święty będzie wiele cierpieć. Niektóre narody znikną. Ale w końcu zatrumfuje moje Niepokalane Serce. Ojciec święty poświęci mi Rosję, która się nawróci i nastanie w świecie czas pokoju”. Ta część orędzia została ujawniona dopiero w 1942 r. Kolejni papieże z jednej strony usiłowali trzymać się zasady dystansu wobec prywatnych objawień, a z drugiej poważnie traktowali fatimskie polecenia. I tak Pius XII poświęcił narody Rosji Przeczystemu Sercu Maryi (7.07.1952). Podczas Soboru Watykańskiego II 510 biskupów z 78 krajów podpisało skierowaną do papieża petycję o poświęcenie całego świata Niepokalanemu Sercu Maryi, a w sposób szczególny Rosji oraz krajów pod panowaniem komunizmu. Paweł VI uczynił

ks. dr hab.
Jerzy
Grześkowiak



to, zamykając trzecią sesję Soboru. Jan Paweł II trzykrotnie dokonał poświęcenia świata Niepokalanemu Sercu Maryi (Fatima 1982, Rzym 1984, Fatima 1991), w których w sposób zawołowany zawarta była myśl o Rosji.

Ciekawostką – dość humorystyczną – jest fakt, że dzieci słuchając orędzia Maryi, nie mały pojęcia, co znaczy słowo „Rosja”. Siostra Łucja na pytania kard. Franza Koeniga (Wiedeń) w tej sprawie odpowiedziała: „Ponieważ nie wiedziałam, co znaczy słowo «Rosja», przysięgam, że chodzi być może o złą kobietę, którą Matka Boża chce nawrócić i w tym sensie przez długi czas składaliśmy Bogu nasze modlitwy i ofiary o nawrócenie «Rosji». A na pytanie, co myślał Franciszek, powiedziała szczerze: „Ponieważ nie znaliśmy słowa «Rosja», Francesco pewnego dnia zapytał, czy Rosja to nie przypadkiem oślica sąsiada, którą nazywano Russa. Odrzuciłam tę myśl i w dalszym ciągu wierzyliśmy, że «Rosja» to «zła kobieta», która nosi takie imię, a której nie znamy”. Obojętnie czy „zła kobieta”, czy „oślica”, istotne, że na naszych oczach system komunistyczny upadł od wewnątrz!

Św. Jan Paweł II i Fatima

13 maja 1981 r. dokładnie w 64. rocznicę pierwszych objawień Turek Ali Agca na Placu Św. Piotra w Rzymie strzela do Papieża z wyraźnym zamiarem – jak sam wyznał – aby go zabić. Jan Paweł II będąc jeszcze w szpitalu, polecił przynieść tekst „trzeciej tajemnicy” i dla niego stało się jasnym, że swoje ocalenie zawdzięcza Fatimskiej Madonnie. Trzynastcie lat później, gdy przebywał na leczeniu w klinice Gemelli (po złamaniu kości udowej), przekazał w liście do biskupów włoskich niezwykle świadectwo:

„Pozwólcie, Bracia umiłowani, że wrócę myślą do tego, co wydarzyło się przed 13 laty na Placu św. Piotra. Wszyscy pamiętamy ten moment, kiedy po południu oddano strzały do papieża, aby go zabić. Kulą, która przebiła jamę brzuszną, znajduje się obecnie w sanktuarium w Fatimie, pas przedziurawiony tą kulą znajduje się w sanktuarium na Jasnej Górze. To macierzyńska ręka kierowała lotem kuli, a umierający papież, przewieziony pośpiesznie do kliniki Gemelli, został zatrzymany na progu śmierci. We wrześniu ubiegłego roku, kiedy mogłem kontemlować oblicze Matki Bożej w sanktuarium w Ostrej Bramie w Wilnie, skierowałem do Niej słowa wielkiego poety, Adama Mickiewicza: „Panno Święta, co jasnej bronisz Częstochowy i w Ostrej świecisz Bramie (...) Jak mnie (...) do życia przywróciłaś cudem”. Było w tych słowach wyraźne echo strzałów na Placu św. Piotra, które miały odebrać papieżowi życie. Ale straszliwy pocisk został powstrzymany i papież żyje – żyje, aby służyć. Powiedziałem to na koniec modlitwy różańcowej, odmówionej w sanktuarium ostrobramskim. I głos mi się załamał”.

Ale Jaja!

MIASTO DZIECI

Rzecz o stabilności



Niewiele produktów spożywczych stało się tak niezbywalną częścią kultury jak jajko. Wszyscy znają odwieczne utrapienie filozofów: co było pierwsze, jajko czy kura? Każdemu z nas zdarza się też słyszeć, że mamy się z kimś lub czymś obchodzić jak z jajkiem. Stajemy się wtedy przesadnie delikatni. Czy słusznie?

Jajko to bezsprzecznie niesamowita forma. Choćby przez to, że nie da jej się opisać żadnym matematycznym wzorem. Natura stworzyła kształt jajka po to, żeby chronić rozwijające się w nim nowe życie. Jajko kojarzy się Wam z rozbijaniem cienkiej skorupki w kuchni? Pomyślcie raczej o tym, że jajko wytrzymuje ciężar dorosłego zwierzęcia wysiadującego potomstwo! Gdyby kształt jajka okazał się kruchy, natura w drodze ewolucji przerobiłaby go z pewnością na sześciąt albo kulkę.

Przekonajmy się dziś, że powiedzenie o obchodzeniu się z czymś jak z jajkiem może być różnie rozumiane.

POTRZEBNE BĘDĄ

- jajka surowe – najlepiej kilka zgrzewek (kartonowych)
- królik doświadczalny, czyli ochotnik
- ew. laczki o sztywnej podeszwie, jeśli komuś trzęsą się nogi 😊

JAK TO ZROBIĆ

Otwórzcie zgrzewki i ułóżcie z nich ścieżkę. Ułóżcie stopę tak, aby równomiernie rozłożyć Wasz ciężar na wszystkie jajka. Jeśli stopa się trzęsie, załóżcie laczki o twardej podeszwie. Zróbcie spokojnie krok do przodu, a potem kolejny itd. Nasz rekord to spacer 70-kilogramowego osobnika po jajecznej ścieżce. Byli podobno jeszcze lepsi: pan o wadze 150 kg stanął na 3 jajkach!

Od dziś, kiedy usłyszycie, że powinniście obchodzić się z kimś lub czymś jak z jajkiem, to możecie być pewni: macie przed sobą wyjątkowo wytrzymały materiał.

Czy wiesz, że...?

Skorupka jajka ma zaledwie 0,35 mm grubości.

W tunelu aerodynamicznym współczynnik oporu powietrza dla jajka jest niższy od proponowanych najlepszych kształtów, np. przy konstrukcji samochodów.

Do budowy mostu Karola w czeskiej Pradze wykorzystano do wzmocnienia zaprawy białko z jajek kurzych.

W 1420 r. architekt Brunelleschi wygrał konkurs na projekt katedry we Florencji dzięki temu, że pomyślał na kopułę skopiował z kształtu jajka. Od tego czasu powstało wiele podobnych budowli.

Śledźcie Little Lab – Wissenschaft fuer Kinder na Facebooku. Znajdziecie tam wiele fascynujących eksperymentów i projektów technicznych dla dzieci oraz zaproszenia na otwarte zajęcia naukowe w Monachium.

WESOŁEGO EKSPERYMENTOWANIA!

Agnieszka Spiżewska z Little Lab



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.

Spotkanie polonijne

28 lutego w pomieszczeniach Polskiego Stowarzyszenia Społeczno-Kulturalnego w Stuttgarcie miało miejsce spotkanie Konsula do Spraw Polonii Roberta Zadury z przedstawicielami Organizacji Polonijnych z Badenii-Wirtembergii oraz Polskiej Szkoły w Remseck.

Konsul Robert Zadura zaprezentował rządowy program współpracy z ośrodkami polonijnymi. Zakłada on w pierwszej kolejności położenie szczególnego nacisku na szkolnictwo, umacnianie poczucia tożsamości narodowej oraz możliwość szerokiego dostępu do uczestniczenia w polskim życiu kulturalnym i społecznym.

Ważnym elementem programu jest wspieranie aktywności organizacji polonijnych, ich współpraca, organizowanie spotkań i konsultacji branżowych, wymiana doświadczeń oraz poradnictwo prawne.

Kolejnym punktem programu rządowego są powroty do Polski, osiedlanie się na nowo w Polsce. Polska, która dla wielu stała się obecnie atrakcyjnym miejscem, daje możliwość przygotowania się do takiego kroku.

Rozmowy o prawdzie

Na marcowe rozważania o „Prawdzie” zaprosił do Bischof-Moser-Haus w Stuttgarcie ks. dr Piotr Włoczyk.

Klasyczna definicja prawdy pojawiła się u Arystotelesa i brzmi: „Prawda to zgodność osądu ludzkiego intelektu z obiektywnym stanem rzeczy”. Gdy mówimy o prawdzie, myślimy zawsze o idealnym pokrywaniu się tego, co nasze, ludzkie, subiektywne z tym, co obiektywne, czyli zgodne z rzeczywistością. Niestety, żyjemy dzisiaj w czasie zrelatywizowanej i zakwestionowanej prawdy... w czasie, który neguje bezinteresowną i obiektywną prawdę. Jakie z tego wynika niebezpieczeństwo? Na ile ma ona jeszcze charakter trwały i zasadniczy? Zapraszamy na pogadankę, która pomoże nam zrozumieć dzisiejszy, zagmatwany problem prawdy. – dr Piotr Włoczyk.

Temat aktualny od zarania dziejów przyciągnął na spotkanie miłośników filozoficznych, teologicznych i etycznych rozmyślań na temat prawdy. Prelegent przedstawił pojęcie prawdy w ujęciach filozofów antycznego świata, filozofii chrześcijańskiej oraz nowożytnej. Nakreślił ramy zagadnienia, odwołując się do teologii i etyki. Przedstawił kontrdefinicję pojęcia prawdy, bazującą na domenie kłamstwa oraz jej konsekwencję. A na koniec zachęcił przybyłych do odczytania prawdy naszych czasów. I w tym miejscu rozpętała się, jak można było przewidzieć, burzliwa dyskusja. Pojawiło się wiele bardzo interesujących spostrzeżeń dotyczących zawłości ludzkiej egzystencji, systemów społecznych, politycznych i roli dekalogu we współczesnym świecie.

Ostatni punkt to rozwój kontaktów kulturalnych, sportowych, naukowych, branżowych.

Konsul Robert Zadura zachęcił zebranych do regularnych kontaktów, wymiany informacji, oczekiwań i planowanych zamierzeń.

Po spotkaniu odbyło się posiedzenie Zarządu Krajowego Związku Organizacji

20. Dni Jazzowe w Weinstadt 16.03-26.03 2017

Twórcą jazzowego festiwalu w Weinstadt jest dobrze znany polskiej publiczności Hans-Jörg Maier. Dni Jazzowe od czasu powstania (w 1998 r.) stały się stałym punktem programu działalności kulturalnej w Weinstadt i jednym z ciekawszych wydarzeń regionu. Jazz Klub Armer Konrad właśnie dzięki zaangażowaniu i entuzjazmowi Hansa-Jörga Maiera stał się wielokrotnie miejscem wyśmienitych koncertów jazzowych, których mogłyby mu pozazdrościć renomowane kluby. Tu zawsze przyjmowani byli gościnnie polscy muzycy. Właśnie tu koncertował, entuzjastycznie przyjęty, Zbigniew Namysłowski.

Na tegorocznym festiwalu pojawiło się jak zawsze wiele interesujących osobowości świata muzycznego takich jak: piosenkarka jazzowa Fola Dada, wirtuoz trąbki Chet Baker czy duet piosenkarka Siyou z gitarzystą Hellmutem Hattlerem. Ale dla polskiej i nie tylko polskiej publiczności hitem programu stał się otwierający 20. Dni Jazzowe w Weinstadt występ zespołu Witold Janiak Trio (koncert zorganizowany przy wsparciu Polskiego Stowarzyszenia Społeczno-Kulturalnego w Stuttgarcie). Koncert



Polskich w Badenii-Wirtembergii. Wybrano nowy zarząd wraz z przewodniczącym, wieloletnim działaczem polonijnym Tadeuszem Rogalą.



niezapomniany, pełen znakomitych motywów jazzowych, inspiracji zaczerpniętych z polskiej muzyki ludowej, lekkiej nostalgii i jazzowego szaleństwa, występ pełen wykwintnych popisów solowych młodych muzyków: Rafała Różalskiego (kontrabas), Kamila Miszewskiego (perkusja) i samego mistrza, pianisty i kompozytora i wirtuoza klawiszy, laureata nagrody Kraków 1998 Witolda Janiaka. Muzycy zaskakują coraz to lepszą techniką, wyczuciem, kreatywnością i niezwykłą świeżością interpretacji jazzu. Dla fanów są coraz ciekawszy, a dla polskiej sceny muzycznej znakomitą okazją, by zaprezentować niemieckiej publiczności bogactwo polskiego jazzu.

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, wiązanki, wieniec...

Kwiaty dostarczamy także na terenie całych Niemiec oraz innych państw

Fax: 07021 86 32 25

POL-KWIAT
EKSPRES KWIATOWY

www.polkwiat.eu

Prof. dr hab. inż. Piotr Jan MAŁOSZEWSKI

pochodził z Krakowa, gdzie urodził się w roku 1950. W Niemczech przebywał od 1984 roku. Był żonaty i miał dwoje dorosłych dzieci. Zmarł w Monachium po ciężkiej chorobie 21 marca 2017 roku.

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 Ojczystych w polskiej parafii w Monachium. Przewodniczył 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 Niemieckich.

Członek założyciel i wiceprzewodniczący Chrześcijańskiego Centrum Krzewienia Kultury, Tradycji i Języka Polskiego w Niemczech. Reprezentował je w Konwencie Organizacji Polskich w Niemczech, pełniąc funkcję prezydenta Konwentu. Członek Bawarskiej Rady Integracyjnej (od 2011 r.). Członek Polonijnej Rady Konsultacyjnej przy marszałku Senatu RP.

Komandor Zakonu Rycerskiego Świętego Grobu Bożego w Jerozolimie. Członek Rady Zwierzchnictwa Polskiego odpowiedzialny za współpracę międzynarodową. Od 8 marca 2017 Jego Ekscelencja Komandor, Zwierzchnik Zwierzchnictwa w Polsce Zakonu Rycerskiego Świętego Grobu Bożego w Jerozolimie.

Kawaler Orderu Świętego Sylwestra Papieża. Odznaczony m.in. Krzyżem Komandorskim z Gwiazdą, Krzyżem Komandorskim i Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski. Uehonorowany Złotym Medalem Wspólnoty Polskiej oraz najwyższym wyróżnieniem archidiecezji Monachium-Freising – Medalem św. Korbiniana.



Nie żyje prof. Piotr Małoszewski

POGRZEB

31 marca prof. Piotr Małoszewski spoczął w Alei Zasłużonych krakowskiego cmentarza Rakowickiego. Mszy św. w kościele Mariackim przewodniczył kard. Kazimierz Nycz. Uroczystościom pogrzebowym towarzyszyła kompania reprezentacyjna Wojska Polskiego.

Kardynał Nycz:

„Stajemy przy trumnie Pana Profesora, by dziękować Panu Bogu za jego owocne życie. Życie profesora, naukowca, ojca rodziny, które poświęcał dla Polonii w Niemczech, dla zakonu bożogrobców, którego był polskim zwierzchnikiem. Módlmy się, abyśmy potrafili uczyć się z życia śp. Piotra tych postaw, którymi on się odznaczał wtedy, kiedy był razem z nami.”

Z listu pożegnalnego Prezydenta RP:

„Żegnamy dzisiaj człowieka wiary i czynu, żarliwego patriotę, znakomitego uczonego. A także godnego ambasadora polskości na obczyźnie – działacza, którego dokonania stanowią ważny wkład w budowę dobrosąsiedzkich relacji polsko-niemieckich.”

Profesora Małoszewskiego wspominali m.in. bp Wiesław Lechowicz i marszałek Senatu RP Stanisław Karczewski. W pogrzebie uczestniczyli reprezentanci Polonii niemieckiej oraz przyjaciele i znajomi zmarłego z Monachium.

Redakcja „Mojego Miasta” składa Rodzinie Pana Profesora, któremu nasze pismo wiele zawdzięcza, najgłębsze wyrazy współczucia.

(fot.: Maciej Osiały)



Polskie ślady w MONACHIUM

Wielu z nas spędza szmat 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.



MAREK PROROK

DACHAU

SYNONIM ŚMIERCI (1)

Dachau to miasto powiatowe położone w aglomeracji monachijskiej dla wielu tożsame z nazistowskim obozem koncentracyjnym, jaki istniał tutaj w latach 1933 – 1945. Dla nas, Polaków, to miejsce szczególne, co trzeci z uśmierconych tu więźniów był naszym rodakiem. Tylko w okresie od marca do grudnia 1940 roku uwięziono w Dachau co najmniej 13 375 obywateli Rzeczypospolitej. Dachau było oficjalnie obozem pracy, nie zagłady, a w rzeczywistości obozem zagłady przez pracę i całą gamę przeróżnych nieludzkich działań, mających upodlić więźniów i doprowadzić do śmierci z wyczerpania i chorób. Najlepszą ilustracją życia obozowego w Dachau jest relacja amerykańskiego oficera Williama Quinna, który w dniu 29 kwietnia 1945 roku był świadkiem wyzwolenia obozu przez oddziały armii amerykańskiej i swoje wrażenia zapisał w następujący sposób: „Oddziały nasze zastały tam widoki, jęki tak straszne, że aż nie do uwierzenia, okrucieństwa tak ogromne, że aż niepojęte dla normalnego umysłu. Dachau i śmierć są synonimami”. Widząc stan fizyczny więźniów oraz stojące na bocznic kolejowej wagony z kilkoma tysiącami zwłok, amerykańscy żołnierze rozstrzelali bez rozkazu większość spotkanych w obozie członków Waffen-SS, w sumie ponad 500 osób.

