

BEZPŁATNE

CZASOPISMO POLONIJNE DLA CIEBIE



www.mm-gazeta.de

mojemiaasto

nr 02 (23) marzec / kwiecień 2011

D W U M I E S I Ę C Z N I K

MOJE MIASTO

Praca
na czarno str. 8

Polski jazz
w Weinstadt str. 10

PORADNIK

Odzyskać
oszczędności str. 15

Sekrety naszego
zdrowia zaszyfrowane
w zębach str. 25

AKTUALNOŚCI

Tu chcę żyć...
i sprzątać str. 39

Ramieniem
w przyszłość str. 40

PL NAVIGATOR

POLSKOJĘZYCZNY INFORMATOR BRANŻOWY / POLNISCHSPRACHIGES BRANCHENVERZEICHNIS

Kolejna edycja

2011 - 2013

więcej informacji na stronie 23

PL NAVIGATOR
POLSKOJĘZYCZNY INFORMATOR BRANŻOWY / POLNISCHSPRACHIGES BRANCHENVERZEICHNIS

Anna Altmann

Adwokat

Kancelaria
Altmann & Keller
Rechtsanwaltsgesellschaft m.b.H.

Wszystkie dziedziny prawa.

W języku polskim i niemieckim.

Adwokat jest Zaufaniem.

Kancelaria istnieje od 1987 roku.

Wyspecjalizowani adwokaci
gwarantują profesjonalne zajęcie się
Państwa sprawą.



Anna Altmann Rechtsanwältin

Altmann & Keller
Rechtsanwaltsgesellschaft m.b.H.
Südliche Münchner Straße 2 a
82031 Grünwald / München

Telefon (0 89) 693 51 40
Telefax (0 89) 641 54 47

a.altmann@kanzlei-gruenwald.de
www.kanzlei-gruenwald.de

TRANSFER PIENIĘDZY DO **POLSKI**

Możliwość wypłaty również w euro!



Ria
PREWIE · TANIO · UCZCIWIE

PRZEKAZY
PIENIĘŻNE

Ria - Transfer Money International Sp. z o.o. ul. Długa 14/15 01-644 Warszawa

Pracownicy Ria w Polsce

Pierwsze
100€
wyślemy Państwu
za darmo w-zi.
Mówimy po polsku
0151/17 93 26 49

Customer Service
030 - 221 52 19 50

Tel.: 0911 / 272 37 59 - Nürnberg

Tel.: 089 / 590 68 30 - München

SPIS TREŚCI

Moje Miasto

- Polska Misja Katolicka** 4
- Tajemnica to jest wielka** 4
- Miasto Młodych** Pasjonaci Pasji Jolanta Łada 5
- Doprawianie gęby** Bogdan Żurek 6
- Listy z Berdyczowa** Koniec świata szwależerów Krzysztof Dobrecki 6
- Żyj z klasą** Jest taki kraj... Aldona Likus Cannon 7
- Praca na czarno** Jolanta Helena Stranzenbach 8
- Zaczęliśmy popiołem** dr hab. Jerzy Grześkowiak 9
- STUTTGART** Polski jazz w Weinstadt Witold Szrek 10
- STUTTGART** Polska moja druga ojczyzna Edyta Mitka-Matejko 11
- WYDARZENIA** 12-13

Poradnik

- Odzyskać oszczędności** Marek Cichy 15
- Krankenzusatzversicherung, czyli za co nie płacą kasy chorych...** Marcin Studencki 17
- Powroty**
Obywatelstwo polskie dla dzieci urodzonych w Niemczech Monika Skrzypek-Paliwoda 18
- Typowe błędy przy tworzeniu biznesplanu** Beata Grygiel 21
- Kącik milionera** Janusz Dudkowski 22
- PL NAVIGATOR** Polskojęzyczny Informator Branżowy 23
- Sekrety naszego zdrowia zasyfrowane w zębach** lek. stom. Joanna Kozłowski 25
- Ziołolecznictwo serca i układu krążenia cz. 2** lek. stom. Marian Znorowski 26

Aktualności

- Kącik piękności** Orlando 28-29
- SV Polonia Monachium** Historia w pigułce Władysław Minkiewicz 30
- Maroko cz.2** Dominika Hilger 32-33
- Wyspy Kanaryjskie** Palmy pod wulkanem Sebastian Wieczorek 34-35
- Dżem w Monachium** 36
- Aforyzmy Sławomira Kuligowskiego** z tomiku PODAJ DALEJ 36
- Kącik młodego poety** Paweł Kaźmierczak 36
- Ona tu nie tylko sprząta...** 37
- Daria Nadolska** 37
- KALENDARIUM** 38
- Tu chcę żyć... i sprzątać** Jolanta Łada 39
- Ramieniem w przyszłość** Edyta Mitka-Matejko 40

Drodzy Czytelnicy!

od redakcji:

Karnawałowe szaleństwa za nami. Nadchodzi Wielki Post, czas zadumy i powagi, tym bardziej przywołujący nas do refleksji, że wkrótce, po raz pierwszy, będziemy obchodzili rocznicę tragedii smoleńskiej. Tragedii do dzisiaj niewyjaśnionej, przez wielu gmatwanej, rozgrywanej na wszelkie sposoby, z ośmiewaniem i wyszydzaniem ludzi parających się rozwikłaniem tej zagadki włącznie.

Mieliśmy tu w Monachium okazję spotkać się z jednym z tych obśmianych i zohydronych, którym to w Polsce, w pewnych środowiskach, straszy się dzieci. Zobaczyliśmy jednak, że nie taki diabeł straszny, jak go malują. Mało tego, okazał się on świetnie poinformowany i wia-rygodny. Gdy dodamy, że bawarskie krowy nie przestały dawać mleka, a kury - po jego wyjeździe - dalej znoszą jaja, wydajnie na to, że byliśmy i cały czas jesteśmy świadkami poprawiania mu „gęby”, o którym to zjawisku w jednym z felietonów wewnątrz numeru.

Numer otwieramy Miastem Młodych, z opisem przygotowań znanego monachijskiego chóru Münchener Bachchor, do wykonania najśłynniejszych Pasji Jana Sebastiana Bacha – wg św. Mateusza i św. Jana.

O wielkanocnej pokucie, na początku której stoi popiół (Środa Popielcowa), a na końcu woda chrzcielna (Wielkanoc), pisze dr hab. Jerzy Grześkowiak. Przy okazji zachęcamy do lektury nowej książki tego autora pt. „Tajemnica to jest wielka” - Sakramentalne przymierze małżeńskie.

Uroczę czasu szwależerów wspomina nasz drugi felietonista (pierwszy pisze o wspomnianym już wyżej poprawianiu „gęby”), a Aldona Likus-Cannon dochodzi do sedna przyczyn, jakie pchają Polaków do ciągłego pielgrzymowania do Ojczyzny.

„Wybiele ci zęby na czarno” – zaproponowała znajome-mu pewna dentystka. Temat pracy na czarno intryguje nas od lat. Czy zastanawialiście się Drodzy Czytelnicy, dlaczego nielegalną pracę określa się jako „pracę na czarno”? Wyjaśnia to nasz ekspert od najciemniejszych, a w tym wypadku najczarniejszych zakamarków przeszłości - Jolanta Helena Stranzenbach.

Kontynuując temat pracy na czarno, polecamy wy-wiad ze sprząającą w niemieckich domach Justyną Polańską, autorką nowości wydawniczej „Unter deutschen Betten” („Pod niemieckimi łóżkami”).

W numerze także rozmowy: z laureatem prestiżowej nagrody, polskim inżynierem ze Stuttgartu – Andrzejem Grzesiakiem i z Niemcem - Hansem Jörgiem Maierem, założycielem klubu jazzowego, dla którego Polska jest drugą ojczyzną. Kontaktom polskich i niemieckich muzyków jazzowych poświęcamy oddzielny artykuł.

Dla pań nasz ekspert od urody – Orlando, opowiada o najnowszych trendach na pokazach mody w Berlinie i nie tylko, a dla kibiców SV Polonia, rzecznik klubu Władysław Minkiewicz, przypomina historię drużyny.

W części poradnikowej Mojego Miasta - dla tych, którzy mają zamiar wrócić do kraju - rozpoczynamy cykl „Powroty”, a nasi eksperci m.in. od finansów, ubezpieczeń, prawa, zdrowia i turystyki informują, wyjaśniają i odpowiadają na najbardziej nurtujące pytania.

Uwaga reklamodawcy!

Na str. 23 pełna informacja o nowej edycji PL Navigатора – polskojęzycznego katalogu branżowego, wraz z formularzem do wypełnienia.

W numerze wiele innych ciekawych pozycji, do których lektury gorąco zapraszamy życząc Państwu - po Wielkim Poście - radosnych Świąt Wielkiej Nocy.

POLSKA MISJA KATOLICKA

PMK Monachium

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

Nabożeństwa:

godz. 8.45 kaplica Misji (Heßstr. 26) -
z wyjątkiem ferii szkolnych w Bawarii
godz. 10.00 kaplica Misji (Heßstr. 26) -
Msza święta z udziałem dzieci
godz. 10.00 kaplica św. Jana Nepomucena
(Ludwigsfeld)
godz. 10.00 kaplica Misji
(Max-Kolmsperger-Str. 9a, Neuperlach)
Msza święta z udziałem dzieci
godz. 12.00 kościół św. Józefa (Josephsplatz)
godz. 12.00 kościół św. Moniki (Max-
Kolmsperger-Str. 7, Neuperlach)
godz. 18.30 kościół MB Królowej Pokoju
(Werinherstr. 50)
Msza święta z udziałem młodzieży

PMK Landshut

Nabożeństwa:

LANDSHUT – Kościół Św. Piotra i Pawła,
Niedermaierstr.25
– w niedziele – o 11.30, środy – o 18.00
i pierwsze piątki miesiąca – o 18:00

FREISING – Kościół Św. Piotra i Pawła, Frie-
dhofstr.7 – w niedziele – o 16:30

PMK Augsburg

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

Nabożeństwa:

AUGSBURG – Kościół Św. Alberta,
Dr. Schmelzing-Str. 60
– w niedziele i święta – o 10.30 środa
i piątek – o 18.30

PMK Rosenheim

Nabożeństwa:

ROSENHEIM – St. Michael, Westerndor-
ferstr. 43
– w niedziele i święta – o 10.30
Kaplica w Centrum Misji, Heilig-Geist-Str. 46,
od wtorku do piątku – o 18.00 *)
TRAUNSTEIN – St. Oswald, Maxplatz 1,
IV sobota miesiąca – o 17.00 *)
TRAUNREUT – Zum Heiligsten Erlöser,
Rathausplatz 1a,
I niedziela miesiąca – o 17.00
FREILASSING – Marien Kirche, Salzburghofen,
II niedziela miesiąca – o 17.00

GERETSRIED – Heilige Familie, Johannisplatz 21,
III niedziela miesiąca – o 16.00
WALDKRAIBURG – Christkönig, Karlsbader Str. 1,
II sobota miesiąca – o 17.00; IV niedziela
miesiąca – o 16.00
Okazja do spowiedzi pół godziny przed
Mszą św.
) po zmianie czasu (w okresie zimowym)
pół godziny wcześniej

PMK Norymberga

Ks. Stanisław Stenka CR
Arminiusstr. 21, 90402 Nürnberg;
Tel./Fax. 091 1/473355

Nabożeństwa:

Kaplica Sióstr Angielskich, Kesslerplatz 2,
90489 Nürnberg
– w niedziele – o 09:20 Kościół św. Józefa,
Gießereistr. 2, 90489 Nürnberg;
– w niedziele – o 12.00

PMK Ingolstadt

Ks. Ryszard Kazimierczak
Gaimersheimerstr. 32, 85057 Ingolstadt
Tel.: 0841 84845

Ze względu na remont Kościoła - Spitalkirche,
Spitalstr. 4 od 1. 05.2010 r.

Nabożeństwa:

Kościół św. Moniki, Mistelstr. – w niedziele
o 9.30
kaplica przy Caritasie, Hugo-Wolffstr 20 –
codziennie o 18.00
Gmina Weissenburg Kościół - Willibald-Kir-
che – 2 i 4 niedziela miesiąca – o 12.45

PMK Stuttgart

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

Nabożeństwa:

STUTTGART – kościół św. Tomasza,
Falchstr. 9, 70378 Stuttgart
– w niedziele i święta – o 10.30, środy –
18.30, pierwszy piątek miesiąca – 18.30

BÖBLINGEN – kościół św. Maryi,
Berliner Str. 14, 71034 Böblingen
– w niedziele i święta – o 12.30, pierwszy
czwartek miesiąca – 18.30

TÜBINGEN – kościół św. Pawła, Karl-
Adam-Str. 3, 72076 Tübingen
– w niedziele i święta – o 15.00

BALINGEN – kościół św. Ducha,
Heilig-Geist-Kirchplatz 3, 74336 Balingen
I sobota i III niedziela miesiąca – o 16.00



Na zdjęciu: Richard, Carmen, Ulrich i Ursula.

pasjonaci PASJI

W Wielkim Poście rozmaite chóry przygo-
towują i wykonują jedną z dwóch najłyn-
niejszych Pasji Jana Sebastiana Bacha –
wg św. Mateusza lub św. Jana. Są to orato-
ria opowiadające o męce i śmierci Jezusa
Chrystusa, do których libretto zostało napi-
sane na podstawie każdej z tych Ewangelii.
W wykonaniu bierze udział orkiestra, chór
oraz czworo solistów, którzy wcielają się
w najważniejsze osoby dramatu: Jezusa,
Piotra, Piłata, Judasza, Służącej oraz Ewan-
gelisty, który pełni funkcję narratora.

Chór, podobnie jak w tragedii greckiej, ko-
mentuje lub rozważa znaczenie poszczegół-
nych scen, zwłaszcza w partiach chorałowych.
W innych natomiast „robi za tłum” domagający
się np. uwolnienia Barabasa i ukrzyżowania
Jezusa. Dzieje się tak w częściach polifonicz-
nych czyli takich, gdzie każdy z głosów –
sopran, alt, tenor, bas – prowadzi swoją melo-
dię niezależnie od pozostałych, co wspaniale
ilustruje wzajemne przekrzykiwanie się.

Nigdy nie mielibyśmy szansy usłyszenia tych
wspaniałych dzieł, gdyby nie Feliks Mendels-
sohn-Bartholdy. Zawdzięczamy mu bowiem
nie tylko skomponowanie suity „Sen nocy
letniej” wraz ze słynnym „Marszem weselnym”,
lecz także odkrycie i przybliżenie ówczesnym
melomanom muzyki Jana Sebastiana Bacha.
Historia tego odkrycia brzmi nieco anegdo-
tycznie, co nie zmienia faktu, że to Mendels-
sohn wprowadził na scenę dzieła owego, mało
znanego wówczas, kompozytora. W ostatnim
okresie życia Bach, jako kantor w kościele św.
Tomasza w Lipsku, miał obowiązek kompono-
wania utworów na wszelkie okazje. Na każdą
kolejną niedzielę i święto musiała być nowa
kantata. Pasja wg św. Mateusza miała swoją
premiera w Wielki Piątek 15 kwietnia 1729
roku. Kompozytor za życia nie zasnął sławy
ani uznania, które za to stały się udziałem
jego synów. Jana Sebastiana nazywano

wówczas „ojcem wielkich Bachów”. Po jego
śmierci w 1750 roku (która to data uznawana
jest za koniec epoki baroku w muzyce), nikt
specjalnie nie zajmował się tym, co po nim
pozostało. Dlatego niektóre jego dzieła prze-
padły bezpowrotnie.

Sto lat później wspomniany już Mendelssohn
kupował rybę, którą zapakowano mu w zapi-
sany papier nutowy. Kiedy przyszedł do domu
i rozwinął pakunek, odkrył, że ma przed sobą
część partytury jakiegoś utworu. Zaintrygo-
wany pobiegł z powrotem do sklepu i poprosił
o wydanie reszty papieru. Po mozołnym prze-
pisywaniu i odtwarzaniu postanowił zapre-
zentować swoje odkrycie podczas koncertu
11 marca 1829 roku w berlińskiej Singakade-
mie. Była to właśnie Pasja Mateuszowa, która
odtąd znalazła się w repertuarze wszystkich
liczących się w świecie muzycznym zespołów.

Münchener Bachchor, jak sama nazwa wska-
zuje, wykonuje przede wszystkim utwory
Jana Sebastiana Bacha. Stałą pozycją jest m.
in. Pasja Mateuszowa, z którą zespół wystę-
puje zawsze w Wielki Piątek w Filharmonii Ga-
steig. W tym roku na warsztacie pracy chór
znalazła się również Pasja Janowa, wykonana
po raz pierwszy w 1727 roku. Poprzednim ra-
zem chór wykonywał ją dwanaście lat temu i
z tamtejszego składu pozostało już w zespole
niewiele osób. Przybyło za to kilkoro młodych
muzyków, którzy z zapałem zabrali się do pra-
cy nad utworem, aby wystąpić z nim 18 marca
w Erlöserkirche w Monachium.

W zespole panuje ogromna ciekawość,
a zarazem chęć jak najlepszego przygoto-
wania Pasji, mówi Ulrich, członek zarządu
MBC. Utwór ten „porywa nas” już od pierw-
szej sekundy. Chcemy, aby nasz zachwyt
udzielił się publiczności i serdecznie wszyst-
kich zapraszamy. Dla zachęty powiem,
że nawet moja szefowa chodzi regularnie
na nasze koncerty i będzie również na Pasji.

Osiemnastoletnia Carmen jest w chorze od
niedawna i śpiewa Pasję po raz pierwszy.
Niektóre fragmenty zna już na pamięć. Jej
zdaniem wykonywanie tego utworu poma-
ga w emocjonalnym przeżywaniu cierpienia
Chrystusa. Niektóre fragmenty polifonicz-
ne są trudne do wykonania ze względu na
szybkie tempo, np. „Lasset uns den nicht
zerteilen”, kiedy to żołnierze rzymscy decy-
dują, żeby nie rozrywać sukni Jezusa, lecz
losować, do kogo ma należeć. Trzeba dodatkowo
pracować nad nimi w domu.

Ursuli (25 lat) śpiewanie Pasji wraz z chórem
daje więcej niż bierny udział w nabożeństwie,
ponieważ ma świadomość uczestnictwa
w wydarzeniach, o których utwór opowiada
i przeżywa je bardziej intensywnie. Jej ulu-
bione fragmenty to „Ruht wohl!” oraz aria
sopranowa „Zerfließe mein Herze”. Uważa,
że nie trzeba być znawcą muzyki klasycznej,
żeby zrozumieć Pasję, dlatego zachęca przy-
jaciół i znajomych do przyjazdu na koncert.

Richard pracuje na co dzień jako dokto-
rant w Instytucie Toksykologii Deutsches
Forschungszentrum für Gesundheit und
Umwelt. Z wielką przyjemnością śpiewa
Pasję Janową, którą uważa za piękniejszą
i bardziej zwartą treściowo od Mateuszowej.
Ta pierwsza zaczyna się od pojmania
Jezusa w Ogrójcu, druga od Ostatniej Wie-
czerzy i jest bardziej skomplikowana obsa-
dowo. Chór dzieli się tam na dwie części,
które niejako „współzawodniczą” ze sobą.

Podczas tegorocznego Wielkiego Postu
mamy okazję usłyszeć i porównać obie
Pasje Jana Sebastiana Bacha: Janową
w marcu, Mateuszową w kwietniu –
w wykonaniu zasilonego przez młode
głosy Münchener Bachchor pod dykcją
Hansjörga Albrechta.

Jolanta Łada

Współpracujący z Moim Miastem
ks. dr hab. Jerzy Grześkowiak jest
autorem wydanej właśnie książki pt.
„Tajemnica to jest wielka”. Sakramen-
talne przymierze małżeńskie. Pozycja
ta jest na nowo opracowaną i uzupeł-
nioną wersją książki tego samego auto-
ra o tytule: „Misterium małżeństwa”.
Sakrament małżeństwa jako symbol
przymierza Boga z ludźmi. Celem do-
tarcia także do „nie-teologów” obecne
wydanie zostało pozbawione wnikli-
wych filozoficzno-teologicznych ana-
liz dotyczących pojęcia symbolu i sakra-
mentu, i ich odniesienia do małżeństwa.

We wprowadzeniu autor pisze:

„Małżeństwo, aczkolwiek zawierane jest
przez dwie młujące się osoby i powstaje
mocą ich wolnej decyzji, nie jest właściwie
tylko dziełem człowieka. Ono jest czymś
uprzednim w stosunku do ludzkiej decyzji;
jest rzeczywistością daną z góry, związaną
nierozdzielnie z ludzką egzystencją. Z jed-
nej strony małżeństwo powstaje przez akt
zaślubin, z drugiej można powiedzieć, że
zaślubiny jedynie umożliwiają mężczyźnie
i kobiecie udział w tej formie życia, jaką
jest małżeństwo – jako dzieło Boga, dane
ludzkości jako dar.”

TAJEMNICA TO JEST WIELKA



TAJEMNICA TO JEST WIELKA
Sakramentalne przymierze małżeńskie
Wydział Teologiczny Uniwersytetu Opolskiego,
Opole 2010 (stron 368).

Książka jest do nabycia
w Redakcji Wydawnictwa Wydziału Teologicznego
Uniwersytetu Opolskiego, ul. Kard.B. Kominka 1a, 45-032 Opole,
tel. (00-48) 77 44 23 769, e-mail: rwwt@uni.opole.pl,
lub bezpośrednio u autora (cena: 11 euro, z przesyłką),
tel. 089/ 81 30 23 29, e-mail: jerzy.grzeskowiak@web.de

o autorze:

Ks. dr hab. Jerzy Grześkowiak urodził się 18.11.1940 r.
w Miejskiej Górze (Wielkopolska). Studia filozoficzno-
teologiczne odbył w Poznaniu, a święcenia kapłańskie
otrzymał w rodzinnej parafii Krobica w 1964 r. Był dusz-
pasterzem w Środzie Wielkopolskiej. Po dalszych studiach
na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim i w Instytucie
Katolickim w Paryżu, doktorat (1973) i tytuł doktora
habilitowanego w zakresie teologii pastoralnej. W la-
tach 1972-1985 pracownik naukowy na KUL w Lublinie.
Od roku 1986 działalność duszpasterska w RFN (archi-
diecezja München-Freising); najpierw w Gröbenzell,
od 1987 kierownik zespołu czterech parafii z siedzibą
w Mammendorf, od 1993 proboszcz parafii „Powtór-
nego Przyjścia Pana” w München-Neuforstenried, a od

2008 proboszcz w Klinice München-Bogenhausen.
Od roku 2011 w stanie spoczynku zajmuje się pomocą
duszpasterską i publicystyką teologiczną.
Autor wielu rozpraw, artykułów naukowych i popular-
nych poświęconych liturgii, sakramentologii, teologii
praktycznej, teologii małżeństwa i rodziny, duchowo-
ści chrześcijańskiej oraz następujących książek: Litur-
gia dziś (Katowice 1982), Oto wielka tajemnica wiary
(Poznań 1987), Do końca ich umiłował (Katowice
1987), Eucharystia – człowiek – świat (Włocławek
1997), Misterium małżeństwa. Sakrament małżeń-
stwa jako symbol przymierza Boga z ludźmi (Poznań
1993, wyd. 2 – Poznań 1996), Sein sind die Gipfel der
Berge (Jego są szczyty gór – kazania głoszone w cza-
sie mszy św. w Alpach), München 2008.



Bogdan
Żurek

„Gębę” doprawiano od zawsze. Kto z nas nie pamięta przezwisk swoich nauczycieli. U mnie, na przykład, dyrektora szkoły zwano „Koniem”, a jego zastępcę „Bandytą”. Nazwano, a raczej przezywano ich tak, choć pierwszy wcale konia nie przypominał, a drugi nikogo nie zamordował. Mimo, że przyprawione mojej szkolnej dyrekcji „gęby” nijak nie przystawały do rzeczywistości, to funkcjonowały one latami. Zmieniał się uczniowie, abiturienti opuszczali mury szkoły, a „Koni” z „Bandytą” trwali, przekazywani coraz to młodszym rocznikom. I nikt już nie dochodził etymologii tych nauczycielskich ksywek, które – bezmyślnie powtarzane – żyły życiem własnym.

A o przyprawienie „gęby” u nas bardzo łatwo: Stoję w kolejce po poranną gazetkę, na Monciaku w moim ukochanym Sopocie.

Doprawianie GĘBY

Doprawianie „gęby” to nic innego, jak wykoślawianie obrazu.

Dzień wcześniej balangi nie było, więc człek rześki, odświeżony, ulubionym Lagerfeldem zalatujący. Za mną dwóch lekko „wczorajszych” facetów. Słyszę szept: - Chyba „pedał”, bo tak pachnie!

I co? Może powinienem głośno protestować, udowadniać, że nie należę do kochających inaczej? Czy postawienie sprawy na ostrzu noża pozbawiłoby mnie właśnie doprawionej „gęby”?

Wątpię. Na dokładkę mógłbym jeszcze usłyszeć, tym razem już nie szeptem: – Patrząc, mało że „pedał” to się jeszcze awanturuje! I wszystko odbyłoby się ku uciesze tłumu wczasowiczów, rzucających spojrzenia dezaprobaty w moim wyłącznie kierunku.

Pół biedy, gdy dołowanie ofiary odbywa się anonimowo, tak jak miało to miejsce na sopockim Monciaku. Przypisany do kochających inaczej zafunkcjonowałem bowiem

tylko u dwóch z lekka nieświeżych facetów. W najgorszym wypadku groziło mi „zdemaskowanie” w oczach kilkunastu przygodnych przechodniów. Doprawiona mi „gęba” była więc krótkotrwała, a więc i mało uciążliwa.

Z poważniejszymi konsekwencjami mamy do czynienia, gdy doprawianie „gęby”, a więc malowanie fałszywego oblicza, dotyczy osób publicznych. Wykorzystuje się do tego środki masowego przekazu i dyspozycyjnych dziennikarzy, którzy wprowadzają w błąd miliony obywateli, serwując im zakłamany obraz konkretnego polityka, czy ugrupowania. Takie medialne, kompleksowo prowadzone otumanianie niestety działa i przekłada się na wynik wyborczy. Całe szczęście, że jest on możliwy do zwerifikowania w kolejnych wyborach.

A te coraz bliżej!

Wbieżącym roku, niezauważona zapewne, minie 130 rocznica urodzin najpopularniejszego szwoleżera XX wieku, legendarnego żołnierza, poety, dyplomaty – generała Wieniawy Długoszowskiego.

Bolesław Wieniawa Długoszowski był adiutantem i najwierniejszym przyjacielem Marszałka Józefa Piłsudskiego, komendantem Garnizonu i Placu miasta stołecznego Warszawy, dowódcą kawalerii, attache wojskowym w Bukareszcie, Ambasadorem RP w Rzymie i wreszcie, wyznaczonym przez Ignacego Mościckiego we wrześniu 1939 roku następcą na urząd Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej. Wieniawa był także literatem, tłumaczem i wielkim przyjacielem artystów – także tych największych. Dziś, prawie zapomniany, uwielbiany był przez wszystkich. Posiadał nieskazitelne maniere, zawsze elegancki, niezwykle przystojny, zawsze pogodny i dowcipny, a jednocześnie inteligentny i honorowy.

*Niech zamilknie każdy śmiałek, zuchwałek, pyszałek
Na przodzie Pan Marszałek, Marszałek, Marszałek.*

A za nim armii sława, wzrok duma napawa

A za nim tuż Wieniawa, Wieniawa, Wieniawa.

Tak pisano o Nim w jednej z politycznych szopek noworocznych, w których był stałym bywalcem. Gdy pewnego razu w warszawskich gazetach ukazała się doroczna szopka, w której nie występowała postać Wieniawy, reklamowano ją na mieście wielkimi plakatami: „Szopka bez Wieniawy!”



Listy
z Berdyczowa

Krzysztof
Dobrecki

Koniec świata szwoleżerów

Krażyły o Nim niezliczone dowcipy i anegdoty. Gdy obejmował dowództwo I Pułku Szwoleżerów, Marszałek zwrócił mu uwagę



na konieczność ukrócenia obyczaju nadmiernego picia alkoholu. „Przyrzekam Panie Marszałku, że szwoleżerowie nie będą pić więcej niż ja.” – oświadczył Wieniawa. - „To mnie akurat zupełnie nie uspakaja” – odpowiedział Marszałek.

Innym razem wezwany nagle do Marszałka zjawił się nie w mundurze, lecz smokingu. - „Cóż to za maskarada?” – zapytał Piłsudski. - Komendancie – odpowiedział Wieniawa – melduję posłusznie, że zawiniłem i należy mi się w pysk! Ale nie można zhańbić mundur polskiego żołnierza dostając w nim w pysk. Przeto jestem w cywilu...

Marszałek mówił o Wieniawie, że „ma twarz w wojsku mało używaną” i z taką twarzą powinien być kardynałem, aktorem albo dyplomatą. Długoszowski, nie chcąc obejmować stanowisk dyplomatycznych odparł: „Komendancie, na dyplomatę nie nadaję się zupełnie. W kawalerii można czasem robić głupstwa, ale nigdy świństwa. W dyplomacji odwrotnie – czasem świństwa, ale nigdy głupstw. Wolę zostać w kawalerii.”

Wśród licznych anegdot i dowcipów nie należy zapomnieć, że Wieniawa odznaczony został między innymi orderem Virtuti Militari V klasy oraz czterokrotnie Krzyżem Walecznych.

Oglądając dzisiejszych politycznych celebrytów, z żalem stwierdzić muszę, że wraz z tragiczną śmiercią Wieniawy zakończyła się pewna epoka. Skończył się świat szwoleżerów.

Ojczyznę kocha się nie dlatego, że wielka,
ale dlatego, że własna.

(S e n e k a)



W „Baśni mojego życia” Hans Christian Andersen napisał: „gdy człowiek się starzeje, choćby los rzucał nim po całym świecie, musi mieć gdzieś miejsce, które jest dla niego prawdziwym domem, bo nawet wędrowny ptak ma jedno miejsce, do którego zdąża”. To jedna z moich ulubionych baśni, a wraz z upływem czasu coraz bardziej aktualna.

Nie znam narodu, którym los rzucałby po całym świecie bardziej niż nami. Miliony Polaków wyjechało z kraju, lecz to wcale nie znaczy, że go opuściło. Wracają do niego tak często jak tylko mogą. Jedni regularnie, co dwa tygodnie lub co miesiąc, inni dwa razy w roku: na święta Bożego Narodzenia i Wielkanoc.

W okresie przedświątecznym słynna europejska trasa E40 zamienia się w najbardziej uroczą autostradę łączącą nasz kraj z zachodnią Europą. Mkną po niej sznury samochodów na różnych rejestracjach, a wszystkie zmierzają w tym samym kierunku. Do domu, do Polski.

Najwięcej z nich ma oczywiście niemieckie tablice, ale nie brakuje też i holenderskich, brytyjskich, francuskich, belgijskich czy nawet hiszpańskich. Ostatnio minęły nas nawet dwa samochody na irlandzkich numerach, a największą sensację wzbudziła długa, biała limuzyna Lincoln z angielskimi numerami, która wyprzedziła nas w Zgorzelcu.

Polacy ciągną do kraju z całej Europy zachowując się jak wędrownie ptaki, które budują swoje gniazda na starość. Jedni przyjeżdżają na dłużej, inni na krócej, lecz każdy potrzebuje ładunku polskości, spotkania

z najbliższymi, wyjścia do teatru na polską sztukę, odwiedzenia jakże popularnych w Polsce Cinema City, w których każdy może wybrać coś dla siebie.

Gdy jestem w kraju, niektóre rzeczy cieszą mnie, niektóre smućą, inne znowu złością. Smuci mnie bieda, która w szczególności dotknęła Śląsk. Zamykane kopalnie i fabryki powodują, że na Śląsku o wiele bardziej niż gdziekolwiek odczuwa się skutki kryzysu. Z drugiej strony, z opublikowanych przez Urząd Skarbowy danych wynika, że mieszka na nim najwięcej, po województwie mazowieckim, milionerów.

Zespół Polonia zaprasza

Działający od 18 lat w Monachium Zespół Polonia znany jest nie tylko naszym rodakom. Z powodzeniem występuje on na imprezach organizowanych przez środowiska niemieckie. Stąd też coraz liczniejsze zaproszenia na prestiżowe koncerty i występy. By sprostać temu zadaniu i jak najlepiej propagować polską tradycję i kulturę ludową, kierownictwo zespołu informuje o naborze nowych członków zespołu.

Bliższe informacje:

tel. (089) 6374174
festivalpolonia@gmx.de

A. Likus
Cannon



Żyj z klasą

Cieszą mnie ludzie, którzy pomimo kryzysu, zmiany rządów, kompletnie nie zmienili się, zachowali poczucie humoru i życzliwość, a najwięcej radości sprawia spotkanie z czytelnikami, a przede wszystkim ich ogromne zainteresowanie życiem Polonii.

Prawie każdy Ślązak ma rodzinę lub znajomych w Niemczech i często przyjeżdża tutaj w odwiedziny. Tym bardziej boli go aroganckie zachowanie niektórych odwiedzających kraj rodaków, zgrywających się na kogoś lepszego, niepamiętających ojczystego języka.

W pamięci mam starszego, sympatycznego pana, który opowiedział mi jak młody mężczyzna w samochodzie na niemieckich tablicach rejestracyjnych, zapytał go o ulicę po niemiecku, z wyraźnym polskim akcentem.

- Dlaczego Polacy, którzy wyjechali tak się zachowują? Czyżby wydawało im się, że są lepsi, bo mają lepiej? Może ich pani o to zapytać? – poprosił.

Trudno mi zrozumieć dlaczego niektórzy zachowują się tak, a nie inaczej, dlaczego starają się okazać swoją wyższość, dlaczego nie szanują swojego kraju i nie chcą mówić w ojczystym języku.

Być może uznali, że jeżeli Niemcy są bogatsze niż Polska, to lepiej mieć matkę zamożną niż biedną?

W takim razie, dlaczego ciągle do Polski wracają?

Chyba jednak dlatego, że gdzieś tam w zakamarkach duszy dociera do nich, iż Matkę można mieć tylko jedną, a jak powiedział Seneka: „Ojczyznę kocha się nie dlatego, że wielka, ale dlatego, że własna”.



Historia łapania przepisów jest równie długa jak historia przywilejów arystokracji i kleru, opłat granicznych i prawnych ograniczeń handlu. Siega czasów, kiedy człowieka, przywyczażonego od dawien dawna do zdobywania w lesie pożywienie, zmuszono do rezygnacji z łowów. W średniowieczu polowanie stało się bowiem wyłącznie przywilejem królów, arystokracji i biskupów, a od XIX wieku również ziemian i przemysłowców. Chłopom, mimo że często cierpieli głód, ich pola były niszczone przez zwierzynę, zabroniono polowań, a często nawet wstępu do lasu. I tak narodziło się kłusownictwo.

W tej samej epoce, wraz z wprowadzeniem prawa poboru myta i z ustanowieniem komór celnych oraz przywilejów handlowych miast, pojawił się przemysł.

Złoty czas szmuglerów przypadł na lata po zakończeniu wojny trzydziestoletniej, kiedy to w Europie rozpowszechnił się zwyczaj palenia tytoniu. Stał się on tak popularny, że w połowie XVII wieku w wielu państwach zabroniono sprzedaży tytoniu, a cła na jego wóz podniesiono gdzieś tam nawet o 4000%. Tytoń stał się lekarstwem dostępnym tylko w aptekach (podobno pomagał na choroby oczu). Jednak ani wysokie cło, ani trudności w dostępie, ani srogi kary jakie dotykały przemytników niewiele dały, gdyż zwyczaj palenia fajki lub wachania tabaki zbyt mocno zakorzenił się już w społeczeństwie. Dlatego po kilku latach zniesiono prohibicję a władcy zaczęli znacznie wzbogacać swe skarbcze nadając sobie wyłączność (monopol) na uprawę tytoniu i handel nim. Zubożenie społeczeństwa, wyniszczonego ciągłymi wojnami i kontrybucjami, doprowadziło - szczególnie na terenach podgórskich oraz między Kornwalią w Anglii i Francją - do rozwoju nielegalnego handlu na masową skalę. Zjawisko to występowało zwłaszcza tam, gdzie bliskość granicy, trudny teren, czy niebezpieczne wybrzeże stanowiły o przewadze przemytników nad stróżami prawa. I tak dobiegliśmy do początków pojęcia zwanego „pracą na czarno”.

A było to tak...

Kłusownicy, szmuglerzy oraz ścigający ich myśliwi i żandarmi pochoodzili zazwyczaj z tej samej okolicy. Zachodziła więc obawa, że w razie pościgu uciekający mogliby zostać łatwo rozpoznani. Dlatego też często czernili sobie twarze (najczęściej nadpalonym korkiem), głowy zawijali w chusty, ubierali stare szynelowe wojskowe, a na nogi zakładali buty z odwrótnie przyszytymi podeszwami lub szli boso, aby w ten sposób zmylić pogóń. Bywali też tacy, którzy preferowali noszenie maski, gdyż z braku lustra niedomyta twarz mogła łatwo zdradzić „nielegalnego handlarza” lub „myśliwego”. Anonimowość w tych „zawodach” była rzeczą bardzo

Jolanta
Helena
Stranzenbach

Praca na czarno

Niemiecka „Schwarzarbeit”,
węgierska „feketén dolgozik”,
włoskie „lavoro nero”,
„lucro la negro” po rumuńsku,
albo czeskie „pracovat na černo”...
czy zastanawialiście się kiedyś,
dlaczego w tak wielu językach
nielegalną pracę określa się
jako „pracę na czarno”?

Otóż, rozwiązanie tej zagadki
tkwi w przeszłości.



Władysław Skoczylas (Pochód zbójników - drzeworyt)

pożądaną. Rozpoznanemu kłusownikowi lub szmuglerowi pozostawała często tylko ucieczka w rozbójnictwo, gdyż kary za ich przewinienia były drakońskie. Na przykład w średniowieczu arcybiskup Salzburga (podobnie zresztą jak książę litewski - Witold) skazywał nielegalnego myśliwego na publiczne rozszarpanie przez wygłodniałe psy. Wyróżniający się spośród

ówczesnych władców wyjątkowym poczuciem humoru w wymyślaniu kar książę Galeazzo Sforza nakazał przyłapanemu kłusownikowi zjedzenie w całości upolowanego zająca tzn. ze skórą, pazurami i wnętrznościami. Wprawdzie w późniejszych wiekach za podobne przewinienia groziła właściwie tylko chłosta, ale w razie recydywy można było zostać zakutym w kajdany i zesłanym na roboty przymusowe przy budowie sztańców lub wystanym do Wenecji na galery.

Mimo surowych kar ani kłusownictwo, ani kontrabanda nie zaniknęły, a w okresie od XVII do początku XIX w. nasiliło się zbójnictwo. Zbójowanie stało się popularne głównie u podnóża Karpat i Alp, a także na pograniczu śląskim. Do jego rozwoju przyczyniły się nie tylko bieda, pańszczyzna i masowa dezercja z wojska, ale także chęć zdobycia zbójnickiej sławy.

Rozbójnicy nie tylko grabili kupców, porywali dla okupu ludzi, ale napadali również na dwory, plebanie i szałas góralskie. W czasach kiedy jedyną formą protestu przeciwko niesprawiedliwości społecznej było zaciśnięcie pięści w kieszeni, tubylcy chętnie stylizowali rozbójników na tych, którzy walczyli z bogatymi w obronie biednych. Nieomal każde pasmo górskie miało swego zbójnickiego bohatera, którego lud darzył sympatią, nadając mu szlachetne rysy.

Największą sławę zdobyli: Sobek Bury i Martyn Portasz (Podkarpacie), Juraj Janosik (Słowaczyna), Ondraszek (Morawy), a w Bawarii Matthäus Klostermayr, i Mathias Kneißl.

Kara za rozbójnictwo była tylko jedna - śmierć przez powieszenie. Na Podkarpaciu trochę ją zmodyfikowano, wieszając hetmanów zbójnickich na haku wbitym w lewy bok (za ostatnie żebro).

Rozbójnicy, szmuglerzy i kłusownicy (ale tylko ci, którzy nie używali wnyków) byli uznawani z powodu panujących stosunków społecznych bardziej za bohaterów i mścicieli ludu niż złoczyńców. Miejscowa ludność wspomagała ich i sławiła w śpiewach i opowieściach. W ludowych gawędach stawiali się z banitów rebeliantami walczącymi przeciwko niesprawiedliwości

i obrońcami wyzyskiwanych.

Dzisiaj pracujący na czarno wprawdzie nie muszą już smolić sobie policzków, ale też nie mają szansy stać się wielkimi bohaterami. Jednak jest coś, co łączy dawnych pracowników na czarno z tymi współczesnymi. Tym czymś jest sytuacja, która zmusiła jednych i drugich do przekroczenia granicy prawa. Okazuje się, że z przeszłości pozostają nam nie tylko wspomnienia i zwroty językowe...

zaczęliśmy popiołem

Człowiek od wieków wyczuwał ścisłą łączność z „matką ziemią”. Ale dopiero czasy obozów koncentracyjnych brutalnie i boleśnie pokazały, jak niewiele trzeba, by człowieka bestialsko zetrzeć na proch.

Dr hab.

Jerzy Grzeškowiak



Źródłem
wszelkiego smutku
jest złudzenie,
że sami z siebie
jesteśmy czymś więcej
niż prochem.

(Thomas Merton)



do nich słowa wyroku: „... wrócisz do ziemi, z której zostałeś wzięty, bo prochem jesteś i w proch się obrócisz” (Rdz 3,19).

Te słowa usłyszeliśmy nad sobą w Środę Popielcową, jeżeli po karnawałowych szaleństwach zmobilizowaliśmy się wewnętrznie i poszliśmy do kościoła. One same mogłyby jednak wpędzić nas we frustrację, doprowadzić do depresji. Ufam zatem, że usłyszalesz z ust kapłana i drugą formułę przy nakładaniu popiołu:

Nawracajcie się i wierzcie Ewangelii (Mk 1,15).

A to brzmi już całkiem inaczej. Istnieje nadzieja, perspektywa. Mam jeszcze (znowu!) szansę. Jest ona w zasięgu mego serca, mojej głowy i moich rąk. Mogę się nawrócić, od zła się odwrócić, zejść z niebezpiecznej drogi, wrócić do Ojca... Wrócić do domu, do rodziny, do żony lub męża, do dzieci, do swojego kościoła, wrócić do swojej godności... Cały czas Wielkiego Postu jest czasem refleksji i gorliwego słuchania Słowa Bożego. „Wiercie Ewangelii...” tzn. wiercie Chrystusowi. To On sam na różny sposób wzywa do tego, aby dokonała się w nas przemiana, dzięki której zaczniemy właściwie myśleć, sądzić, oceniać swoje życie i żyć jak chce Bóg.

Na drogę ku radości Zmartwychwstania

daje nam Jezus trzy środki pomocnicze: modlitwę, post i jałmużnę. Mówił o tym także w Ewangelii w Środę Popielcową. A wszystko „w duchu i prawdzie”, nie na pokaz, bez propagandy!

Modlitwa – nie bezduszne klepanie formulek, paplanina, mnóstwo słów, lecz szczery intensywny dialog z Bogiem. A także czas na niedzielną Eucharystię i na czytanie Biblii.

Post – to znaczy: usunąć wszystko, co stoi jako przeszkoda na drodze między mną a Bogiem, wszystkie sprawy, do których Bóg nie ma wglądu. Nie idzie zatem o zrzucenie kilku zbędnych kilogramów. Boga nie interesuje moje codzienne stanie na wadze! A jeśli już chcę pościć, czyli podjąć zbawienną praktykę wstrzemięźliwości i ograniczenia posiłków i napojów, to po to, by mój umysł stał się jaśniejszy, chłonnieszy na święty pokarm Boży, na Jego Słowo. I jeśli przez ten post coś z pieniędzy zaoszczędzę (np. przez odmówienie sobie alkoholu lub papierosów), to ofiaruję je ludziom potrzebującym.

Jałmużna – to zatem konsekwencja postu, jakby jego przedłużenie, to otwarte serce dla drugich, gotowość dzielenia się tym, co mam, ale tak, by „lewica nie wiedziała, co czyni prawica.

U początku drogi 40 dni wielkanocnej pokuty stoi popiół, u jej końca wielkanocna woda chrzcielna. W liturgii wielkanocnej zostaniemy pokropieni nowopoświęconą wodą chrzcielną na znak, że obmyci „we krwi Baranka (= Chrystusa)” jesteśmy naprawdę czysti i możemy przywdziać „białą szatę”, krocząc „w nowości życia”, szukając tego, „co w górze” i żyjąc we wspólnocie ze Zmartwychwstałym Panem.

W tym duchu wszystkim Czytelnikom:
Radosnego Alleluja! Pan naprawdę zmartwychwstał!



Historia polsko-niemieckich kontaktów jazzowych Witold Szrek

Polski Jazz w Weinstadt

Spotkania i kontakty polskich i niemieckich muzyków jazzowych mają swoją wieloletnią tradycję. Zygmunt Karasiński, skrzypek, pianista, kompozytor, dyrygent, saksofonista oraz autor tekstów piosenek („Czy pamiętasz tę noc w Zakopanem?”, „Czy Pani mieszka sama?”, „Serce matki”) w okresie pobytu w latach 1921-22 w Berlinie był m.in. członkiem Harry Spiler Orchester. W roku 1922 otrzymał angaż w pierwszym polskim lokalu w Gdańsku, noszącym nazwę „Ermitage”. W skład stworzonego z tej okazji przez Karasińskiego zespołu wchodził oprócz niego pianista Jerzy Petersburski (późniejszy kompozytor wielu przebojów, m.in. „Ta ostatnia niedziela”, „Tango milonga”) oraz dwóch niemieckich muzyków z Gdańska, perkusista i kontrabasista. Zespół ten zagrał również podczas otwarcia lokalu tanecznego „Oaza” w Warszawie, w roku 1923. Po drugiej wojnie światowej współpraca polskich i niemieckich muzyków jazzowych na dobre została wznowiona w trakcie zorganizowanego w okresie „odwilży październikowej” II Festiwalu Muzyki Jazzowej w Sopocie w roku 1957. Głównymi animatorami tej współpracy po stronie niemieckiej byli Joachim Ernst Berendt, który w powojennych Niemczech wykonał jako dziennikarz i producent muzyczny pionierską i nieocenioną pracę w propagowaniu muzyki jazzowej oraz Werner Wunderlich, długoletni przewodniczący Niemieckiej Federacji Jazzowej i publicysta jazzowy, zajmujący się tym tematem również w ramach kilkudziesięcioletniej pracy dziennikarskiej w radiu. Pierwsze polskie kontakty Werner Wunderlich nawiązał w obozie jenieckim w latach 1945-49, gdzie uczył się również języka polskiego. Przez wydawane w Warszawie czasopismo „Jazz Forum” został nazwany „ambasadorem polskiego jazzu”.

Jednym z wielu miejsc w Niemczech, gdzie od lat regularnie można słuchać polskiego jazzu i bluesa jest położony 15 km od Stuttgartu – Weinstadt. Głównym inicjatorem zapraszania polskich wykonawców był i pozostał do dzisiaj Hans-Jörg Maier (od przeszło



Zbigniew Namysłowski

trzydziestu lat zbierający również polskie plakaty, których posiada ponad 700). Pierwszym goszczącym tam w roku 1974 zespołem był Old Metropolitan Band z Krakowa. Do roku 1980 wystąpili m.in.: Asocjacja Hagaw, Jazz Band Ball Orchestra i Sami Swoi. W roku 1980 powstał w Weinstadt Jazzclub Armer Konrad e.V., który od tej pory zajmuje się organizacją koncertów polskich muzyków w tym mieście, wspomagany w tych przedsięwzięciach przez

Verein zur Pflege deutsch-polnischer Beziehungen Weinstadt e.V. (rok powstania 1990). Na długiej liście wykonawców, którzy gościli w Weinstadt (niektórzy z nich kilkakrotnie) znajdują się oprócz już wymienionych m.in.: Urszula Dudziak, Beata Kossowska, Magda Piskorz, Jarek Śmietana, Krzysztof Ścierański, String Connection, Laboratorium, Piotr Baron, Schau Pau Acoustic Blues, Boogie Boys, Vistula River Brass Band oraz Zbigniew Namysłowski, który w wydawnictwie upamiętniającym 20-lecie partnerstwa miast Weinstadt-Międzychód (1990-2010), tak wspomina swoje wizyty: „Kiedyś często występowałem w Weinstadt. To było w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych, ostatni raz w 2002. Potem kontakty się urwały. Pamiętam, że w klubie „Armer Konrad”, była bardzo dobra akustyka. Grało się tam bez żadnego nagłośnienia, unplugged. Zawsze przychodziła dobrze wyedukowana jazzowo publiczność. Taka, co wie, na co przychodzi i umie słuchać jazzu. Poza tym pamiętam, że było zawsze bardzo dobre wino. Czasem nawet trochę za dużo. Bardzo chętnie przyjechałbym zagrać w Weinstadt ze swoim nowym zespołem”. Tej deklaracji nie trzeba było oczywiście miłośnikom i przyjaciółom jazzu i Polski w Weinstadt drugi raz powtarzać. Kolejny koncert Zbigniewa Namysłowskiego w tym mieście odbędzie się już w marcu br., w ramach „14. Jazztage Weinstadt”:

17 marca 2011
godzina 20:30

Jazzclub Armer Konrad e.V., Stiftstraße 32
71384 Weinstadt - Beutelsbach

Telefon **07151 – 909393** <http://www.jak-weinstadt.de>

Skład zespołu: **Zbigniew Namysłowski (saksofony sopranowy i sopranino), Jacek Namysłowski (puzon), Sławomir Jaskułka (fortepian), Andrzej Świąt (kontrabas), Grzegorz Grzyb (perkusja).**

Organizatorami koncertu są Jazzclub Armer Konrad e.V. i Verein zur Pflege deutsch-polnischer Beziehungen Weinstadt e.V., a wsparcia finansowego udzielają Deutsch-Polnische Gesellschaft, Landesverband Baden-Württemberg e.V. oraz Polskie Stowarzyszenie Społeczno-Kulturalne w Badenii-Wirtembergii T.Z.

Stuttgart

Polska

EM: Kiedy pierwszy raz pojechał Pan do Polski?

HJ: Po raz pierwszy pojechałem do Polski w 1973 roku ze zorganizowaną wycieczką dla nauczycieli i studentów. Wróciłem tam już podczas następnych wakacji – latem 1974 roku. Od tamtej pory odwiedziłem Polskę ponad 100 razy.

EM: Skąd Pana fascynacja Polską?

HJ: W Polsce urzekli mnie ludzie, ich niesamowita gościnność, szczerość i otwartość. Niektórych wydarzeń, choć minęło już dwadzieścia lat, nigdy nie zapomnę. Jak chociażby zdarzenia z lat osiemdziesiątych, gdy jeździliśmy do Polski z darami. Chcieliśmy kupić w sklepie masło, inne produkty spożywcze mieliśmy ze sobą. Ekspedientka poprosiła nas o kartki żywnościowe, których oczywiście nie mieliśmy. Podeszła do nas wówczas starsza pani i oddała nam swoje. Powiedziała, że chce się z nami podzielić, bo my dzielimy się z Polakami, pomagamy podczas tych trudnych dni. To było niesamowite.

Drugą rzeczą, która połączyła mnie z Polską jest oczywiście jazz. Trzecią plakaty, które zbieram od lat siedemdziesiątych i których mam ponad 700.

EM: Jakie plakaty Pan zbiera, jak to się zaczęło?

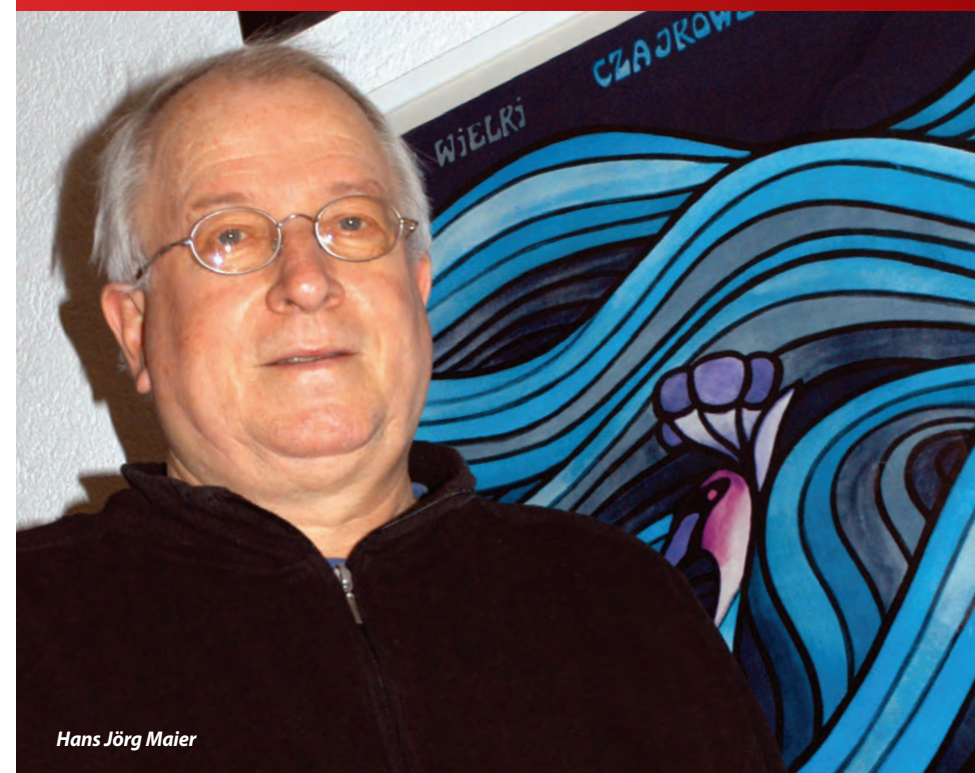
HJ: Będąc w Polsce zobaczyłem plakat Jana Lenicy pt. „Cyrk”. Urzekł mnie prostotą, formą, artystycznym wyrazem. Był niesamowity. Inny, niż znane mi z Niemiec. Wówczas w Krakowie i Warszawie funkcjonowały specjalne sklepy z plakatami. W 1976 roku kupiłem ich 500, na wymianę, dla siebie, dla znajomych. Tak to się zaczęło. Później znajomi przywozili mi kolejne, dostawałem plakaty od zaprzyjaźnionych muzyków jazzowych, sam kupowałem kolejne. W moich zbiorach znajdują się prace takich przedstawicieli polskiej szkoły plakatu, jak Roman Cieślewicz, Henryk Tomaszewski, Walerian Borowczyk, Jan Młodożeniec, Franciszek Starowieyski, Wiktor Górka i Waldemar Świerzy. Zbierałem nie tylko polskie plakaty. W kolekcji mam także afisze teatralne z NRD.