Priesterblock blok dla księży

Dachau był głównym obozem dla duchownych z Kościołów chrześcijańskich, którzy w jakiegokolwiek formie sprzeciwiali się nazizmowi. W okresie istnienia obozu przez Priesterblock przewinęło się 2720 księży, z czego 1034 straciło życie. W tej grupie 1780 duchownych pochodziło z Polski, a 868 z nich pozostało tutaj na zawsze. Wielu z nich właśnie tam, w Dachau, udowodniło, że zasady wiary chrześcijańskiej stały się dla nich życiowym drogowskazem i nie odstąpili od nich nawet za cenę życia. Jednym z nich był ksiądz Michał Kozal – biskup pomocniczy Diecezji Włocławskiej. Ksiądz biskup Michał Kozal został

aresztowany przez gestapo we Włocławku w dniu 7 listopada 1939 roku. Przez wiele miesięcy był przetrzymywany w kilku więzieniach i obozach, gdzie na różne sposoby usiłowano złamać jego ducha. Dyplomacja watykańska starała się pomóc aresztowanemu biskupowi, jednak bezskutecznie. Był on gotowy na wszystko. Odrzucił propozycję objęcia urzędu biskupa lubelskiego oraz propozycję przyjęcia obywatelstwa niemieckiego, choć oba rozwiązania gwarantowały mu wolność. „Od przegranej orężnej bardziej przeraża upadek ducha u ludzi. Wątpiący staje się mimo woli sojusznikiem wroga” – te słowa biskupa Kozala warto zapamiętać, zwłaszcza w dzisiejszej dobie.

Abyś źle nie umarł, żyj dobrze: jak żołnierz na warcie, bądź zawsze gotów!

W lipcu 1941 roku Bp Michał Kozal został przewieziony do Dachau. Już w pierwszym dniu pobytu w obozie został dotkliwie pobity, pozbawiony wszystkich rzeczy osobistych i przebrany w obozowy pasiak. Został więźniem o numerze 24554. Musiał wykonywać ciężkie prace i znosić szczególne upokorzenia, których mu nie szczędzono, wiedząc, że jest wysokim hierarchą kościelnym. Przyjmował wszystkie cierpienia w milczeniu i bez żadnej skargi.



Bp Michał Kozal w dniu przyjazdu do obozu w Dachau, na krótko przed założeniem więziennych „pasiaków”.

Nigdy nie przestawał się modlić, szczególnie za współwięźniów. Zawsze starał się podtrzymywać na duchu swoich wychowanków z seminarium duchownego. Mawiał do nich: „Pamiętajcie nasze piątkowe drogi krzyżowe. Tam wam przewodziłem w sutannie, w komży i stule. Dziś tu przewodniczę w pasiaku. To cała różnica. Trzeba byśmy to specjalnie przeżyli. Bóg ma specjalne zamiary”.

W obozie są inni, którzy potrzebują chleba

Bardzo bolesnym ograniczeniem był dla niego brak możliwości odprawienia Mszy Świętej. Z radością skorzystał więc z wyproszonej u władz obozu przez współwięźniów zgody na odprawienie przez niego Eucharystii w drugą rocznicę otrzymania święceń biskupich. Miało to miejsce w dniu 13 sierpnia 1941 roku. Była to pierwsza od wielu miesięcy i zarazem ostatnia w jego życiu Eucharystia. W tym dniu nawet brutalnego sztubowego stać było na ludzki odruch i przydzielił Kozalowi dodatkową porcję jedzenia. W warunkach obozowych kromka chleba często decydowała o życiu lub śmierci człowieka. Biskup Kozal oddał swój chleb jednemu z kleryków i nie był to odoosobniony gest tego niezłomnego człowieka. W styczniu 1943 roku został dotkliwie pobity pałąk. Rozległe obrażenia głowy doprowadziły do zapalenia ucha środkowego. Kilka dni później zapadł na tyfus. Wyniszczony głodem, pracą ponad siły i nieludzkimi warunkami życia organizm nie miał sił do walki z ciężką chorobą. Współwięźniowie przenieśli go do rewiru obozowego, skąd już nie wrócił. Przypuszczalnie został zabity zastrzykiem fenolu w dniu 26 stycznia 1943 roku. Zniszczono wszystko, co miało z nim jakikolwiek związek, a jego insygnia biskupie odesłano do Berlina. Nie wyrażono również zgody na pogrzebanie jego zwłok na cmentarzu w Dachau. Zostały one spopielone w obozowym krematorium. Długie starania o uznanie biskupa Michała Kozala za męczennika i wyniesienie go na ołtarze zakończyły się sukcesem. W dniu 14 czerwca 1987 roku podczas uroczystej Mszy Świętej przed warszawskim Pałacem Kultury i Nauki, odprawionej na zakończenie Kongresu Eucharystycznego, papież Jan Paweł II ogłosił go błogosławionym.

Pożegnanie z Radą

Przez ponad 6 lat, od listopada 2010 do marca 2017, dwie Polki – Izabela Kulesza-Kowalczyk i Jolanta Sularz – działały w monachijskiej Radzie Cudzoziemców. Na łamach Mojego Miasta podsumowują swoją kadencję.

Jolanta Sularz

Spoglądając wstecz, przyznam, że te 6 lat działalności minęło bardzo szybko i intensywnie. Pierwsze dwa lata zainwestowałam w aktywne działanie w Radzie Cudzoziemców, wchodząc w skład Komisji Finansów oraz Komisji do spraw Kultury, Religii, Sportu i Porozumienia między Narodami, w której od 2014 roku przejęłam funkcję przewodniczącej.

Korzystając z zainteresowania środowiska Polskiej Misji Katolickiej, zaczęłam organizować spotkania informacyjne dotyczące rozmaitej tematyki, poczynawszy od przybliżenia funkcjonowania instytucji miejskich, doradztwa szkolnego do sposobu składania wniosków.

W czasie tych spotkań zaobserwowałam bardzo duże zainteresowanie Polonii monachijskiej polityką miejską, sprawami i problematyką środowisk polonijnych oraz potrzebą spotkania się i rozmawiania na różne tematy. Zaczęłam więc organizować otwarte tematyczne Spotkania Polonijne, które odbywały się 1–2 razy w roku i cieszyły się ogromnym zainteresowaniem.



Od lewej: Jolanta Sularz i Izabela Kulesza-Kowalczyk

Potem już wszystko poszło jak z płatka... Najpierw powstała tzw. grupa robocza, która z czasem przyjęła nazwę Grupa Inicjatywna Polskich Organizacji w Monachium (GIPOM).

Jednym z większych osiągnięć GIPOM, której przewodniczyłam, było zorganizowanie w 2015 roku Dnia Polskiego, którego program artystyczny i kulturalny tworzyli polonijni artyści, malarze, pisarze, grupy taneczne, wokalne i teatralne.

Nie mniej znaczące było zorganizowanie kilku spotkań z przedstawicielami Rady Miasta Monachium oraz pracownikami instytucji miejskich. Ich owocem był list skierowany do Burmistrza Monachium Dietera Reitera dotyczący integracji środowisk polonijnych, oraz sytuacji i potrzeb Polonii żyjącej w Monachium. W reakcji na to pismo przedstawiciele Grupy zostali zaproszeni na spotkanie do Sozialreferatu. Uważam, że dzięki podjętym wtedy krokom możemy dzisiaj mówić między innymi o utworzonym przy Caritas München doradztwie w języku polskim z opieką psychosocjalną i wsparciem dla emigrantów.

W zakresie moich obowiązków w Radzie Cudzoziemców leżało m.in. reprezentowanie RC przy stoisku na różnych imprezach miejskich, nawiązywanie kontaktów z organizacjami i instytucjami, np. z wydziałem Kultury, Sportu czy muzeami w celu inicjowania nowych imprez oraz wspierania integracji środowisk lokalnych.

Dzięki doświadczeniom zebranym w Komisji Finansów mogłam wreszcie pomóc także polskim organizacjom przy skutecznym składaniu wniosków o dofinansowanie imprez. Korzysta z tego m.in. Szopka Bożonarodzeniowa na Dworcu Głównym w Monachium, festyny sportowe, kulturalne i integracyjne, festyny dziecięce, zabawy polonijne, koncerty...

Moja działalność w Radzie Cudzoziemców została nagrodzona wyróżnieniami Burmistrza Miasta Monachium „München Dankt” oraz Ministerstwa do spraw Pracy, Socjalnych, Rodziny i Integracji – „Ehrenamtsnachweis Bayern”, za działalność społeczną i zaangażowanie w integracji środowisk lokalnych.

Izabela Kulesza-Kowalczyk

Do Rady Cudzoziemców weszłam z listy „Katholiken für München” z zamiarem wykorzystania moich doświadczeń w roli matki dwujęzycznych dzieci, pedagoga oraz ówczesnego dyrektora Szkoły Przedmiotów Ojczystych im. bł. Michała Kozala przy Polskiej Parafii Katolickiej w Monachium.

Działalność rozpoczęłam od Komisji do Spraw Kształcenia i Wychowania, Dzieci i Młodzieży oraz Rodzin, by w roku 2014 objąć jej przewodnictwo, co skutkowało wejściem do Zarządu Rady Cudzoziemców. Dodatkowo doradzałam w Komisji do Spraw Socjalnych, Spraw Kobiet, Pracy, Gospodarki i Ochrony Środowiska.

Z ramienia Rady Cudzoziemców zostałam powołana do Komisji do Spraw Równouprawnienia Kobiet Rady Miasta Monachium oraz uczestniczyłam w obradach Okrągłego Stołu do Spraw Integracji Uczniów z Rodzin Emigrantów. Reprezentowałam też interesy polskich dzieci, młodzieży i nauczycieli na organizowanych przez MEN Zjazdach Oświatowych do Spraw Polonii. Uczestniczyłam także w naradach z udziałem przedstawicieli naszej placówki dyplomatycznej, mających na celu wypracowanie skutecznych metod pomocy w zakresie edukacji na tym terenie.

Ekstem mojej pracy w wyżej wymienionych gremiach było również kilka wykładów i prezentacji multimedialnych w języku polskim i niemieckim na temat wielojęzyczności i bawarskiego systemu kształcenia.

Ważną inicjatywą komisji, której przewodniczyłam, stało się utworzenie „BildungsBrückenBauen”. Projekt ten (teraz już niezależna instytucja miejska) zajmuje się przygotowaniem tłumaczy i multiplikatorów bezpłatnie pomagającym obcokrajowcom w rozmowach ze szkołą lub inną placówką oświatową.

Wysoko sobie cenię udział i pomoc w organizacji imprez promujących wielojęzyczne wychowanie dzieci i młodzieży, takich jak Międzynarodowe Dni Wielojęzyczności na Uniwersytecie Monachijskim, czy czytanie dla dzieci w języku ojczystym.

Sukcesem, do którego w dużej mierze przyczyniła się aktywność komisji, było zniesienie opłat za wynajem sal lekcyjnych do nauki języka ojczystego w szkołach miejskich i państwowych.

Niestety, nie wszystko się udało. Walka o dobre poradnictwo w sprawach kształcenia i wychowania w języku polskim zakończyła się fiaskiem. Otwartą zostaje natomiast bardzo ciekawa inicjatywa Konsulatu RP w Monachium stworzenia informatora o systemie oświatowym dla Polaków przybywających do Bawarii. Na propozycję współpracy przy jej realizacji jestem gotowa.

Kończąc moją działalność, chciałam przekazać pałeczkę i mandat Rady Cudzoziemców mojemu rodakowi. Z przykrością więc przyjął mi wiadomość, że w kolejnej kadencji Polacy nie będą mieć w niej swojego reprezentanta. Mimo to zachęcam, by interesować się pracami Rady działającej na rzecz wszystkich obcokrajowców. Zawsze można się zwrócić do niej z nurtującymi nas problemami.

Moja działalność w Radzie Cudzoziemców została nagrodzona wyróżnieniami Burmistrza Miasta Monachium „München Dankt”.

Polscy Studenci i Absolwenci w Monachium



Pierwsza pomoc

Niby wszyscy znamy zasady, coś tam pamiętamy, gdzie się училиśmy, ale już na samą myśl o sytuacjach, w których trzeba udzielić pierwszej pomocy, ogarnia nas panika. Dlatego postanowiliśmy zorganizować spotkanie, które przybliżyło i przypomniało nam tę ważną wiedzę.

W świadomości społeczeństwa przyjęło się, że do udzielenia pierwszej pomocy są zobligowani tylko kierowcy i pracownicy służby zdrowia. Tymczasem ów obowiązek spoczywa na każdym z nas i jest uregulowany prawnie. Od naszej reakcji często zależy życie drugiego człowieka. Niestety, wiele razy słyszy się, że ktoś się nie zatrzymał, widząc wypadek, bo i tak nie umiałby pomóc, bo nie wiedział, co zrobić, albo bał się, że tylko zaszkodzi. Warto sobie uświadomić, że do nabycia tej wiedzy nie jest niezbędne wykształcenie medyczne czy wielogodzinne kursy. Informacje, jak i co robić w przypadku zagrożenia zdrowia i życia można uzyskać z książek czy Internetu. Praktykę natomiast najlepiej zdobyć na szkoleniach, wtedy możemy mieć pewność, że wszystko, czego się nauczyliśmy wykonujemy prawidłowo.

Z badań z 2013 roku przeprowadzonych wśród niemieckich klientów ADAC i DRK wynika, że poziom wiedzy jak również umiejętność jej wykorzystania w praktyce wygląda bardzo marnie. Wśród ankietowanych kierowców 73% przyznało, że są gotowi udzielić pierwszej pomocy – niestety tylko 33% wie, jakie czynności należy podjąć krok po kroku. Prawie połowa badanych (46%) uznała, że potrafi ułożyć poszkodowanego w pozycji bezpiecznej, a 41% respondentów posiada wiedzę na temat sposobu poprawnego

przeprowadzenia zewnętrznego masażu serca. Tylko 20% kierowców przyznało, że potrafią to wykonać w praktyce. Badanie powtórzono w 14 krajach europejskich – niestety, wyniki te wyglądają podobnie. Refleksja na temat naszego poziomu wiedzy w zakresie pierwszej pomocy i umiejętności jej wykorzystania zainspirowała



nas do zorganizowania spotkania, które w ramach inicjatywy społecznej poprowadziła nasza stowarzyszeniowa koleżanka – Dr. med. Agnieszka Ryba, lekarz w trakcie specjalizacji z chorob wewnętrznymi i pulmonologią. W programie było powtórzenie teorii w zakresie udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej w najbardziej typowych sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Odbył się interaktywny wykład z prezentacją multimedialną oraz, co naj-

ważniejsze, ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem fantomu do nauki zewnętrznego masażu serca i sztucznego oddychania oraz automatycznego defibrylatora zewnętrznego, które zostały nam udostępnione dzięki życzliwości pana Pietro Crapanzano, reprezentującego PRIMEROS Qualification GmbH. Każdy z uczestników spotkania uczył się pod okiem specjalisty, jak prawidłowo wykonywać poszczególne czynności.

Spotkanie zorganizowane przez Studentów i Absolwentów w Monachium odbyło się w piątek wieczorem, w języku polskim, z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu. Poprowadzone zostało przez Dr. med. Agnieszkę Rybę, która jechała do nas specjalnie ponad 250 km. Informacja o nim była rozpowszechniana na naszej stronie internetowej oraz na Facebooku – oraz było za darmo! Mimo to frekwencja była bardzo niska. Czy Polonia monachijska czuje się tak pewnie w temacie pierwszej pomocy? Niestety, myślę, że niewiele odbiegamy od statystyk. Mam nadzieję, że nikomu z nas nie będzie dane znaleźć się w sytuacji, kiedy trzeba będzie tej pierwszej pomocy udzielić. Osobiście cieszę się, że miałam możliwość zorganizować takie spotkanie, choćby dla tych paru osób, a co najważniejsze – w nim uczestniczyć.

Katarzyna Kozak
www.studenci.de

fanpage: studenci.de / grupa: Polscy Studenci i Absolwenci w Monachium



W Polsce działają dwie placówki Goethe-Institut. Krakowskiej podlega sześć południowych województw, natomiast warszawskiej Polska centralna i północna. Instytut Goethego w Krakowie ma siedzibę w niezwykle atrakcyjnym miejscu; w Pałacu Potockich na rogu Rynku Głównego i ulicy Brackiej. W tym roku mija 25 lat od rozpoczęcia przez niego działalności.

Elżbieta Jeleń, obecnie kierownik biblioteki w Goethe-Institut w Krakowie, pracuje tutaj prawie od samego początku.