EM: Gdzie można je oglądać?

HJ: Nie ma galerii, gdzie byłyby prezentowane na stałe. Organizowałem wiele wystaw, między innymi w ratuszu w Weinstadt i w Klubie Jazzowym „Armer Konrad”. Obecnie kilkanaście moich plakatów można oglądać w Lubece, w galerii polskiej artystki Patrici Wiechowski. Jestem otwarty na propozycje środowisk polonijnych. Nie mam, niestety, dostatecznej liczby ram, by pokazać większą ilość plakatów na raz.

moja druga ojczyzna

Rozmowa z **Hansem Jörgiem Maierem**, jednym z założycieli Klubu Jazzowego „Armer Konrad” w Beutelsbach, inicjatorem występów polskich muzyków w Weinstadt.



Hans Jörg Maier

EM: Jest Pan jednym z pomysłodawców klubu jazzowego. Zapraszał Pan polskich muzyków jazzowych do Beutelsbach.

HJ: Podczas pobytu w Polsce uczestniczyliśmy w warszawskim Jazz Jamboree, wrocławskim Jazzie nad Odrą i innych koncertach jazzowych. Tak poznaliśmy wielu muzyków z Polski, DDR, Węgier i innych krajów bloku wschodniego, których następnie zapraszaliśmy do nas. Najpierw, w latach siedemdziesiątych, jeszcze do Jugendhaus Zehntscheuer (domu młodzieżowego). Czasy były wówczas ciężkie, dlatego

nasi polscy goście zatrzymywali się u nas. Jako pierwsi grali u nas Old Metropolitan Band, Jazz Band Ball Orchestra, Hagaw i Sami Swoi.

EM: Jak Pan czuje się w Polsce?

HJ: W Polsce zawsze czułem i czuję się dobrze. Nigdy nie uczestniczyłem w kursach języka polskiego, ale znam podstawowe słownictwo i potrafię sobie poradzić w codziennych sytuacjach. Można powiedzieć, że Polska jest moją drugą ojczyzną

EM: Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała Edyta Mitka-Matejko

Barbara Müller

KWIATY DO POLSKI

do NIEMIEC i innych państw

Najodpowiedniejszym prezentem są kwiaty, one powiedzą wszystko, nawet to czego nieraz głośno wstydzimy się powiedzieć

Na każdą okazję

W naszej ofercie między innymi: Bukiety okolicznościowe + sekt lub bomboniera, kawa, maskotka, kosze kwiatowe, kosze obfitości, wiązanki, wieńce...

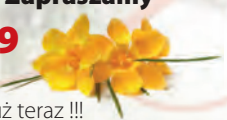
Tanio, Szybko i Solidnie - Zapraszamy

Tel: 07021 861 169

■ **NIE ZWLEKAJ**
najlepiej zobacz lub zadzwoń już teraz !!!

POL-KWIAT
EKSPRES
KWIATOWY

gwarantujemy
100% satysfakcji



www.polkwiat.eu

Największy fortepian świata

Stanisław Deja – pianista, dziennikarz, wieloletni mieszkaniec Monachium, zagrał na największym fortepianie świata.



Stanisław Deja i największy fortepian świata.

Szymbark – wieś na Kaszubach koło Kościerzyny, słynie z niekonwencjonalnych atrakcji turystycznych. Można tam zobaczyć oryginalnych rozmiarów dom postawiony do góry nogami, wpisaną do Księgi Rekordów Guinnessa deskę o długości ponad 36 metrów, a także równie długi stół, o wadze 6 ton, za którym może biesiadować 200 gości.

Ostatnio padł tam nowy rekord. Staraniem Centrum Edukacji i Promocji Regionu w Szymbarku zbudowano największy koncertujący fortepian świata. Instrument ma 6 m długości, 2,5 m szerokości, 1,87 m wysokości i waży 1,8 tony! Jego budowniczym jest fortepianmistrz Józef Wolf z Kalisza. Na sześciu nogach fortepianu umieszczono portrety wybitnych polskich muzyków – Fryderyka Chopina, Stanisława Moniuszki, Ignacego Jana Paderewskiego, Mieczysława Karłowicza, Karola Szymanowskiego i Henryka Mikołaja Góreckiego. Fortepian otrzymał kaszubską nazwę Stolemowi Klawer, czyli Fortepian Olbrzym.

Premierowy koncert odbył się 30 grudnia ub. roku. Wśród pianistów, którzy wzięli w nim udział znalazł się związany z Monachium Stanisław Deja.

Stanisław Deja (1950) pochodzi z Gdańska. W Radiu Wolna Europa pracował prawie 16 lat, początkowo jako spiker, potem dziennikarz. Z wykształcenia jest pianistą, absolwentem Konserwatorium im. Rimskiego-Korsakowa w Leningradzie (dziś St. Petersburg). Po zamknięciu RWE w Monachium wrócił do muzyki, głównie klasycznej, ale nie stroni od współczesnej i popularnej. Występuje w Polsce i za granicą. Ostatnio rozgłosem cieszą się jego występy i nagrania ze Skaldami, z dawnymi przebojami tego zespołu aranżowanymi na dwa fortepiany.

Karaoke w pierogarni

Karaoke to, robiąca oszałamiającą karierę, wymyślona w Japonii forma rozrywki polegająca na śpiewaniu z odtwarzanym podkładem muzycznym, czyli swego rodzaju pół playback dla amatorów. Słowo „karaoke” powstało z japońskiego karappo (pusto) i okesutora (orkiestra), oznaczając samą orkiestrę, bez głosu wokalisty.

Dzisiaj karaoke znane jest na całym świecie. Swych wokalnych możliwości próbują więc wszyscy: starzy i młodzi, w pubach, klubach, na dyskotekach i imprezach prywatnych. O tym, że karaoke dotarło wszędzie świadczy przykład monachijskiej „Pierogarni Edyty”, prowadzonej przez Edytę i Andrzeja Dragon.



Właściciele pierogarni - Edyta i Andrzej Dragon, z wydawcą Mojego Miasta Grzegorzem Spisłą (w środku).

Za wyjątkiem poniedziałków pierogarnia czynna jest cały tydzień, serwując nie tylko pierogi w różnych odmianach, ale i inne przysmaki kuchni polskiej, m.in. bigos, flaczki, barszcz. Sobota i niedziela są jednak dniami szczególnymi. W sobotę bowiem, w lokalu królują karaoke, a dzień później Niedzielne Biesiady - ze schabowym w roli głównej - stworzone z myślą o całych rodzinach, naturalnie z udziałem najmłodszych. Pierogarnia Edyty to miejsce niezwykle, promieniujące polskością i patriotyzmem. Językiem „urzędowym” jest tam oczywiście polski, na ścianach wiszą obrazy i gobeliny naszych artystów, a właściciele kibicują krajowym drużynom – ONA Lechowi, bo rodem z Poznania, a ON – gdyńszczanin – oczywiście Lechii.

Pierogarnia Edyty mieści się w Monachium przy Fürstenrieder Str. 8, tel. 089 / 124 753 76. Godziny otwarcia: wt. - pt.: 12.00-15.00 i 18.00-22.00, sb.: 15.00 - 22.00, nd.: 12.00 - 18.00, pn. - zamknięte



Jacek Pałkiewicz Ambasadorem Mazur

Jacek Pałkiewicz, reporter i eksplorator, odkrywca źródeł Amazonki i twórca survivalu w Europie jest „Ambasadorem Mazur” w ramach kampanii „Mazury Cud Natury”.

Świadom wartości pięknej przyrody, wspaniałych pejzaży i turystycznych atrakcji, przyjąłem zaszczepioną propozycję i tytuł Ambasadora Mazur. Moim zadaniem jest promować i zachęcać do udziału w głosowaniu na Mazury Cud Natury. Wierzę w sukces, bo musimy wygrać tę batalię. A wygramy ją jedynie pod warunkiem pełnej mobilizacji. (Jacek Pałkiewicz).

Moje Miasto wspiera Mazury w głosowaniu na najpiękniejsze miejsce na Ziemi.

Centrum Kultury Polskiej

W najbliższym czasie dojdzie do skutku zapowiadana przeprowadzka Centrum Kultury Polskiej w Monachium na Wagnmüller Str. 18.

Jeszcze na starych pieleszach, przy Prinzregentenstr. 7, w lutym br. wystawiono piątą już część cyklu „Młode malarstwo polskie”, który pomyślany jest jako cykl prezentacji twórczości najmłodszych artystów malarzy, skupionych wokół Akademii Sztuk Pięknych wszystkich regionów Polski. Tym razem gościliśmy artystów z Podkarpacia, w tym z Bieszczad, z wystawą pt. „Kolory Podkarpacia”. Pomysłodawcą cyklu, a zarazem kuratorem wystaw, jest znana galerzystka z Berlina Dorota Kabiesz.

W najbliższym czasie Centrum Kultury Polskiej użyczy swoich pomieszczeń na całkiem odmienną imprezę. 4 kwietnia przybędą do Monachium historycy Instytutu Pamięci Narodowej, by zaprezentować wydane przez IPN naukowe opracowanie pt. „Polska Partia Socjalistyczna – Dlaczego się nie udało?”. Wybór Monachium nie jest przypadkowy. W tym mieście bowiem, w czasach komunistycznego zniewolenia, bardzo sprawnie działała PPS na emigracji.

Szczegółowe informacje dotyczące Centrum: www.polnisches-kulturzentrum.de.



Od lewej:

Szefowa Centrum - Konsul Grażyna Strzelecka, galerzystka - Dorota Kabiesz i Konsul Generalna - Elżbieta Sobótka

W jedności siła!

Konwent Organizacji Polskich w Niemczech powstał 12 lat temu i jest najważniejszą, uznaną przez oba państwa, strukturą reprezentującą Polonię Niemiecką. Składa się z czterech organizacji dachowych, do których przynależy około stu podmiotów z terenu Niemiec. Konwent tworzą: Chrześcijańskie Centrum Krzewienia Kultury, Tradycji i Języka Polskiego w Niemczech (prof. Piotr Małoszewski), Kongres Polonii Niemieckiej (Wiesław Lewicki), Zrzeszenie Federalne – Polska Rada w Niemczech (Aleksander Zajac) i Związek Polaków „Zgoda” w RFN (Krzysztof Nowacki). Konwentowi przewodniczą rotacyjnie szefowie należących do niego organizacji dachowych. W chwili obecnej (I półrocze 2011) Konwentem kieruje prof. Piotr Małoszewski.



W dniach 11-12 lutego 2011 odbył się w Berlinie zjazd Konwentu Organizacji Polskich w Niemczech, na którym zademonstrowano jedność w sprawie zasadniczej; zrównania dysproporcji w traktowaniu Polonii w Niemczech i mniejszości niemieckiej w Polsce. Konwent zwrócił stanowczo uwagę na fakt, że Polonia cieszy się nieporównanie mniejszymi przywilejami, choć w podpisanym 20 lat temu Traktacie obydwie grupy traktowane są na równi. W czasie Zjazdu uroczystie wręczono Rektorowi Polskiej Misji Katolickiej ks. Stanisławowi Budyniowi Medal Konwentu „Cordi Poloniae”. Konwent skorzystał z zaproszenia Ambasady RP w Berlinie, na terenie której - przy udziale ambasadora Marka Prawdy i prominentnych gości z kraju - toczyły się obrady w drugim dniu zjazdu.

Zjazd ponowił apel do Związku Polaków „Ródło” o przystąpienie tej organizacji do Konwentu celem dalszych, wspólnych już działań.

Z satysfakcją informujemy, że wiceprzewodniczącą jednej z organizacji wchodzących w skład Konwentu, Zrzeszenia Federalnego – Polska Rada w Niemczech, został znany działacz emigracyjny, redaktor „Mojego Miasta”, Bogdan Żurek

O konkursie

Szwajcarska Fundacja „New7Wonders”, założona przez znanego podróżnika Bernarda Webera zorganizowała ogólnoświatowe głosowanie na Nowe 7 Cudów Natury. Po eliminacjach Mazury znalazły się w gronie 28 finalistów. Tym samym już teraz zostały one uznane za jedno z 28 najpiękniejszych miejsc na Ziemi i jedno z 5 najpiękniejszych miejsc w Europie!

Laureatów konkursu poznamy 11 listopada 2011 r. Do tego czasu trwa głosowanie na najlepszą siódemkę.

Mazury można wesprzeć głosując na stronie: www.MazuryCudNatury.org oraz www.n7w.com.

(zdjęcie ze strony www.MazuryCudNatury.org)

Moje Miasto u obcokrajowców

Na łamach „Mojego Miasta” informowaliśmy już o działającej w Landshucie Radzie ds. Migracji i Integracji (Beirat für Migration und Integration der Stadt Landshut), w składzie której są dwie Polki – Iwona Cirillo i Aneta Zebrala. Rada, z przedstawicielami 16 narodowości,



działa od marca 2009 roku jako ciało doradcze rady miasta Landshut, mając na swoim koncie wspieranie wielu inicjatyw i projektów integracyjnych wdrażanych z myślą o obcokrajowcach.

Podsumowaniu dorobku rady, a także prezentacji zadań na przyszłość, służą coroczne, uroczyste spotkania z udziałem członków rady, miejscowych polityków, samorządowców i zaproszonych gości, działających na rzecz swoich emigracyjnych środowisk.

Tak było i tym razem, gdy pod koniec stycznia 2011 roku spotkano się, by podsumować i snuć plany na przyszłość. Wśród wielu propozycji z dużą nadzieją powitano zapowiedź zastępcy burmistrza miasta, dr Thomasa Keyßnera, o przeznaczeniu dla emigrantów części miejsc pracy w miejskich urzędach.

Spotkanie uświetnił doskonały jazz i nie mniej wyśmienite, kulinarne specjały z całego świata.

W uznaniu znaczenia jakie odgrywa „Moje Miasto” w informowaniu Polonii, na spotkanie zaproszono właściciela i wydawcę naszego pisma – Grzegorza Spisłą (na zdjęciu w towarzystwie polskich przedstawicieli w Landshuckiej Radzie ds. Migracji i Integracji).



Karin Stanek - była idolem młodzieży lat 60-tych i 70-tych, gwiazdą estrady. Nazywano ją królową polskiego big-beatu („mocne uderzenie”). Miała charakterystyczny głos, sylwetkę, sposób bycia i ubierania się. Jej znakiem rozpoznawczym były dwa czarne warkoczki, spodnie i gitara.

Macierewicz w Monachium



Strzałem w dziesiątkę okazało się zaproszenie do Monachium Antoniego Macierewicza – przewodniczącego parlamentarnego zespołu ds. wyjaśnienia przyczyn katastrofy rządowego samolotu Tu-154 w Smoleńsku. W niedzielę, 27 lutego, w przyparafialnej sali kościoła św. Józefa zebrało się ponad trzysta osób, by wysłuchać arcyciekawej prelekcji o obecnym stanie wiedzy na temat tragedii, jaka rozegrała się niespełna rok temu. Był czas na pytania, rozmowy i zdjęcia z promiennym gościem. Zwracała uwagę duża ilość zorientowanej w temacie młodzieży. Przy okazji okazało się, że Antoni Macierewicz „na żywo” prezentuje się o wiele lepiej niż w krajowych mediach, malujących go częstokroć w demonicznych barwach. Spotkanie zorganizował monachijski Społeczny Komitet Poparcia Jarosława Kaczyńskiego przy współpracy z Polską Misją Katolicką w Monachium.



Karin Stanek nie żyje

Urodziła się w Bytomiu w 1943 roku w ubogiej rodzinie górniczej. Sama nauczyła się grać na gitarze. W 1962 roku znany zespół Czerwono-Czarni ogłosił konkurs „Szukamy młodych talentów”, po którym Karin Stanek została wokalistką tej grupy. Po odejściu z zespołu (1969) występowała solo oraz z zespołami The Samuels, Aryston, Inni oraz Schemat. Od 1976 roku mieszkała w Niemczech. Debiutowała piosenką „Jimmy Joe”. Do jej największych przebojów należały znane wówczas w całej Polsce utwory: „Chłopiec z gitarą”, „Jedziemy autostopem”, „Malowana lala” czy „Wala twist”. Zmarła pod Hanowerem 15 lutego 2011 roku na zapalenie płuc.

Od ponad 20 lat z Wami **Ireneusz Czlonka**

Dypl. Księgowy, certyfikat Steuerberaterkammer

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



Tel. 089/570 21 40 Siglstr. 15, 80686 München

Mężczyźni		
Wiek	Składka SB 100 Eur	Składka SB 1000 Eur
0-15	95,61	25,33
16-20	67,40	25,33
21	114,54	65,88
22	119,20	69,48
23	123,72	73,28
24	128,17	75,86
25	132,46	78,54
26	136,72	81,27
27	140,94	84,08
28	145,17	86,99
29	149,30	89,98
30	153,48	92,91
31	157,59	95,94
32	161,54	99,08
33	165,42	102,33
34	169,30	105,74
35	173,23	109,32
36	177,33	113,08
37	181,78	117,05
38	186,66	121,21
39	192,13	125,57
40	198,15	131,11
41	204,77	136,26
42	211,98	142,33
43	219,71	148,78
44	227,96	155,60
45	236,64	162,75
46	245,74	170,28
47	255,24	178,16
48	265,12	186,41
49	275,40	195,03
50	286,07	203,96
51	297,09	213,23
52	308,41	222,79
53	319,98	232,64
54	331,75	242,76
55	343,68	253,15
56	355,74	263,77
57	367,90	274,62
58	380,12	285,66
59	392,34	296,85
60	373,00	285,39



HUK-COBURG Krankenversicherung

Prywatne, pełne ubezpieczenie zdrowotne w HUK-Coburg zapewnia Tobie i Twojej rodzinie dostęp do opieki lekarskiej w Niemczech, w Polsce oraz we wszystkich innych krajach Unii Europejskiej.

Ubezpieczenie to pokrywa koszty opieki lekarskiej na najwyższym poziomie oraz świadczeń z zakresu badań profilaktycznych, ambulatoryjnych, laboratoryjnych i diagnostycznych w szerokim zakresie.

Bardzo korzystne składki z możliwością zwrotu do czterech składek miesięcznych w ciągu roku.

Zmiana ubezpieczenia zdrowotnego możliwa jest bez badań lekarskich i stomatologicznych.

Zadzwoń, zapytaj o szczegóły!

Przedstawiciel: Grażyna Szkultecka
Feichtholzweg 2, 82205 Gilching
Tel / Fax: 08105 / 77 57 24
Tel: 0170 / 10 71 849



* Składka miesięczna = łączna suma ubezpieczenia zdrowotnego (Krankenversicherung), dodatku ustawowego (gesetzlicher Zuschlag) oraz obowiązkowego ubezpieczenia Pflegeversicherung. SB = udział własny w wysokości 100,00 lub 1.000,00 Euro

Kobiety		
Wiek	Składka SB 100 Eur	Składka SB 1000 Eur
0-15	95,61	25,33
16-20	80,55	38,28
21	189,41	91,53
22	195,93	101,59
23	202,02	109,59
24	207,65	115,99
25	212,94	121,14
26	217,82	125,29
27	222,46	128,66
28	226,93	131,42
29	231,52	133,72
30	236,09	135,69
31	240,96	137,42
32	246,44	139,03
33	252,50	140,59
34	259,11	142,20
35	266,32	143,91
36	274,06	145,82
37	282,20	147,96
38	290,71	150,42
39	299,51	153,23
40	308,71	156,46
41	318,20	160,15
42	327,94	164,31
43	337,90	169,00
44	348,12	174,24
45	358,60	180,02
46	369,33	186,37
47	380,24	193,29
48	391,27	200,77
49	402,38	208,80
50	413,57	217,37
51	424,88	226,50
52	436,30	236,14
53	447,82	246,31
54	459,41	257,01
55	471,02	267,56
56	482,62	278,18
57	494,21	288,89
58	505,86	299,67
59	517,55	310,53
60	486,42	297,48

odzyskać OSZCZĘDNOŚCI

Vorsicht Lebensversicherung!
Lebensversicherung pleite!
Lebensversicherung in Gefahr!

Marek Cichy

To tylko niektóre tytuły z pierwszych stron fachowych czasopism ostatnich lat.

Centrum Ochrony Konsumenta wręcz alarmuje, aby klasyczną wersję polisy na życie (Lebensversicherung) lub emerytalną (Rentenversicherung) nie wybierać jako formę zabezpieczenia finansowego wieku emerytalnego. Już od 1983 znany jest wyrok sądu okręgowego w Hamburgu, który mówi, iż Kapitallebensversicherung jest legalnym oszustwem (Legal Betrug).

Czy istnieje inny produkt, o którym można byłoby tak oficjalnie powiedzieć? Np. o samochodzie, telewizorze czy lemoniadzie? Nie!

Wysokie, ukryte koszty prowadzenia polisy emerytalnych lub na życie, obniżające się odsetki, kryzys gospodarczy i wprowadzony podatek 25% (Abgeltungsteuer) od zysków sprawiły, iż co druga powyższa umowa nie jest kontynuowana do jej planowanego zakończenia. Statystyki pokazują, że okres oszczędzania w Lebensversicherung wynosi 7,8 lat. Podstawowym powodem takiego zjawiska jest niskie oprocentowanie wkładów, które obecnie wynosi 2,25% rocznie, a więc poniżej inflacji (3%).



Dotyczy to również oszczędnościowych książeczek budowlanych (Bausparvertrag), których oprocentowanie jest jeszcze niższe i wynosi 1,5% w skali rocznej.

Analizując stan konta w ubezpieczeniu na życie, np. po 5 latach możemy zauważyć, iż wysokość kapitału jest prawie o 50% niższa niż wpłacone oszczędności. Stąd też bierze się określenie „legalnego oszustwa”.

Tak więc czy jest sens dalej lokować swoje pieniądze w tak nieopłacalną lokatę? O wysoko oprocentowanych i pewnych formach inwestycyjnych napiszemy w kolejnym numerze „Mojego Miasta”.

Dzisiaj postaramy się odpowiedzieć na pytanie: co można zrobić, by odzyskać swoje oszczędności? Po pierwsze: można zredukować składkę oszczędnościową – jednak wysokie koszty trzeba płacić dalej i to z pomniejszonej składki. Po drugie: można też zawiesić dalsze oszczędzanie – lecz istniejąca inflacja „połknie” pozostawiony kapitał. I po trzecie: można całkowicie rozwiązać umowę – wtedy jednak straty są największe i nieodwracalne. Jak widać każdy z powyższych wariantów jest niekorzystny dla klienta niekorzystny. Dlatego należy w takiej sytuacji wybrać najmniejsze zło.

MY ANALIZUJEMY - PAŃSTWO OSZCZĘDZACIE



WK-Invest
Vermittlungs-GmbH
Modernste Finanzdiagnostik

Registriert und empfohlen von
BUND DER SPARER e.V.

Biuro BAYERN Marek Cichy
Adolf Schmetzer Str. 40,
93055 Regensburg
Fon: 0941-29797962
Mobil: 0172-5978550
E-mail: cichy@wkinvest.de

Najtańsze kredyty budowlane

- Odsetki już od **2,59%** rocznie
- Oferta z 15 banków
- Rezerwacja niskich odsetek do 3 lat
- Finansowanie bez własnego kapitału
- Spłata kredytu przez dotacje państwowe

Szybkie i tanie kredyty gotówkowe

- Od 5.000 do 50.000,-€
- Okres spłaty: od 12 do 120 miesięcy
- Odsetki od **1,55%**
- Możliwość spłaty starych kredytów (4)

Inwestycje w niezależność finansową

- Pewna lokata kapitału w złocie
- Niskie ceny! – Żadnych opłat!
- Oszczędzanie już od 25 € miesięcznie

Kto ma ZŁOTO – ma ZAWSZE PIENIĄDZE!

Kupno nie opłacalnych polis ubezpieczeniowych: Lebensversicherung, Rentenversicherung, Bausparvertrag. Podwójne zyski – żadnych kosztów!!!

Lokata w nieruchomościach – Betonowy kapitał!

- Gwarantowany miesięczny czynsz
- Stabilne i pewne zyski – 8%
- Korzyści podatkowe
- Już od 85 € miesięcznie można być właścicielem nieruchomości

Zamówcie państwo u nas bezpłatną finansową analizę JUŻ DZIŚ !!!

Centrum Ochrony Konsumenta i doradcy finansowi proponują sprzedaż takich umów aniżeli całkowitą ich likwidację. Tą drogą bowiem wyrównamy szybko straty poniesione w wyniku oszczędzania w powyższych polisach ubezpieczeniowych i zredukujemy miesięczne koszty. Z takiej transakcji zyski są pewne, a całą stroną formalną zajmują się za państwa specjaliści z branży. Wszyscy, którzy wybrali ten wariant nie płacą dalszych składek i posiadają dodatkowe dochody. Decydując się na sprzedaż swoich ubezpieczeń, posiadacie państwo dwie możliwości, podwojenia swoich oszczędności lub też otrzymujecie od razu miesięczne wypłaty na konto. Zachęcamy do sprawdzenia swoich umów, a raczej ich aktualnego stanu konta – im wcześniej bowiem zrezygnujemy z takiej formy oszczędzania tym mniej stracimy.

Prosimy o kontakt – my bezpłatnie sprawdzimy czy państwa polisa spełnia wymogi jej zakupu i w jakim zakresie.

Nie czekajcie – szkoda każdego EURO lokowanego w produkt legalnego oszustwa!

bgg Waldemar Galan
kompleksowa obsługa firm

- 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, Elterngeld) itp.
- Serwis księgowo-finansowy
- Doradztwo ekonomiczne
- Współpraca z biurami podatkowymi (Steuerberater) i kancelariami adwokackimi
- Tłumaczenia

Tel. 089/ 44760996
We wtorki i czwartki przyjmujemy do 20.00

Häberlstr. 12 80337 München (U3, U6 Goetheplatz) bgg@gmx.org

Pon. Śr. 8.30-17.00
Wt. Czw. 8.30-20.00
Pt. 8.30-14.00

mojemiesto-gazeta.de

WERBE-AGENTUR
sp. z o.o.

JAK CIĘ WIDZĄ,
TAK CIĘ KUPIĄ!