„Kiedy studiowałam germanistykę, w Krakowie istniał jedynie Ośrodek Kultury NRD. Goethe-Institut pojawił się na przełomie lat 1990/91. Przybyła wtedy do Krakowa komisarzyczna dyrektorka Instytutu, dr Christiane Günther, która przeprowadziła likwidację Ośrodka Kultury NRD, znalazła budynek na siedzibę Goethe-Institut i zapoczątkowała jego działalność. Kilka miesięcy później stanowisko dyrektora objął przybyły z Nowego Jorku dr Peter C. Seel. Ja zaczęłam pracę w Dziale Językowym w listopadzie 1991 r., ale już wcześniej, zaraz po ukończeniu studiów, pomagałam przy organizacji pierwszych seminariów dla nauczycieli języka niemieckiego, które odbywały się w ścisłej współpracy z polskimi instytucjami oświatowymi. Na początku lat dziewięćdziesiątych nauczyciele uzyskali dostęp do nowoczesnych materiałów i podręczników, pojawiły się zachodni niemieckie wydawnictwa, zrodziło się wiele pomysłów na to, jak uatrakcyjnić zajęcia z języka niemieckiego. Dział Językowy współpracował bardzo ściśle z doradcami metodycznymi

i z bibliotekami pedagogicznymi w każdym województwie. Dział Programowy tworzył program z polskimi partnerami, wśród których znalazły się zarówno instytucje państwowe, jak i osoby indywidualne, kuratorzy i artyści z własnymi pomysłami.”

Zajęcia z języka niemieckiego w Instytucie Goethego cieszą się ogromną popularnością. Wielokrotnie słyszy się od kursantów, że czują się tutaj lepiej, niż na lekcjach w szkole.

„Trzeba pamiętać, że Goethe-Institut to placówka kulturalna – zastrzega Elżbieta Jeleń - Nie oferujemy wyłącznie kursów i egzaminów językowych. Mamy bogaty program kulturalny, oraz atrakcyjną ofertę dla nauczycieli i lektorów języka niemieckiego, a także bibliotekę ze zbiorami niemieckojęzycznymi. Przychodząc do nas, każdy otrzymuje pewną namiastkę Niemiec.”

Wizualnie, tanecznie i językowo

Obchody jubileuszu zapowiadają się bardzo interesująco. Jak zapewnia Agnieszka Marecka z Działu Programowego, impreza skierowana jest nie tylko do osób związanych z Instytutem Goethego, ale do wszystkich zainteresowanych.

„Oficjalne otwarcie Instytutu nastąpiło dokładnie 20 maja 1992 r., dlatego najważniejsza impreza w ramach obchodów odbędzie się również 20 maja 2017 r. Postanowiliśmy, że motywem przewodnim uroczystości będzie światło, prezentowane w różnorodny sposób. Ostatnie słowa Johanna Wolfganga Goethego przed śmiercią brzmiały podobno: Więcej światła! Poza tym światło posiada moc integrowania ludzi. Na świecie odbywa się coraz więcej festiwali światła”.

Imprezę rozpocznie wieczorne przedstawienie w wykonaniu niemieckiej grupy teatralnej Dundu. Zespół występuje z ok. pięciometrowymi marionetami, utkanymi ze świecących nici, z których każda obsługiwana jest przez pięciu lalkarzy. Marionety tworzą poetycką opowieść przekazywaną widzom za pomocą ruchów. Spektaklowi towarzyszyć będzie oryginalna muzyka, inspirowana rytmami Afryki Zachodniej.



Pałac Potockich – siedziba Instytutu Goethego w Krakowie

Krystyna Borowska-Wünsch ADWOKAT

Członek
Izby Adwokackiej
w Warszawie
i Rechtsanwaltskammer
w Monachium



- prawo cywilne, w tym rodzinne, spadkowe, prawo umów, dochodzenie roszczeń ■ prawo pracy
- prawo karne ■ wypadki drogowe ■ obsługa podatkowa osób fizycznych i firm
- 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

Następnie odbędzie się pokaz mappingu 3D, przygotowany przez światowej sławy zespół URBANSCREEN z Bremy, który przeprowadzi na fasadzie budynku projekcję, doskonale korespondującą z elementami architektonicznymi. Ma ona charakter koncepcyjno-refleksyjny, pokazuje fenomen języka. URBANSCREEN robiła już mappingi m. in. na fasadzie budynku opery w Sydney i pałacu prezydenckiego w Bukareszcie, jednym z największych budynków na świecie. Projekcję krakowską będzie można oglądać następnego dnia, od godziny 21:00 do 24:00.

Ostatni, bardziej rozrywkowy punkt programu „świecących urodzin” Instytutu Goethego, to tzw. silent disco, które poprowadzi troje didżejów: Dunkelbunt z Wiednia, Clarice z Berlina i Kixnare z Krakowa. Będą puszczać piosenki stojąc w oknach biblioteki wychodzących na Rynek, gdzie znajdzie się miejsce dla tańczących. Ponadto na dziedzińcu Pałacu Potockich polska artystka Matylda Sałajewska zaprezentuje instalację świetlną, którą będzie można podziwiać jeszcze przez dwa tygodnie po zakończeniu obchodów.

26 maja odbędą się w siedzibie Instytutu Targi Edukacyjne, organizowane przez Dział Językowy, w ramach których nastąpi próba pobicia rekordu Guinnessa; odbędzie się najdłuższa, dwudziestopięciogodzinna lekcja języka, którą poprowadzi jeden z nauczycieli. Chętnych do udziału w eksperymencie nie brakuje. Wszystko wskazuje na to, że jubileusz Instytutu Goethego w Krakowie stanie się znakomitą okazją do zaprezentowania naszych sąsiadów zza Odry w nowym, korzystnym świetle.

Jadwiga Zabierska



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
info@kanzlei-demacker.de



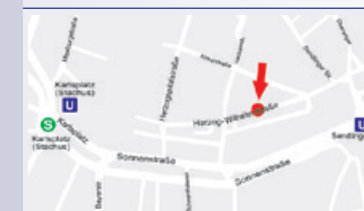
Kancelaria Adwokacka Christoph Motkowski RECHTSANWALT



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

Regulacje

ustawowego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków

Zarówno dla przedsiębiorców, jak i dla zatrudnionych pracowników regulacje ustawowego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków nie są tajemnicą

Co roku w Republice Federalnej Niemiec dochodzi do około 1,4 miliona wypadków przy pracy lub w drodze do i z pracy. Stwierdza się poza tym około 18.000 przypadków uznanej choroby zawodowej oraz około 1,5 miliona wypadków w szkole.

Ustawowy zakład ubezpieczeń od następstw nieszczęśliwych wypadków zdejmuje z pracodawcy odpowiedzialność w przypadku wypadków przy pracy oraz zawodowych chorób osób zatrudnionych, a to zgodnie z przepisami §14 Księgi VII Kodeksu socjalnego (SGB VII). Dzięki temu przedsiębiorcy nie muszą obawiać się roszczeń odszkodowawczych w przypadku, gdy ich pracownicy ulegną wypadkowi przy pracy lub w drodze do/z pracy lub też jeśli zapadną na chorobę o podłożu zawodowym.

Przedsiębiorcy są zobligowani do odprowadzania składek do ustawowego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

Ustawowe ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków dzieli się przy tym na trzy sektory. Podstawowy sektor stanowią Zawodowe Stowarzyszenia Ubezpieczeń Wypadkowych (BG) o charakterze branżowym. Są one właściwymi zakładami ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków dla podmiotów działalności gospodarczej, z wyjątkiem rolnictwa. Najbardziej znane to: zawodowe stowarzyszenia ubezpieczeń wypadkowych przemysłu metalowego, budownictwa, handlu czy transportu.

Podmioty gospodarcze są, na mocy ustawy, członkami Zawodowego Stowarzyszenia Ubezpieczeń Wypadkowych, odpowiadającemu branży działalności danego przedsiębiorstwa. Nie ma przy tym prawa wyboru. W przypadku, gdy przedsiębiorstwo wykazuje działalność w kilku różnych branżach, które z racji swego charakteru podlegają różnym stowarzyszeniom ubezpieczeń wypadkowych, decyduje przeważająca działalność – to według niej następuje przydział do konkretnego zakładu ubezpieczeniowego.

RECHTSANWÄLTIN

Anja Czech-Grollmann



Ubezpieczeni są wszyscy pracownicy najemni zatrudnieni w danym podmiocie oraz osoby odbywające w tym przedsiębiorstwie naukę zawodu. Ochrona ubezpieczeniowa obejmuje wypadki, które wydarzyły się w miejscu pracy, a także w drodze do lub z pracy oraz choroby zawodowe.

Większość osób prowadzących własną działalność gospodarczą oraz przedsiębiorcy mogą dobrowolnie ubezpieczyć się od następstw nieszczęśliwych wypadków w ustawowym Zawodowym Stowarzyszeniu Ubezpieczeń Wypadkowych. Ustawowe ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków jest dla pracodawcy ubezpieczeniem obowiązkowym. Wysokość składki obliczana jest na podstawie pokrycia zapotrzebowania. Podstawę takiego obliczenia stanowią: zapotrzebowanie finansowe, wysokość płac osób podlegających ubezpieczeniu oraz klasyfikacja ryzyka.

Zdarzenia objęte ubezpieczeniem w ramach ustawowego ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków to w świetle przepisów §7 Księgi VII Kodeksu socjalnego (SGB VII) wypadki przy pracy, a także choroby zawodowe. Pojęcie wypadku przy pracy odnosi się nie tylko do samych wypadków, którym pracownicy ulegają podczas wykonywania swych czynności w pracy. Jest on rozumiany zdecydowanie szerzej. Obecnie ubezpieczeni są nie tylko pracownicy najemni podczas wykonywania czynności zawodowych – do kręgu ubezpieczonych w tym zakresie należą także inne osoby, np. uczniowie i uczennice podczas zajęć szkolnych, dzieci w świetlicy lub osoby, które udzieliły pierwszej pomocy przedmedycznej rannym w wyniku wypadku drogowego.

Tak więc i w przypadku kucharza, który poparzył rękę w kuchni, i uczennicy, która złamała nogę podczas gry w piłkę nożną na lekcji wychowania fizycznego, przepisy prawa ubezpieczeniowego kwalifikują obydwie zdarzenia jako wypadki przy pracy.

Wyrok Federalnego Sądu ds. Socjalnych (BSG) z dnia 26.06.2014 roku:

Ze względu na swą umowę o pracę powódka wykonująca pracę opiekuna osób starszych była zobowiązana do tego, aby pozostając w trybie gotowości do pracy stale nosić przy sobie telefon komórkowy przeznaczony do tego celu, odbierać połączenia telefoniczne i nie opuszczać dzielnicy, w której mieszkała. W trakcie gotowości do pracy powódka wyszła z psem na spacer. Podczas przekraczania ulicy zadzwonił telefon. Przyjęła rozmowę i krótko potem przeoczyła ośnieżony krawężnik. Przewróciła się i doznała obrażeń w postaci złamania kostki.

Zawodowe Stowarzyszenie Ubezpieczeń Wypadkowych odrzuciło wniosek o uznanie zdarzenia za wypadek przy pracy, argumentując, że gdyby nie spacer jako czynność należąca do sfery prywatnej, nie doszłoby do wypadku. Sąd ds. Socjalnych skazał dane Zawodowe Stowarzyszenie Ubezpieczeń Wypadkowych na wypłatę powódce roszczenia zgodnie z jej wnioskiem, uzasadniając,

że bezpośrednio przed zdarzeniem powódka dokonywała czynności podlegającej ubezpieczeniu. Poprzez to, że przekraczając ulicę rozmawiała przez telefon, dokonywała co prawda czynności mieszanej – spacer z psem był czynnością należącą do sfery prywatnej – jednakże odebranie telefonu było czynnością wykonaną w ramach wykonywania pracy w charakterze opiekuna osób starszych. Obydwie czynności wykonywane były jednocześnie i można je odpowiednio rozdzielić.

W zakresie chorób zawodowych obowiązują następujące zasady

Za choroby zawodowe uważa się jedynie choroby określone w tzw. wykazie chorób zawodowych. Nie są chorobami zawodowymi choroby, których objawy ujawniły się co prawda w trakcie wykonywania pracy oraz zostały spowodowane działaniem czynników szkodliwych dla zdrowia występujących w środowisku pracy, lecz nie są wyszczególnione w tymże wykazie chorób zawodowych i do nich nie należą, jak np. choroba alkoholowa.

Aby wydane mogło być orzeczenie o uznaniu schorzenia za konkretną chorobę zawodową, ubezpieczony musi być zawodowo narażony na takim poziomie, by powstało ryzyko powstania danej choroby. Szeroko znane są choroby dyskowe kręgosłupa.

W przypadku stwierdzenia wystąpienia wypadku przy pracy lub choroby zawodowej i spełnieniu pozostałych warunków ubezpieczony otrzymuje następujące świadczenia:

- § opieka medyczna
- § świadczenia umożliwiające uczestnictwo w życiu zawodowym
- § świadczenia umożliwiające uczestnictwo w życiu społecznym oraz świadczenia uzupełniające
- § świadczenia pielęgnacyjne
- § świadczenia pieniężne w trakcie leczenia oraz w trakcie świadczeń umożliwiających uczestnictwo w życiu zawodowym
- § renty
- § zapomogi
- § odszkodowania



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

AGS

Agentur Grażyna Szkulcka



Grażyna Szkulcka (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

Agencja obsługi firm

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

Zapraszam!



60 numerów *Mojego Miasta*

2906 stron

37.000 egzemplarzy to największy
jedenorazowy nakład

488.000 egzemplarzy
to cały nakład w ciągu 10 lat

8 miast miało swoje wydania
Mojego Miasta

37 to punkty dystrybucyjne
na początku, dziś **300**

3 osoby rozpocząły
dzisiaj jest ich **10** razy więcej

Dziękujemy, że jesteście z nami!

Redakcja czasopisma **MOJEMIasto**

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

StM Steuerberater
Dipl.-Kfm.
Pawel Madzarow

KANCELARIA PODATKOWA

doradztwo podatkowe
księgowość
sporządzanie zeznań
podatkowych
korespondencja
z urzędami skarbowymi

ADRES:

Werner-Eckert-Str. 4
81829 München

p.madzarow@gmail.com

Tel.: 089/99936501

Fax: 089/99936502

Terminy po telefonicznym
lub mailowym uzgodnieniu

www.steuerberater-madzarow.de

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@gmail.com

BBJW | büroservice

MÓWIMY PO POLSKU, DZIAŁAMY PO NIEMIECKU!



Dzięki wieloletniemu doświadczeniu oraz pełnemu zaangażowaniu
jesteśmy Państwa godnym zaufania partnerem w:

- zakładaniu i prowadzeniu działalności gospodarczej (również bez zameldowania w Niemczech)
- obsłudze bieżącej księgowości
- naliczaniu bieżących płac, obsłudze kadr
- przygotowywaniu wszelkiej dokumentacji do urzędów (Kindergeld, Elterngeld i in.)
- tłumaczeniach ustnych wszelkich dokumentów
- prowadzeniu wszechstronnej obsługi biurowej (tzw. wirtualne biuro)

Dzięki ścisłej współpracy z renomowaną kancelarią podatkową możemy zaoferować
Państwu kompleksową obsługę na wszelkich etapach Państwa działalności.

Adres:
Paul-Eipper-Weg 7, 82166 Grafelfing
Tel. 089/122 879 35 Mob. 0160 249 246 2 Fax. 089/37 412 406

www.bb-jw.de

Po uprzednim umówieniu się chętnie spotkamy się z Państwem również w naszym biurze w Monachium

j.wiktor@bb-jw.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

pn., śr. 9.00 - 17.00

wt., cz. 9.00 - 20.00

piątki: przyjęcia
po uzgodnieniu terminu



Paweł Boenisch

Mobile: **017645176149**

Internet: paulboenisch.de

E-Mail: info@paulboenisch.de

TWOJA STRONA W INTERNECIE:

- instalacja, aktualizacja, serwis
- programowanie dowolnych funkcji
- CMS: Drupal, Wordpress, Joomla, Typo3
- sklepy internetowe
- pozycjonowanie stron

PROGRAMOWANIE APLIKACJI MOBILNYCH

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 Rodzinnych, 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 ▲ E-Mail: kontakt@kindergeld.com ▲



poznaj swoje prawa

Dziś Praca w Leihfirmie jakie mamy prawa?

Maciej Pazur LL.M.

jest adwokatem w Monachium.

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

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

umowy przez Leihfirmę. Niestety, często można w praktyce zaobserwować, że Leihfirma wypowiada umowę, nie podając przy tym żadnej przyczyny. Często zdarza się to, gdy pracownik jest na dłuższym chorobowym. Dla Leihfirmy to prosta kalkulacja, człowiek na chorobowym nie przynosi zysku, więc wypowiadają z nim umowę.

Praktycznie każde wypowiedzenie złożone przez Leihfirmę jest do zakwestionowania, warunkiem jest jeden: pracownik w ciągu trzech tygodni - od otrzymania wypowiedzenia - musi złożyć wniosek do sądu o ochronę stosunku pracy, a w Leihfirmie musi pracować dłużej niż sześć miesięcy. Tylko złożony w terminie wniosek o ochronę stosunku pracy w sądzie pracy daje realną szansę na otrzymanie odpłaty (Abfindung).

5 Podsumowanie

Najważniejszą radą, jaką należy zapamiętać jest to, iż zatrudnienie w Leihfirmie to faktycznie nic innego niż normalne zatrudnienie. Oznacza to, że mamy pełne prawa, jesteśmy zatrudnieni na takich samych zasadach jak pracownicy zatrudnieni bezpośrednio. Nikt jednak nam nie zagwarantuje, że te prawa otrzymamy również wtedy, jeżeli nie będziemy o nie walczyć.

**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

Wielu naszych rodaków w Monachium pracuje w tzw. Leihfirmach, często nazywanych potocznie „lajtfirmami”. Praca w takiej firmie jest z jednej strony wielką szansą, ponieważ umowa z Leihfirmą jest praktycznie zwykłą umową o pracę z wszystkimi zaletami z tym związanymi.

Z drugiej strony nie jesteśmy jednak zatrudnieni bezpośrednio w firmie docelowej, co oznacza, że istnieje niestety spore ryzyko utraty takiej pracy.

1 Leihfirma – co to jest?

Leihfirma to forma zatrudnienia polegająca na tym, że pracownik zatrudniony jest u swojego pracodawcy (takim jest Leihfirma), a wypożyczany jest do firmy trzeciej, gdzie faktycznie pracuje (nazwa Leihfirma pochodzi od słowa *leihen, verleihen* – wypożyczyć). Leihfirma jest szansą dla pracownika, który w stosunkowo krótkim czasie może zostać zatrudniony. Dla firm docelowych taka forma zatrudnienia jest również korzystna, ponieważ mogą one elastycznie dobierać pracowników, nie narażając się na straty wynikające z zastosowania rygorystycznych przepisów prawa pracy.

2 Równe zasady

Pracując w Leihfirmie mamy takie same prawa i obowiązki jak pracownicy zatrudnieni bezpośrednio w firmie docelowej. Oczywiście obowiązują nas zasady, które zostały ustalone między stronami w umowie z Leihfirmą.

Jednak jednym z głównych praw, jakie mają pracownicy zatrudnieni przez Leihfirmę, jest ich status, który jest taki sam jak pracowników bezpośrednio zatrudnionych. Wszystkie postanowienia umowy muszą być takie same, tak aby – przynajmniej na papierze – nie było różnic

między pracownikami zatrudnionymi w Leihfirmie i, bezpośrednio, w firmie docelowej. Oczywiście w praktyce często bywa inaczej. W takich sytuacjach zaleca się sprawdzenie postanowień umowy, tak aby jednoznacznie stwierdzić możliwe uchybienia.

3 Takie samo wynagrodzenie

Z reguły równe traktowanie dotyczy przede wszystkim wynagrodzenia oraz dodatków. Pracodawca nie może wypłacać pracownikom zatrudnionym przez Leihfirmę innych wynagrodzeń niż „swoim”. Jeśli jednak zdarzy się, że pracodawca nie chce nam wypłacić takiego samego wynagrodzenia, wtedy powinniśmy udać się do adwokata, by ten złożył odpowiedni wniosek do sądu.

Zanim jednak taki wniosek zostanie przygotowany, niezbędna jest dokładna analiza umów, ponieważ pracownikom w wyjątkowych sytuacjach mogą być wypłacane różne wynagrodzenia, np. na podstawie umów branżowych (Tarifvertrag).

4 Wypowiedzenie

Jako że umowa z Leihfirmą jest umową o pracę, obowiązują tu korzystne zasady w przypadku wypowiedzenia takiej

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.
(BfH-Urteil vom 20.05.1997, Az. VIII B 108/96)

DORADCA PODATKOWY Steuerberaterin



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

Magister Ekonomii **Agnieszka Jaros**

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 całych Niemczech egzamin państwowy.

www.jaros-steuerbuero.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
WWW: lingua-institut.de
Facebook: [Lingua Germanica Aleksandra Radojewska](https://www.facebook.com/Lingua-Germanica-Aleksandra-Radojewska)



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

**DYSTRYBUCJA PRASY POLSKIEJ
NA TERENIE NIEMIEC**
PEŁNE PRAWO ZWROTU EGZEMPLARZY NIESPRZEDANYCH

ADALMAR
www.prasa-polska.com

SPRZEDAŻ HURTOWA
+49 30 77391863
PRENUMERATA
+49 30 77391864

polub nas na Facebook
[facebook.com/prasapolska](https://www.facebook.com/prasapolska)

wejdź na YouTube
Dostawa polskiej prasy na terenie Europy Zachodniej

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

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



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



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
 - 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

RZECZOSZNAWCA 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



Inkontynencja

wołanie z głębokości

ZIOŁA

na choroby układu moczowego

Żurawina wielkoowocowa zapobiega skutecznemu infekcjom dróg moczowych dzięki zawartości antyoksydantów – przeciwdziała przywieraniu do ścianek pęcherza moczowego i moczowodu bakterii, w tym *Escherichia coli*, a także neutralizuje toksyny w organizmie. Zioło to jest silnym antyseptykiem, a ponadto doskonałym źródłem witaminy C, E, B1, B2, karotenu i kwasów organicznych. Żurawina obfituje też w silne przeciwutleniające antocyjanozydy i flawonoidy, zawiera też cukry glukozę i fruktozę.

Ziele skrzypu polnego stosuje się często przy dolegliwościach wywołanych zapaleniem pęcherza moczowego, którego właściwości lecznicze przypisuje się zawartym w nim dużym ilościom flawonoidów i witaminy C. Ponieważ skrzyp polny działa również moczopędnie, nie wypłukując przy tym elektrolitów, zapewnia oczyszczenie pęcherza i dróg moczowych z bakterii. Krzemionka zawarta w skrzypie polnym zapobiega tworzeniu się kamieni w układzie moczowym i powstawaniu miażdżycy. Skrzyp odgrywa rolę w przemianie materii, wpływa na stan błon śluzowych. Skrzyp można pić nie tylko przy zaburzeniach dróg moczowych, ale też i przy zaburzeniach pracy nerek. Szczególnie polecane są kąpiele z rumiankiem, skrzypem polnym czy korą dębu, które uśmierzają symptomy towarzyszące stanom zapalnym. Przy dłuższej kuracji należy podawać jednocześnie witaminę B1, gdyż skrzyp zmniejsza jej stężenie w organizmie.

Kłącze perzu to środek moczopędny, uśmierzający ból. Jest to tradycyjny produkt leczniczy roślinny stosowany przy łagodnych dolegliwościach układu moczowego jako środek zwiększający ilość wydalanego moczu i poprawiający przepływ w drogach moczowych. Aby otrzymać odwar z kłączy, należy łyżkę stołową rozdrobnionego suszu zalać szklanką letniej wody, doprowadzić do wrzenia, a następnie gotować pod przykryciem przez 5–7 minut, odstawić na 15 minut i przecedzić, pić 2–3 razy dziennie po szklance odwaru. Jest to bardzo skuteczny środek moczopędny i zalecany pomocniczo przy cukrzycy. Jego picie poleca się również przy chorobach nerek, pęcherza moczowego, dolegliwościach wątroby, kamicy nerkowej i żółciowej, złej przemianie materii jako zioło „czyszczące krew”.

Liść mącznicy lekarskiej ma działanie moczopędne, ściągające i antyseptyczne, zapobiega infekcjom dróg moczowych. Liście mącznicy zawierają garbniki, glikozydy, a wśród nich arbutynę, która po rozkładzie uwalnia bakterioobójczo działający związek fenolowy hydrochinon, flawonoid izokwercytynę, kwasy organiczne oraz śluzu. Odwary stosuje się przy łagodnych zakażeniach dróg moczowych, a także przy kamicy nerkowej, przerostie gruczołu krokowego, moczeniu się nocnym, ropomoczu, białkomoczu i bezmoczu. Podczas stosowania przetworów z mącznicy należy jednocześnie podawać środki alkalinizujące

mocz. Nie zaleca się długotrwałego stosowania mącznicy, najlepiej mieszać ją z innymi ziołami moczopędnymi, np. ze skrzypem polnym. Do skutecznego działania niezbędny jest alkaliczny odczyn moczu, który uzyskuje się pijąc podczas kuracji duże ilości wody mineralnej i stosując dietę ubogą w mięso i cukier. Niezbędna jest przy tym konsultacja z lekarzem.

Liść i korzeń pokrzywy oczyszcza organizm z toksyn i złogów kwasu moczowego, działa moczopędnie i odtruwająco, uzupełnia niedobory witamin i mikroelementów. Wzrost krzepliwości krwi, uszczelnienie naczyń krwionośnych i pobudzenie syntezy białek tkanki łącznej, to dalsze walory pokrzywy przyspieszające procesy regeneracji w organizmie. W korzeniach pokrzywy zidentyfikowano białka o działaniu przeciwnowotworowym tzw. lektyny, przeciwciała obecne w surowicy krwi tzw. aglutyniny, polisacharydy i sterole wykorzystywane w leczeniu łagodnego przerostu prostaty w początkowym stadium choroby, kwasy organiczne, lecytynę, woski i śluzu, sole mineralne, skopoletynę będącą głównym składnikiem leku przeciwzakrzepowego, fitoestrogeny działające w organizmie ludzkim na podobieństwo estrogenów, kwasy tłuszczowe. W liściach obecne są znaczne ilości chlorofilu, β-karotenu, ksantofili, protoporfiryn, witaminy C, poza tym garbniki, glikokiny oraz sole mineralne, w tym szczególnie dużo potasu, wapnia, żelaza i fosforu.

Ziele nawłoci pospolitej wykazuje wyraźne działanie moczopędne, ściągające i przeciwzapalne. Znajduje zastosowanie wewnętrzne przy stanach zapalnych dróg moczowych, kamicy nerkowej, skazie moczanowej, pomocniczo w chorobach reumatycznych, nadciśnieniu, a także zastosowanie zewnętrzne przy trudno gojących się ranach i owrzodzeniach skóry, stanach zapalnych jamy ustnej i gardła. By uzyskać odwar, należy zalać 1 lub 2 łyżki zioła szklanką wody i gotować przez 15 minut pod przykryciem. Następnie odcodzić i pić po szklance dwa razy dziennie.

Liście brzozy wykazują działanie moczopędne, przeciwrheumatyczne i napotne, zwiększają ilość wydalanego moczu. Sok z nich stymuluje proces filtracji w przewodach moczowych, przyspiesza wydalanie moczu i złogów oraz zapobiega powstawaniu kamieni moczowych. Dzięki temu możemy w sposób naturalny pozbyć się toksyn z naszego organizmu, a także zredukować obrzęki spowodowane zatrzymywaniem wody w organizmie. Wyciąg z liści brzozy stosuje się przede wszystkim przy przewlekłych infekcjach dróg moczowych. Aby zapobiec tworzeniu się kamieni moczowych i poprawić zdolność filtracyjną nerek należy pić świeży sok z młodych liści. By uzyskać wywar, należy zalać łyżkę liści brzozy jedną czwartą litra wrzącej wody, następnie gotować przez 5 min. na wolnym ogniu, po czym odstawić na ok. 10 min. i odcodzić. Tak przygotowany wywar poleca się pić 2–3 razy dziennie po 1/3–1/2 szklanki.

lek. stom.

Marian Znorowski

Liść borówki brusznicy ma działanie moczopędne, bakterioobójcze, rozkurczowe i przeciwzapalne. Wywar z liści tej rośliny jest często stosowanym środkiem przy kurczach pęcherza i bólu przy oddawaniu moczu, gdyż łagodzi ból przy tych dolegliwościach. Ponadto nieznacznie zwiększa ilość dobową wydalanego moczu, przy jednoczesnym wzroście stężeń usuwanych z organizmu jonów chloru i sodu, a także zbędnych produktów przemiany materii. Surowce tej rośliny mają też zdolność do obniżania ciśnienia krwi oraz uszczelniania ścian naczyń krwionośnych. By uzyskać wywar, należy zalać łyżkę liści borówki brusznicy szklanką wrzącej wody, następnie gotować przez 5 min. na wolnym ogniu, po czym odstawić na 10 min. i odcodzić. Tak przygotowany wywar poleca się pić 2–3 razy dziennie po 1/3–1/2 szklanki. Stosowanie dużych dawek wyciągów z liści brusznicy przez dłuższy czas może powodować objawy przewlekłego zatrucia hydrochinonem, jak wymioty, stany pobudzenia, kurcze i niedokrwistość hemolityczną. Zawarte w odwarach garbniki mogą ponadto drażnić żołądek i powodować zaparcia.

Krwawnik pospolity działa rozkurczowo na drogi moczowe, hamuje krwawienia z naczyń włosowatych, działa przeciwzapalnie, przeciwbakteryjnie i odtruwająco. Swoje działanie lecznicze zawdzięcza głównie olejowi lotnemu i zawartym w nim substancjom aktywnym: azulenowi, cholinie, flawonoidom, substancjom gorzkim, garbnikom, solom mineralnym, zwłaszcza solom cynku i magnezu. By uzyskać wywar, należy zalać łyżkę liści brzozy szklanką wrzącej wody, po 20 min. przecedzić i pić 2 razy dziennie po pół szklanki.

Rdest ptasi stosowany jest jako środek moczopędny, zapobiegający powstawaniu złogów, który sprzyja usuwaniu wraz z moczem soli potasu i sodu, a także moczniaka. Związki zawarte w tej roślinie mają również działanie rozkurczowe, poprawiające przemianę materii. Pomocne są też w chorobach płuc, wątroby, przewodu pokarmowego oraz przy przerostie gruczołu krokowego.

Korzenie łopianu wykazują głównie działanie antybakteryjne, grzybobójcze, przeciwzapalne. Przypisuje im się także działanie moczopędne i napotne. Żyżnienie soku z korzenia łopianu jest też świetnym remedium na kamienie nerkowe, które są powszechnym schorzeniem układu moczowego. Dlatego też korzeń łopianu znajduje zastosowanie w leczeniu stanów zapalnych dróg moczowych. W medycynie ludowej służy wywar z liści łopianu do wzmocnienia pęcherza i systemu immunologicznego.

Liść czarnej porzeczki ma właściwości przeciwzapalne. Zioło to jest bogatym źródłem witaminy C. Liść czarnej porzeczki stosowany jest nie tylko w leczeniu dolegliwości pęcherza moczowego, ale też w problemach związanych z przerostem i zapaleniem prostaty. Napary z liścia wspomagają nerki.

Dynia stosowana tradycyjnie przyczynia się m.in. do wzmocnienia i ożywienia funkcji pęcherza moczowego. Efekty te przypisywane są głównie tokoferolom występującym w nasionach dyni, które wzmacniają mięśnie i tkankę łączną. Według licznych doniesień stosować można nasiona dyni przy nadreaktywnym pęcherzu, do objawów którego zalicza się częstomocz, parcia naglące oraz nietrzymanie moczu z parcia. Regularne spożywanie łyżki pestek dyni i oleju z dyni łagodzi te objawy. Nasiona dyni należą

do najbardziej znanych naturalnych leków w leczeniu powiększonego gruczołu krokowego, inkontynencji i działają moczopędnie. Za kojące działanie na dolegliwości związane z powiększeniem gruczołu krokowego odpowiedzialne są zawarte w pestkach dyni fitosterole. Pestki dyni nie tylko łagodzą dolegliwości związane z prostatą, ale też polepszają napięcie ścianek mięśni pęcherza, zmniejszając przez to parcie moczu. Dla wzmocnienia pęcherza poleca się wyspać do pół litra zimnej wody dwie łyżki świeżych nasion dyni i dodać kawałek imbiru wielkości kciuka. Następnie zagotować mieszaninę, po czym odstawić na dziesięć minut, zanim się ją odcodzi. Tak przyrządzona herbata pomaga na dolegliwości układu moczowego, a zwłaszcza przy nietrzymaniu moczu.

Mniszek lekarski znajduje zastosowanie przy przewlekłym zapaleniu pęcherza moczowego lub przewodów moczowych i w kamicy moczowej, wykazuje m.in. działanie saluretyczne, usuwając z organizmu nadmiar jonów sodu i potasu, a wraz z nimi wody, wykazuje więc działanie moczopędne i przeciwobrzękowe. Ze świeżych liści mniszka przyrządza się wiosenne sałatki lub sok o mocnym działaniu moczopędnym. Suszonych liści rośliny używa się do robienia naparu, który również ma właściwości moczopędne, jednak słabsze niż sok. Korzenie mniszka pospolitego zawierają spore ilości inuliny, czyli naturalnego prebiotyku, sprzyjającemu rozwojowi pożytecznych bakterii w jelitach, trójterpeny o działaniu przeciwzapalnym i przeciwwirusowym, fitosterole, które m.in. obniżają stężenie szkodliwego cholesterolu we krwi, a także sole mineralnych, w tym szczególnie sole potasu. W liściach mniszka są flawonoidy, fenolokwasy, karotenoidy oraz potas, magnez, krzem, witamina C i witamina B.

Korzeń i owoc pietruszki działają moczopędnie, dlatego w medycynie naturalnej stosuje się go przy zmniejszonym wydalaniu moczu, obrzękach i kamicy moczowej, a także w stanach zapalnych nerek i pęcherza. W korzeniach pietruszki znajdują się m.in. flawonoidy, czyli naturalne substancje roślinne, które wspierają naturalne mechanizmy obronne komórek chroniąc je przed groźnymi chorobami, substancje śluzowe, związki cukrowe i sole mineralne. Jednak korzeń pietruszki (a także jej owoce i nasiona) największym zainteresowaniem cieszy się ze względu na olejek eteryczny, który zawiera dwie substancje psychoaktywne o nazwie apiol i myrystyna.

Orzechy włoskie rozgrzewają nerki, usuwają słabość pęcherza moczowego i nietrzymanie moczu u kobiet. Orzechy zawierają wysokie stężenie kwasów tłuszczowych z grupy omega-3, L-argininę, która wpływa na rozszerzanie naczyń wieńcowych, błonnik, witaminę E, foliany, tiaminę oraz witaminę B6. Orzechy są również źródłem steroli roślinnych, kwasów tłuszczowych, które obniżają stężenie złego cholesterolu LDL. Orzechy włoskie są bardzo dobrym źródłem magnezu, miedzi oraz minerałów, które są odpowiedzialne za antyoksydacyjną obronę organizmu.

Leki i preparaty na infekcje i zapalenie dróg moczowych oraz słaby pęcherz i nietrzymanie moczu, to tabletki, kapsułki, syropy, płyny, zawiesiny, krople, zioła, soki. Do ich głównych przedstawicieli zalicza się Rowatinex, Urival, Urosept, Urosan, UROintima, Żuravit.