Chcesz osiągnąć sukces? Porozmawiajmy o tym...

Tel.: 0 871 97 46 335

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
- 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



E-mail: post@a-miller.de

Biuro Tłumaczeń i Informacji Agnieszki 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

Ismaninger Str. 65

Makler Ubezpieczeniowy

UDZIELAMY BEZPŁATNYCH PORAD I INFORMACJI DOTYCZĄCYCH WSZELKICH UBEZPIECZEŃ

WYSELEKJONOWALIŚMY SPOŚRÓD WSZYSTKICH DOSTĘPNYCH NA RYNKU UBEZPIECZYCIELI, OPTIMALNE OFERTY DOSTOSOWANE DO PAŃSTWA POTRZEB I WYMAGAŃ

Oferujemy Państwu ubezpieczenia:

- Zdrowotne prywatne oraz państwowe (od 01.01.2009 obowiązek ubezpieczenia się zdrowotnie dla wszystkich mieszkańców na terenie Niemiec)
(Atest lekarski potrzebny do prywatnego ubezpieczenia zdrowotnego, można zrobić u lekarza w budynku naszej siedziby !!!)
- Emerytalno-rentowe
- Na życie
- Następstw nieszczęśliwych wypadków
- Niezdolności do wykonywania pracy zawodowej
- Majątkowe
- Komunikacyjne (uznajemy zniżki z Polski oraz specjalna oferta dla firm)
- OC prywatne oraz OC dla firm

Oferujemy również leasing lub kredyt na samochód.

Zadzwoń i umów się na bezpłatną poradę.

Adrian Mucha

Ismaninger Str. 65
81675 München

Tel.: 089 / 41 07 4444
Fax: 089 / 41 07 4556
Mobil: 0171 900 42 65

KRANKENZUSATZVERSICHERUNG,

czyli za co nie płacą kasy chorych...

Marcin Studencki

Działanie państwowego ubezpieczenia zdrowotnego jest ściśle uregulowane ustawowo (Sozialgesetzbuch V). Wszyscy ubezpieczeni mają prawo do takiego samego koszyka świadczeń, niezależnie od kasy chorych, w której są ubezpieczeni. Głównym celem kas chorych nie jest osiąganie zysku, ale zapewnienie podstawowej ochrony ubezpieczeniowej, po możliwe niskich kosztach. Osoby, którym świadczenia państwowe nie wystarczają, mogą „doubezpieczyć się” prywatnie, wykupując tzw. Krankenzusatzversicherung. Poniżej krótki opis wybranych świadczeń medycznych, które nie są objęte ubezpieczeniem państwowym.

W SZPITALU: Kasy chorych płacą za leczenie w najbliższej położonym, nadającym się do leczenia danego schorzenia szpitalu, z którym mają umowę. Pacjent ma prawo do pokoju wieloosobowego i opieki lekarza, mającego akurat zmianę. Dodatkowe ubezpieczenie prywatne pokrywa koszty takich świadczeń jak: pokój 1- lub 2-osobowy, prawo do leczenia przez lekarza głównego (tzw. Chefarztbehandlung), wolny wybór szpitala (również kliniki prywatne). **Niektóre taryfy pokrywają również koszty dopłat za każdy dzień pobytu w szpitalu, które muszą płacić pacjenci państwowi (10€ za każdy dzień do max. 28 dni).**

U OKULISTY: Kasy chorych nie płacą za okulary i szkła kontaktowe. Wyjątkiem są dzieci do 18 roku życia i osoby z poważnymi wadami wzroku. W ich przypadku pokrywane są koszty standardowych

szkieł i oprawek. Prywatne ubezpieczenie pokrywa do 100% kosztów szkieł prostych i do 50% kosztów szkieł bardziej skomplikowanych (najczęściej raz na 2-3 lata).

U DENTYSTY: Dopłaty do leczenia stomatologicznego są dla pacjentów państwowych bodaj najbardziej dotkliwe. Refundacja kosztów oparta jest tutaj na pojęciu tzw. Regelversorgung. Oznacza ono w rzeczywistości najprostszą i najtańszą metodę leczenia danej diagnozy. Do każdej metody leczenia w ramach Regelversorgung kasy przewidują stałe dopłaty, niezależnie od metody, którą pacjent ostatecznie wybiera. W przypadku wypełnień kasy pokrywają 100% kosztów tzw. Regelversorgung, które w praktyce oznacza ciemnoszare wypełnienia amalgamowe. Koszt takiego leczenia wynosi ok. 40€. Jeżeli pacjent decyduje się na inne wypełnienie, koszty przekraczające wyżej wymienioną kwotę pokrywa sam (np. koszt całkowity wypełnienia ceramicznego - ok. 80-100€, tzw. inlay - ok. 600-800€). Jeszcze większych dopłat należy spodziewać się w przypadku wymiany zębów (koronki, mostki, protezy, implanty itp.). Kasy chorych pokrywają tylko od 50% do 65% kosztów tzw. Regelversorgung, co już oznacza dopłaty rzędu 300-500€ za ząb. Decydując się na lepsze materiały, trzeba liczyć się z dopłatami rzędu od 800€ do ponad 1000€ za ząb. Dodatkowe ubezpieczenie prywatne, w zależności od taryfy, pokrywa do 90% kosztów bez względu na zastosowaną metodę i do 100% kosztów leczenia w ramach tzw. Regelversorgung.

ZA GRANICĄ: Ubezpieczenie państwowe działa tylko w krajach, które podpisały z Niemcami porozumienie w sprawie koordynacji systemów ubezpieczenia społecznego. Przebywając za granicą, pacjenci mają prawo do zakresu świadczeń obowiązującego w danym kraju pobytu. Koszty leczenia w krajach, z którymi takiej umowy nie ma (np. Tajlandia), pokrywa pacjent sam. Kasy chorych nie płacą poza tym za koszty koniecznego transportu chorego do Niemiec. Dlatego przed wyjazdem za granicę warto wykupić dodatkowe ubezpieczenie turystyczne, które działa na całym świecie, pokrywa koszty leczenia w nagłych przypadkach oraz koszty transportu chorego do Niemiec. Koszt ubezpieczenia to zaledwie ok. 10€ rocznie na osobę.

Krankenzusatzversicherung cieszy się coraz większym zainteresowaniem. W ubiegłym roku niemal 1/5 przychodów prywatnych ubezpieczalni pochodziła ze sprzedaży właśnie tego typu ubezpieczeń. Daje ono możliwość ubezpieczenia wszystkich lub tylko wybranych spośród wyżej opisanych świadczeń. Ma to odzwierciedlenie w wysokości składki, która waha się od kilku do kilkudziesięciu euro miesięcznie.

Autor artykułu jest doradcą w firmie PLDF GmbH - Polscy Doradcy Finansowi kontakt: 0177 9683 846

pldf® Polscy Doradcy Finansowi

**pomnażaj
swoje oszczędności
INWESTOWANIE**

**zadbaj
o swoją emeryturę
OSZCZĘDZANIE**

**zabezpiecz
najbliższych i majątek
UBEZPIECZENIA**

- **ubezpieczenie zdrowotne** (bez konieczności płacenia zaległych składek)
- **ubezpieczenie emerytalne** z państwowymi dotacjami
- **ubezpieczenie komunikacyjne** (zaliczenie zniżek z Polski, specjalne taryfy dla firm budowlanych)
- **kredyty** (konsumpcyjne i mieszkaniowe)
- **ubezpieczenie życia, niezdolności do pracy, kosztów prawnych, OC prywatne** i inne

Biuro w Monachium

Landwehrstr. 2 (niedaleko Karlsplatz/Stachus)
Tel. (0) 89 590 68 590

www.pldf.de

powroty

Ten cykl porad skierowany jest do mieszkających w Niemczech Polaków, którzy podjęli decyzję o powrocie do Ojczyzny. By ułatwić im przebrnięcie przez niezbędne procedury administracyjne postanowiliśmy skorzystać z wiedzy doświadczanego polskiego adwokata, specjalizującego się w sprawach emigracyjnych, pani Moniki Skrzypek – Paliwody. Nasz ekspert chętnie zajmie się też tematami sygnalizowanymi przez Czytelników.



Monika
Skrzypek-Paliwoda

A D W O K A T

Specjalista w zakresie
prawa emigracyjnego
reprezentująca w całym kraju
sprawy Polaków
powracających do Ojczyzny,
prowadząca kancelarię adwokacką
w Polsce pod nazwą
SEMPER LEX Prawo i Podatki

OBYWATELSTWO POLSKIE

dla dzieci urodzonych
w Niemczech

Chciałabym stanowczo zachęcić wszystkich naszych Rodaków do uregulowania tej kwestii z korzyścią dla ich dzieci, urodzonych poza Polską.

Posiadanie polskiego obywatelstwa świadczy bowiem o pielęgnowaniu własnej tożsamości i tradycji narodowej. Obywatelstwo, bowiem to nie tylko prawa i obowiązki wobec państwa, ale również **prawa i obowiązki państwa wobec swojego obywatela**. Będąc polskim obywatelem dziecko ma zagwarantowane prawa konstytucyjne, a także inne uprawnienia wynikające z ustawy. Należy tu choćby wymienić prawo do opieki zdrowotnej, bezpłatnego szkolnictwa, prawo do głosowania po ukończeniu 18 lat, pobytu na terenie RP bez żadnych ograniczeń czasowych. Będąc poza granicami państwa dziecko może liczyć na ochronę dyplomatyczną i opiekę konsularną ze strony Państwa Polskiego realizowaną przez misje dyplomatyczne i urzędy konsularne.

Kwestia obywatelstwa polskiego uregulowana jest w Konstytucji RP oraz w ustawie z dnia 15 lutego 1962 r. o obywatelstwie polskim (tj. Dz.U. z 2000 r. Nr 28, poz. 353 z późn. zm.). W zakresie nabycia obywatelstwa w Polsce obowiązuje **zasada prawa krwi**, wyrażona w art. 34 Konstytucji RP. Zasada ta oznacza, iż dziecko urodzone z rodziców posiadających obywatelstwo polskie zawsze nabywa obywatelstwo polskie nawet, gdy urodzi się za granicą.

Dziecko nabywa również obywatelstwo polskie przez urodzenie z rodziców, z których co najmniej jedno posiada obywatelstwo polskie (bez znaczenia czy jest to ojciec, czy matka). W takiej sytuacji jednak rodzice mogą wybrać dla dziecka obywatelstwo państwa obcego, którego obywatelem jest jedno z rodziców. Oświadczenie takie, wraz z kompletem dokumentów, rodzice muszą złożyć w ciągu 3 miesięcy od urodzenia dziecka przed odpowiednim organem (konsulem lub wojewodą). W przypadku braku zgody między rodzicami co do wyboru obywatelstwa dla dziecka, każde z nich może zwrócić się w ciągu

3 miesięcy od urodzenia dziecka o rozstrzygnięcie do sądu.

Dziecko, którego jednym z rodziców jest obywatel polski, a które nabyło obywatelstwo obce na podstawie oświadczenia rodziców, może powrócić do obywatelstwa polskiego. Dziecko takie może nabyć obywatelstwo polskie, jeśli po ukończeniu 16 lat, ale przed upływem 6 miesięcy od osiągnięcia pełnoletniości (czyli 18 lat) złoży stosowne oświadczenie o wyborze obywatelstwa polskiego (przed konsulem lub wojewodą). Do takiego oświadczenia nie potrzeba zgody rodziców. Wydanie przez uprawniony organ decyzji pozytywnej skutkuje nabyciem obywatelstwa polskiego. Od decyzji negatywnej przysługuje odwołanie.

W przypadku zmiany w zakresie ustalenia ojcostwa albo obywatelstwa jednego lub obojga rodziców zmianie ulega również obywatelstwo dziecka, jeżeli nastąpiły one przed upływem roku od urodzenia dziecka. 3 miesięczny termin do wybrania przez rodziców obywatelstwa obcego liczy się od dnia gdy zmiana ta została ustalona.

Zmiana w ustaleniu osoby ojca może wynikać z orzeczenia sądu wydanego w sprawach o zaprzeczenia ojcostwa lub o unieważnienie uznania dziecka. Zmiana taka ma wpływ na obywatelstwo dziecka. W przypadku, gdy ojcem dziecka nie jest obywatel polski i nabyło ono obywatelstwo polskie z racji osoby ojca traci ono to obywatelstwo. Wtedy dziecko nabywa obywatelstwo matki. Zmiany powyższe nie mają wpływu na dzieci, które ukończyły już 18 lat.

Z zasady dziecko posiada taki sam status prawny jak jego rodzice. Przebywa na terenie Polski na podstawie tych samych dokumentów co rodzice. Jeżeli rodzice otrzymają obywatelstwo polskie, także dziecko staje się obywatelem polskim. Jednakże nadanie obywatelstwa polskiego dzieciom powyżej lat 16 możliwe jest tylko po wyrażeniu przez nich zgody. Gdy dziecko jej nie wyrazi, zachowuje

dotychczasowe obywatelstwo państwa obcego.

Nadanie obywatelstwa polskiego tylko jednemu z rodziców, powoduje, iż dziecko może również nabyć

obywatelstwo polskie, jeżeli:

- pozostaje pod wyłączną opieką tego rodzica,
- drugi rodzic jest obywatelem polskim lub
- drugi rodzic wyraził zgodę na nabycie obywatelstwa polskiego przez dziecko.

W przypadku braku zgody rodzica nie nabywającego polskiego obywatelstwa dziecko pozostaje przy dotychczasowym obywatelstwie. Gdy dziecko ukończyło 16 lat do zmiany obywatelstwa potrzebna jest jego zgoda.

Na zakończenie należy podkreślić, iż ustawa o obywatelstwie polskim z 1962 r. wprowadziła kilka ważnych w materii obywatelstwa zasad:

• **zasada ciągłości obywatelstwa polskiego** – wprowadzona art. 1 ustawy - oznacza,

• **zasada ciągłości obywatelstwa polskiego** – wprowadzona art. 1 ustawy - oznacza, iż osoby, które uzyskały obywatelstwo polskie na podstawie wcześniej obowiązujących przepisów zachowują go, nawet w przypadku wprowadzenia w nowej ustawie odmiennych uregulowań prawnych od tych, na podstawie których osoby te uzyskały obywatelstwo.

• **zasada wyłączności obywatelstwa polskiego** – uregulowana w art. 2 ustawy - zgodnie z którą osoba posiadająca dwa lub więcej obywatelstw, w tym polskie, traktowana jest przez polskie organy władzy państwowej wyłącznie jako obywatel polski i nie może skutecznie powoływać się przed tymi organami na inne posiadane obywatelstwa.

**Kancelaria Adwokacka
SEMPER LEX Prawo i Podatki**

Adw. Monika Skrzypek - Paliwoda
ul. Kurzy Targ 5
50-103 Wrocław, POLSKA
tel.+48 71 79 38 900
tel. kom. +48 660 464 896
www.semperlex.pl
kancelaria@semperlex.pl



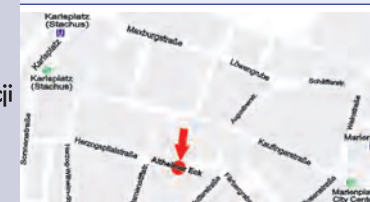
Kancelaria Adwokacka
Christoph Motkowski
RECHTSANWALT



DORADZTWO PRAWNE
W JĘZYKU POLSKIM I NIEMIECKIM:

- **prawo cywilne**
umowy i odszkodowania
- **prawo gospodarcze**
obsługa firm i transakcji handlowych
- **prawo podatkowe**
sporządzanie zeznań podatkowych
- **prawo o nieuczciwej konkurencji**
przeciwdziałanie nieuczciwej konkurencji
- **prawo pracy**
wypowiedzenia i odprawy
- **prawo drogowe**
wypadki i odszkodowania
- **prawo karne**
obrona w sprawach karnych

Altheimer Eck 15
80331 München
S-Bahn/U-Bahn
Marienplatz/Stachus
Tel.: 089/218 955 62
Fax: 089/218 955 63
Mobil: 0162 8012373
E-mail: info@kanzlei-motkowski.de



www.kanzlei-motkowski.de

AGS

Agentur Grażyna Szkulcka



Grażyna Szkulcka (M.A.)

Altheimer Eck 15,
80331 München
Tel. / Fax: 089 / 86 36 98 32
Tel: 0170 / 10 71 849

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!

BURGER ÜBERSETZUNGEN

BEATA BURGER

Tłumacz przysięgły (język polski i niemiecki)

Członek Federalnego Związku Tłumaczy (BDÜ)

Nasza oferta - uwierzytelnione tłumaczenia pisemne w różnych zakresach
- tłumaczenia ustne (spotkania handlowe, konferencje, urzędy)

Nasz adres: Westendstr. 85, 80339 München
tel.: (0 89) 50 07 31 47 lub 0151 55 93 56 80
fax : (0 89) 50 09 49 04
e-mail: beata.burger@burger-uebersetzungen.de
www.burger-uebersetzungen.de

Versicherungsgruppe ERGO
oferuje państwu
najtańsze w Niemczech

Krankenversicherungen bei der DKKV

Proponujemy również korzystne

Unfallversicherung, Rechtschutz, Haftpflicht, Kfz-Versicherung i inne. D.A.S. Versicherung Hauptgeschäftsstelle

Eva-Maria Neugebauer
0162/6152573 (po niemiecku)

Nasze Büroservice Niemiecko-Polskie von A-Z (Usługi Biurowe) oferuje pomoc Gewerbeanmeldung i wszelkich formalnościach urzędowych itp.

Informacje i terminy (po polsku)
pod numerem telefonu:
Büroservice von A-Z Agnieszka Nazarko
Tel.Kom. 0178/8011693
Tel./Fax. 089/54892190

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY
języka polskiego i niemieckiego

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

ANNA REISSIG

Auerfeldstr. 22, 81541 München
Tel./Fax 089/48 19 45
Mobil 0170/2 44 09 69
E-mail: anna.reissig@t-online.de
www.polnisch-niemiecki.com

Staatlich geprüfte, öffentlich bestellte
und allgemein beeidigte
Übersetzerin und Dolmetscherin
für die polnische Sprache - BDÜ

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY
języka polskiego
Dorota Czerwiński-Gröschl

Uwierzytelnione tłumaczenia
we wszystkich zakresach
dokumenty i pisma urzędowe,
świadectwa i dyplomy, tłumaczenia ustne
TŁUMACZ TAKŻE TEKSTY Z ZAKRESU MEDYCYNY

Autharistr. 50, 81545 München
Tel. 089/69 37 94 05
0173/38 72 725

Proszę o telefoniczne uzgodnienie terminu!

PIENIĄDZE NA DZIECI - KINDERGELD

Kompetentnie i skutecznie pomagamy osobom pracującym w Niemczech (także „Gewerbe”) w kwestii uzyskania pełnej kwoty zasiłku na dzieci (Kindergeld) w wysokości **184,- €** miesięcznie (oraz nadpłaty wstecz) na każde dziecko mieszkające w Polsce do ukończenia 25 roku życia (jeśli się uczy).

Pomagamy także osobom, którym przyznano tylko połowę lub całkowicie odmówiono przyznania zasiłku na dzieci.

OFERUJEMY TANIE - od 01/2009 OBOWIĄZKOWE ubezpieczenie zdrowotne

Tel.: 0179 484 50 63 lub (030) 367 533 40

SUERTÉ, Sławomir Wawrzyniak, Beusselstr. 27, 10553 Berlin

!!! Obsługujemy osoby z całych Niemiec !!!

www.kindergeld.com



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

Gabelsbergerstrasse 9
80333 München

www.kanzlei-demacker.de
info@kanzlei-demacker.de



Anja Czech
Rechtsanwältin



Kancelaria Anja Czech z zakresem
porad prawnych w sprawach
prawa rodzinnego, prawa pracy
jak i prawa gospodarczego

Anwaltskanzlei Czech
Nymphenburger Strasse 20, 80335 München
U-Bahn »Stiglmaierplatz« (jedna stacja za Hauptbahnhof) „U 1”

Tel.: +49 (0) 89 / 51 51 49 53 Fax: +49 (0) 89 / 54 82 82 85
Mobil: +49 (0) 172 / 8 33 14 83
www.anwaltskanzlei-czech.de

Biznesplan – nazywany koncepcją biznesu lub planem biznesowym – jest dla założycieli standardowym instrumentem komunikacji i funkcjonuje jako medium pomiędzy przedsiębiorcami a instytucjami kredytowymi, potencjalnymi partnerami współpracy, jak również wewnątrz. Istotnymi komponentami biznesplanu są plan finansowy i finansowanie oraz środowisko rynkowe, konkurencja i marketing. Rozdziały te muszą być najlepiej dopasowane do danego kręgu adresatów.

Młoda, lecz szybko rozwijająca się dziedzina zastosowania tego instrumentu to sporządzanie biznesplanu w celu finansowania ekspansji przedsiębiorstwa lub poszerzenia zakresu działalności. Zarówno w przypadku założenia, jak i rozszerzenia działalności istnieje centralny krąg adresatów tego dokumentu, składający się w pierwszej linii z banków lub innych dostawców kapitału, jak fundusze Mezzanine, podmioty finansujące venture capital lub business angels. Po stronie banku chodzi przede wszystkim o wymogi ustawowe w ramach Bazylea II, które wymagają od przedsiębiorstw szczególnej dokładności w planowaniu i prognozie rozwoju biznesu. Po stronie podmiotów finansujących ryzyko strukturalność i racjonalność grają w planowaniu w czasach rynków kapitałowych dotkniętych kryzysami ważną rolę w ocenie ryzyka potencjalnej inwestycji.

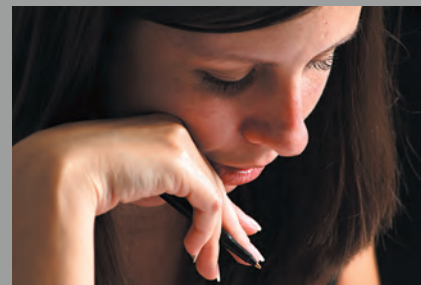
Na tym tle decydujące jest uwzględnienie kilku podstawowych zasad sporządzania i rozbudowywania biznesplanu, które przedstawiam krótko poniżej.

Ważne elementy dobrego biznesplanu

Adresat

Zawsze pomyśl o tym, do kogo ma przemówić biznesplan, ponieważ różni odbiorcy mają różne oczekiwania i koncentrują się na różnych tematach. Zasadniczo wszyscy odbiorcy oczekują tych samych informacji, jednak znacznie różnią się punkty ciężkości. Banki preferują z reguły dokument standaryzowany, o którego części autor powinien zapytać z góry. Punkt ciężkości prezentacji powinien być skierowany na przekonujące przedstawienie stabilności koncepcji a przy tym przede wszystkim zdolności do długofalowej spłaty kapitału. Koncepcja nie musi być przy tym przełomowa i nowatorska, lecz na tyle wiarygodna, że wytrzyma kontrolę instytucji, która z natury ma małą skłonność do ryzyka. Biznesplan, który przemówi do podmiotu finansującego ryzyko, musi o wiele bardziej pobudzać fantazję, jednak w aspekcie realnych założeń. Fantazja musi w tym wypadku szczególnie odzwierciedlać nowatorskość pomysłu a tym samym bardzo ponadprzeciętne wskaźniki wzrostu wielkości ekonomicznych. Jeżeli odbiorcą jest potencjalny partner do współpracy, należy w miarę możliwości usunąć dane poufne lub co najmniej zredagować je w takim stopniu, żeby nie można ich było w sposób nieograniczony wyśledzić. Dodatkowo zaleca się przed przekazaniem osobom trzecim podpisanie oświadczenia o dochowaniu poufności.

Biznesplan to elementarna część strategii przedsiębiorstwa – i to nie tylko przy jego zakładaniu. Również średnie przedsiębiorstwa sięgają do tego uznanego instrumentu. Popełnia się jednak przy tym wiele błędów, których łatwo można uniknąć.



Tło

Dużą różnicę sprawia to, czy przedsiębiorstwo, dla którego sporządza się biznesplan, już istnieje czy nie, ponieważ od tego zależy podstawowa konstrukcja dokumentu. Istniejąca historia przedsiębiorstwa jest wartościowym komponentem, który musi zostać odpowiednio uwzględniony. Przedsiębiorstwo informuje z jej pomocą zarówno o swojej stabilności, jak i ciągłości i pokazuje, że doświadczony zespół pracuje w sposób ukierunkowany nad dalszym rozwojem. Nowo utworzone przedsiębiorstwo, które nie może się jeszcze wykazać doświadczeniem, musi wybrać inną konstrukcję tematyczną pracy, która jest w większym stopniu skierowana na umiejętności i know-how poszczególnych członków zespołu.

Know-how

Przed rozpoczęciem pisania musisz się zastanowić, ile czasu i zasobów możesz i chcesz zainwestować. Przemysł, co możesz zaprezentować wykorzystując własną wiedzę oraz, co jeszcze ważniejsze, jakich wewnętrznych i zewnętrznych partnerów możesz lub musisz pozyskać do realizacji swojego projektu.

Zarządzanie projektem

Biznesplan pisze się zawsze w zespole – poszczególne rozdziały powierzyć odpowiednim specjalistom. W ten sposób nie tylko pokażesz, że masz silną drużynę dla planowanej inwestycji, lecz dasz tym osobom już we wczesnym stadium możliwość aktywnego wkładu.

Czytelność

Biznesplan musi być tak napisany, żeby również amator mógł go zrozumieć. Nie wyklucza to oczywiście objaśnienia odpowiednich szczegółów technicznych, jednak spróbuj to zrobić w możliwie zwięzły i jasny sposób. Żeby spełnić oba te wymogi, przekazać

Typowe błędy przy tworzeniu biznesplanu

Beata Grygiel

biznesplan znajomemu, który jest dobry językowo, ale nie zna się na dziedzinie, i popracuj nad jego wnioskami. Stopień przejrzystości i zrozumiałości dokumentu zwiększa uszczuplenie głównego dokumentu i przesunięcie szczegółowych i wyczerpujących informacji do załącznika. Wykorzystaj również w miarę możliwości dużo ilustracji, ponieważ obraz informuje o strukturze i często mówi więcej niż tysiąc słów.

Długość

Krótko i zwięźle – to powinno cechować poszczególne rozdziały biznesplanu. W zależności od tematu i wykonanych już prac wstępnych biznesplan może obejmować od 30 do 100 stron. Wielkości te obejmują oczywiście ilustracje, tabele objaśniające oraz przejrzysty layout. Zasadniczo ważne jest, żeby nie zgubić się w nieistotnych szczegółach. Poprzez zwięźłość pokazujesz, że masz jasną wizję Twojego pomysłu na biznes.

Wygląd

Daj sobie czas na profesjonalne ukształtowanie dokumentu lub poszukaj wsparcia, ponieważ pasujące obrazy i wykresy podkreślają Twoje cele, jak uczy tego teoria komunikacji. Zwróć uwagę na jednolity layout, kontynuację formatowania oraz logiczny sposób pisania. Chodzi przy tym o aspekty, które przemawiają za strukturą, jakością i skrupulatnością.