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		
mówimy po polsku	7 minut od S2 do praktyki	

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



Wtorek 9.00-14.00
Czwartek 9.00-14.00
Piątek 9.00-14.00

MÓWIMY PO POLSKU
(lekarz niemieckojęzyczny)

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

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

www.dr-linde.de

DLUGOLETNI DOŚWIADCZENIE W DERMATOLOGII

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

Zahnarzt am Marktplatz
Joanna Kozłowski

Lekarz Stomatolog
Specjalista Implantolog

Marktplatz 7, 85375 Neufahrn
Tel. 08165-4866, Fax 08165-708676
info@zahnarztpraxis-kozowski.de
www.zahnarztpraxis-kozowski.de

Zakres leczenia:

- leczenie dzieci i dorosłych,
- profilaktyka,
- wypełnienia światłoutwardzalne i porcelanowe,
- leczenie kanałowe,
- korony, mosty i protezy,
- system CEREC,
- implanty,
- leczenie paradontozy,
- 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. Małgorzata Ritter

Specjalistka Medycyny Ogólnej | Lekarz domowy i rodzinny | Medycyna Estetyczna

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

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

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

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)

Marktler 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

STOMATOLOG
dr. medycyny dentystycznej
Katharina Juretzki

Amalienstr. 60
(przy Uniwersytecie)
80799 München
Tel.: 089/39 37 20

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY
języka polskiego i niemieckiego

■ wieloletnie doświadczenie
■ teksty ekonomiczne, prawnicze, urzędowe
■ świadectwa i inne dokumenty
■ uwierzytelnienia
■ 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
www.polsisch-niemiecki.com

The Word Prodigy - Ewa Bembnista
Übersetzungen • Dolmetschen • Consulting • Arbeitsvermittlung

Tłumacz przysięgły
języka polskiego i niemieckiego

Moja oferta:
Tłumaczenia: uwierzytelnione, zwykłe, ustne i pisemne we wszystkich zakresach
Doradztwo i pomoc w urzędach: składanie wniosków na Kindergeld, Harz IV (zasilek 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

Kapellenstr. 25,
82008 Unterhaching
Dojazd (15 min. od centrum Monachium):
S3, kierunek Holzkirchen, przystanek Fasanenpark
Tel.: 015777453603
info@wordpro.eu

www.wordpro.eu

SALON KOSMETYCZNY
beauty im forum

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

Oferujemy:

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

Serdecznie Zapraszamy!

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

endokrynologia . chiroterapia (kręgarz) . akupunktura

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

Dr. med. Marian Tymiec

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.karasinski.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

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

SZKOŁA JĘZYKOWA & BIURO TŁUMACZEŃ

SYCHer Sprachen Sprechen

- 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 • Tel. +49 (0)89-14 90 39 58 lub +49 (0)172-7 86 94 59



Avene

EAU THERMALE Avene

U podnóża górskiego łańcucha Sewenna na południu Francji leży uroczne miasteczko Avene. Miejsce to cechuje umiarkowany klimat i wyjątkowe nasłonecznienie. To właśnie tam ze zboczy Montagne Noire wypływa znane ze swoich wyjątkowych właściwości źródło wody termalnej. Jej lecznicze działanie i doskonały wpływ na skórę znane są od 1736 r.

Firma Avene to prawdziwy ekspert w wytwarzaniu dermokosmetyków dla każdego rodzaju skóry wrażliwej. Głównym składnikiem jej produktów jest sterylizowana i pakowana u źródła woda termalna Avene. Ścisłe kontrolowana produkcja odbywa się z zachowaniem tych samych norm, jakie obowiązują przy produkcji leków.

Kiedy na zewnątrz panuje nieprzyjemna aura, zwłaszcza w pochmurne chłodne dni, marzymy o nadejściu lata. Beztrudnie wakacje, plaża i słońce! Tak, słońce! Nadaje ono skórze piękny kolor, cudownie rozgrzewa i... niestety szkodzi. Jak bronić się przed szkodliwym jego działaniem?

Najbardziej oczywistym rozwiązaniem jest unikanie bezpośredniej ekspozycji na słońce. Nie zawsze jednak mamy możliwość schowania się w cieniu, nie zawsze też chcemy to zrobić. Dlatego przebywając na słońcu należy dobrać produkt z filtrem dla odpowiedniego rodzaju skóry. Firma Avene proponuje szeroką gamę takich produktów.

Linia **biała ochrona przeciwsłoneczna mineralna skóry nadwrażliwej**. Kosmetyki te zawierają wyłącznie filtry mineralne – produkowane są bez filtrów chemicznych, bez substancji zapachowych, bez parabenów.



Linia **pomarańczowa ochrona przeciwsłoneczna skóry wrażliwej** chroni skórę dzięki opatentowanemu kompleksowi fotostabilnych i skutecznych filtrów UV.

Zapraszamy do odwiedzenia naszej apteki!

Oferujemy rozmaite produkty z filtrami – na pewno po rozmowie z Państwem dobierzemy odpowiedni produkt, tak aby możliwe stało się przyjemne i bezpieczne korzystanie z promieni słonecznych.

SaniPep Apotheke im PEP
Ollenhauerstr 6, 81737 München
tel. 089-670096-0
www.sanipep.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 Małżeństwo

Pragniesz zmienić swoje życie, odnaleźć partnera/partnerkę, o którym zawsze marzyłeś, nie czekaj na przypadek, pomożemy Ci znaleźć i przekonamy Cię, że naprawdę warto!

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

Nasza dewiza:
Uczciwość - Dyskrekcja
Profesjonalizm - Skuteczność

MASZ PROBLEM Z PICIEM??

ANONIMOWI ALKOHOLICY MOGĄ CI POMÓC

zadzwoń lub napisz
0151 45495514

www.aabawaria.pl
e-mail: aabawaria@gmail.com

Logopädie im Münchner Osten
Terapia 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 Truchthari-Anger

Od wszystkich przystanków i stacji 3-5 min. pieszo

PRACUJ JAKO OPIEKUN/KA SENIORÓW W NIEMCZACH

PROMEDICA24

SPOTKANIA INFORMACYJNE W NIEMCZACH!

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

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

SANI PEP Shop24

SANIPEP SHOP 24
NOWOŚĆ W NASZYM ŚĄSIEDZTWIE

SaniPep Shop 24 to całodobowy punkt tuż przy tylnym wejściu do Apteki SaniPep.

W razie nagłej potrzeby możecie Państwo zaopatrzyć się w nim poza regularnymi godzinami otwarcia w artykuły higieniczne, żywność dla dzieci, środki antykoncepcyjne, plastry i opatrunki, produkty pielęgnacyjne oraz wiele innych produktów.

Dostęp do leków zapewnia stacjonarna Apteka SaniPep, pon.-sob. 8.30-20.00

Zapraszamy!

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!!!!

Salon Fryzjerski
POLSKI SALON FRYZJERSKI
Eugeniusz Ochmann
www.salon-ochmann.de

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

DLA PANI		DLA PANA	
Strzyżenie	od 15€	Strzyżenie	od 13€
Balejage	od 35€	Mycie, strzyżenie,	
Pasemka	od 25€	woda do włosów,	
		masaż	od 19€

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

NA WYSPIE KOKOSOWEJ

Położone 650 kilometrów na południe od Bangkoku nad pięknym i przejrzystym wodami Zatoki Tajlandzkiej wyspy Koh Samui, Koh Tao i Koh Phangan należą do najpiękniejszych i najciekawszych wysp Tajlandii.

Długie piaszczyste plaże, krystalicznie czysta woda, piękne zatoki i tropikalny klimat uczyniły je jednym z najbardziej popularnych kurortów południowo-wschodniej Azji, choć jeszcze do niedawna były ulubionym miejscem wśród turystów z plecakami.

TEKST I ZDJĘCIA Sebastian Wieczorek

Kiedy spoglądam przez okienko turbopiętowego samolotu ATR 72 linii „Bangkok Airways”, w oddali zza chmur wylania się w wyspa z daleka odcinająca się od turkusowo-zielonego morza. Śliczna i przemiła tajska stewardesa o egzotycznej urodzie uśmiecha się „od ucha do ucha”, informując mnie, że powoli zbliżamy się do „kokosowej wyspy”. Koh Samui to trzecia co do wielkości wyspa Tajlandii, która z okien samolotu wygląda jak olbrzymi ogród palmowy – drzewa palmy kokosowej pokrywają prawie cały obszar wyspy. Podchodzimy do lądowania na lotnisku w Koh Samui. Pod nami umyka piaszczysta plaża Lamai i po chwili nasz barwnie i oryginalnie malowany samolot dotyka kołami betonowego pasa numer 32. Wylądowaliśmy na jednym z najbardziej niepowtarzalnych i fascynujących lotnisk na świecie. Po wyjściu z klimatyzowanego pokładu samolotu „uderza” w nas gorące wręcz powietrze. Port lotniczy na wyspie Koh Samui jest atrakcją samą w sobie. Szczepie mówiąc, takiego lotniska w czasie moich samolotowych wojaży jeszcze dotąd nie widziałem. Budynki odpraw, wieża kontrolna i hangary zbudowane zostały z drzew palm kokosowych, które musiały zostać wycięte pod budowę pas startowego. Jego długość wynosi 1800 metrów, a wokół pasa startowego rosną... egzotyczne kwiaty. Budynki terminali (są w sumie aż dwa) to nieporadne zadane trzciną palmową obiekty,

w których znajduje się także restauracja, biura podróży i kasy lotnicze. Przypomina to wszystko jakby kawiarniany ogródek wybudowany na styl kolonialny, z poczekalnią z drewnianych, palmowych bali. Lotnisko na wyspie Koh Samui obsłużyło w roku ubiegłym blisko milion pasażerów, z czego większość to przybywający na wyspę turyści z Europy oraz wszechobecni Koreańczycy i Japończycy.

Każdego dnia na lotnisku ląduje i startuje z niego prawie 50 samolotów. Sporo jak na taką małą wyspę.



RAJ NA ZIEMI

Na Koh Samui przez cały rok panują doskonałe warunki i sprzyjająca pogoda. Nieskazitelną przejrzystość wody, turkusowe laguny i kolorowe ryby sprawiają, że Koh Samui oraz sąsiednie wyspy są rajem dla żeglarzy, osób pływających na desce i oczywiście dla



miłośników nurkowania, dla których wody wokół wysp, szczególnie Koh Tao, zostały szczerze obdarowane przez naturę wspaniałymi rafami koralowymi, gdzie żyją najwspanialsze okazy morskiej flory i fauny. A lśniące białym piaskiem plaże to wymarzone miejsce dla wszystkich amatorów morskich i słonecznych kąpiei i dla tych, którzy po prostu uwielbiają czytać, leniuchować i odpoczywać. Piękne plaże o zachodzie słońca idealnie nadają się na romantyczne spacerki.

Plaża Maenam na północnym wybrzeżu wyspy ma znakomite warunki do uprawiania windsurfingu, plaża Bophut z doskonałą bazą turystyczną to doskonałe miejsce na wypoczynek z rodziną, a plaże Chaweng i Lamai na wschodnim wybrzeżu oferują nie tylko czynny wypoczynek, ale i wszelkiego rodzaju atrakcje życia nocnego.

To właśnie tutaj dla turystów, szczególnie tych z Europy, wśród dzikiej zieleni, palm, tropikalnych ogrodów i wzdłuż plaży Chaweng oraz Lamai wybudowano luksusowe kompleksy hotelowe oraz zespoły ekskluzywnych bugalowów, tworząc idealne warunki do spędzania urlopu. Baza hotelowa na Koh Samui jest wyjątkowo dobrze rozwinięta. Znajdziemy tam hotele na każdą kieszeń, od najlepszych luksusowych hoteli po przyzwoite, tanie i przytulne hoteliki. Przy hotelach lub w ich pobliżu znajdują się korty tenisowe i pola golfowe, a wieczorami organizowane są regularnie występy tancerzy i muzyków.

Na Koh Samui nie ma najmniejszego problemu z wynajęciem motorówki, katamaranu, deski surfingowej, a także roweru, jeepa czy, tak jak w moim przypadku – dużego motocykla, który, w przeliczeniu, kosztuje 15 dolarów za dzień. Wśród palm ukryta jest okalają-



ca wyspę betonowa 59-kilometrowa droga, odchodzą od niej liczne mniej uczęszczane trasy, do pokonania których idealnie nadaje się motocykl. Jedyną rzeczą, do której trzeba się przyzwyczaić, jest panujący na Koh Samui i w całej Tajlandii ruch lewostronny. Największą atrakcją była dla mnie podróż cudowną i niezwykle urozmaiconą linią brzegową, gdzie co chwilę „odkrywałem” maleńkie i ciche zatoczki z białutkim piaskiem. Wielu wrażeń przysporzyła również motocyklowa wyprawa w głąb wyspy, na tereny porośnięte olbrzymimi paprociami, orchideami i oczywiście palmami. W tropikalnej dżungli odwiedzmy koniecznie jeden z licznych wodospadów.

OSŁAWIONY TAJSKI MASAŻ

Aby „dopieścić” swojej tajlandzkiej podróży i przygody, koniecznie udajmy się na osławiony tajski masaż, łączący różne techniki uciskania wybranych punktów na ciele i naciągania stawów i kręgosłupa. Tajki robią to tak perfekcyjnie, jak trzeba, z niespotykaną siłą w swoich małych dłoniach, a po kilkunastu minutach wpadamy w błogostan i lekką... drzemkę. Choć słowo „tajski masaż” budzi zazwyczaj panikę wśród żon i narzeczonych masowanych turystów płci męskiej, to niekoniecznie każdy z masażu kończy się w przestronnej wannie z pływającymi kwiatami lotosu, gdzie w delikatny sposób Tajka namydla nas, po czym rozpoczyna masowanie swoim ciałem, czyli tzw. „body massage”. Nie będę wnikał w dalsze szczegóły owego masażu i różne relacje dwóch ciał odmiennej płci, ale mogę też zrozumieć panie, które czasami mogą być zaniepokojone, że ktoś obcy myje i gładzi plecy ich mężczyznom.

Ja osobiście poprzestałem na „foot” masażu, czyli masażu stóp. Tu dla odmiany masażystka znajduje w naszych stopach mapę naszego ciała – punkty powiązane z pracą najważniejszych organów. Najpierw bardzo starannie myje stopy, a następnie po kilku uciskach miniaturową pałeczką wybranych punktów na stopie doskonale wie, jak miewają się nasze nerki, serce, wątroba i inne organy, co nam natychmiast oznajmia łamanym angielskim. Zabawa naszymi stopami trwa godzinę (ta przyjemność kosztuje 2–5 euro), równo podzieloną na pół między naszą „stopią” prawicą a lewicą. Efekty są fenomenalne, wszelkie zmęczenie stóp mija, a relaks i odprężenie – gwarantowane. Zapewniam.

Wyspa Koh Samui potrafią oczarować swoim pięknem. Jednak najwspanialsze widoki czekają nas o zachodzie słońca. Kiedy tylko nastaje zmrok, na plaże wystawia się stoliki, pali się pochodnie. Warto samemu wybrać i usmażyć rybę, kraby, kalmary czy homary, „degustując” przy okazji niezapomnianą atmosferę wyspy. Jeśli znajdziemy nieco czasu, warto również wybrać się na sąsiednie wyspy Koh Tao i Koh Phangan, które od Koh Samui dzieli niecała godzina jazdy łodzią motorową.

Koh Samui z piękną tropikalną scenerią – pełnymi wdzięku palmami kokosowymi, które rzucają cień na słoneczną krystalicznie czystą lagunę, rafami koralowymi obiecującymi moc wrażeń – a także egzotyczną kuchnią przyciąga spragnionych wypoczynku turystów. Warto się samemu o jej pięknie przekonać.



SINDBAD. eurobus



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



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 zapomnijmy o tym, że po każdym intensywnym treningu musimy dać mięśniom przynajmniej jeden dzień na regenerację. Dzięki temu unikniemy bólu, zakwasów, zmęczenia i spadku motywacji. W tych dniach powinniśmy spędzać czas aktywnie, ale tak, aby nie przemęczyć się.

Dieta zbilansowana to wspomniane powyżej 5 posiłków dziennie o regularnych porach.

Zasady komponowania posiłków w ciągu dnia są bardzo proste. W fazie tracenia wagi wyglądać powinny następująco:

Śniadanie: ciemne pieczywo z warzywami, nabiałem lub mięsem.

Drugie śniadanie: owoce z miseczką jogurtu bądź smoothie czy świeżo wyciskane soki owocowe.

Obiad: mięso, nabiał lub ryba z warzywami

Podwieczorek: maślaniki lub jogurty z dodatkiem produktów zawierających błonnik, jak np. orzechy czy otręby.

Kolacja: warzywa z nabiałem, mięsem lub rybą.

Po osiągnięciu wymarzonej wagi możemy stopniowo wprowadzać do diety węglowodany, jak kartofle czy ryż.

Po kilku dniach wzmożonego ruchu i trzymania dobrze zbilansowanej diety poczuje się lepiej i lżej.

ŚNIADANIE,

po którym od razu
poczujemy się lepiej
(składniki na jedną porcję):

*dwa jajka ugotowane na twardo
i pokrojone w kawałki,*

*łodyga selera naciowego
pokrojona w paski,*

*nać pietruszki posiekana
(ilość wg. uznania),*

łyżka lub dwie jogurtu naturalnego,

łyżeczka musztardy dijon

Wszystkie składniki dobrze
wymieszać. Podawać z kromką
ciemnego pieczywa.



Przepisy na przedstawione w tym artykule menu znajdziesz pod hasłem „Moje Miasto” na blogu www.jedznapetytem.pl.