Aktualność

Biznesplan powinien być regularnie aktualizowany. Wykorzystaj w tym celu rozwiązania oparte na oprogramowaniu, które wdraża takie aktualizacje tak efektywnie, jak to możliwe.

Planowanie

Każde planowanie jest tak dobre, jak założenia, których dotyczy. Pomyśl o tym, żeby zawsze dobrze uzasadniać swoje założenia i poprzeć je odpowiednimi, uznanymi źródłami. Nie unikaj przy tym opierania się na liczbach, ponieważ służą one w późniejszej rozmowie o inwestycji jako podstawa argumentacji.

Długofalowe unikanie błędów

Sporządzenie biznesplanu to nie czarna magia. Napisanie dobrego biznesplanu nie jest jednak rzeczą trywialną i wymaga dużych nakładów. Przy dobrym planowaniu inwestycji można sobie doskonale poradzić z takim projektem.

IHK i KfW oferują pomoc w postaci treningu dla założycieli, w ramach którego otrzymasz kilka programów wsparcia finansowego przy pierwszym skorzystaniu z porady. Dla przedsiębiorstw średniej wielkości istnieją również różne programy wsparcia (jak np. ProInno), w ramach których mogą być wspierane częściowe aspekty finansowania. Region Północnej Bawarii jest bardzo aktywny, w szczególności za pośrednictwem sieciwerk|nordbayern, która obok podręcznika dotyczącego sporządzania biznesplanu oferuje różne szkolenia i treningi w korzystnych cenach.

Nie tylko trwale polepszy się postrzeganie Twojego przedsiębiorstwa przez różnych decydentów, lecz również Ty osobiście będziesz podejmował w planowaniu rozwoju przedsiębiorstwa lepsze decyzje. Także tu obowiązuje jednak zasada: „Planowanie oznacza zastąpienie przypadku niepewnością!”

Grygiel - company support

Beata Grygiel

Gwarantuje fachowe usługi dla Polonii przy rejestracji i dalszym prowadzeniu działalności gospodarczej

Twój partner w sprawach

- Księgowych
- Biurowych
- Urzędowych
- Finansowych
- Dodatków rodzinnych
- Tłumaczeń

Członek zrzeszenia dla samodzielných księgowých (b.b.h.)

Werinherstrasse 15,
81541 München
DOI/AZD:
U2 Silberhornstr.;
Tramwaj 15, 25; Bus 58

Tel.: +49 (0)89 96 05 27 47
Fax: +49 (0)89 96 05 27 48
Mobil: +49 (0)170 311 360 4
office@grygiel-company.com
www.grygiel-company.com



Kącik milionera

Drodzy czytelnicy,

po małej przerwie wracamy na łono Mojego Miasta. Długo szukałem następnych dobrych firm do zaprezentowania; te firmy są sprawdzone, młode, z bardzo dobrym planem marketingowym i europejskie, co dla wielu jest ważnym punktem.

Dzisiaj prezentuję firmę Pachira GmbH. Jest to młoda firma, zajmująca się sprzedażą nowego rodzaju suplementów, o ciekawych właściwościach. Plan marketingowy jest prosty i łatwy do nauczenia, Inwestycja żadna, a co za tym idzie też bez ryzyka, liczy się praca; strona internetowa jest jeszcze na niskim poziomie ale liczy się produkt i jak mogę w tej firmie zabezpieczyć swoją egzystencję. Proszę pamiętać: my opisujemy firmy zajmujące się Networkiem i te wiadomości są dla ludzi, którzy Network lubią i rozumieją, a nie dla szybkiego zarabiania pieniędzy. Aby zrozumieć o co chodzi w tej firmie i jakie prezentuje produkty, drukujemy dzisiaj trochę informacji na ten bardzo ciekawy temat.

NO TO STARTUJEMY

PACHIRA FLEX – dla wszystkich dbających o zdrowie i komfort życia

Samo tylko reumatoidalne zapalenie stawów, to choroba, która dotyka ponad 400 000 osób w Polsce w sposób tak dotkliwy, że powoduje ich niezdolność do wykonywania pracy. Liczbę osób, mających problemy z różnorodnymi zaburzeniami pracy stawów, które pozbawiają ich komfortu życia – statystyki szacują na blisko 4 miliony! Wpływ na to ma zarówno niewłaściwa dieta, niezdrowy styl życia, jak i zanieczyszczenie środowiska. Wiele z wspomnianych czynników spowodować można do złego funkcjonowania komórek naszych stawów i chrząstek, a w szczególności do braku ich odporności na wolne rodniki (oksydanty). Także i szereg innych chorób, związanych na przykład z układem kostnym (np. osteoporoza) wiązać można z nieprawidłowościami funkcjonowania na poziomie komórkowym. Rozwiązaniem i pomocą, które podsuwa nam dziś współczesna nauka, jest właściwa suplementacja – dobre odżywienie komórek, dostarczenie im tego CO potrzebują, WTĘDY gdy tego potrzebują. Zagadnienia te bada nowa nauka, rozwijana w ośrodkach uniwersyteckich Włoch i Francji – orochronodietetyka. Orodietetyka to gałąź nauki, poświęcona badaniu przyswajania aktywnych składników (np. leków lub suplementów) do naszego krwioobiegu bezpośrednio przez błonę śluzową w ustach. Ta metoda pozwala całkowicie uniknąć wielu problemów występujących przy tradycyjnej aplikacji – przez połknięcie i trawienie. Aktywne składniki będą w naszych ustach uwalniane z orogranulki i już po 5-8 minutach dotrą - wraz z krwią - do wszystkich komórek naszego ciała! Orochronodietetyka, badając potrzeby odżywcze komórek, uwzględnia także zmienność tego zapotrzebowania w cyklu 24-godzinny, noc – dzień.



Najdoskonalszą dostępną obecnie linią produktów uwzględniających osiągnięcia orochronodietetyki są suplementy oferowane przez Pachira International. Produktem dedykowanym dla osób mających problemy z funkcjonowaniem stawów – jest **Pachira FLEX**. To produkt oparty o w pełni naturalne składniki pochodzenia roślinnego. Wśród blisko dwudziestu składników **Pachira FLEX** warto szczególnie zwrócić uwagę na trzy z nich:

- wyciąg z pestek winogron, zawierający olimeryczne procyanidyny - najsilniejsze znane obecnie antyutleniacze – broniące nas przed negatywnym wpływem destrukcyjnych wolnych rodników;

Przedstawia

Janusz
Dudkowski



- Hakorośl rozesłana (inaczej Czarcie pazury), zawierający znaczne ilości irydoidów, glikozydów, fenoli i bioflawonoidów – składników o silnym działaniu przeciwpalnym i przeciwreumatycznym;

- chrząstka rekina, której najważniejszym składnikiem czynnym są glikokoniuogantyny. Brak tego składnika w organizmie człowieka powoduje degradację tkanki łącznej, zwyrodnienia i dysfunkcje ścięgien, stawów i więzadeł mięśni.

Pachira FLEX to produkt, który z sukcesem przeszedł dokładne badania kliniczne – w grupie 871 pacjentów 34% raportowało zmniejszenie odczuwanego bólu stawów już po 5 dniach. Po 10 dniach procent osób obserwujących zredukowaną bolesność wynosił już 65%. Ocena po 60 dniach stosowania **Pachira FLEX** była jeszcze bardziej jednoznaczna: 90% uczestników badania zgłaszało zmniejszenie bólu stawów, a 93% uczestników wskazywało na poprawę ruchomości stawów.

FLEX bardzo pomocny jest także osobom uprawiającym sport, w szczególności dyscypliny poddające ścięgna i stawy dużym przeciążeniom. Największe korzyści odniosą tu osoby w średnim wieku, które zachowały jeszcze siłę mięśni dwudziestolatka, lecz wytrzymałość ich więzadeł i ścięgien jest już (niestety) dużo mniejsza. **FLEX** podniesie ich elastyczność i uchroni przed kontuzjami.

Stworzony przez kreatora orodietetyki - dr Gaetano Zanniniego **FLEX**, to przykład suplementu najnowszej generacji, zawierający optymalny zestaw składników dla każdego, kto chce w skuteczny sposób pomóc własnemu organizmowi w utrzymaniu zdrowych stawów, ścięgien i kości. Dla każdego, który zmuszony jest toczyć codzienną walkę z bolesnością stawów i dla tych, którzy chcą zmniejszyć ryzyko wystąpienia takich dolegliwości w przyszłości. Warto zainwestować w taką profilaktykę!

Więcej informacji na
www.orochnodietetyka.pl

W następnym wydaniu Mojego Miasta:
Firma Lyoness
wasz Janusz Dudkowski



2011 - 2013

PL Navigator

to polskojęzyczny katalog branżowy, który z powodzeniem zadebiutował w 2009 roku.

W nowej edycji

- 2011/2013 - katalog zwiększył swój zasięg i obok Bawarii obejmuje **Badenię-Wirtembergię**.



dołącz już dziś do grona polskich przedsiębiorców wypełniając poniższy formularz

Zachęcamy

reklamodawców do rezerwowania najlepszych miejsc na stronach katalogu

Płacąc raz

otrzymujesz reklamę przez okres dwóch lat w wersji papierowej oraz dodatkowo wpis na internetowej stronie katalogu www.plnavigator.de

Cennik

oraz szczegóły ogłoszeń znajdują Państwo na stronie: www.plnavigator.de w zakładce - **NASZA OFERTA**

Zgłoszenia

przyjmujemy pod adresem: info@plnavigator.de pod nr tel.: **163 153 00 57** lub pocztą - obok formularz zgłoszeniowy

Wysoka jakość wydania, szeroka dystrybucja, duży nakład

oraz równolegle działająca z nim strona internetowa www.plnavigator.de zapewniają dotarcie do szerokiego grona klientów i zaznaczenia TWOJEJ obecności na polskojęzycznym rynku **Bawarii i Badonii Wirtembergii!**



werbe-agentur spsila
Kreuzackerstr. 44
84036 Kumhausen

Umsatzsteuer - IdNr. DE 258409591
FAX. 03222 14 60 899

Verbindliche Bestellung

Datum:
Angaben – Auftragsgeber:
Firma:
Strasse: Nr.:
PLZ: Ort: Telefon:
Ansprechpartner:
Name, Vorname
Mobil: Fax:
E – Mail:

Auftragsbeschreibung: **Anzeige in der Branchenbuch PLNAVIGATOR für die Ausgabe in Bayern**

Größe der Anzeige: **1/8** (63x42mm) - 100€ **1/4** (63x88mm) – 150€
1/2 (130x88mm) – 250€ **1/1** (148x187mm) – 500€

Preis Netto (Euro): Preis Brutto (Euro):

Entwurf gewünscht: **Ja** ☐ **Nein** ☐ Preis für den Entwurf: **25€** - 1/8 u. 1/4 Seite
Entwurf gewünscht: **Ja** ☐ **Nein** ☐ Preis für den Entwurf: **50€** - 1/2 u. 1/1 Seite
Eintrag gewünscht: **Ja** ☐ **Nein** ☐ Preis für den Eintrag: **40€**
* Preise zzgl. 19% MWST.

Besondere Vereinbarungen:.....
.....

Der Auftraggeber bestätigt mit seiner Unterschrift die verbindliche Bestellung der Anzeige und, dass er unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen erhalten hat, gelesen, verstanden und diese anerkennt.

Unterschrift Auftraggeber

Unterschrift Auftragnehmer

Ort, Datum



STANEK
Anwaltskanzlei
Niemiecko-Polska Kancelaria Adwokacka



Kompleksowa obsługa firm
oraz osób fizycznych

**Prawo cywilne i gospodarcze,
podatkowe i administracyjne
rodzinne i spadkowe,
windykacja roszczeń.**

Prowadzimy obsługę prawną klientów w językach:
polskim, niemieckim i angielskim

Jacob Stanek
Holdermannstr. 14
70567 Stuttgart
Tel.: 0049 - 711 48997 00
Fax: 0049 - 711 48997 50
info@kanzlei-stanek.de
www.prawo-niemieckie.de



**telewizja
na kartę**
również w wersji HD

32 polskie programy
bez umowy i abonamentu

TELEWIZJA HD
to 44 programy w tym 12 HD

**Sprzedaż i montaż!!!
zestawów satelitarnych**

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

www.DigitalTVShop.de

Kom.: 0179/4316130 po polsku
Tel.: 089/505051 • Fax: 089/505004

Zentrale Erding / München
Tel.: +49 8122-22 717-0 • Fax: -22 717-51

Hämmerle

Hämmerle GmbH & Co KG
(sp. z o. o. & sp. komandytowa)

- realizacja postępowania upadłościowego
- ekspertyza
- aukcje przemysłowe
- likwidacje i wyprzedaże
- wprowadzanie nieruchomości na rynek
- środki zabezpieczające
- sprzedaże przedsiębiorstw

www.haemmerle.de

Hämmerle - zarządzanie roszczeniami GmbH
(sp. z o. o.)

- ściągnięcie roszczeń
- kupno roszczeń
- nadzór nad roszczeniami
- profesjonalna egzekucja zadłużeń z różnych tytułów
- tytułowanie roszczeń

www.haemmerle-foma.de

Hämmerle - akademie

- fachowe seminaria prawne
- seminaria biznesowe
- kursy zawodowe
- przygotowanie do egzaminów

www.haemmerle-akademie.de

Hämmerle - biznes i finanse GmbH
(HBF) (sp. z o. o.)

- finansowanie i wynajem ruchomego majątku trwałego
- doradztwo dotyczące uzdrowienia przedsiębiorstwa
- finansowanie projektu

www.haemmerle-hbf.de

**Bliższe informacje
znajdziecie Państwo
na stronie internetowej firmy:
www.haemmerle-foma.de
oraz pod numerami telefonów:
0172/7869459 (w języku polskim)
08122/558400 (w języku niemieckim)**



**SZKOŁA JĘZYKOWA
&
BIURO TŁUMACZEŃ**

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

NASZYM CELEM JEST ZREALIZOWANIE PAŃSTWA CELÓW!

SYCher Sprachen Sprechen • M.A. Aneta SyCh • Dachauer Straße 180 • 80992 München
www.sych-sprachdienstleistungen.de • Tel. +49 (0)89-14 90 39 58 lub +49 (0)172-7 86 94 59

STOMATOLOG

dr. medycyny dentystycznej
Katharina Juretzki

Amalienstr. 60
(przy Uniwersytecie)
80799 München

Tel.: 089/39 37 20

**Dr. Markus Winkler
Zahnarzt**

Bäckergasse 11A
93059 Regensburg
Tel.: 0941 / 8 55 75

Öffnungszeiten:
Mo., Die, Do 8.00 - 19.00
Mi., Fr. 8.00 - 12.00

Dokładne badanie stomatologiczne może pomóc w diagnostyce chorób ogólnych. Informacji o naszym ciele dostarcza bowiem stan jamy ustnej. Badanie stomatologiczne nie ogranicza się tylko do przeglądu zębów. Składa się ono z wielu elementów diagnostycznych i może wykryć choroby ogólne, jak na przykład zaburzenia snu, objawiające się w postaci bruxizmu. Na pewno to pojęcie „obiło się nam już niejednokrotnie o uszy”.

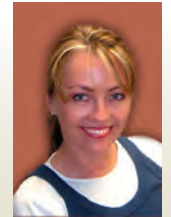
BRUKSIZM to mimowolne zaciskanie szczęki i żuchwy oraz zgrzytanie zębami, będące najczęściej skutkiem stresu.

Inteligenci zjadają własne zęby..., nie bez powodu stres nazywany jest „chorobą społeczną XXI wieku”. Dotyka ona szczególnie osoby z wykształceniem akademickim, biznesmenów, managerów, czyli osoby prowadzące „ambitne” i „intensywne” życie.

Reakcje stresowe mają pozytywny, mobilizujący wpływ na nasz organizm. Jeśli jednak problemy kumulują się i poziom frustracji jest za duży, to ta z natury pozytywna reakcja może wywołać w naszym organizmie niemałe szkody. Świadomie bronimy się przed stresem uprawiając sport, stosując odpowiednią dietę, kontrolując kardiologiczny stan zdrowia. Wielu z nas nie zdaje sobie jednak sprawy z tego, że na tym nie kończy się dbałość o zdrowie. Nasze codzienne problemy zabieramy bowiem ze sobą do łóżka, co odciska widoczne piętno na naszych zębach.

Osoba cierpiąca na bruxizm zaciska zęby podczas snu z dziesięciokrotnie większą siłą aniżeli podczas gryzienia, żucia czy przełykania. Obok starć zębów, wzmagają się napięcia mięśni żwaczowych, mięśni szyi i karku. Konsekwencją tego są przeciążenia stawów skroniowo-żuchwowych, co w kombinacji z przeciążaniem mięśni może być zwiastunem wad postawy. Ponieważ problem ten jest kompleksowy

Sekrety naszego zdrowia zaszyfrowane w zębach



lek. stom.
Joanna Kozłowski

i trwa zazwyczaj długi czas, może on doprowadzić do rozchwiania zębów, migrenopodobnych bólów głowy, mięśni a nawet stanów depresyjnych. Rehabilitacja wymaga ścisłej współpracy stomatologów, fizjoterapeutów i psychologów.

Jak rozpoznać problem zgrzytania zębami?

W odpowiedzi proszę przeanalizować poniższe pytania.

- Czy budzisz się z obolałymi, zaciśniętymi mięśniami twarzy w okolicach stawów skroniowo-żuchwowych
- Czy masz często bóle głowy lub karku? Czy ten ból wzmagają się podczas zaciskania zębów?
- Czy zaciskasz zęby w stresowych sytuacjach?
- Czy masz problemy z szerokim otwarciem ust np. podczas odgryzania jabłka, ziewania czy śpiewania?
- Czy żuchwa zablokowuje się podczas wykonywania tych czynności?
- Czy podczas otwierania ust czujesz w stawach kliknięcie, słyszysz trzaski, szmery, tarcia?
- Czy masz zęby zniszczone, starte, rozchwiane?

Im częściej potrafimy utożsamić nasz stan z powyższymi dolegliwościami, tym większe jest prawdopodobieństwo bruxizmu i dalszych, wyżej opisanych powikłań.

Jak sobie radzić z tym problemem?

Nieodzwonna jest oczywiście wizyta u stomatologa, który po szczegółowym wywiadzie

i analizie zgryzu zaleci odpowiednie leczenie. Transparentna szyna relaksacyjna utrzymująca zęby szczęki i żuchwy w odstępie, a mięśnie w stanie relaksacji zalecana jest jako pomoc natychmiastowa. Również leczenie farmakologiczne, przy pomocy leków przeciwzapalnych, przeciwbólowych, zmniejszających napięcie mięśni lub psychotropowych i leczenie fizjoterapeutyczne przy pomocy masażu, ćwiczeń mięśni, terapii ciepłej itp., są w momencie ostrych objawów bardzo wskazane i szybko łagodzą ból.

Jeśli starcie zębów jest bardzo duże, nieodzwonne będzie przywrócenie im kształtów anatomicznych poprzez odbudowę utraconych tkanek, przy pomocy leczenia protetycznego: koronami i licówkami. Jeśli powodem przeciążenia stawów skroniowo-żuchwowych są wady zgryzu, wskazaniem będzie leczenie ortodontyczne. Jeśli stan chorobowy pogłębił się do stopnia depresji, niezbędna będzie terapia psychologiczna, która postawi „na nogi” stan naszej duszy.

Zadaniem domowym dla pacjenta jest wprowadzenie w życie codziennie relaksu, jeśli to możliwe zmniejszenie obowiązków i razem z nimi „tempa życia”. Kontrolowanie swoich reakcji na stres, celem unikania silnego zwarecia zębów, za wyjątkiem spożywania posiłków. Terapia ciepła, sauna, medytacja, joga itp. pomogą przywrócić nasz organizm do normy, niemniej jednak szyna relaksacyjna może się okazać nieodłącznym towarzyszem naszego spoczynku nocnego.



Zahnarzt am Marktplatz Joanna Kozłowski
Marktplatz 7, 85375 Neufahrn, tel.: 08165/4866

Ziołolecznictwo

serca i układu krążenia

Co trzeci dorosły człowiek umiera albo na zawał albo na udar mózgu. Zioła, które rosną wokół nas, zawierają zdumiewający potencjał leczniczy, który jest znany już od wieków. Zadziwiające jest to, że tak mało stosuje się ziół w leczeniu.

cz.2

lek. stom.
Marian Znorowski

Nadciśnienie tętnicze w 95% nie ma żadnej przyczyny organicznej i jest funkcjonalnym zakłóceniem, wyrazem wegetatywnego rozregulowania, względnie podwyższenia aktywności układu sympatycznego.

Rauwolfia serpentina (zgrzyt żmijowy) działa obniżająco na ustrój sympatyczny, ciśnienie tętnicze i puls. Również jemiola (*Herba Visci albi*) w postaci herbaty normalizuje ciśnienie tętnicze. Nie można jej jednak parzyć lecz zalać zimną wodą i odstawić na 10 godzin lub zalać letnią wodą i odstawić na noc, potem pić dwie do trzech filiżanek w ciągu dnia. Dobrą kombinacją jest mieszanie w jednokowych częściach jemioli z głógiem (*Flores et folia Crataegi*) i melisą (*Folia Melissa*). Z tak przyrządzonej mieszanki należy zaparzyć jedną łyżeczkę na filiżankę, odstawić na piec do dziesięciu minut, poczym wypić. Aby uzyskać pożądany skutek należy pić dziennie trzy/cztery razy.

Zarówno uzupełniając jak i alternatywnie stosować można sok z selera, który nie tylko obniża ciśnienie tętnicze i działa rozluźniająco, ale także wspiera trawienie, a dzięki zawartości wapna wzmacnia kości i zęby. Zmieszany z marchwią działa od wewnątrz oczyszczająco, gdyż dzięki zawartości gorzkich substancji wspomaga wydzielanie śliny i żółci, ponadto działa moczopędnie dzięki zawartym olejkom eterycznym. Zaleca się małą szklankę dziennie przed śniadaniem lub obiadem.

Dobrze działającym gotowym środkiem homeopatycznym przeciwko wysokiemu ciśnieniu tętniczemu jest homiotensin. Obok jemioli i głogu zawiera również rauwolfię żmijową i rezerpinę (D2 i D3). Ze względu na niskie potencje zaliczyć je można do ziołolecznictwa.

Najbardziej znanym środkiem przeciwko niewydolności serca jest czerwona naparstnica (*digitalis purpurea*). Szczególnie *digitalis*, który jest składnikiem czerwonej naparstnicy, wzmacnia mięsień sercowy i obniża puls. Jednak jest to środek o małej szerokości terapeutycznej. Zbyt niska dawka nie odnosi oczekiwanego skutku, natomiast za duża prowadzi do zatrucia i zakłócenia rytmu pracy serca. Dlatego też stosuje się ten środek wyłącznie jako syntetyk lub półsyntetyk.

Wzmacniając na mięsień sercowy działa konwalia (*convallaria majalis*), adonis (*adonis vernalis*), uginia morska (*urginea maritima*) i oleander (*nerium oleander*), w szczególności zawarte w nich składniki, jak cymarin, convallatoxin i proscillaridin A. W porównaniu z naparstnicą są mniej toksyczne ale też i mniej skuteczne. Sprawdzonym lekiem zawierającym ekstrakty z nich jest miroton.

Najlepszym roślinnym środkiem leczniczym przy początkowej niewydolności serca jest głóg (*crataegus oxyantha i monogyna*). Charakteryzuje się szerokim działaniem terapeutycznym, skutecznym już przy małej dawce i nie można go przedawkować, gdyż nie jest trujący. Przeciwwskazania czy działania uboczne nie są znane. Przy tym jest jedynym środkiem ziołowym, który nie tylko wzmacnia serce, lecz także normalizuje rytm jego pracy, poprawia ukrwienie mięśnia sercowego i obniża ciśnienie tętnicze krwi. Jest dlatego najlepszym z ziół, które można polecić w początkowej terapii schorzeń serca i układu krążenia. Głóg można stosować w postaci herbaty, kropli czy tabletek. Jako gotowy medykament sprawdził się *crategutt novo* i *faros*.

Jeśli na skutek słabości serca następuje zatrzymanie wody w nogach czy płucach poleca się odwadniające liście brzozy (*folia betulae*) albo skrzyp (*herba equiseti*) w postaci herbaty bądź gotowego środka np. *urenal*. Przy osłabionym sercu wskutek starości poleca się żeń-szeń (*ginseng*), znany od tysięcy lat ze swojej skuteczności, szczególnie w Azji. Działa wzmacniająco, nie jest szczególnie skuteczny na układ sercowo-naczyniowy.

Przy zaburzeniach rytmu serca pomagają również głóg. Podczas gdy przyjmowany przy niskiej częstotliwości pracy serca potrafi przyspieszyć puls, w kombinacji z walerianą albo melisą (np. w *oxacant* uspokajającym) działa uspokajająco na serce. Jeśli preferujemy herbatę, to należy stosować dwie części głogu



i jedną część melisy, zalać gorącą ale nie gotującą się wodą. Po dziesięciu minutach pić, kilkakrotnie w ciągu dnia po jednej filiżance.

Rośliną leczniczą na tachykardyczne zaburzenia rytmu serca, to *besenginster* (*cytiscus scoparius*). Zawarty w nim *spartein*, stabilizuje rytm i działa tłumiąco. Poleca się stosować w formie gotowego leku, w postaci kropli pod nazwą *spartiol*.

Choć często przy wyżej opisanych wskazaniach zioła stanowią zasadniczy lek, przy dławicy piersiowej stosuje się je pomocniczo. Najlepiej na ukrwienie mięśnia sercowego działają głóg (*crataegus oxyantha i monogyna*) i kela egipska (*ammi visnaga*). Podczas gdy głóg (*crategutt novo*) podnosi wydolność pracy serca, chroni je i rozszerza naczynia wieńcowe serca, kela działa rozluźniająco i wspomaga ukrwienie mięśnia sercowego.

Również zioła działające uspokajająco na układ wegetatywny, jak melisa (*melissa officialis*) albo waleriana (*valeriana officialis*) działają rozluźniająco i można je stosować razem z wyżej wspomnianymi ziołami np. jako herbatę albo dodatek do kąpieli.

Przy zaburzeniach ukrwienia mózgu i zawrotach głowy nie wolno zapominać, że tym czym jest głóg dla serca, tym jest ginkgo dla mózgu. Wyciąg uzyskany z wysuszonych liści drzewa ginkgo musi przejść proces oczyszczenia z toksycznych kwasów. Dopiero wtedy można go przyjmować doustnie w postaci kropli bądź tabletek. W przeciwieństwie do chemicznych preparatów ginkgo polepsza nie tylko ukrwienie mózgu, lecz także przemianę materii w komórkach i może dlatego

zapobiec rozwojowi otępienia Alzheimera. Jeśli istnieją odpowiednie symptomy bardzo szybko można się przekonać o skuteczności ginkgo. Zaleca się przyjmować 120mg wyciągu z ginkgo, np. *tebonin*, trzy razy dziennie przez dwa tygodnie. Jeśli nie nastąpi zmiana, nie należy brać więcej. Jeśli natomiast nastąpi poprawa, można zredukować dawkę: najpierw dwa razy dziennie po 120 mg, potem dwa razy dziennie po 80 mg, czy też trzy razy dziennie po 40 mg. ginkgo. Przeprowadzone studia wykazały, że ginkgo powoduje polepszenie płynności krwi, podnosi elastyczność czerwonych ciałek krwi i polepsza zarówno centralny jak i peryferyjny przepływ krwi. Przy zawrotach głowy pomaga też i imbir, najlepiej w postaci herbaty.