Jak wrócić do formy po zimie

Zimą pozwalamy sobie na więcej, zdecydowanie rozpieszczamy się pod względem kulinarnym. Na stołach królują dania tłuste i zazwyczaj ciężkostrawne. Krótkie dni przyczyniają się do tego, że wolimy siedzieć na kanapie, zamiast aktywnie spędzić czas.

Jednak z nadchodzącą wiosną zaczynamy się zastanawiać, jak pozbyć się zimowego tłuszczu i zrzucić kilka kilogramów. Powrót do formy po zimie to nie lada wyzwanie dla wielu osób. Jednak stawienie mu czoła wpłynie pozytywnie na nasze zdrowie psychiczne i fizyczne, dlatego z całego serca każdego do tego zachęcam.

Co zrobić, by wrócić do formy?

Kategorycznie odradzam sięganie po rygorystyczne diety. Te, tak popularne w ostatnim czasie, przyniosą jedynie chwilowy spadek masy ciała. Nie wymodelują sylwetki, a jedynie mogą spowodować efekt jo-jo i negatywnie wpłynąć na nasz organizm. Jeśli chcemy wrócić do formy po zimie, kluczowe są dwie kwestie. Ruch i jedzenie.

Jeśli chcemy schudnąć, musimy jeść – z umiarem, z zachowaniem zdrowego rozsądku i podstawowych zasad zdrowego odżywiania – oraz się ruszać.

Odstawmy lub przynajmniej mocno ograniczmy tłuste dania i słodkie przekąski.

Przepisy na przedstawione w tym artykule menu znajdziesz pod hasłem „Moje Miasto” na blogu www.jedznapetytem.pl.

Polnische Spezialitäten Lukullus

MONACHIUM

Rainfarnstrasse 34
80935 Monachium

Öffnungszeiten
Mo - Fr. 09.00 - 20.00 Uhr
Sa. 09.00 - 17.00 Uhr

Tel. 0898 8983 536
monachium@lukullus-laden.eu

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

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

www.lukullus-laden.de

W GÓRY!

MIROSLAW JĘCZAŁA

zdobywca Kilimandżaro i Elbrusu



Zdobywamy Zugspitze

*Tam sięgaj, gdzie wzrok nie sięga,
łam czego rozum nie złamie:
Młodości! orla twych lotów potęga,
Jako piorun twoje ramię.*

(A. Mickiewicz, ODA DO MŁODOŚCI)

Słowa wieszczki dobrze pasują do dzisiejszej wyprawy, bo wybieramy się wysoko, najwyżej w Niemczech, czyli na Zugspitze (2962 m n.p.m.).

Cel ambitny, wymagający sporej dozy wysiłku, ale satysfakcja ze zdobycia szczytu jest proporcjonalna do zmęczenia i ilości wylanego potu. Dla średnio wysportowanej osoby, która lubi długie spacery, wyprawa ta nie powinna stanowić dużego problemu.

Na Zugspitze prowadzi kilka dróg o różnym stopniu trudności i czasie przejścia. Najłatwiejszy technicznie i do zrobienia w ciągu jednego dnia jest szlak zaczynający się w miejscowości Ehrwald w Tyrolu tuż przy granicy niemiecko-austriackiej.

Dojazd z Monachium autostradą A 95 do Garmisch, dalej w kierunku Reutte/ Fernpass, następnie pod wiaduktem trzeba skręcić w lewo na Ehrwald, a dalej jedziemy do stacji kolejki Ehrwalder Almbahn.

Tam na darmowym parkingu zostawiamy auto i ruszamy w drogę, kierując się na gościńnic górski Ehrwalder Alm. **Optymalny czas wyjścia na trasę to godzina 6.00 rano.**

Na górnej stacji robimy krótki postój na drobną przekąskę i łyk herbaty. Dalsza droga prowadzi w kierunku Gaistal, a następnie Knorrhütte i Gatterl – przełęcz, przez którą przebiega granica pomiędzy Bawarią i Tyrolem. Nazwa „Gatterl” wzięła się od skrzypiącej furty, która w okresie wypasu uniemożliwia owcom nielegalne przekroczenie granicy.

Stamtąd roztacza się przepiękny widok na dolinę Reintal i znajdujące się po drugiej stronie schronisko Knorrhütte, gdzie robimy dłuższy postój, aby nabrać sił na czekające nas podejście na Zugspitzplatt, a następnie na najbardziej wymagającą część wędrowki, czyli wejście na szczyt Zugspitze. Tam szlak jest stromy i prowadzi przez szutrowy teren, więc kije trekkingowe będą bardzo pomocne. Po około 8 godzinach od startu jesteśmy na najwyższym miejscu w Niemczech. I nie jesteśmy sami, bo roi się tu od „turystów”, którzy wygodnie wjechali kolejką linową. My jednak, patrząc na nich z wyższością, udajemy się do schroniska Münchner Haus, gdzie na słonecznym tarasie posilamy się ciepłym posiłkiem i delektujemy aromatyczną kawą, do której bardzo pasuje solidny kawałek ciasta. W końcu uczciwie na to zapracowaliśmy!

Przy bezchmurnym niebie widok ze szczytu zapiera dech, nic więc dziwnego, że wszyscy fotografują bez opamiętania.

Pozostaje jeszcze kwestia wejścia na najwyższy punkt Zugspitze z charakterystycznym krzyżem w złotym kolorze.

Przy ładnej pogodzie, kiedy jest sucho, dla osób niemających lęku wysokości nie powinno to stanowić problemu. Natomiast kiedy skały są mokre, śliskie, pokryte śniegiem lub lodem może to być bardzo niebezpieczne, jeśli nie mamy odpowiedniego wyposażenia asekuracyjnego.

Droga powrotna ze szczytu zajmuje tylko 10 minut, bo tyle trwa zjazd wagonika kolejki linowej Tiroler Zugspitzbahn – trzeba oszczędzać kolana, bo niejedna góra na nas czeka.

Ostatni etap to przejazd autobusem do parkingu Ehrwalder Almbahn, gdzie zostawiliśmy auto. Co za radość! No i są powody do dumy, bo niecodziennie zdobywa się takie szczyty. Ale, jak mówi przysłowie, apetyt rośnie w miarę jedzenia – czego i ja Czytelnikom MM życzę.

Do zobaczenia na szlaku!

PRZYDATNE LINKI:

Münchner Haus:
<http://muenchnerhaus.wachterhaus.com/index.html>

Tiroler Zugspitzbahn:
<http://www.zugspitze.at/de/home/>

Manufaktura

REKLAMY

+48 502498064

j.szmigiel@manufaktura-reklamy.com.pl

www.manufaktura-reklamy.com.pl

Facebook

Strony www

Google Adwords

Manufaktura Reklamy S.C.
ul. Mickiewicza 10/12
Katowice



W Manufakturze Reklamy stworzymy dla Ciebie najlepsze strony www. Skorzystaj z doświadczenia naszego zespołu i pozwól swojej Firmie zaistnieć w Internecie. Postaw na sprawdzone rozwiązania.

Posiadamy 10 letnie doświadczenie w tworzeniu profesjonalnych portali internetowych, stron www oraz sklepów internetowych, zgodnych z wytycznymi wyszukiwarki Google.

Z pasją od lat wspieramy naszych klientów prowadząc ich Fanpage na Facebooku i promując w kampaniach Google.

WARSZTAT mechaniki samochodowej

GibGas Pawel Kfz Werkstatt UG

Bodenseestr 222, 81243 München • tel.: 089 41612234 i 089 41612233

www.autogasmuenchen.com • info@autogasmuenchen.com

NAPRAWY I SERWIS:

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

PRZYKŁADOWE CENY USŁUG:

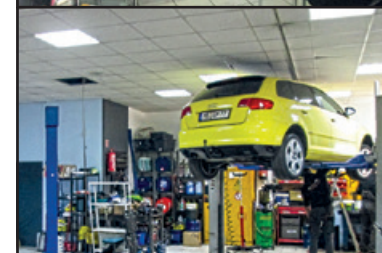
- Diagnostyka komputerowa Launch lub VCDS lub Vag Can Pro **39€**
- Wymiana tarcz i klocków hamulcowych (przód Passat b5 1,9 TDI z materiałem) **199€**
- Klimaservice (400 g R134a inkl) **59€**

Na terenie Monachium działamy od 2007 r.

Zespół siedmiu wykwalifikowanych mechatroników gwarantuje najwyższą jakość wykonywanych usług. Części samochodowe zakupujemy od różnych dystrybutorów, co pozwala nam na utrzymanie korzystnych cen.

ZAPRASZAMY

PAWEŁ
Kfz Werkstatt





z życia SV POLONIA Monachium

Niesamowite zwycięstwo naszej drużyny!

18:1 – z FC Dreistern NT

Drużyna prowadzona przez trenera Michała Timko rozpoczęła mecz z impetem i już po 17 minutach prowadziła 3:0. Jako pierwsi na listę strzelców zapisali się najbardziej doświadczeni zawodnicy, Marcin Antonik, alias Tuti, (dwie bramki) i Adam Matuszak, znany kibicom jako Siwy (jedna bramka). Obaj występują w Polonii już od ośmiu lat i są prawdziwymi ikonami klubu. Emocji było wiele, bo do przerwy prowadziliśmy już 8:0! Po przerwie na listę strzelców dopisali się: Kamil Mastela (dwie bramki), Daniel Pisarek (podobnie jak Kamil, uzupełniając hattrick), trener Michał Timko, Tomasz Janowski, Mirosław Slich i Sebastian Solowiej. Marcin Antonik zapatrzył się chyba na numer swojej koszulki (87) i dołożył w drugiej połowie jeszcze trzy trafienia. Pięć bramek w jednym meczu zawodnika, który niedawno grał w pomocy i w obronie, robi wrażenie.



Dzięki trzem punktom nasza drużyna przesunęła się na trzecie miejsce w tabeli i ma wszelkie szanse, by awansować i po dwóch latach banicji powrócić do klasy okręgowej. Głównym naszym przeciwnikiem w zdobyciu celu są wyjazdy

zawodników do Polski, powoduje to bowiem utratę rytmu treningowego i częste zmiany w składzie drużyny. Ale my wierzymy w naszą drużynę – zdobycie celu, mimo trudności, jest możliwe.



Juniorzy

Nowy sezon ruszył pełną parą! Po okresie zimowym i związanym z tym lekkim przestojem w regularnych treningach rozpoczęliśmy dla naszej młodzieży sezon piłkarski.

Wszyscy zawodnicy są zgodni co do tego, że nie ma to jak treningi na świeżym powietrzu, choć te na sali w okresie zimowym były również ciekawe i wartościowe. Nie ma się

zatem co dziwić, że z pełnym zapałem i w komplecie rozpoczęli oni treningi na obiekcie sportowym SV Polonia. W tym roku planowane są atrakcje. Najważniejszą z nich jest zapewne duży Turniej Juniorów organizowany na naszym boisku 25 czerwca z udziałem zaproszonych znanych drużyn.

Poza tym wyjazd na obóz integracyjny do Polski, połączony z turniejem polonijnym, jest dzisiaj tematem intensywnych rozmów i przygotowań.

Szczegóły na naszej stronie internetowej <http://www.svpoloniamuenchen.de>

Przy tej okazji chcielibyśmy podziękować naszemu sponsorowi, BBL Service, za ufundowanie nowych strojów dla naszej młodzieży.

Seniorzy A

Nasi seniorzy A rozpoczęli sezon, rozegrali już 3 mecze i obecnie zajmują 3 miejsce w tabeli. Do drużyny przybyło kilku nowych zawodników, tak więc trener Dariusz Figura ma większe możliwości stworzenia dużej

i stabilnej drużyny. Nowi zawodnicy szybko zintegrowali się z drużyną, co przyczynia się do naprawdę dobrej atmosfery. Można wyjść z założenia, że przy takiej konstelacji w tym sezonie będzie można wiele osiągnąć. Powodzenia!

**SV Polonia Monachium
gratuluje redakcji Mojego Miasta
z okazji Jubileuszu 10-lecia,
dziękując serdecznie za wieloletnią
współpracę i poparcie.**

UNSER VEREIN WIRD UNTERSTÜTZT VON:

BOETRONIC
PERSONALMANAGEMENT GMBH

BBL-Service

Generalkonsulat
der Republik Polen
in München

DAK
Gesundheit

pldf
Polski Doradca
Finansowy

**AGNIESZKA
MILLER**

**DARIUSZ FIGURA
AUTOSERVICE**

**WOITEC
BAU**

mojemiasto
www.mm-gazeta.de

mojemiasto

WYGRYWAJĄC OCZAMI WYOBRAŹNI

co robi trener narciarstwa alpejskiego latem

Wyobraź sobie najbardziej wyraziście, jak potrafisz spełnienie swoich pragnień i uznaj, że już się urzeczywistniły. Jeśli nie zabraknie ci wytrwałości i koncentracji, sukces nie każe na siebie długo czekać.

(Joseph Murphy)

Co robi trener narciarstwa alpejskiego latem? – to często zadawane mi pytanie. Spontanicznie wydawałoby się, że narciarstwo można trenować tylko na śniegu. Zatem jak trenować i szkolić jazdę na nartach latem?

Otóż sukcesu w sporcie nie odniesie się jedynie dzięki treningowi fizycznemu. Bardzo ważny jest również trening mentalny, którego zalety, notabene nie tylko w sporcie, opisał Państwu w tym wiosennym wydaniu „Mojego Miasta”.

Trening wyobraźniowy poza sezonem narciarskim, czyli...

Technika wyobrażeń nie jest „wiedzą tajemną”. Zdecydowana większość osób codziennie wyobraża sobie najróżniejsze sytuacje i sposoby zachowania, traktując pojawiające się w umyśle obrazy jako coś naturalnego i oczywistego, nie przywiązując do nich szczególnej wagi. I choć do naszych codziennych aktywności „luźne” wyobrażenia zdają się w pełni wystarczające, to chcąc poprawić wykonanie sportowe, należy przyrzeć się im dokładniej i zacząć traktować je zdecydowanie poważniej. Zgodnie z definicją proponowaną przez psychologów sportu Damona Burtona oraz Thomasa Raedeka’a trening wyobraźniowy oznacza „wykorzystanie zmysłów do tworzenia oraz odtwarzania w umyśle doświadczeń. Wyobrażanie sobie sportowej umiejętności jest tym samym co jej wykonywanie, z wyjątkiem tego, że sportowcy doświadczają danej sytuacji tylko w swoich umysłach”.

Zgodnie z przytoczonym wyjaśnieniem dla umysłu sportowca (np. narciarza) nie ma znaczenia, czy np. pokonuje bramki w rzeczywistości, czy „tylko” w swojej wyobraźni. Istotny jest sam fakt doświadczania sytuacji przejazdu.

W czym może być pomocny trening wyobraźniowy?

• POPRAWA KONCENTRACJI I UWAGI

Przed startem alpejczyk wielokrotnie analizuje zapamiętaną przez siebie trasę przejazdu, z którą zapoznał się podczas oglądania.

Przypomina sobie i zwraca uwagę na te elementy, na których chce się skupić (szybkie

pokonywanie figur czy trudnego odcinka na trasie np. w slalomie czy gigancie). Poświęcony czas na to, by wyobrazić sobie jak skutecznie pokonuje te trudne odcinki na trasie (np. płynne i szybkie przechodzenie ze skrętu w skręt) – zwiększa szansę na faktyczną koncentrację podczas całego przejazdu.

• BUDOWANIE PEWNOŚCI SIEBIE

Tu z kolei przydaje się przypomnienie udanych pozytywnych chwil z własnej przeszłości sportowej. Chwile te mogą zawierać najlepsze momenty celebrowania sukcesów (np. gdy stoimy na podium).

• ZARZĄDZANIE EMOCJAMI

W tym przypadku trening wyobraźniowy możemy uwzględnić jako element relaksu przedstartowego, wyciszając emocje, które nie sprzyjają optymalnemu przygotowaniu do przejazdu (np. niepewność). Wyobrażenie sobie własnej osoby w przyjemnym miejscu (np. na plaży w ciepły dzień) może pomóc „naładować akumulatory” przed oczekiwanym wyzwaniem. Ponadto dzięki wyobrażeniom można także przygotować konstruktywną reakcję na sytuacje emocjonalne mogące pojawić się w trakcie przejazdu (popelnienie małego błędu np. spóźnienie skrętu).

• NAUKA NOWYCH UMIEJĘTNOŚCI

Jeśli jest jakaś umiejętność (np. pokonywanie figur w slalomie), które chcielibyśmy opanować, warto równolegle ćwiczyć je w „realu” oraz w wyobraźni. Nasz umysł daje tę przewagę, że w nim wszystko jest możliwe – również wykonanie z powodzeniem złożonej konfiguracji ruchowej. Gdy skutecznie przećwiczymy dany element „w głowie”, wówczas pobudzamy te same drogi neuronalne w mózgu co przy prawdziwym wydarzeniu – przyczyniając się do realnego opanowania danej umiejętności.

• POPRAWA JUŻ POSIADANYCH UMIEJĘTNOŚCI

To, że umiemy wykonać dany element techniczny, nie oznacza, że w każdej sytuacji to potwierdzimy. Poprawa nawet o 10% w danej umiejętności może przełożyć się na lepszy występ. Przykładowo wyobrażenie sobie udanego przejazdu (uwzględniając każdy detal: ukształtowanie terenu, odległości

analiza
zapamiętanej
trasy slalomu
za linią mety
(zdjęcie autora)



JAKUB MALCZEWSKI – Olimpijczyk (1992 r., Albertville), oraz trener bawarskiej kadry regionalnej w narciarstwie alpejskim zdradza tajniki sztuki trenerskiej.

między bramkami, momenty zmiany rytmu itd.) w różnych wariantach ustawienia bramek może pomóc w rzeczywistym ich pokonywaniu.