Z pewnością nie wyczerpaliśmy wszystkich ziół, jakie zawiera lista wielowiekowej tradycji ziołolecznictwa. Zawiera ona leczniczy potencjał, który czeka tylko na to, by być wykorzystany w terapii. Ważne jest, by stosować je stosownie do zaleceń już przy pierwszych symptomach choroby. Fakt, że zioła aktywizują własne siły lecznicze organizmu bez wywierania ubocznych skutków, jeśli je wytrwale i odpowiednio stosujemy, zachęca do tego, by je zastosować, zanim sięgnie się do medycyny szkolnej.

Na pytania odpowiada -
Dr. Marian Znorowski tel.: 08131/729440



FrauenCafe

Zaprasza najserdeczniej wszystkie Panie mówiące po polsku!!!

aby w obecności psychologa Anny Kaczmarek podyskutować na następujące tematy:

- 22.03 - Problemy w związkach małżeńskich i nie tylko
- 12.04 - Znaczenie medytacji
- 24.05 - Majówka
- 28.06 - Pinakothek
- 19.07 - Odwiedziny u Szopena (Pomnik w Ogrodzie Poetów)

godziny spotkań od 18-tej do 21-ziej

* * *

Adres FrauenCafe: Holzapfelstrasse 3
dojazd z Dworca Głównego 18 i 19 (kierunek Pasing)
Tel: 089/50 50 05

Stomatolog

Dr. Marian Znorowski

stomatologia ogólna
stomatologia dziecięca

Am Oberanger 14
85221 Dachau

Tel.: 08131/729 440

www.znorowski.de
praxis@znorowski.de

w szczególności:

ortodoncja

implanty

profilaktyka i estetyka

ortodoncja

implanty

profilaktyka i estetyka

Akceptujemy EU tymczasową kartę ubezpieczeniową

akceptujemy EU tymczasową kartę ubezpieczeniową

pracujemy też w soboty | mówimy po polsku | 7 minut od S2 do praktyki

endokrynologia . chiroterapia (kręgarz) . akupunktura



Dr. med. Marian Tymiec

dr med tymiec
lekarz internista - ogólny

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

Steinstr. 30 · 81667 München

(S-Bahn) Rosenheimerplatz - (U-Bahn) Max-Weber-Platz

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 POLSKU

Przyjmujemy pacjentów prywatnych oraz ubezpieczonych we wszystkich kasach chorych

Anna Machowski
Renate Fischer

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



ADALMAR
www.prasa-polska.com

KOLPORTAŻ PRASY POLSKIEJ
NA TERENIE EUROPY ZACHODNIEJ

SPRZEDAŻ HURTOWA 030-77391863

PRENUMERATA 030-77391864

USŁUGI KURIERSKIE DO 1 TONY Z BELGII, HOLANDII I NIEMIEC DO POLSKI

**Drogie czytelniczki,
witam w następnym wydaniu
Kącika Piękności.**



Orlando

Mam nadzieję, że i wasz początek roku był wspaniały, podobnie jak mój...

Na Nowy Rok byłem w Krakowie - po prostu uwielbiam to miasto, ma tak dużo do zaoferowania! I oczywiście jedzenie! Niestety ale nikt mnie nie przekona, że istnieje lepsza kuchnia od naszych gołąbków, pierogów czy bigosu...

Zacznę od odpowiedzi na kilka waszych pytań...

1) Jedna z czytelniczek napisała do mnie z pytaniem co robić gdy maskara zaczyna wysychać, a właściwie to nie jest stara.

Jeżeli maskara zaczyna się trochę wysuszać i tworzą się grudki to można wlać do środka kilka kropli wody i później dobrze potrząsać, aby wymieszała się z tuszem. Maskara jest produkowana na bazie wody tak że dobrze się z nią łączy (naturalnie nie maskara wodoodporna!).

2) Na pytanie: „dlaczego czasami błyszczyki do ust po pewnym czasie się separują, tworząc grudki na ustach?”

odpowiedź brzmi albo błyszczyk jest stary, albo nie najlepszej jakości. Przyczyną mogą być również zbyt suche usta. W takim wypadku najlepiej natłuścić nieco usta i dopiero nałożyć błyszczyk.

„Mary Kay” ma znakomity podkład do ust, po którym stają się jedwabiste i znakomicie przygotowane do nałożenia szminki lub błyszczyku.

3) Zapytano mnie również dlaczego kredka czasami nie rozprowadza się równo.

Także w tym wypadku wina może leżeć w jakości, czasem również zależy od temperatury przechowywania. Kredka do ust jest zrobiona na bazie olejowej i jeśli przechowywana jest w chłodzie potrzebuje kilku ruchów, aby się rozgrzać. Przytoczę sekret mojej mamy: przed użyciem kilkakrotnie chuchnąć na kredkę i będzie gotowa do użytku.

Tyle w gestii odpowiedzi na pytania czytelniczek.

KĄCIK PIĘKNOŚCI

super modelką Karoliną Kurkową, gwiazdą telewizji Veroną Wriedt, Rolfem Schneiderem, Peymen Amin, top modelką Lena Gercke i in.

Koncentrowałem się przede wszystkim na fryzurach i makijażach na sezon jesień/zima 2011-2012, a trendy ujął bym jednym zdaniem: „powrót do natury”.

Bez znaczenia czy włosy są rozpuszczone czy podpięte do góry, każdorazowo sprawiają wrażenie jakby fryzury były wykonane w domu, jedynie rękami.



Na show Dawida Tomaszewskiego włosy były proste, z przedziałkiem przez środek i związane bod broda; stwarzało to wrażenie czapki. Na pokazie Allure, włosy modelek były również proste, związane w wysokiego kucyka i tylko z przodu wypuszczone kilka pasm, które nadawały tej fryzurze miękkości i kobiecości. Boss i Eskada lansują trend rozpuszczonych, lekko falujących włosów, jakby naturalnie wysuszonych po kąpieli w morzu.

Nie brakowało również fryzur w stylu glamour. Na Michalsky show były one z tyłu wyżej podtapierowane i płasko upięte po obydwóch stronach głowy, co dawało wrażenie wysoko spiętego kucyka.

Tak więc, naturalny wygląd jest en vogue, włosy powinny się poruszać i nawet trochę prowokować miękkością i kobiecością.

Inteligentna pielęgnacja.

Uważasz, że na Twojej twarzy nie ma miejsca na zmarszczki? Masz rację – przepędź je! Niezwykły program codziennej pielęgnacji TimeWise® pomoże Ci zminimalizować widoczność drobnych linii i zmarszczek. Twoja skóra będzie ujędrniona i gładka. Zatrzymaj czas i przywróć swojej skórze młodość już dziś! Skontaktuj się ze mną, by wypróbować pielęgnację TimeWise® Mary Kay.

MONACHIUM
Krystyna: 015774253272
Maryla: 01742828268
LANDSHUT
Wioletta: 01631530058



www.orlandowho.com



W przypadku makijaży mocno podkreślone oczy czy usta są jak najbardziej mile widziane. Modne są dobrze wytuszowane rzęsy, czerwone usta no i naturalnie cienie do powiek. Tu warto zwrócić uwagę: jeśli podkreślenie mocniej oczy to usta powinny być naturalne i odwrotnie. Makijaż nie ma przypominać kolorowej papugi.

Modne kolory to odcienie złota, zieleni, miedzi, można to określić paletą barw pięknej polskiej jesieni. Modny jest również kolor czarny.

Obiecałem, że w tym wydaniu opiszę jak najlepiej i najprościej zrobić „smoky eyes”. Wcześniej chcę zwrócić uwagę na to jak ważny jest pod jakimkolwiek makijażem podkład na oczach. W zależności od typu skóry należy dobrać odpowiedni kosmetyk, a jest ich wiele. Ja zajmę się podkładami „Mary Kay”, które wypróbowałem i uważam je za znakomite. Przed podkładem nakładam produkt nazywany „make up grundle” (czyli baza pod makijaż). Baza tworzy delikatną warstwę i utrzymuje podkład przez cały dzień, a skóra jest dostatecznie dotleniona, przez co świeża i jędrna. Nie ma co się czarować, nie każdy rodzi się z perfekcyjną skórą, również modelki mają defekty, które trzeba tuszować. Baza pod makijaż wypełnia pory i pomaga w znakomitym rozprowadzeniu i utrzymaniu makijażu. Jest ona w formie żelu, który tworzy delikatny filtr na powierzchni skóry. Oczywiście nie da się bazą zapłacić nierówności skóry czy zatuszować przyszczy. Skórę trzeba wyleczyć (również tutaj „Mary Kay” ma wiele do zaoferowania. Więcej informacji u konsultantek, których dane kontaktowe zamieszczone są pod artykułem).

Wracając do podkładów, chcę zwrócić uwagę na rozświetlające „Mary Kay” o nazwie „timewise”, mają one działanie przeciwzmarszczkowe, dzięki zawartości olejku jojoby zapewniają nawilżenie i długotrwały komfort. Częsteczki odbijające światło sprawiają że zmarszczki i nierówności skóry stają się mniej widoczne. Naturalnie warto polecić podkłady matujące z działaniem przeciwzmarszczkowym, w których specjalne

mikrosfery absorbują przez cały dzień nadmiar sebum, likwidując błyszczenie skóry i zapewniając świeżość twarzy przez długi czas.

Po tych przygotowaniach zaczynamy naszą dzisiejszą lekcję makijażu na oczach, jednego z najbardziej seksownych i kobiecych, tzw. „smoky eyes”. Makijaż ten nie wymaga wielu kolorów, zaledwie dwóch cieni i jednej kredki do oczu. „Smoky eyes” istnieje w wersji zarówno na dzień jak i na wieczór, na dzień robimy go delikatniej, wieczorem możemy natomiast zrobić go intensywniej. Można go robić w różnych odcieniach: szarym, zielonym, fioletowym itp., wszystko w zależności od koloru skóry, oczu. Droogie panie! Pamiętajcie aby makijaż dzienny robić w świetle dziennym, które powoduje, że wszystko jest bardziej widoczne. W „smoky eyes” nie używamy więcej niż dwóch-trzech odcieni danego koloru i do tego przeważnie czarną lub brązową kredkę. Ważne jest aby zaopatrzyć się we właściwe pędzle do powiek: dwa nie za grube, ale płaskie.

W moim przykładzie opiszę makijaż dla blondynek z niebieskimi oczami.

Cieniem podstawowym jest jasnobieżowo-piaskowycień, który nakładamy pędzlem w wewnętrznym kącie oka, aż pod łuk brwiowy. Ciemniejszy cień (w tym wypadku czekoladowy brąz) nakładamy dokładnie w środkowej części powieki i mocniejszym ruchem pędzla rozprowadzamy go w kierunku nasady rzęs. Jednocześnie przytrzymujemy palcem drugiej ręki kącik oka do góry, aby skóra była lekko naprężona. Pomaga to w precyzyjniejszym rozprowadzeniu cienia. Robiąc okrągłe ruchy pędzlem, którym nakładaliśmy jasny cień, rozcieramy połączenie kolorów na zmarszczce powieki. Czarną kredką do powiek

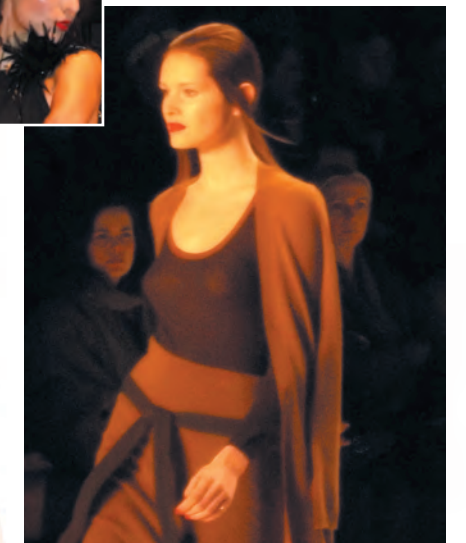
rysujemy kreskę, dokładnie u nasady rzęs. Również w tym wypadku przytrzymujemy, lekko naprężając, skórę w zewnętrznym kącie oka. Następnie pędzlem używanym do ciemnego koloru staramy się zatrzeć granicę między kredką i cieniem. Sprawdzamy czy nie ma niedociągnięć i malujemy drugie oko. Po pomalowaniu powiek górnych malujemy dolne: kredką rysujemy kreskę na granicy rzęs, następnie przy pomocy pędzla nadajemy efekt „smoky eyes”.

Tutaj uwaga: jeśli skóra jest dojrzała i ma więcej zmarszczek na dolnej powiece można zamiast kredki użyć tylko ciemnego cienia. Kredka ma konsystencję olejną i może się rozlać, co przy większej ilości zmarszczek spowoduje efekt zmęczonego, starego oka. A nie o to nam chodzi w tym seksownym makijażu.

„Mary Kay” oferuje znakomite cienie do powiek, zawierające dużo minerałów i komponentów, które powodują łatwe rozprowadzanie się, są lekko błyszczące i bardzo kobiece; nie dają efektu sztuczności.

Myszę, że uda się wam drogie panie stworzyć rewelacyjny makijaż. Jeśli coś wyszło zbyt mocno lub jest przeciągnięte, bierzemy patyczek z watką i czyszcimy dane miejsce, dobre produkty dają się łatwo usunąć. Na samym końcu nie można zapomnieć o dokładnym wytusowaniu rzęs. Przy makijażu wieczorowym można dodatkowo użyć brokat lub metaliczne cienie do powiek.

To by było na tyle w dzisiejszym odcinku. Życzę dużo zabawy w malowaniu „smoky eyes”. Życzę również pięknych Świąt Wielkanocnych.



Ucałowania i do następnego razu
Wasz Orlando

Ps. W następnym odcinku zajmę się włosami, podpowiem jak je pielęgnować w okresie letnim. Nie zabraknie ciękawostek z pokazów mody w Mediolanie, na które właśnie się wybieram.

w maju

MARY KAY organizuje specjalnie dla naszych czytelniczek spotkanie na żywo z Orlando.

Wejściówka - 30€, w tym - 30€ GUTSCHEIN na kosmetyki Mary Kay

Rezerwacja miejsc - tel. 0163 153 00 57

SV Polonia MONACHIUM

www.poloniamonachium.de

Rzecznik Klubu -
Władysław Minkiewicz

Krótkie, acz nad wyraz intensywne są dzieje pierwszego polskiego zespołu piłkarskiego na terenie Bawarii. Misji założenia klubu podjął się w roku 2006 Piotr Sowada, 26-letni wówczas Polonus ze Śląska, bądź też - Ślązak z Polski. Inspiracją były dla niego liczne i dość egzotycznie brzmiące nazwy drużyn, występujących w najrozmaitszych klasach rozgrywkowych Bawarskiego Związku Piłki Nożnej. Wystarczy wymienić choćby złożony z bośniackich Serbów zespół Banja Luka, grecki Hellas Monachau, tureckie Munzur i SV Istiklal, żydowskie Maccabi, czy wreszcie Espanol - zgadnijcie sami, skąd. Tymczasem brak było zespołu, złożonego z Polaków.



Piotr przystąpił więc natychmiast do dzieła i wkrótce zgromadził wokół siebie dość liczną grupę podobnych sobie zapaleńców, z którymi stworzył podwaliny prawnego-organizacyjnego sportowego stowarzyszenia. Tu wymienić należy przede wszystkim Dariusza Figurę, początkowo wiceprezesa, a następnie, w latach 2008-2010 prezesa klubu, pełniącego niemal nieprzerwanie funkcję sekretarza klubu, który jednak - jak to nierzadko przytrafia się szarym eminencjom - pragnie pozostać anonimowy i wreszcie do niedawna jeszcze pilnującego klubowej kasy skarbnika, Marka Chudalę. Prawie wszyscy - tak jak i on - przygodę z piłką zaczęli jeszcze w kraju, grając przeważnie w amatorskich zespołach. Prawie, ponieważ podpora drużyny, gracz, który niejednokrotnie w pojedynkę przesądzał o wyniku, występował w wyższych klasach rozgrywkowych tak w Polsce, jak i w Niemczech. Oczywiście chodzi o Sebastiana Matuszaka, byłego piłkarza m. in. Górnik Wałbrzych, któremu piłka do tego stopnia nie przeszkadza w grze, że czasem trudno mu się z nią rozstać. No, ale Siebie ten swoisty egoizm można - choć z pewnym ociąganiem - wybaczyć. Nic więc dziwnego, że właśnie on został wybrany przez kolegów z drużyny najbardziej wartościowym graczem minionego sezonu. Zawodnikiem,



HISTORIA W PIGUŁCE

który ustępuje mu niewątpliwie doświadczeniem, ale dorównuje techniką i przewyższa piorunującą wręcz szybkością był król strzelców ostatniego sezonu, 22-letni Marcin Kwiatkowski. Popularny „Kwiatek” przeszedł już do występującego kilka klas wyżej, półzawodowego zespołu z podmonachijskiego Starnbergu. Przeszedł, ale na chwałę Bogu, tylko na pół sezonu i powrócił już do zespołu. W defensywie świetnie czyta grę i włącza się często do akcji zaczepnych na lewej flance Paweł Kosze-

w miarę możliwości bez nużących zestawień i cyfr. Niemożliwe? No to spróbujmy. Poloniści, występujący początkowo pod szyldem innego monachijskiego klubu DJK, na dobry początek zdecydowanie wygrali rozgrywki C-klasy w sezonie 2006-2007. Następnie „odpoczęli” na trzecim miejscu w wyższej klasie rozgrywkowej, by w kolejnym sezonie 2008-2009 awansować ponownie z pierwszego miejsca do A-klasy. Nietrudno się domyśleć, jak zakończył się ostatni sezon. Choć początkowo wszystko wskazywało na to, że prosto z marszu wywalczą awans do klasy okręgowej - ponownie liderując swojej grupie - postanowili najwyraźniej trzymać się dotychczasowego schematu. Krótko mówiąc, co drugi rok awans do wyższej klasy rozgrywkowej, przeplatany pauza na trzecim miejscu. Czego można więc oczekiwać po rozpoczynającej się właśnie rundzie rewanżowej sezonu 2010-2011? Oczywiście awansu, i to z pierwszego miejsca. Odważna deklaracja? Ależ tak. Motto „mierz siły na zamiary” odpowiada polonistom znacznie bardziej, niż ponure kalkulacje „a nuż się uda”.

5. lecie SV Polonia MONACHIUM

Obchody pięciolecia istnienia monachijskiej Polonii rozpoczną się wkrótce po ostatniej kolejce spotkań rozgrywek A-klasy, która odbędzie się 29. maja. Na połowę czerwca planujemy zorganizowanie dużego festynu. Podczas imprezy podejmiemy gości kielbaskami z grilla i piwem. Dla najmłodszych zapewnimy wiele atrakcji - mini turniej piłkarski, wyścigi w workach, z jajami na łyżkach i ze szklankami z wodą. Do współorganizacji i uczestnictwa zapraszamy już teraz nauczycieli i uczniów wraz z rodzicami ze Szkoły Polskiej przy Konsulacie Generalnym RP w Monachium. Planujemy również - być może w późniejszym terminie - przeprowadzenie turnieju piłkarskiego dla drużyn etnicznych. W Monachium i w okolicach jest wiele zespołów włoskich, hiszpańskich, greckich, serbskich czy tureckich.

Mamy nadzieję, że obchody uświetnione będą awansem do klasy okręgowej. Najlepiej, jak już wspominałem, z pierwszego miejsca. Mamy też nadzieję, graniczącą z pewnością, że naszym specjalnym gościem będzie Jerzy Gorgoń, ostoja polskiej defensywy w legendarnej drużynie Kazimierza Gorskigo. Mamy zamiar wręczyć temu znakomitemu sportowcowi legitymację honorowego członka klubu.

O szczegółach poinformujemy czytelników w następnym numerze MM

Salon Fryzjerski

Magda

SERDECZNIE
ZAPRASZA
PANIE
I PANÓW

od wtorku do piątku w godz. 9:30-18:00
oraz w soboty w godz. 9:30-16:00

Tel.: 089 / 260 26 202

Sendlinger Str. 46, 80331 Monachium
(blisko przystanku U-Bahn / Tram: Sendlinger Tor)

Szansa dla samotnych



POLSKO-NIEMIECKIE

Biuro Partnersko-Matrymialne
z 13-letnim doświadczeniem i dużymi sukcesami

- * Pomaga Nawiązać Znajomości
- * Poznać Ciekawych Ludzi
- * Zawrzeć Przyjaźń Lub Matrzeństwo

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

ZADZWOŃ JUŻ DZIŚ!

TEL. 089-326 00 321

089-326 00 322

Nasza dewiza:

Uczciwość - Dyskrekcja
- Profesjonalizm - Skuteczność

Nie masz pomysłu na urlop? wakacje?

Spędź go na pokładzie jachtu
poznając tajniki żeglowania

info:
www.krakauer-turm.de/sailor_dt.htm

kontakt:
e-mail: sailor1@gmx.net



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

Strzyżenie 14€
Balejage od 35€
Pasemka od 25€

DLA PANA

Strzyżenie 10€
Mycie, strzyżenie,
woda do włosów,
masaż 15€

Wiolla, Joanna, Izabela, Łukasz, Krystian, Eugeniusz
Zapraszają: pn-pt 9-19, sob 9-15



Dr med. Jacek Czernicki
specjalista ortopeda - medycyna sportowa

Dr med. Barbara Czernicki
lek.ogólny (domowy) - medycyna sportowa

- wszystkie kasy chorych
- Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego NFZ
- wizyty prywatne

Lindwurmstr. 75 • am Goetheplatz (U3, U6) Bus 58
80337 München / Monachium

www.ortopeda.de

Tel.: +49 89 532 523

LEKARZ RODZINNY

DR. MED. MAŁGORZATA PETZOLD

MED. NATURALNA, CHIROTHERAPIA, AKUPUNKTURA



ROSENHEIMERSTR. 79
81667 Monachium

TEL. 089/489 567 49

S-BAHN ROSENHEIMER PL.

pon., sr., pt. 8.30-12.00; wt. i czw. 8.30-12.00 i 17.00-19.00

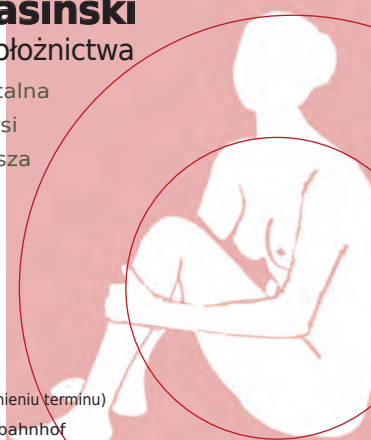
Dr med. Norbert Karasiński
Specjalista chorób kobiecych i położnictwa

- prowadzenie ciąży - diagnostyka prenatalna
- diagnostyka i operacje piersi - USG piersi
- badanie zapobiegawcze - USG podbrzusza
- leczenie ambulatoryjne i szpitalne w swoim oddziale w Wolfart Klinik

82152 Planegg k. Monachium
Bahnhofstr. 41
tel: 089 / 859 55 59
mail: praxis.karasinski@nefkom.net

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





Dominika Hilger

MAROKO

cz.2



Maroko to nie tylko kultura i historia, z którą spotykamy się w Marakeszu i innych miastach na szlaku królewskim lecz przede wszystkim przepiękne górskie krajobrazy, pustynne przestrzenie i turystyczne miejscowości, co roku przyciągające rzesze turystów. Do najpopularniejszych miejscowości położonych u wybrzeży Atlantyku zaliczamy Agadir i może mniej nam znaną Essaouirę, która stanowi centrum turystyczne Marokańczyków.

Agadir – to znana nadmorska miejscowość wypoczynkowa Maroko. Jego historia rozpoczyna się od momentu powstania nad Oceanem Atlantyckim fenickiej kolonii o nazwie Thymiaterium. W XV wieku Portugalczycy założyli w tym miejscu port i miasto, które w kolejnym stuleciu zostało przejęte przez wojska marokańskiej dynastii Saadytów. Wiek ten stał się najważniejszym okresem rozkwitu miasta, do czego przyczynił się w dużej mierze dobrze rozwijający się handel. To z tutejszego portu wywożono bawełnę, trzcinę cukrową i wiele innych produktów rodem z Afryki.

Miasto będące niegdyś typowym portem handlowym, obecnie znane jest jako najważniejszy ośrodek turystyczny Maroko. Po gwałtownym trzęsieniu ziemi 29 lutego 1960 roku w miejscu ówczesnej niepozornej osady rybackiej powstał nowoczesny, tętniący życiem kurort, bogaty w oryginalną zabudowę, z eleganckimi hotelami, bulwarami i szerokimi alejami. Miasto znacznie różni się od innych marokańskich miejscowości. Nawet odbudowana medina* nie przypomina dawnej sieci wąskich uliczek i starych dzielnic. Stare miasto Agadiru przypomina raczej rzemieślnicze zaplecze, gdzie wytwarza się i sprzedaje lokalne rękodzieło.

Jednym z nielicznych zabytków, który zachował się z dawnych czasów jest Kasbah.

Ta typowa północno-afrykańska twierdza, pochodząca z przełomu XVI i XVII wieku ma 235 m wysokości. Jej budowniczym był w 1540 roku Mohammed Ech-Cheikh, założyciel dynastii Saudi. Położona na wzgórzu po północnej stronie miasta miała chronić go m.in. przed napadami Portugalczyków. Obecnie jest to wspaniałe miejsce widokowe, z którego można podziwiać przepiękną złocistą zatokę, objąć okiem całą panoramę miasta oraz zagałę do leżącego u jej stóp portu. Wieczorami na wzgórzu pojawia się podświetlany napis „Bóg, Ojczyzna, Król”, nawiązujący do narodowych idei tego kraju.

Co roku do Agadiru przyjeżdżają tysiące turystów z całego świata. Łagodny, słoneczny klimat, szeroka i piaszczysta plaża jest

magnesem dla wielu Europejczyków. Szczególnie w okresie zimowym spotyka się tutaj turystów w poszukiwaniu słońca. I nie jest to trudne, 300 słonecznych dni to prawie gwarancja wspaniałego urlopu.

Nie bez przyczyny miasto nazywane jest Marokańską Riwierą. Jego wyjątkowa plaża rozciąga się od portu aż do prywatnych terenów królewskich. Jej szerokość, dochodząca podczas odpływów do 300 m robi imponujące wrażenie i stwarza ogromną przestrzeń dla indywidualnego spędzenia wolnego czasu lub aktywnego wypoczynku. Można tu pływać, żeglować, nurkować, uprawiać windsurfing lub jeździć na nartach wodnych. W strefie turystycznej znajdziemy niezliczone butikiki, bazy, kawiarnie, restauracje oraz nocne kluby i dyskoteki. Nowopowstała promenada, z jednej strony pozbawiła hotele bezpośredniego dostępu do plaży stwarzając jednak potężny ogólnodostępny bulwar, chętnie odwiedzany przez mieszkańców i turystów, który wieczorami zapełnia się spacerowiczami, niezależnie od ich pochodzenia, religii czy narodowości.