• NAUKA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW, KTÓRE MOGĄ SIĘ POJAWIĆ PODCZAS PRZEJAZDU

Alpejczyk wielokrotnie analizuje oglądaną przez siebie trasę i ustawienie tyczek. Zapamiętuje ukształtowanie terenu i zmieniający się rytm. Ma to na celu dokładne zapamiętanie trasy przejazdu i miejsc technicznie trudnych, aby przewidzieć różne scenariusze (linie przejazdu w trudnym technicznie miejscu). Jeśli przećwiczymy je w umyśle na jeden lub dwa możliwe warianty, to zwiększamy prawdopodobieństwo udanego przejazdu (ma to często miejsce podczas konkurencji szybkościowych, gdy możemy przed decydującym startem przejechać trasę dwu- lub trzykrotnie i obrać optymalną linię przejazdu).

• WSPARCIE PROCESU REHABILITACJI

Badania pokazują, że tradycyjna rehabilitacja fizyczna po kontuzji połączona z treningiem wyobraźniowym przyczynia się do szybszego powrotu do zdrowia w porównaniu z samą tylko rehabilitacją. Wsparcie ze strony umysłu w takiej sytuacji może polegać na wyobrażaniu sobie gojącego się sprawnie miejsca kontuzji (wyobrażenie i odczucia wewnętrzne związane np. ze zrastającą się kością, wzmacniającymi się ścięgnami czy łączącymi się włóknami mięśniowymi).

Opisany przeze mnie trening mentalny to legalny doping. Zachęcam więc do stosowania go w różnych dziedzinach życia.

W Y W I A D

Jolanta Łada-Zielke



Jubileusz Tamina

Rozmowa z Piotrem Beczałą,
światowej sławy
śpiewakiem operowym,
który 20 lat temu debiutował
podczas Salzburger Festspiele.

JŁZ: Czy debiut podczas Salzburger Festspiele był milowym krokiem w pana karierze?

Rok 1997 był dla mnie szczególny, bo podpisałem trzyletni kontrakt w Zurychu i nie spodziewanie zadebiutowałem w Salzburgu w roli Tamina, z powodu choroby jednego z kolegów. Tamta inscenizacja *Czarodziejskiego fletu* była trudna i wymagała olbrzymiej koncentracji, ale wszystko się udało. Od tamtej pory zacząłem dostawać ciekawe propozycje od organizatorów festiwalu.

PB: Krążyły pogłoski, że ma pan być nowym Lohengrinem w Bayreuth.

Miałem tam śpiewać w nowej inscenizacji *Lohengrina* w 2018 r., z Anią Netrebko, ale na razie ten projekt nie dojdzie do skutku. Rok temu zadebiutowałem jako Lohengrin w Dreźnie. Christian Thielemann namawiał mnie na to od pięciu lat, ale ja musiałem dojrzeć do tej decyzji. Muzyczny świat Wagnera jest wciągający i trochę niebezpieczny; jeśli podasz palec, stracisz całą rękę. Dostawałem też inne propozycje ról wagnerowskich z Metropolitan Opera i z Covent Garden (w nowej inscenizacji *Śpiewaków Norymberskich*), ale na razie pozostanę przy *Lohengrinie*. Uchodzi on za najbardziej „włoską” z oper Wagnera, w której partie wokalne przypominają bel canto. Był zresztą bardzo popularny, wystawiano go we Włoszech po włosku, we Francji po francusku, również w Polsce po polsku. Jestem posiadaczem wspaniałego, polskiego, XIX-wiecznego tłumaczenia libretta, które podarował mi dyrygent Łukasz Borowicz.

JŁZ: W trakcie przedstawień zdarzają się na pewno zabawne sytuacje?

PB: Istnieje zwyczaj, że podczas ostatniego spektaklu z danej serii robimy sobie dowcipy. Na przykład w pierwszej scenie *Eugeniusza Oniegina*, realizowanego w Nowym Jorku, w którym śpiewałem partię Leńskiego, wchodziłem na scenę ze słoikiem konfitur i podawałem go Łarinie (Anna Netrebko), po czym słoik stał na stole do końca aktu. Przed ostatnim spektaklem kupiłem w polskim sklepie słoje ogórków kiszonych i nakleiłem na nim etykietkę z wizerunkiem Ani i Mariusza Kwiecienia, oraz podpisem „Ogórki Leńskiego”. Kiedy w trakcie spektaklu wniosłem słoik na scenę jako prezent, Anna po prostu otworzyła go i dała Mariuszowi jednego ogórka.



JŁZ: Parę lat temu nagrał pan płytę z utworami operetkowymi, m.in. autorstwa Richarda Taubera, którego przypomniał pan publiczności. Podobno śpiewacy operowi nie powinni zajmować się operetką, bo to hamuje ich rozwój wokalny?

PB: To stereotyp, dotyczący nie tylko operetki, lecz i pieśni, z którymi też przecież występuję. Tauber był dla mnie pretekstem, żeby odkryć i pokazać operetkę na nowo. Ale nie tylko on, również nasz Jan Kiepura i wielu innych, którzy do lat 70-tych śpiewali w operetkach, dbając o popularność i wysoki poziom tego gatunku. W latach 80-tych i 90-tych nastąpiła jej degradacja, bo w teatrach przestano robić porządne produkcje. Powstawały wtedy małe zespoły, które organizowały spektakle operetkowe możliwie jak najmniejszym kosztem. W efekcie, z roku na rok spadał ich poziom. Moja płyta była impulsem, który doprowadził do przerwania tego negatywnego procesu. Niedługo potem również Jonas Kaufmann i Klaus Florian Vogt nagrali płyty z utworami operetkowymi. W czerwcu i w lipcu śpiewam w *Krainie uśmiechu* Franza Lehara w Zurychu pod dyktando Fabia Luisiego. Będzie to na pewno operetka na najwyższym poziomie, z udziałem wspaniałych śpiewaków.

JŁZ: Jak pan ocenia warunki akustyczne w Elbphilharmonie?

PB: Sala koncertowa ze sceną pośrodku i widownią dookoła nadaje się bardziej do muzyki symfonicznej, niż wokalne, bo śpiewak przecież musi projektować dźwięk w określonym kierunku. Ale być może kiedyś zaśpiewam tam koncert solowy. Tymczasem wystąpiłem w małej sali z już ósmym recitalem pieśniowym w tym roku. Bardzo lubię stare, klasyczne sale koncertowe, jak np. Musikverein we Wiedniu i w Gruzji, czy Concertgebouw w Amsterdamie. Ostatnio miałem okazję przekonać się, jak wspaniała jest akustyka

koncertowa Teatru Wielkiego w Warszawie. W 2018 r. wystąpię z recitalem w Canergie Hall w NY, gdzie pieśni powinny zabrzmieć równie dobrze.

JŁZ: Dlaczego spośród polskich kompozytorów wybrał pan do programu Mieczysława Karłowicza?

PB: Z Karłowiczem, który skomponował 23 pieśni, w tym większość z nich w Berlinie, odczuwam swego rodzaju muzyczną więź. Jedenaście lat temu nagrałem też płytę z pieśniami Karola Szymanowskiego, którego ogromnie cenię. Obecnie przygotowujemy z moim pianistą Helmutem Deutchem nowy program na Schubertiadę. W pierwszej części zaprezentujemy pieśni włoskie Respighiego, Wolf-Ferrariiego i Donaudy’ego, a w drugiej polskie Szymanowskiego, Moniuszki i Chopina.

JŁZ: Jak często występuje pan w Polsce?

PB: Obiecałem sobie i polskiej publiczności, że przynajmniej raz w roku zaśpiewam w Polsce i jak dotąd udaje mi się dotrzymywać słowa. W styczniu wystąpiłem w Katowicach, w nowej sali NOSPR-u i niedawno w Teatrze Wielkim z recitalem pieśni. Czasami udaje mi się „wykroić” dodatkowy termin, w dniach pomiędzy spektaklami, albo w początkowym okresie prób. W tej chwili przygotowuję nowe projekty. W jesieni debiutuję jako Maurizio w *Adrianie Lecouvreur* we Wiedniu, w styczniu 2018 r. jako Don Jose w *Carmen*, następnie śpiewam w *Luisie Miller* Verdiego w Metropolitan Opera. 2019 jest Rokiem Moniuszkowskim, biorę więc udział w projekcie, nad którym pracowałem 6 lat: w wystawieniu *Halki* w Theater an der Wien, pod dyktando Łukasza Borowicza i reżyserii Mariusza Trelińskiego. Właśnie powstaje nowe, muzyczne opracowanie partytury utworu. Chcemy zainteresować świat polską operą, która z pewnością jest tego warta.

JŁZ: Dziękuję za rozmowę.

Pod wpływem obchodów rocznicowych w Katyniu zdecydowałem się przedstawić sylwetkę jednego z bardziej kontrowersyjnych działaczy Zjednoczenia Polskich Uchodźców, którego losy jawią się jako pasmo nieustannych wyborów – trudnych wyborów. Ponadto w jego osobie łączy się wiele elementów wspólnych dla powojennego środowiska polskich uchodźców w RFN. To również jedyny znany mi działacz tego środowiska, który w 1943 r. uczestniczył w pracach ekshumacyjnych masowych grobów w lesie katyńskim.

Władysław Kawecki urodził się w 1898 r. w miejscowości Łowce w powiecie jarosławskim. Ukończył szkoły powszechne i studia wyższe. Z zawodu był dziennikarzem. W czasie I wojny światowej walczył w Legionach Polskich. W 1918 r. po odzyskaniu niepodległości podjął służbę w Żandarmerii Wojskowej. Brał aktywny udział wojnie polsko-bolszewickiej. Po jej zakończeniu kontynuował służbę w strukturach Żandarmerii WP. W 1924 r. został przeniesiony do rezerwy. Zajął się wówczas dziennikarstwem. Pracował w redakcjach: „Targi Wschodnie”, „Gazeta Poranna”, „Dziennik Poznański”, „Postęp”, „Polska Zachodnia” oraz w koncernie „Dom Prasy” na terenie Katowic. Tam nawiązał współpracę z Ekspozyturą II Oddziału SG (wywiad II RP). Na chwilę przed wybuchem II wojny światowej pracował w Budapeszcie w charakterze korespondenta wojennego.

Brał udział w wojnie obronnej Polski, w trakcie której dostał się do niewoli. Udało mu się zbiec z obozu do Krakowa. Tam podjął działalność konspiracyjną w Związku Walki Zbrojnej. Równolegle pracował w gadzinowych redakcjach „Ilustrowanego Kuriera Codziennego” i „Telepress”. W 1942 r. został aresztowany przez Gestapo i osadzony w więzieniu przy ul. Montelupich. Podczas przesłuchań załamał się i podjął współpracę z Gestapo. Następnie po wpłaceniu łapówki został wypuszczony z więzienia i wrócił do pracy w redakcji „Telepress”. W dniu 13 kwietnia 1943 r. po upublicznieniu informacji o masowych grobach żołnierzy i oficerów Wojska Polskiego w lesie katyńskim przez blisko tydzień brał udział w pracach ekshumacyjnych. Po powrocie do Krakowa radio Moskwa ogłosiło publicznie, że został skazany w ZSRS zaocznie na karę śmierci. W obawie przed jej wykonaniem został przezucony przez władze okupacyjne na stanowisko redaktora rozgłośni „Wanda” w Rzymie. We Włoszech zajmował się propagandą wymierzoną przeciwko II Korpusowi. Po przełamaniu frontu południowego uciekł na teren Austrii, gdzie został aresztowany i umieszczony w obozie koncentracyjnym.



Władysław Kawecki (Foto: IPN)

Kolaborant, szpieg, bohater?

rzecz o Władysławie Kaweckim

Z chwilą wyzwolenia przez aliantów przedostał się do miejsca stacjonowania II Korpusu we Włoszech, gdzie został rozpoznany i aresztowany za kolaborację. Wyrokiem sądu Polskich Sił Zbrojnych skazany na więzienie. Po jego opuszczeniu ponownie aresztowany przez władze brytyjskie. Więzienie opuścił dopiero w 1947 r.

Nie wiadomo, jak przedostał się na teren okupowanych Niemiec. W drugiej połowie lat 40-tych znalazł się w Würzburgu. Tam otrzymał posadę kierownika obozu dla dipisów. Z chwilą powstania Zjednoczenia Polskich Uchodźców zaangażował się w powstanie Ogniska ZPU na terenie tego miasta. Przez szereg lat był jego prezesem. W latach 50-tych dwukrotnie stawał przed amerykańskimi komisjami badającymi Zbrodnię Katyńską. W międzyczasie podjął pracę w strukturach amerykańskiego kontrwywiadu wojskowego (ang. *Counter Intelligence Corps*), urzędu ochrony konstytucji (niem. *Bundesamt für Verfassungsschutz*) i delegata Komitetu Wolnej Europy. W pracy podlegał bezpośrednio kierownictwu *Büro für heimatvertriebene Ausländer* w Düsseldorfie. Jego głównym zadaniem było przesłuchiwanie nowo przybyłych uchodźców do obozów

Valka-Lager i Zirndorf. Dostarczał również informacje o stanie obozów oraz jego mieszkańców i prowadził działalność wywiadowczą przeciwko PRL. W 1957 r. nawiązał kontakt z wywiadem PRL, ale ostatecznie nie doszło do współpracy. Z początkiem lat 60-tych zdecydował się podjąć współpracę z kontrwywiadem wojskowym PRL pod pseudonimem „Hill”. W jej wyniku przekazał informacje o ponad 300 osobach ze środowiska uchodźców w RFN, w tym o Polakach, Ukraińcach, Rosjanach, Czechosłowakach, Rumunach, Bułgarach. Na jego długiej liście znaleźli się pracownicy Radia Wolna Europa, PAIRC, PKI, ZPU, SPK, ZP „Zgoda”, ZPwN „Rodło”, Kompanii Wartowniczych oraz polscy duszpasterze. Na łamach prasy emigracyjnej ujawniono jego kolaborację w czasie okupacji Polski. Większość jego kolegów w tym prezesa ZPU podchodziło do tych informacji z dystansem. W 1967 r. pod zarzutem szpiegostwa został aresztowany przez kontrwywiad RFN na trzy miesiące. Po tej wpadce kontrwywiad PRL zrezygnował z jego dalszych usług. Pozostawiony z problemami i bez pracy zmarł nagle w 1972 r. w Würzburgu.

(więcej na blogu: <http://uchodzczywniem-czech.pl>)

dr Łukasz Wolak

ŁUKASZ WOLAK – dr, historyk i dokumentalista, absolwent Uniwersytetu Wrocławskiego. Były pracownik Oddziału IPN we Wrocławiu oraz Centrum im. Willy’ego Brandta UWr. Uczestnik Centralnego Projektu Badawczego IPN pt. „Polska emigracja polityczna w latach 1939–1990”. Kontynuuje badania związane z polskimi uchodźcami w Niemczech po II wojnie światowej, których wyniki w części publikuje na popularnonaukowym blogu: (<http://uchodzczywniemczech.pl>). Zainteresowania badawcze: Polacy w Niemczech po 1945 r., polskie organizacje emigracyjne po II wojnie światowej, działacze emigracyjni w Niemczech po 1945 r., tajne służby PRL.



daria nadolecka



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

Dopóki waleczysz... jesteś zwycięzcą.

KĄCIK MUZYCZNY

Agnieszki HEKIERT

100 lat
Elli Jane Fitzgerald

Tak, to w tym roku PIERWSZA DAMA PIOSENKI obchodziłaby swoje 100 urodziny.



Przyszła na świat 25 kwietnia 1917 roku w Newport News w stanie Wirginia (USA) – zmarła 15 czerwca 1996 roku, z powodu cukrzycy, w Beverly Hills. Zdobywczyni 13 nagród Grammy, między innymi za utwór „Dream a little Dream”, żyła na wielkich scenach i w ciągłej podróży. Ciężkie dzieciństwo, przygody z przekraczaniem prawa, ucieczka z poprawczaka (gdzie dziewczynki były notorycznie bite) – wszystko

to spowodowało, że w wieku 15 lat Ella wylądowała na ulicy. Zawsze powtarzała, że „ZROBI COŚ ZE SWOJEGO ŻYCIA”. W 1934 roku zdecydowała się podbić deski Apollo Theater w Harlemie, wystartowała w konkursie młodych talentów. Marzyła o byciu tancerką. Niestety, tuż przed jej występem scenę zawojowały The Edwards Sisters. Ella, która wyszła po wspaniale tańczącym duecie, postanowiła zaśpiewać. Tłumy umilkły,

śluchając jej pięknie strojącego, czystego, wyrazistego głosu. Jej kariera i nauka zaczęła się w big-bandzie Chicka Webba. To pod jego skrzydłami nabrała pierwszych poważnych szlifów jazzowych. Następnie po trasie z Dizzym Gillespiem poznała ją cały świat. Podczas koncertów zatytułowanych Jazz at the Philharmonic jej niewiarygodnie lekkie improwizacje imitujące instrumenty, łatwość frazowania, sceniczny humor i pełne młodzieńczej werwy utwory zjednywały jej tłumy fanów. Nagrywała Songbooki najlepszych: Cole'a Portera, Duka Ellingtona, Irvinga Berlin, Georga i Iry Gershwinów. Śpiewała z Luisem Armstrongiem. Scena to było jej życie. PIERWSZA DAMA PIOSENKI – dziękujemy. Pozostaniesz w naszych sercach.

Agnieszka Hekiert

www.hekiert.com

- wokalistka jazzowa, czynnie działająca na scenie europejskiej. W Polsce jest jednym z najlepszych vocal coach'ów (trenerów śpiewu) pracujących z młodymi, zdolnymi wokalistami w programach Mam Talent, X-Factor, Fabryka Gwiazd (2008), My Camp Rock II (2010), a obecnie Twoja Twarz Brzmi Znamo. W 2012 ukazała się nowa płyta Agnieszki „Stories” nakładem Universal Music Polska (dostępna w iTunes i dobrych sklepach muzycznych).

co, gdzie, kiedy?