Essaouira – as-Sawirah jest wyjątkowym miastem portowym, położonym na wybrzeżu Atlantyku, około 170 km na północ od Agadiru i 170 km na zachód od Marakeszu. W jego zatoce leży mała wyspka Mogador.

Już w okresie panowania Fenicjan port ten był ważnym punktem strategicznym. Z tego miejsca Fenicjanie kontrolowali handel z Afryką Zachodnią i Południową. Najnowsze prace wykopaliskowe pozwalają przypuszczać, iż wyspa Mogador, leżąca w zatoce Essaouiry, stanowiła ostatni punkt antycznego świata, zwany Islas Purpurinas. Nazwa pochodzi od purpurowych ślimaków, hodowanych w zatoce przez Fenicjan.

Z biegiem wieków miasto było w posiadaniu Wandalów, Rzymian, Berberów, arabskich Umayyaden i Portugalczyków. Po przejściu przez Francuzów na przełomie XIX wieku i po

zajęciu Timbuktus w 1893 roku zaczęło tracić na ważności. Przerwanie najważniejszych połączeń handlowych z biegiem XX wieku stanowiło załamanie się jego kluczowego charakteru.

Długa historia miasta, kontakt z różnorodną kulturą i międzynarodowe kontakty pozwoliły mu na rozwinięcie swojego szczególnego charakteru. Na przełomie wieków osiedlali się tutaj handlarze, artyści i przybysze z całego świata, kształtując rozwój miasta i jego osobliwą atmosferę. Jego medina*) różni się od innych marokańskich miast. Zachowała swoją oryginalność, barwę i niepowtarzalność i już w 2001 roku została wpisana przez UNESCO na Listę Światowego Dziedzictwa Kulturowego. Wieczorami, siedząc w jednej z restauracji, położonych na dachowym tarasie, możemy obserwować tętniące pod nami życie miasta, posłuchać szumu fal lub przebieść się w kolorowy świat z tysiąca i jednej nocy. Spacerując po medinie* warto zgubić się w ciasnych uliczkach i dostrzec charakterystyczne symbole minionych stuleci. Gdzieś tam gdzie możemy odkryć maleńkie warsztaty rzemieślnicze ukryte w małych pomieszczeniach obok barwnych, malowniczych bazarów. Pomiędzy natrafimy nawet na oryginalne galerie sztuki, mogące poszczycić się szczególnie wytworami tutejszych artystów i wyjątkowymi arcydziełami. Specjalnością miejscowego kunsztu artystycznego są z pewnością wyroby z drzewa sandałowego. Na każdym kroku spotykamy się tutaj z rzemieślniczym kunsztem, z domowymi wyrobami i smakołykami. Cenną marokańską pamiątką, którą można nabyć na każdym kroku jest wartościowy olej arganowy. Polecany jest nie tylko do przyrządzania smacznych sałatek lecz również w celach kosmetycznych. Maroko jest jedynym krajem, w którym występuje drzewo arganowe. Od milionów lat porasta ono obszary pomiędzy Agadirem, Marakeszem i Essaouira. Nazywane jest drzewem życia oraz złotem Maroka.

Obydwa miejscowości oferują nam niezapomniane wrażenia, wspaniałe wypoczniki i wiele kulturalnych atrakcji. Agadir zaskakuje swoją nowoczesnością a Essaouira łączy w sobie kulturalne bogactwo ze słonecznym pobytem w niezapomnianej marokańskiej atmosferze.

Podczas ostatniej podróży po Maroko wybrałam dla Państwa trzy najładniejsze hotele, odróżniające się od innych swoim szczególnym położeniem, atmosferą i oferowanym serwisem.

*) medina - termin oznaczający starą dzielnicę arabskich miast, zwłaszcza w Afryce Północnej. Znajdują się tutaj bazy, główny meczet i inne ważne budynki.

Hotel Robinson Club Agadir

Położony na samym końcu promenady, graniczy bezpośrednio z urokliwymi, piaszczystymi wydhami, za którymi możemy dostrzec potężny mur, odgradzający prywatne posiadłości króla Maroka. Szczególnie polecany dla osób, które szukają wypoczynku, relaksu i spokoju oraz dla miłośników sportu i aktywnego wypoczynku. Na terenie hotelu znajduje się ogromne centrum SPA, w którym oferowane są masaże i wyszukane zabiegi kosmetyczne. Nasze pociechy możemy bez wahania pozostawić tutaj w jednym z najlepszych Mini-Clubów w całym Agadirze.



Hotel Iberostar Founty Beach

Typowy hotel rodzinny, z nowoczesnie i komfortowo wyposażonymi pokojami. Jeden z ulubionych hoteli rodzinnych – duże zniżki dla dzieci od 2-12 roku życia.

Dla dzieci i młodzieży specjalne programy sportowe, rekreacyjne i rozrywkowe. Restauracja przystosowana nawet dla najmłodszych.

Hotel Sofitel

Elegancki hotel SPA, w którym każdy szczegół jest pieczołowicie dopasowany, począwszy od samej atmosfery poprzez kulinarne specjały i wyjątkowy serwis. Hotel przeznaczony jest raczej dla par i osób poszukujących prawdziwego odpoczynku. Szczególnie polecam tutaj wytworne potrawy szefa kuchni, które łączą tradycję marokańskich dań z najnowocześniejszymi trendami światowymi. Do dyspozycji gości przeznaczone są elegancko wyposażone pokoje lub wille z własnym basenem.



Wszystkie informacje na temat Maroka, aktualnych ofert i cen otrzymają Państwo w naszej Agencji Turystycznej BAVARIA. Serdecznie zapraszamy!

Einsteinstrasse 157, 81675 Monachium | tel. 089-411 89 286 | godz. otwarcia: pn-pt 10.00 – 18.30 i soboty 10.00-14.00

Reiseagentur BAVARIA

Inh. Dominika Hilger

Einsteinstrasse 157

81675 München

Tel.: 089/ 411 892 86

info@reiseagentur-bavaria.de

www.reiseagentur-bavaria.de



BILETY LOTNICZE I AUTOKAROWE

- połączenia lotnicze do wszystkich krajów świata LOT, AirBerlin, Lufthansa itd.
- bezpłatne rezerwacje
- połączenia autokarowe do Polski – Sindbad, Orland, Eurotrans, Touring itd.

NASZE USŁUGI

- organizacja pobytów
- obsługa spotkań biznesowych
- transfery i limuzyny
- wynajem samochodów
- rezerwacja miejsc hotelowych
- przewodnicy – Monachium
- informacja turystyczna
- Incentive - Event – Incoming

OFERTY TURYSTYCZNE

- TUI, Neckermann, SunTrips, Olimar, Alltours, AIDA, Costa, DerTour, ITS, Tjaereborg, FTI, Marco Polo i wiele innych
- last minute
- wyjazdy do Polski
- wycieczki jednodniowe



Wyspy Kanaryjskie

TEKST I ZDJĘCIA ➔ Sebastian Wiczorek

Palmy pod wulkanem Hawaje Europy Wyspy szczęśliwe

Już sama nazwa wywołuje mnóstwo ciepłych i kolorowych skojarzeń, nakazujących bez wahania wybrać się w najbliższym wolnym czasie w ich stronę. Kiedy dodatkowo dowiemy się, że już przez całe stulecia nazywano je po prostu „Wyspami Szczęśliwymi”, można być pewnym, że do pełni szczęścia naprawdę dużo nam nie brakuje. „Kanary” – jak potocznie określa się Archipelag Wysp Kanaryjskich są jednym z głównych celów turystyki europejskiej. Na ich wybrzeża przyjeżdża rocznie ponad 8 milionów podróżnych, wysoko ceniących nieodparte uroki wysp i doskonały klimat.

Malowniczy, wulkaniczny archipelag Wysp Kanaryjskich tworzony przez siedem wysp i stanowiący pozakontynentalną część Hiszpanii wynurza się z wód Atlantyku u wybrzeży Afryki - od Kontynentu Europejskiego dzieli go zaledwie 110 kilometrów. Jest tu ciepło przez cały rok, a łagodny morski klimat powoduje, że temperatura oceanu wynosi latem około 24 stopni. Teneryfa to największa wyspa archipelagu ma dwa lotniska, autostrady, a nawet uniwersytet. Stolica, Santa Cruz de Tenerife, położona jest malowniczo, tuż pod zboczami nagich, brązowo-rdzawych gór, nad szmaragdowymi wodami oceanu. Uchodzi ona za najpiękniejszą z całego archipelagu i jest często nazywana wyspą wiecznej wiosny. Krajobraz jest tutaj niesłychanie różnorod-

znajduje się Park Narodowy - Parque Nacional de Teide. Skały mienia się złościami barwami, są zadziwiająco ukształtowane, nic więc dziwnego, że właśnie tutaj kręcono zdjęcia do „Gwiezdnych Wojen”.



Na szczyt Teide dostać się można zarówno kolejką kursującą do wysokości 3550 metrów, a odważniejsi mogą spróbować wspiąć się na jej szczyt o własnych siłach. Z samego wierzchołka ukazuje się majestatyczny ocean oraz wyspy: Gomera, Gran Canaria i La Palma. Gran Canaria jest zdecydowanie najpopularniejszą wyspą z całego archipelagu. Każdego roku odwiedza ją ponad 1,5 mln turystów głównie ze Skandynawii, Niemiec i Wielkiej Brytanii. Jest znana z pięknych, ciągnących się kilometrami piaszczystych plaż i wysokich wydm na południu wyspy. Jest rajem dla wszystkich miłośników słońca, plaży i sportów wodnych. Gran Canarię charakteryzują najprzeróżniejsze krajobrazy: piaszczyste wydmy, oazy drzew palmowych, stoki górskie porośnięte kaktusami oraz półpustynną roślinnością, drzewa laurowe i sosny kanaryjskie czy też skaliste szczyty wulkanicznych gór. Jak widać nie



bez powodu Gran Canaria nazywana jest „kontynentem w miniaturze”. Najbardziej nasłonecznioną miejscowością na Gran Canarii jest Puerto Rico - rozbudowany kurort z malowniczą plażą o złocistym saharijskim piasku.

Wyspa Lanzarote z samolotu przedstawia widok, jaki zapewne będzie udziałem astronautów lądujących na Marsie: rdzawo-brunatna pustynia, usiana kraterami o łagodnych, wydmowych brzegach. Często określana jest mianem „wyspy księżycowej”. Wyspa nie ma dużych wzniesień - najwyższe sięga około 600 metrów. Stolica wyspy Arrecife rozczarowuje, nie warto więc spędzać w niej więcej czasu niż jest to konieczne. Znakomitym sposobem na zwiedzanie każdej z wysp jest wypożyczenie samochodu i wybranie indywidualnej trasy. Wynajem samochodu jest chyba najtańszy w Europie (od niecałych 20 Euro za dobę, z pełnym ubezpieczeniem). Najciekawszą częścią wyspy jest Park Narodowy Timanfaya. Jest to pustynia wulkaniczna pełna wygasłych kraterów, skał o niesamowitych kształtach i barwach, wydm w kolorze sepii. Dopiero tutaj można „posmakować przestrzeni”. Ciekawą atrakcją są labirynty grot Los Verdes i del Agua, ciągnące się pod ziemią kilometrami. Część z nich zagospodarowano, w jednej z przestronnych komnat urządzono nawet sporą salę koncertową.

Sporo do zaoferowania mają także pozostałe wyspy. Nazywana „Isla Bonita”,

co oznacza „piękna wyspa”, La Palma jest najbardziej zieloną i ukwieconą z wszystkich wysp archipelagu, natomiast La Gomera w przeciwieństwie do pozostałych wysp nie zaznała wulkanicznych erupcji i dlatego do dzisiejszych czasów na La Gomerze przetrwał fragment lasu laurowego „Laurisilva”. Ze wszystkich wysp krajobraz Fuerteventura najbardziej kojarzy się z krajobrazami Europy. Ciągnące się wzdłuż jej wybrzeża niekończące się plaże z białym piaskiem, obmywane ciepłymi wodami Atlantyku, które w zetknięciu z wyspą zmieniają barwę na turkusową i lśnią paletą barw, jedynych w swoim rodzaju na całym Archipelagu Kanaryjskim. El Hierro uważana przez stulecia za kraniec znanego świata, to najmniejsza i najdalej na zachód wysunięta wyspa archipelagu. El Hierro miejsce tajemnicze, pełne mitów i legend i niesamowitych roślin. Zamieszkała zaledwie przez 8000 osób.

Wyspy Kanaryjskie zadowolą każdy gust. Amatorzy wygodnego wypoczynku zatrzymają się w kurortach, niespokojne duchy wyruszą na wulkaniczne szlaki lub podwodne wyprawy, zabawowe towarzystwo podąży do restauracji i kasyn. Między wyspami można się bez problemów przemieszczać statkiem (od 15 Euro) lub samolotem (ok. 100 Euro). Na wyspach doskonale funkcjonuje tania komunikacja autobusowa. Najbardziej „ucywilizowanymi” wyspami jest Teneryfa, Gran Canaria i Lanzarote, najmniej Fuerteventura, La Palma i El Hierro.

CIEKAWOSTKI

Nazwa wysp pochodzi o łacińskiego słowa „canis”, co oznacza „pies”, ponieważ na wyspach grasowały duże stada dzikich psów. Natomiast słowo „kanarek” pochodzi właśnie od nazwy archipelagu, a nie na odwrót, jakby się mogło wydawać.

Wulkan Teide na Teneryfie rzuca najdłuższy cień na świecie – w jasne słoneczne dni rankiem wybiega on w morze na odległość około 200 kilometrów.

W Santa Cruz de Tenerife odbywa się jeden z najciekawszych karnawałów ulicznych porównywanym z karnawalem w Rio de Janeiro. Na ulicach trwa wielki bal kostiumowy, wszędzie rozbrzmiewa muzyka latynoamerykańska.

W wodach wokół Wysp Kanaryjskich żyje 26 gatunków rekinów i delfinów. Pomiedzy Teneryfą a Gomerą spotkać można płetwale – olbrzymie wieloryby osiągające 25 metrów długości i aż 120 ton wagi.



ny. Urwiste góry przeplatają się z ogrodami kwiatowymi i wypiełgnowanymi parkami. Wyspa przedzielona jest na dwie części pasmem górskim. Nazwa Teneryfa oznacza tyle co „zaśnieżona góra”. Niestety spragnieni śniegu mogą podziwiać go jedynie na szczycie wulkanu Mount Teide liczącego 3718 metrów wysokości i będącego najwyższym szczytem Hiszpanii. W obrębie „góry”



- codzienne połączenia autokarowe do Polski
- największa flota autokarów turystycznych w Polsce
- bilety autokarowe do 233 miast w Polsce i Europie
- wynajem autokarów
- bilety lotnicze
- zwiedzanie Monachium - Sightseeing
- wycieczki jednodniowe - Bawaria i Austria
- wyjazdy na imprezy sportowe

ZAPRASZAMY DO NASZEGO BIURA W MONACHIUM

SINDBAD - Reisen GmbH

Arnulfstr. 20, 80335 München

(bezpośrednio przy HBF - dworcu głównym)

☎ 089 / 54 54 89 89

☎ 089 / 55 07 77 57

E-Mail: muenchen@sindbad-gmbh.de



Po trzech latach ponownie zawita do Monachium legendarny zespół muzyki rockowo bluesowej **DŻEM**.

Mówi się o nich „polscy Rolling Stonesi”... I faktycznie - coś w tym jest. Choćby ze względu na źródła muzyki, zonglowanie stylami, konsekwencję. Ze względu na staż, pod względem którego coraz mniej mają równych. No i ze względu na skomplikowane, nie wolne od dramatów dzieje... (Jan Skaradziński)

DŻEM w Monachium

DŻEM zagra w Monachium dwa koncerty
w sobotę – 2 kwietnia
i w niedzielę – 3 kwietnia

02.04.2011

Miejsce: Backstage Werk, Reitknechtstrasse 6, 80639 Monachium

Otwarcie hali: 19.00

Przedgrupa - Michael Wind Band (www.michaelwin.de) - 20.00 - 20.45

Przerwa techniczna: 20.45 - 21.15

DŻEM

(www.dzem.com.pl) - 21.15 - 23.00

03.04.2011

Miejsce: Backstage Halle

Otwarcie hali: 17.00

Przedgrupa - Michael Wind Band (www.michaelwin.de) - 18.00 - 18.45

Przerwa techniczna: 18.45 - 19.15

DŻEM

(www.dzem.com.pl) - 19.15 - 21.00

Bilety:

W Monachium - wszystkie znane punkty sprzedaży - www.muenchenticket.de.
Polskie punkty sprzedaży w Badenii-Wirtembergii i Bawarii - www.polonia69promotions.com w dziale „Ticket Selling Points”.

Koncerty organizuje kierowana przez Władysława Minkiewicza Agencja koncertowa „Polonia 69 Promotions”.
Neuschwansteinplatz 4, 81549 München
Tel./Fax: 089 690 23 79, Mobile: +49(0) 179 509 1014
www.polonia69promotions.com

ONA TU NIE TYLKO SPRZĄTA...

O książce Justyny Polańskiej

Unter deutschen Betten – Eine polnische Frau packt aus

Wydawnictwo Knaur Taschenbuch

„O tym to można by książkę napisać” – mawiamy nieraz, przywołując niektóre wydarzenia, lub osoby z naszego życia. Justyna Polańska, od dwunastu lat mieszkająca w Niemczech, wprowadziła te słowa w czyn. Nie po to, żeby pokazać „jacy ci Niemcy są beznadziejni”, ale aby uświadomić ludziom, że sprzątaczką to zawód jak każdy inny i osoba, która go wykonuje, również Polka, zasługuje na szacunek. Dzięki jej opowieści mamy okazję zajrzeć do niemieckich mieszkań, które często tylko z zewnątrz wyglądają porządnie, podobnie jak lokatorzy. Justyna traktuje ich uprzedzenia i obawy ze zrozumieniem, rzadko komentuje rzeczywistość, bardziej opisuje. I w tym tkwi siła jej przekazu. Autorka występuje pod pseudonimem. Lubi swoją pracę, zwłaszcza kiedy przygląda się jej końcowym efektom, zarabia także nieźle. Przez jej opowieść przewijają się różni ludzie, Niemcy i inni obcokrajowcy, sympatyczni i mniej sympatyczni, czy w ogóle tacy, których żaden z czytelników nie chciałby spotkać.

Do najsympatyczniejszych należą Frau Kiste, Mr. Chaos i pan Schneider, którego historia spina niczym klamrą całą treść książki. Ale są też amatorzy perwersyjnych rozrywek, oczekujący, że polska sprzątaczką zapewni im je za dodatkową opłatą. Jest starsza pani, która sprawdza kałem spód deski klozetowej, żeby sprawdzić, czy Putzfrau jest dość dokładna. Inni zostawiają w zakamarkach mieszkania banknoty, chcąc wystawić na próbę jej uczciwość. Pewna dama zwlekała z wypłatą wynagrodzenia, tłumacząc się Justynie, że cierpi na zakupoholizm, macząc się w związku z tym czuje przymus ciągłego kupowania (np. torebek za 1500 euro), więc brakuje jej pieniędzy na opłacenie sprzątaczkę. Autorka sporządziła listę rzeczy znalezionych „pod niemieckimi łóżkami”, wśród których znalazły się m.in. kartony z mlekiem, żywy wąż, czy resztki martwego chomika. Jako prezenty dostawała od klientów np. przeterminowane pierzynki albo zabrane z hotelu przybory do szycia. Raz w upalny dzień

myła okna w jednym z domów, którego właściciele raczyli się na jej oczach orzeźwiającym napojem. Jej kazali tylko potem wstawić pusty dzbanek do zmywarki. W dniu swojego ślubu otrzymała od jednego z pracodawców sms-a z poleceniem opróżnienia kublów...

Książka napisana jest żywym, barwnym językiem, dużo tam dialogów i humoru, nierzadko „czarnego”, trochę retrospekcji z czasów, kiedy autorka przybyła do Niemiec. Również porady praktyczne, np. jak umyć okna, żeby nie było smug, albo jak wywabiać plamy. Polska wersja ukaże się niedługo nakładem wydawnictwa Świat Książki.

Jolanta Łada



Motto na dziś: **Szczęście**

to nadzieja przed faktem, nieszczęście - to fakt po nadziei.

Aforyzmy

Sławomira Kuligowskiego
z tomiku **PODAJ DALEJ**

- Małymi krokami do celu idą bojaźliwi, dużymi ignoranci. Reszta idzie normalnie.
- Można być nauczycielem i można nie mieć klasy.
- Kiedy masz do wyboru tylko dwie drogi, spróbuj pójść trzecią.
- Głód jest tym, co odbiera nam człowieczeństwo, ale sytość wcale go nie przywraca.
- Dopiero płacąc za błędy, uświadamiamy sobie ich cenę.
- Pierwsza strony Księgi Życia jest biała, a ostatnia czarna. Kolory innych malujesz ty.
- Wystarczy do kropli szczęścia dodać morze pracy i sukces spłynie na nas jak deszcz.
- Jażeli znalazłeś szczęście, to pomyśl, czy akurat w tym czasie ktoś go nie zgubił. Może wypada oddać.

Kącik

Paweł Kaźmierczyk
młodego poety

Wenus z Milo

Dawno temu, gdzieś tam w cieniu Olimpu,
Naiwny rzeźbiarz podnosi dłoń z dłutem,
Chcąc żywe piękno, namiętność i żądzę
Zakłóć w marmuru zimnego skorupie.

Ty pozujesz mu półnagą bogini,
Głupiec w kamień przelewa twe ciało,
I choć stworzył rzeźbę ponad czasy,
Czuł, że mu się nie udało.

Ja nie wierzę, o bezwstydną Wenus,
Że to czas rąk cię pozbawił.
Prawdziwe piękno podobno jest wieczne.

To sam rzeźbiarz chciał zniszczyć swe dzieło,
Kiedy ty śmiejąc się z niego,
Opuszczałaś do końca swą szatę...

z tomiku Na brzegu nieba

Wiersz wyróżniony na V Ogólnopolskim Przeglądzie Twórczości Poetyckiej im. Jacka Kaczmarskiego - Rytmy nieskończoności. Warszawa 2010.

Daria Nadolska

Rozpocynała od warsztatów plastycznych w gdyńskim Młodzieżowym Domu Kultury.



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



Kalendarium

marzec / kwiecień - rok 2011

MONACHIUM

04.03.2011	18:00	Nauka gry w brydża. Brydż towarzyski i sportowy w Klubie Brydżowym przy Stowarzyszeniu Polsko-Niemieckim „LECH” e.V. Miejsce: Dominikuszentrum, Hildegard-von-Bringen-Anger 1-3, info: Jadwiga Suchocka, tel.: 089/201 12 70, http://www.bezatu.de Kolejne spotkania: 18.03.2011, 01.04.2011, 15.04.2011, 29.04.2011
16.03.2011	19:00	W ramach cyklu „Dachauer Zeitzeugengespräche” wykład Jerzego Kowalewskiego na temat przeżyć w hitlerowskim obozie koncentracyjnym Dachau. Wprowadzenie Dr. Gabriele Hammerman. Miejsce: Besucherzentrum der KZ-Gedenkstätte Dachau, Pater-Roth-Straße 2a
23.03.2011	19:30	„Literatura i film” - Spotkanie z Andrzejem Bartem, autorem książki „Fabryka mucholapek” i scenariusza do filmu „Rewers” w reż. Bartosza Lankosza. Moderuje Agnieszka Kowaluk. (Projekcja filmu o godz. 21:00). Miejsce: Muffathalle, Cafe, bilety: 7€, www.muffathalle.de
28.03.2011	19:00	Wykład Aleksandry Twaróg: „Polska scena teatralna – dramaturgia Mrożek i współczesny młody autor”. Miejsce: Polnische Kulturzentrum, Prinzregentenstr.7
02.04.2011	19:00	Koncert zespołu „Dżem”. Miejsce: Backstage Werk, Reitknechtstrasse 6, info: Władysław Mickiewicz, tel./fax: 089 690 23 79, Mobile: +49(0) 179 509 1014, www.polenia69promotions.com
03.04.2011	17:00	
02.04.2011	20:00	Koncert fortepianowy Hélène Tysman pod patronatem Polnische Kulturzentrum in München i Institut Français. Miejsce: Gasteig, Rosenheimer Straße 5, Kleine Konzertsaal
04.04.2011	19:00	Historycy z Warszawy prezentują wydaną przez IPN książkę pt. „Polska Partia Socjalistyczna – Dlaczego się nie udało?”. Przewidziane uczestnictwo byłych działaczy politycznych na emigracji. Miejsce: Polnische Kulturzentrum, Prinzregentenstr.7
10.04.2011	19:30	Koncert jazzowy Marcin Wasilewski Trio. Miejsce: Muffatwerk, Zellstrasse 4, www.muffathalle.de
14.04.2011	19:30	Koncert na skrzypce i fortepian: Magdalena Rezler-Niesiołowska i Aziz Kortel, pod patronatem Konsulatu Generalnego RP i Konsulatu Generalnego Turcji. Miejsce: Gasteig, Rosenheimer Straße 5, Kleine Konzertsaal.

NORYMBERGA

16.03.2011	19:00	„Góralu czy ci nie żal” – gościnny koncert Dürerchor. Miejsce: Krakauer Haus, Hintere Insel Schütt 34
30.03.2011	20:00	Otwarcie wystawy „Hallo Polska” Axela Gercke i Jurija Sychow-Hlazuna, będącej efektem przyjaźni „w połowie drogi” między Niemcami i Ukrainą. Miejsce: Krakauer Haus, Hintere Insel Schütt 34
07.04.-13.04. 2011		6 Tydzień Filmu Polskiego http://www.polnische-filmwoche.de

STUTTGART

02.04.2011	18:00	Projekcja filmu „Streuselkuchen von zu Hause - Begegnungen in Oberschlesien” w reż. Michaela Majorskiego. Po filmie spotkanie z autorem. Organizator: Polskie Stowarzyszenie Społeczno-Kulturalne w Badenii Wirttembergii. Miejsce: Bischof-Moser-Haus, Wagnerstraße 45
------------	-------	---

WEINSTADT

17.03.2011	20:30	W ramach „14. Jazztage Weinstadt” koncert Zbigniewa Namysłowskiego (Skład zespołu: Zbigniew Namysłowski (saksofony sopranowy i sopranino), Jacek Namysłowski (puzon), Sławomir Jaskutke (fortepian), Andrzej Świąs (kontrabas), Grzegorz Grzyb (perkusja). Miejsce: Jazzclub Armer Konrad e.V., Stiftstraße 32, tel.: 07151 – 909393, http://www.jak-weinstadt.de
------------	-------	---

Ogłaszamy nabór kandydatek do konkursu Wyborów MISS POLONIA in Deutschland 2011

Warunki uczestnictwa:
w listopadzie 2011 ukończone 18 lat, nieprzekroczone 25 lat, panna oraz stałe zameldowanie w Niemczech. Obywatelstwo polskie nie jest wymagane. Kandydatka nie powinna mieć w widocznych miejscach tatuaży. Podanie wraz z kilkoma zdjęciami (portretowe, całej sylwetki oraz w stroju kąpielowym) proszę wysłać na adres:

GS Agentur, Sperberstr. 56, D-33604 Bielefeld

Na uczestniczki finałów czekają jak co roku cenne nagrody! Więcej informacji na stronie internetowej:

www.miss-polonia-deutschland.de



Unter deutschen Betten – Eine polnische Putzfrau packt aus

(Pod niemieckimi łózkami)

rozmawiała Jolanta Łada

Tu chcę żyć i sprzątać

Jk: Dlaczego przyjęła Pani pseudonim „Polańska”? Ze względu na Polskę, czy reżysera?