M A J / C Z E R W I E C

MONACHIUM

- 04.05–14.05.2017** POLEN @ DOK.fest – przegląd 157 filmów dokumentalnych z 45 krajów, w tym filmów polskich, bilety do nabycia na stronie: www.dokfest-muenchen.de
- 05.05.2017 18:00** Brydź 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: 19.05.2017, 2.06.2017, 16.06.2017, 30.06.2017
- 18.05.2017 17:00** Pokaz filmu „Wołyn”. Udział w wydarzeniu wezmą historycy, prof. Grzegorz Motyka i prof. Jurij Shapoval, oraz reżyser filmu Wojciech Smarzowski. Kino Monopol, Schleißheimer Straße 127. Ilość miejsc ograniczona. Bilety do nabycia w kasie kina, na stronie www.monopol-kino.de, a także poprzez kontakt mailowy: wolyn@lrz.uni-muenchen.de
- 20.05.2017 16:00 i 20:00** Występy Kabaretu Paraniernormalni – Wolf-Ferrari-Haus, Rathausplatz 2, 85521 Ottobrunn (Monachium), tel.: +49 89 60808300 <http://www.polishevents.de/>
- 16.06.2017 19:00** Konsulat Generalny w Monachium zaprasza na wernisaz wystawy rysunku i malarstwa Dariusza Piekuta – artysty nagradzanego i cenionego na świecie; miejsce: Centrum Kultury Polskiej przy Prinzregentenstr. 7

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

STUTTART

- 21.05.2017 16:00** Występy Kabaretu Paraniernormalni – Filderhalle, Leinfelden-Echterdingen Bahnhofstraße 61, 70771, tel. +49 711 7585750 <http://www.polishevents.de/>

ZALECAMY SPRAWDZANIE TERMINÓW U ORGANIZATORA.

UWAGA

Polecamy stronę Deutsch-Polnische Gesellschaft e.V. (Towarzystwo Niemiecko-Polskie Monachium) z aktualnymi terminami (www.dpgm.de) oraz Aktualności Polonijne na stronie Konsulatu Generalnego: http://monachium.msz.gov.pl/pl/polonia/aktualnosci_polonijne/

DIGITAL TV SHOP

telewizja na kartę **HDTV**

nC+ z POLSATEM 1 i 2

Polskie programy bez umowy i abonamentu

Sprzedaż i montaż!!!
zestawów satelitarnych

MASZ PROBLEM Z ODBIOREM DZWOŃ!!!

SPRAWDŹ OFERTĘ!

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

Kom.: **0179/4316130 po polsku**

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. 08131/3563306
Fax 08131/3565172
Öffnungszeiten:
Mo.–Fr. 10.00–14.00 Uhr
und 15.00–18.00 Uhr
Sa. 10.00–14.00 Uhr

GLASFASER POWER

Festnetz



Rocker Zone

grupa fanów prawdziwego ROCKA



Summer In The City czyli Rockowe Lato

Po długich zimowych miesiącach powoli nadchodzi oczekiwana najcieplejsza pora roku.

Dla prawdziwego fana muzyki oznacza to rozpoczęcie sezonu na koncerty open air oraz małe i duże festiwale. Powoli zaczynamy już pakować plecaki przed wyjazdem na Rock im Park do Norymbergi, na Nova Rock w Austrii, Bang Your Head w Balingen, czy też na nasz polski Przystanek Woodstock w Kostrzynie nad Odrą. W samym Monachium również nie zabraknie muzycznych atrakcji – jak co roku będziemy mogli posłuchać dobrej muzyki na festiwalu Tollwood, na serii darmowych koncertów w Backstage pod hasłem Free and Easy Festival, lub poznać młode lokalne grupy na Theatron Music Summer w Olympiapark.

Rocker Zone również postanowiło wyjść z dusznych sal koncertowych i zorganizować kolejny Biwak, połączony z kilkoma wydarzeniami muzycznymi (i nie tylko). W dniach 23–25 czerwca zapraszamy wszystkich do Geretsried, gdzie w samym środku lasu znajduje się ośrodek turystyczny, w którym na sporym terenie mieści się scena, pole namiotowe oraz budynek z pokojami noclegowymi. Znajdzie się też miejsce na grę w siatkówkę lub badminton. Jak zwykle rozpalimy ogromne ognisko, by miło wspólnie spędzić czas, bawiąc się do świtu. Tym razem, oprócz kiełbasek i piwa, nie zabraknie wrażeń muzycznych. Zagra dla nas kilka zespołów z Monachium i okolic, a także nasz specjalny gość z Polski, czyli znana już wielu fanom szczecińska grupa Rockasta, prezentująca mocne hard-rockowe brzmienia z wirtuozerskim akompaniamentem akordeonu.

Po wszelkie szczegóły i aktualne informacje odnośnie Biwaku i innych organizowanych przez Rocker Zone wydarzeń

zapraszamy do odwiedzenia naszej grupy na Facebooku www.facebook.com/groups/rockerzone.muc/ Polskie zespoły rockowe coraz częściej zdobywają dużą popularność wśród słuchaczy z całego świata – i nie chodzi tu tylko o znane już na wszystkich kontynentach, grające najcięższą odmianę metalu Behemoth czy Vader, ale i mniej głośne grupy, jak na przykład Crystal Viper z Katowic. Ostatnio dwukrotnie mieliśmy okazję podziwiać ich świetne występy w Monachium.

W ramach europejskiej trasy zawitał do nas również projekt Me And That Man, czyli Adam Nergal Darski z Johnem Porterem. Na scenie Backstage panowie zaprezentowali zestaw piosenek ze swojej płyty *Songs of Love And Death*. Występ został znakomicie przyjęty przez międzynarodową publiczność, a spora delegacja Rocker Zone miała wielką przyjemność po koncercie spotkać się twarzą w twarz z artystami, wymienić uściski dłoni, porozmawiać chwilę i zrobić pamiątkowe zdjęcia.



Już dwa tygodnie później na tej samej scenie zagrała enigmatyczna grupa Batushka, której muzyki nie ujawniają swojej tożsamości, ale wiadomo jednak, iż wywodzą się ze znanych polskich zespołów rockowych.

Również nasi przyjaciele i członkowie stowarzyszenia, czyli Grap, mieli znów okazję pojawić się na deskach Garage Deluxe, tym razem jako support rock'n'rolowej ekipy z Shameless.

Życzylibyśmy sobie, by jak najwięcej wykonawców znad Wisły zyskiwało popularność również w Niemczech, cieszymy się (i jesteśmy też trochę dumni), że jako Rocker Zone możemy choć w małym stopniu do tego się przyczynić. Dlatego zapraszamy wszystkich chętnych do współpracy z naszym Stowarzyszeniem!

Tekst: **Arek Mitko**

Zdjęcia: **Arek Mitko, Wojciech Porębný**

E-mail: rockerzone.muenchen@gmail.com

Facebook: <https://www.facebook.com/Rocker-Zone-München-1543019315994367/>

R E C E N Z J A



Misja helikopter Simone Moro

Simone Moro to bez wątpienia jedna z czołowych postaci współczesnego himalaizmu i alpinizmu.

Na swoim koncie ma nie tylko cztery pierwsze zimowe wejścia na ośmiotysięczniki, ale również cztery wejścia na Mount Everest oraz zdobycie ośmiu z czternastu najwyższych szczytów świata.

Nic więc dziwnego, że cele, które sobie stawia, są coraz odważniejsze, a nauka latania helikopterem w warunkach ekstremalnych zdaje się być tego najlepszym przykładem.

Skąd taki pomysł? Ogromnie doświadczony, choć już nie najmłodszy Moro, staje w pewnym momencie przed dylematem znanym większości sportowców wyczynowych – co dalej? W wieku czterdziestu kilku lat ma pełną świadomość tego, że jego kariera wspinaczkowa nie potrwa już zbyt długo, postanawia więc rozpocząć działalność idealnie uzupełniającą alpinizm. Zostaje pilotem helikoptera ratunkowego, aby nieść pomoc ludziom, którzy tak samo jak on kochają góry i nie zawsze bezpieczne wspinaczki.

To, co w „Misji helikopter” uderza najmocniej, to niezachwiana wiara autora w siebie i własne możliwości. Nie sposób określić, czy wynika to z jego genów, włoskiej mentalności czy życiowego doświadczenia, ale jedno jest pewne – dla Simone’a Moro po prostu nie ma rzeczy niemożliwych, a im więcej przeszkód napotyka on na swojej drodze, tym bardziej motywuje go to działania. A przeszkód nie brakuje. Począwszy od kwestii finansowych, przez prawne i biurokratyczne, po logistykę i zwykłe przekwalifikowanie zawodowe. Wszystko to staje się prawdziwą misją.

Co ciekawe, jeszcze kilka lat temu na terenie Nepalu praktycznie nie istniały służby lotniczego pogotowia ratunkowego, a zadanie ratowania himalaistów spadało na prywatnych pilotów oraz było realizowane przez wojskowe środki transportu, co wiązało się z ogromną biurokracją i jeszcze większymi kosztami. Simona Moro, który sam nie raz był zmuszony do skorzystania z takich usług, poświęcił wiele lat, siły i pieniędzy, aby się w tym środowisku przebić. I ostatecznie mu się to udało, gdyż nie tylko uzyskał wszelkie potrzebne licencje, ale do tego ukończył kurs prowadzony przez nepalską instytucję lotnictwa cywilnego, zostając pierwszym obywatelem Unii Europejskiej, który o takie pozwolenie się ubiegał.

W „Misji helikopter” poznajemy więc temat od podszewki i nie raz, i nie dwa pokreślimy z niedowierzaniem głową, bo czy ktoś by się spodziewał na przykład tego, że jedną z największych przeszkód stanowiła właśnie sama społeczność alpinistyczna? Choć w teorii połączenie umiejętności



Małgorzata Gąsiorowska

wspinaczkowych i lotniczych zapewniłoby znacznie większe powodzenie akcji ratunkowych, to w praktyce okazuje się być to powodem jeśli nie zawiści, to całkowitej ignorancji. Autor nie pozostawia suchej nitki na środowisku, z którego niejako sam się wywodzi, zarzucając mu, że jest ono prowincjonalne i zamknięte w sobie, co u niektórych czytelników może wzbudzić pewien niesmak, bo jednak w minionych latach przywykajono nas już do pewnego idealizowania tematu górskich wypraw.

Inna sprawa, że Moro taki właśnie jest i po prostu pisze, co myśli bez zbędnych ozdobników. Język i styl, jakimi się posługuje, nie są najwyższych lotów pod względem literackim, niemniej sprawiają, że mamy poczucie autentyczności i możemy poznać autora od zwykłej, ludzkiej strony, a nie tylko jako wybitnego sportowca czy pasjonata lotnictwa. Jedyne, czego tu brakuje, to odrobiny samokrytyki, ponieważ kontrast, jaki się tworzy pomiędzy przedstawianiem siebie samego w superlatywach, a innych w na ogół dość negatywnym świetle, bywa czasem zastanawiający.

Jednak pomijając lekką megalomanię autora, przyznać trzeba, że jego osiągnięcia i upór, z jakim dąży do celu, są naprawdę niesamowite, a historia opisana w „Misji helikopter” nie tylko wspaniale odzwierciedla ducha walki, ale również przypomina jak wielką siłę napędową mają marzenia. Wszystko to okraszane jest licznymi ciekawostkami z szeroko pojętego himalaizmu, więc lektura ta będzie z pewnością smacznym kąskiem dla każdego, kto, tak jak Simone, ukochał górski majestat.

Po więcej informacji o tym, co warto czytać, zapraszam na www.magotaczyta.blogspot.de oraz www.facebook.com/magotkowo

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 elektronika
- programista JAVA
- administrator sieci

Wymagania:

- dobra znajomość języka niemieckiego
- kilkuletnie doświadczenie w danym zawodzie

Oferujemy:

- umowę o pracę na 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



EUFORIA SPA

**Autoryzowany Salon
Kosmetyki Estetycznej**

www.euforiaspa.de



Ursula Kuszka

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

Nasze usługi:

- Kąpanie / Suszenie
- Strzyżenie
- Trymowanie
- Wyczesywanie podszerstka
- Odkośnianie
- Obcinanie pazurów
- Pielęgnacja uszu

**Terminy po wcześniejszym
uzgodnieniu telefonicznym**

od Pn. do Pt. od 9:00

Tel.: 0157 / 56876380

e-mail: hundesalonschatzi@web.de
www.hundesalon-schatzi.de



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

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

Polski sklep w centrum Monachium!!!



Oferujemy:

- Duży wybór polskich produktów
- Świeże wędliny
- Słodczyce i ciasta
- Napoje i alkohole
- pierogi i gołąbki domowej roboty
- Najlepsze ceny

Heßstraße 58, 80798 München
Tel. 089/23 05 04 07
Handy: 01575 393 67 44

Email: sklep@polonika.info
www.polonika.info

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

U 2 minuty od stacji „Theresienstrasse” linii U2

POLSKI SKLEP Samoobsługowy



Zapraszamy Państwa do naszego sklepu i do naszego Bistro, będącego udoskonaloną pierogarnią „U Edyty” – oferujemy świeże pierogi (wszystkie rodzaje, plus sezonowo, z owocami!). Możecie też skosztować u nas bigosu, flaków, kurczaka z rożna i ciast domowej roboty. Nasze bistro czynne jest w godz. 11.30–14.00 i od 16.30–19.00.

Szczególnie polecamy Państwu polskie wędliny i garmazerkę, mamy też ogromny wybór słodczych (na wagę i w paczkach), alkohole, a także soki, polskie przetwory, miody i suplementy diety. Nasz warzywniak pełen jest świeżych warzyw i owoców z Polski – szczególnym zainteresowaniem klientów cieszą się jabłka, pyszne pomidory i domowej roboty kiszzone ogórki z beczki.

Zakupicie u nas też polską prasę i wyślecie paczkę. Zamiast biegać w wiele miejsc – przyjdźcie do nas. Zrobicie zakupy, posilicie się i odpoczniecie w przyjacielskiej atmosferze!

Do zobaczenia!

Godziny otwarcia:
pon.–piątek 8.30–19.00, sobota 8.30–16.00

NASZ ADRES:

Von-der-Pfordten-Str. 1 80687 München
tel. 089 / 51513316



HEIZUNG SANITÄR LÜFTUNG SOLAR BRENNER-SERVICE

GdBR Meisterbetrieb

Altmann – Knutelski

Herzogstandstr. 24 81539 München
Tel.: 089/69398749
Fax: 089/69398750
Mobil: 0163 7665261/62
E-mail: firma@aku-gdbr.de

MÓWIMY PO POLSKU

WYKONUJEMY USŁUGI RÓWNIEŻ NA TERENIE POLSKI

**Warsztat
samochodowy**



Bosch Car Service Dachau



AUTOGAS KARLSFELD

Sławomir Ratajczyk

85757 KARLSFELD, Dieselstr. 17

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

e-mail: sfamik@interia.pl

bosch-carservice-dachau.de

**AUTOMATYCZNE SKRZYNIE BIEGÓW
Autogaz • Elektronika • Mechanika**

Impressum



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;
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, www.sonar.pl; **NAKŁAD:** 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;
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, www.sonar.pl; **AUFLAGE:** 8000.

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

Trappentreustr. 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

ULATOWSKI Witold

Karlstrasse 60, 80337 München
Tel.: 089/260 242 96

AUTO - USŁUGI:**AUTOGAS KARLSFELD**

Dieselstr. 17, 85757 Karsfeld
Tel.: 0152 / 287 95 199

Pawel 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

CZLONKA Ireneusz

Ludwig-Richter-Str.17, 80687 München
Tel. 089/5702140, Fax. 089/41411131

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

MATZKU-SCHWARZ Sandra

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

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:**KREMKA-KRĘCICKA Elżbieta**

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Mühlthaler Straße 91A, 81475 München
Tel.: +49/15788727501

KACZMAREK Anna**Psycholog kliniczny i psychoterapeuta**

Humboldtstrasse 19, 81543 München
Tel.: 0152 0721 5774

STANKOWSKI Marta

Heilpraktikerin für Psychotherapie
Hypnoterapia, Kinezyjologia, 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 MÜNCHEN Polnische Spezialitäten

Rainfarnstrasse 34, 80935 München
Tel.: 0898 8983 536

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:**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 PL – DE – ENG

Hauptstr. 9, 85659 Forstern
Tel.: +49 176/5955 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

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

SCHLEICHER Wanda

Zschokkestr. 69, 80686 München
Tel.: 089/52011114, 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. 089/7593738

I N N E:**BBJW Büroservice**

Paul-Eipper-Weg 7, 82166 Gräfelfing
Tel.: 089/12287935; 0 160 249 2462

Apteka SaniPEP

Ollenhauerstr 6, 81737 München
Tel.: 089-670096-0

Biuro Partnersko-Matrymonialne w Monachium

Tel.: 089/326 00 321

Josephsburg-Apotheke HUBER Mariola

Josephsburgstr. 60,
81673 München Berg am Laim
Tel.: 089/43660304

Serwis komputerowy – usługi IT**Andrzej SKORA**

Birkenstr. 25, 85757 Karlsfeld (München)
Tel.: 0151 14754149

POLKWIAT – Kwiaty do Polski

www.polkwiat.eu Tel.: 07021861169

Ogrody zimowe

symbioza domu z ogrodem



- 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

www.almontsystem.pl

rok założenia firmy 1996



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

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