JP: Ze względu na Polskę. Znajomi Niemcy wiedzą, że niektóre polskie nazwiska kończą się na -ski, -ska, więc postanowiliśmy takie wybrać. „Podolska” raczej odpada (śmiech). W końcu stwierdziliśmy, że najlepsze będzie Polańska, ale nie z powodu Romana Polańskiego, bo przecież setki Polaków noszą to nazwisko.

Jk: Czy ktoś pomagał Pani uporządkować treść książki? Zaczyna się jak powieść sensacyjna, a kończy jak romans, co wrażliwsze czytelniczki mogą mieć łzy w oczach...

JP: Książkę pisałam sama i jest ona ułożona tak, jak sobie tego życzyłam. Owszem, proponowano mi wyolbrzymienie pewnych faktów, „żeby ludzi zszokowało”, ale nie zgodziłam się. Np. napisałam, że kupiłam sobie samochód takiej a takiej marki i zarządziłam, że tak ma zostać.

Jk: Jak rodzina i przyjaciele odnieśli się do pomysłu spisanego Pani przeżyć?

JP: Nie odradzali, ale było im to raczej obojętne.

Jk: A jak zareagował bohater książki, którego nazywała Pani Mr. Chaos, i z którym wymieniała Pani zabawne sms-y?

JP: Był jak najbardziej za. Ostatnio znów z nim sms-owałam i zapowiedział, że jak będę pisać drugą książkę, to sam pójdzie do wydawnictwa i każe im wydrukować wszystkie nasze sms-y (śmiech). To jedyny Niemiec, z którym utrzymuję serdeczne kontakty. Zwykle moi pracodawcy odnoszą się do mnie z dystansem, choć jednocześnie są mili.

Jk: Jakie były reakcje pierwszych czytelników?

JP: Znajomi Niemcy mówili, że super, że aż łzy mieli w oczach, tak się śmiali. Jakkolwiek by było, ta książka jest o Niemcach. Z tym, że nie pakuję wszystkich do jednego worka. Nie piszę, że wszyscy są z wierzchu porządni, a w domu mają chlew. Ja w tym kraju nadal mieszkam, tu wyszłam za mąż, tu chcę żyć i - co wszystkich dziwi - chcę nadal sprzątać, bo uwielbiam sprzątać. U siebie sprzątam codziennie, jakbym miała fioła na tym punkcie. Wiem jak wyglądają niektóre niemieckie mieszkania i nie chcę, żeby ktoś, kto wpadnie do mnie na chwilę, stwierdził: Boże, ona jest taka sama syfiara, jak mój sąsiad, czy koleżanka.

Ale jak się widzi w internecie komentarze naszych rodaków, to czasami trzeba się wstydzić za nich. Albo wyzywają Niemców od najgorszych, że trzeba ich spalić na stosie, albo obzucają mnie wulgaryzmami. Przecież moja książka nie musi się każdemu podobać! Ale wypowiadają się ci, którzy jej w ogóle nie czytali, gdyż wielu żyjących tu Polaków nie zna niemieckiego. Czytali tylko nagłówki artykułów w brukowcach i to im wystarcza, żeby po mnie jechać. Jeden facet napisał: „ty szmato, przyznaj się, ile nakradłaś u Niemców”. Albo obrażał mojego męża Włocha wypisując, że Włosi to brudasy.

Niemcy też trochę krytykowali, z tym że bez wyzwisk. Dziwili się, że tak dobrze zarabiam (czasem więcej niż oni) i jeszcze narzekam, choć ja się wcale nie skarżę. Za to Polacy nie przebierali w złośliwościach, nawet młode dziewczyny, np. „Powiedz, kto ci tę książeczkę pomógł napisać? Bo ty, szara myszko, nie masz pieniędzy”. Przecież nie trzeba mieć pieniędzy, żeby napisać książkę! Inna nie wierzyła w moje przeżycia, bo sama sprząta w Niemczech już trzy lata i jest tu dobrze traktowana. Ale jak można porównywać trzy lata doświadczeń z dwunastoma? Albo piszą, że przeze mnie teraz żaden Niemiec nie zechce ich zatrudnić. Jakby naprawdę tak było, to wszyscy moi pracodawcy, którzy wiedzieli, że o nich piszę, wyrzuciliby mnie na bruk. A tak się przecież nie stało. Może niektórzy Niemcy poczuli się obrażeni, że im wytknęłam złe traktowanie polskich sprzątaczek i oni by już rzeczywiście żadnej nie przyjęli. Ale takie negatywne przypadki zdarzają się rzadko.

Jk: A więc ci, którzy źle Panią traktowali, wiedzieli, że pisze Pani tę książkę?

JP: W trakcie pisania pracowałam jeszcze u niektórych z nich i powiedziałam im o książce, ale nie okazali zainteresowania. Pewnie nie przypuszczali, że ich też opiszę. Przed ukazaniem się książki musiałam oczywiście od nich odejść.

Jk: Rozstała się Pani z nimi bez żalu?

JP: Nie ze wszystkimi. Byli tacy mili starsi państwo, którzy w porze posiłku zawsze zapraszali mnie do stołu. Chętnie chodziłam do nich sprzątać. Ale wszystko się urwało, kiedy pani domu okazała się osobą wrażliwą na punkcie swojego wieku. Dziś mijamy się obojętnie na ulicy.

Jk: Ale nie tylko od Niemców doświadczała pani złego traktowania. Na przykład ta rozhisteryzowana Belgijka...

JP: Sprzątałam u niej trzy razy w tygodniu i bałam się, że gdzie indziej nie znajdę takiej możliwości. Dlatego długo nie mogłam zdecydować się na odejście. Teraz myślę: dziewczyno, jaka ty byłaś głupia... Do dziś pamiętam, jak myłam schody z góry do dołu, a ona stojąc na piętrze rzucała we mnie butami, które przelatowały obok mojej głowy. Nie obchodziło jej, że mogła mi zrobić krzywdę.

Jk: Czy teraz, kiedy zarobiła Pani na książce, spełniłaby Pani swoje marzenie i zapisała by się na kurs wizażu?

JP: To marzenie mogłam spełnić już dawno, ale zawsze odkładałam na później. Być może w książce nie sformułowałam tego wyraźnie, bo w internecie pojawiały się komentarze, że tyle lat już pracuję w Niemczech, a nie zdołałam sfinansować sobie kursu. Otóż miałam taki zamiar, środki też, brakowało mi czasu. A teraz? Po co mam płacić 13 tys. euro za szkołę, żeby po roku nauki wrócić do sprzątanania, bo nie wiem, czy jako wizażystka znajdę pracę?

Jk: Ale w tym momencie może już sobie Pani wybrać pracodawców.

JP: Obecnie pracuję u ludzi, którzy mnie szanują, mają zaufanie do mnie, a ja do nich, że wypłacą mi pieniądze w terminie. Mam nadzieję, że tak się utrzyma, że żaden z nich się nie wyprowadzi, że nie będę musiała zaczynać wszystkiego od nowa, bo początki są straszne.

Jk: Czy książka spełniła Pani oczekiwania?

JP: Jakbym wiedziała, że robi się taki szum, może bym jej nie napisała. Ale jestem szczęśliwa, że to z siebie wyrzuciłam. Udzieliłam już wywiadów wszystkim możliwym gazetom, stacjom radiowym i telewizyjnym. W Polsce byłam na żywo w TVN. Jednak nie pokazano całkowicie mojej twarzy. Mam nadzieję, że ci, którzy ze mną tak źle postępowali i postępują z innymi polskimi sprzątaczkami, przeczytają to, i że się coś się pod tym względem zmieni.

Jk: Dziękuję za rozmowę.

RAMIENIEM W PRZYSZŁOŚĆ

Polak współtwórcą robota bionicznego, wzorowanego na trąbie słonia

EM: Wrz z Peterem Postem i Markusem Fischerem wynalazł pan robota przyszłości...

AG: Można tak powiedzieć – nasz robot zdecydowanie różni się od dotychczasowych metalowych robotów. Proszę jednak pamiętać, że nad wynalazkiem nie pracowaliśmy sami, w powstawaniu bionicznego ramienia brały udział całe nasze zespoły.

EM: Jak długo trwały prace nad mechanizmem?

AG: W 2006 roku wspólnie z kolegami z Festo rozpoczęliśmy pracę nad elementami ramienia. W tym okresie powstały pierwsze rozwiązania technologiczne. W 2009 roku ruszyły prace nad skonstruowaniem bionicznego robota. Połączyliśmy różne dziedziny wiedzy: mechatronikę, bionikę, pneumatykę, elektronikę oraz nowe technologie produkcyjne.

Po raz pierwszy do budowy robota użyto specjalnej technologii trójwymiarowego wydruku.

EM: Do czego można wykorzystać takie bioniczne ramie?

AG: Nasze urządzenie znajdzie zastosowanie w medycynie, rehabilitacji, czy nawet rolnictwie. Może współpracować z człowiekiem, np. podając choremu szklankę wody. Przyda się w halach produkcyjnych, podczas zbiorów pomidorów, czy innych warzyw lub owoców. Już obecnie w przemyśle wykorzystywane są nasze rozwiązania technologiczne, które później znalazły zastosowanie podczas budowy bionicznego ramienia.

EM: To znaczy, że będziemy mogli kupić sobie bionicznego robota, by pomagał nam w domu?

AG: (Śmiech) Rzeczywiście, za jakieś dwa lata nasz produkt będzie ogólnodostępny na rynku.

EM: W czym będzie nam pomagał?

AG: Po otrzymaniu nagrody dostaliśmy list od czwartoklasisty ze Stuttgartu. W swoim wypracowaniu chłopiec wymienił aż dwadzieścia zastosowań domowych naszego ramienia. Począwszy od sprzątania, na wyciąganiu czystych naczyń ze zmywarki kończąc. Było to dla nas bardzo miłe i wzruszające przeżycie. Koledzy opowiedzieli list w ramkę i postawili na biurku. To ważne, że dzieci i młodzież interesują się techniką i nowymi technologiami, te zainteresowania trzeba wspierać i rozwijać. Z tego powodu całą kwotę nagrody w wys. 250 tys. euro przeznaczyliśmy na różne stypendia, w szczególności dla studentów uczelni technicznych.

EM: Jest Pan związany ze Stuttgartem...

AG: Do Stuttgartu przyjechałem w listopadzie 1994 roku. Znałem język niemiecki, więc nie miałem problemów z aklimatyzacją. Obecnie mieszkam na obrzeżach miasta, tu urodzili się moi synowie Olaf i Daniel. Lubię to miasto.

EM: Pochodzi Pan z Olawy na Dolnym Śląsku...

AG: Tak, ale szkołę średnią skończyłem we Wrocławiu, tam także rozpocząłem studia. Czuję się związany z obydwoimi miastami. Mam tam rodzinę, przyjaciół...

EM: Co odpowiedziałby Pan młodym polskim studentom i naukowcom, którzy chcą uczyć się i pracować w Niemczech?

Rozmowa

z Andrzejem Grzesiakiem

polskim inżynierem z Instytutu Fraunhofera IPA w Stuttgarcie, laureatem „Niemieckiej Nagrody Przyszłości” z 2010 roku, współtwórcą bionicznego ramienia. Andrzej Grzesiak, wraz z naukowcami z koncernu Festo, Peterem Postem i Markusem Fischerem, otrzymali z rąk prezydenta Niemiec Christiana Wulffa „Niemiecką Nagrodę Przyszłości”.

Bioniczne ramie

Bionika: nauka badająca funkcjonowanie organizmów żywych i możliwość zastosowania tych zasad w technice.

Inż. Andrzej Grzesiak

AG: Według mnie najważniejsza jest integracja z niemieckim społeczeństwem, a nie zamykanie się w czterech ścianach własnego mieszkania. Można na przykład uczestniczyć w życiu tak popularnych tu stowarzyszeń sportowych lub kulturalnych.

EM: A co Pan chętnie robi w wolnym czasie, o ile ma Pan czas wolny...

AG: Czasami... (śmiech). Mieszkam w ładnej, zielonej okolicy. Biegam, jeżdżę na długie rowerowe wyprawy w kierunku Szwarzwald, gram w brydża w stuttgartarskim klubie.

EM: A książki? Chętnie czyta Pan science-fiction?

AG: Szczerze mówiąc nie, wolę inną lekturę.

EM: Na zakończenie proszę mi powiedzieć, jak przyjęło Pana sukces w Polsce?

AG: Bardzo pozytywnie. Dostałem list gratulacyjny od Ministra Edukacji Narodowej, dzwonił do mnie znajomy ze szkoły średniej oraz, oczywiście, rodzice. O ramieniu bionicznym pisano w prasie i mówiono w telewizji.

EM: Jakie jest teraz Pana największe zawodowe marzenie, jakie ma Pan zawodowe plany na przyszłość?

AG: Marzenia zawodowe... Ciężkie pytanie. Po takim sukcesie, trudno jest zdefiniować cele. W pewnym sensie jest to zawodowe marzenie, otrzymać taką nagrodę w zakresie techniki.

Po tym, najważniejsze jest to, aby dalej wykonywać ciekawą pracę, mieć możliwość osobistego rozwoju i być zadowolonym z tego, co się robi. Wtedy praca sprawia przyjemność.

EM: Dziękuję Panu za rozmowę. Życzę dalszych sukcesów w pracy.

Rozmawia Edyta Mitka-Matejko
Zdjęcia: www.deutscher-zukunftspreis.de



KOMPUTER SERVICE

Tel.: 089 / 27 27 20 57
Handy: 0175 66 95 945
E-mail: service_tom@web.de

praca na południu Niemiec

Jesteśmy przedsiębiorstwem świadczącym usługi zatrudniania personelu działającym na terenie Monachium i okolic. Aby wzmocnić naszą załogę poszukujemy pracowników od maja 2011 roku na cały etat dla różnych stacjonarnych i ambulatoryjnych instytucji opieki nad chorymi i starszymi na stanowiskach:

- posiadający/a certyfikat opiekun/ka nad osobami chorymi z dobrą znajomością języka niemieckiego
- posiadający/a certyfikat opiekun/ka nad osobami starszymi z dobrą znajomością języka niemieckiego

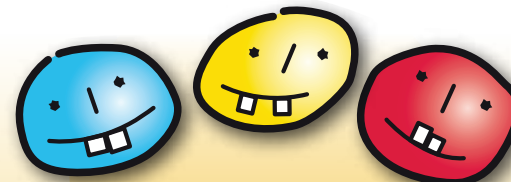
Oferujemy Państwu miejsce pracy, ponadprzeciętne wynagrodzenie oraz pomoc podczas poszukiwania mieszkania.

Wzbudziliśmy Państwa zainteresowanie?

Jeśli tak, prosimy przesłać nam kompletne dokumenty aplikacyjne na adres:

A-EINS GmbH
Lindwurmstr. 25
80337 München
Tel. 089/23 5555 42
bewerbung@a-eins-gmbh.de
www.a-eins-gmbh.de

Wir behandeln alle Typen



Kieferorthopädin

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, Willy-Brandt-Platz 6 Tel. 089/43 1 43 73
Poing, Alte Gruber Str. 6 Tel. 08121/9 95 90 55

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

HEIZUNG SANITÄR LÜFTUNG SOLAR BRENNER-SERVICE

GdBR Meisterbetrieb

Altmann – Knutelski

Naupliastr. 63 81547 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

ORGANIZOWANIE
OMNIS
ROK ZAŁOŻENIA 1982
POGRZEBÓW
mgr inż. Sergiusz Protoklitow

rozmawiamy po niemiecku, rosyjsku, angielsku



66-400 Gorzów Wlkp.
ul. Żwirowa 76
tel.: 0048 95 722 42 08
fax: 0048 95 723 18 77

24 h

Szybko i solidnie

Przewoży osób zmarłych na terenie Niemiec i Polski.

Załatwiamy wymagane dokumenty i formalności związane z transportem i organizacją pogrzebu.

www.omnis.net.pl
www.bestattung-omnis.de

Nauka jazdy

Perlacherstr. 67
81539 München
Giesing



Peschelanger 13 PKW-LKW-KRAD
81735 München
Perlach

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:
A - A1 - M - B - BE - C1 - C1E - C - CE



Warsztat Elektromechaniki

- ◆ Diagnostyka
- ◆ Naprawy
- ◆ Instalacje gazowe od 990€

Bodenseestr 222
81243 München Neuaußing
Tel. 089 26214696
Mobil 0176 2291 8048

AVZ Autoteile GmbH

Tel.: 089/3291105, Fax: 089/3291103

Rappenweg 138

81829 München (Trudering)



- Auto części
- Korzystne ceny
- Nowe części do wszystkich marek samochodów osobowych
- Polska obsługa

informacja i rezerwacja miejsc:
Socrates
Monachium (089) 649 36 89
Kraków (12) 655 04 62
+48 601 398 714

międzynarodowy transport osób

codzienne ekspresowe przejazdy mikrobusowe



www.socrates.pl

socrates@socrates.pl

WAŻNE ADRESY

Konsulat Generalny RP w München

Rötgenstr.5, 81679 München
Tel.: 089/418 60 80;
www.berlin.polemb.net/index.php?document=249

Konsul Honorowy RP w Stuttgart

Am Wallgraben 115, 70565 Stuttgart
Tel.: 0711/7821140; fax: 0711/7821144

Polskie Centrum Kultury

Prinzregentenstr.7, 80538 München
Tel.: 089/211 12 435
(wkrótce Wagmüller Straße 18)

Polska Misja Katolicka w Monachium

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

Polska Misja Katolicka Stuttgart

Zuckerbergstr. 9, 70378 Stuttgart
Tel.: 0711 564184

Polska Misja Katolicka w Ingolstadt

Gaimersheimerstr.32, 85057 Ingolstadt
Tel.: 0841/84845

Polska Misja Katolicka w Norymberdze

Arminiusstr.21, 90402 Nürnberg
Tel.: 0911/473355

Krakauer Haus

Hinter Insel Schütt 34, 90403 Nürnberg
Tel.: 0911 22 41 20

ADWOKACI:

Altmann Anna

Südliche Münchener Str. 2a
82031 Grünwald/München
Tel.: 089/693 51 40

Bronska Renata

Cuvilliesstraße 14, 81679 München Bogenhausen
Tel.: 089 / 43 51 93 81

Czech Anja

Nymphenburger Strasse 20, 80335 München
Tel.: 089/51 51 49 53

Demacker Izabela S.

Gabelsbergerstrasse 9, 80333 München
Tel.: 089/85 63 63 55

Derkacz Oskar

Candidplatz 13/V, 81543 München
Tel.: 089/65 11 41 99

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

Kandora Gerhard

Hauptstraße 5 70563 Stuttgart
Tel.: 711 613100

Kroll Małgorzata

Mozartstraße 3 80336 München
Tel.: 89/37949 614

Motkowski Christoph

Altheimer Eck 15, 80331 München
Tel.: 089/218 955 62

Przibylla Alexander

Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München
Tel.: 089/287 297 330

Stanek Jacob

Holdermannstr. 14, 70567 Stuttgart
Tel.: 0049 -711 48997 00

LEKARZE:

OGÓLNY:

Czernicki Barbara

Lindwurmstr. 75, 80337 München
Tel.: 089/53 25 23

Petzold Małgorzata

Rosenheimerstr. 79, 81667 München
Tel.: 089/48 95 67 49

Tymiec Marian

Steinstr.30, 81667 München
Tel.: 089/488 493

Zadrozny Jacek

Therese-Giehse-Alee 33, 81739 München
Tel.: 089/67907332

GINEKOLOG:

Karasiński Norbert

Bahnhofstr.41, 82152 Planegg k. München
Tel.: 089/859 55 59

Schwarz Mariusz

Karl-Köglsperger-Str. 31, 80939 München
Tel.: 089/311 99 57

STOMATOLOG:

Glatzel Fridtjof

Moosstr. 38, 4164 Moosthenning
Tel.: 08731/3230223

Jurecki Katharina

Amalienstr. 60, 80799 München
Tel.: 089/39 37 20

Kozłowski Joanna

Marktplatz 7 85375 Neufahrn
Tel.: 081/ 65 48 66

Steinberg Richard i Domanski Hanna

Müllerstr.27, 80469 München
Tel.: 089/2609541

Znorowski Marian

Am Oberanger 14, 85221 Dachau
Tel.: 08131/729440

LOGOPEDA:

Machowski Anna i Fischer Renate

Teucherstr. 28, 81829 München
Tel.: 089/189 042 09

PSYCHOLOG KLINICZNY I PSYCHOTERAPEUTA:

Kaczmarek Anna

Landsberger Str. 45a, 80339 München
Tel.: 089/74 49 29 44; Mobil: 0152/07215774

KSIĘGOWOŚĆ:

BBL Service

Paul-Heyse-Str. 6, 80336 München
Tel.: 089/322 123 78

Büro Center – Servis Biurowy

Jutastr. 7 80636 München
Tel.: 089/51 99 76 38

Członka Ireneusz

Siglstr. 15, 80686 München
Tel.: 089/570 2140

Hollinger & Lasota GbR

Gaimersheimerstraße 19, 85057 Ingolstadt
Tel./Fax: 0841 1426098

Wagner-Szostak Anna

Landwehrstr.2, 80336 München
Tel.: 089/543 44 869

UBEZPIECZENIA:

Cichy Marek

Adolf Schmetzer Str. 40, 93055 Regensburg
Tel.: 0941/29797962

Polscy Doradcy Finansowi PLDF GmbH

Landwehrstr.2, 80336 München
Tel.: 089/590 68 590

ŁUMACZENIA:

Burger Beata

Westendstr. 85 80339 München
Tel.: 089/50 07 31 47

Reissig Anna

Auerfeldstr.22 81541 München
Tel.: 089/48 19 45

SYCHer Sprachen Sprechen Aneta Sych M.A.

Dachauer Straße 180, 80992 München
Tel.: 0172/786 94 59

Wypijewska-Kochems Hanna

Gottfried-Böhm-Ring 43, 81369 München
Tel.: 089/78 65 21

OBSŁUGA FIRM:

Szkulcecka Grażyna

Altheimer Eck 15, 80331 München
Tel.: 089/86 36 98 32

DORADZTWO PODATKOWE:

Bronska Renata

Cuvilliesstraße 14, 81679 München Bogenhausen
Tel.: 089 / 43 51 93 81

Przibylla Alexander

Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München
Tel.: 089/287 297 330

SZKOŁY JĘZYKOWE:

SYCHer Sprachen Sprechen Aneta Sych M.A.

Dachauer Straße 180, 80992 München
Tel.: 0172/786 94 59

NAUKA JAZDY:

Batyra Michael

Perlachstr. 67, 81539 München
Tel.: 089/69 77 73 74

AUTO-USŁUGI:

Pawel KFZ Werkstatt

Bodenseestr. 222, 81243 München/Neuaubing
Tel.: 089/262 14 696

URODA:

Polski Zakład Fryzjerski – Ochmann

Landsbergerstr. 12, 80339 München
Tel.: 089/5023146

INNE:

Agencja Reklamowa SPISLA

Kreuzackerstr.44, 84036 Kumhausen
Tel.: 0871/97 46 335

Biuro Partnersko-Matrymanialne

w Monachium
Tel: 089 326 00 321

POLKWIAT – Kwiaty do Polski

Tel.: 07021861169

Sklep SCHLESIER

Marienplatz 27, 84130 Dingolfing
Tel.: 08731/75690

Zakład Pogrzebowy OMNIS

ul. Żwirowa 76, 66-400 Gorzów Wlkp.
Tel.: +48 95 722 42 08



Impressum

WYDAWCA: werbe-agentur spsila Kreuzackerstr. 44 84036 Kumhausen **KONTAKT:** tel. +49 871 97 46 335 fax +49 3222 1460 899, e-mail: info@mm-gazeta.de; **WSPÓŁPRACA:** red. Bogdan Żurek, Teresa Rok, Jan Nalepa, Witold Szrek|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:** 6000.

HERAUSGEBER: werbe-agentur spsila Kreuzackerstr. 44 84036 Kumhausen **KONTAKT:** tel. +49 871 97 46 335 fax +49 3222 1460 899, e-mail: info@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:** 6000.

Kancelaria Adwokacka

z a p r a s z a
z g b l g s z g

Ilona Dudek

Rechtsanwältin

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

Problemy?...

**Steuernummer? Kindergeld?
Buchhaltung?**

**Zajmij się tym co lubisz,
my rozwiążemy Twoje
problemy -
szybciej i tanio!**



BBL-Service

Büro · Buchhaltung · Lohnbuchhaltung

- 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

Tel: 0174-6226719
Tel: 0174-6226811



Mitglied im Bundesverband selbstständiger
Buchhalter und Bilanzbuchhalter



**Paul- Heyse-Str. 6
80336 München**

**Tel.: 089 / 322 123 78
Fax: 089 / 322 123 79**

KANCELARIA ADWOKACKA

Oskar Derkacz

Candidplatz 13 / V

81543 München

Fax: (089) 62 42 39 79

WSZYSTKIE DZIEDZINY PRAWA

- Prawo Karne (obrona w sprawach karnych i wykroczeń)
- Prawo Pracy (pomoc przy wypowiedzeniach i odprawach)
- Prawo Cywilne (przygotowywanie i sprawdzanie umów)
- Prawo Najmu i Dzierżawy
- Zakładanie firm (Gewerbe, GbR, UG, GmbH)
- Obsługa podatkowa dla firm

Tel.: (089) 65 11 41 99

Gwarantujemy bezpośredni kontakt z adwokatem

ANWALTSKANZLEI *KANDORA*

Gerhard Kandora
Rechtsanwalt

Carina Flitsch
Rechtsanwältin

Porady w języku polskim

Świadczymy usługi m.in. w zakresie:

prawo pracy, prawo rodzinne i spadkowe,
prawo odszkodowań, prawo ruchu drogowego,
ściągnięcie wierzytelności/egzekucja, prawo najmu i dzierżawy,
prawo handlowe, zakładanie i obsługa firm, księgowość,
prawo podatkowe (firmy i osoby prywatne)
prawo karne (obrona w sprawach karnych i wykroczeń)

Hauptstraße 5, 70563 Stuttgart
Tel: 0711- 613100, Fax: 0711-613103
Email: ragk@kanzlei-kandora.de
www.kanzlei-kandora.de

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