

BEZPŁATNE

CZASOPISMO POLONIJNE DLA CIEBIE



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

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



# MOJEMiasto

nr 01 (40) styczeń / luty 2014

D W U M I E S I Ę C Z N I K



# Wybrano

## Miss Polonia

Jak założyć  
**firmę**

**Festiwal**  
filmów polskich

**Harcerze**  
w Dachau

**Hanka**  
**Ordonówna**

**Polski kościół**  
na Sankt Pauli

Foto:  
Frank Bauermann - [www.beautyshooting.de](http://www.beautyshooting.de)

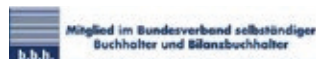
nowy rok  
**2014**





## MOJA KSIĘGOWOŚĆ JEST W DOBRYCH RĘKACH

### 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

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

PROFESSIONELL · ENGAGIERT · LOYAL

## ZURAWEL & PARTNER RECHTSANWÄLTE



EVA SCHNEIDER Rechtsanwältin ADAM ZURAWEL Rechtsanwalt

KANZLEI IN NÜRNBERG  
Leopoldstraße 41, 90439 Nürnberg  
Tel.: 0911-254 64 07, Fax: 0911-971 66 55

KANZLEI IN PLOCHINGEN BEI STUTTGART  
Urbanstraße 30-32, 73207 Plochingen  
Tel.: 07153-572 07 84, Fax: 07153-20 00 99

KANZLEI IN INGOLSTADT  
Neuburger Str. 47, 85057 Ingolstadt  
Tel.: 0841-121 32 803, Fax: 0841-3 35 28

KANZLEI IN REGENSBURG  
Donaustauer Str. 120, 93059 Regensburg  
Tel.: 0941-200 63 768, Fax: 0941-381 395 29

Mobil: 0178-531 98 55, Email: info@zurawel-partner.de

www.zurawel-partner.de

Prawo podatkowe  
deklaracje podatkowe  
i księgowość

Prawo gospodarcze

Prawo pracy

Prawo cywilne

Prawo karne

Prawo rodzinne

Dochodzenie  
roszczeń

Prawo ubezpieczeń

Prawo dotyczące  
ruchu drogowego

## SPIS TREŚCI

### Moje Miasto

- Polska szopka na monachijskim dworcu** 4  
**Polskie Parafie Katolickie** 4  
**Próba dla ojcostwa** Wywiad z Andrzejem Lipińskim Jolanta Łada-Zielke 5  
**Mój Przyjaciel Władek** Bogdan Żurek 6  
**Listy z Berdyczowa** Sen Czukczów Krzysztof Dobrecki 6  
**Żyj z klasą** Goethe i Schiller mówili dialektem Aldona Likus-Cannon 7  
**Hanka Ordonówna** - od Kopciuszka do mega gwiazdy  
 Jolanta Helena Stranzenbach 8  
**Rozwiedzeni i ponownie poślubieni** Ks. dr hab. Jerzy Grzeškowiak 9  
**STUTTGART** 25 lat partnerstwa Stuttgartu i Łodzi Małgorzata Piegsa 10  
**Miasto Dzieci** Lech Konopiński 11  
**WYDARZENIA** 12-13

### Poradnik

- Powroty** Kontakty z dzieckiem po rozwodzie Monika Skrzypek-Paliwoda 14  
**Auslandsreise-Krankenversicherung Hanse Merkur**  
 a obowiązek ubezpieczenia... Marcin Studencki 18  
**Polacy w Bawarii** 10 kroków do własnego biznesu Justyna Gaj 20  
**Własna firma** Andrzej M. Duzowski 22  
**Polki rządzą!** 23  
**Cofnąć zegar biologiczny** 1 cz. lek. stom. Marian Znorowski 26  
**Czy Polacy za granicą czytają polską prasę**  
 Małgorzata Wojciechowska-Rucińska 31

### Aktualności

- Kącik piękności** Orlando 34  
**Dolomiti Superski** Fantastyczny świat nart Sebastian Wieczorek 36  
**Polski film w Monachium** Justyna Gaj 38  
**Daria Nadolska** 40  
**Kącik muzyczny** Agnieszki Hekiart 40  
**KALENDARIUM** 41  
**Konkurs Świąteczny – Rozstrzygnięcie** 41  
**Miss Polonia in Deutschland** 41  
**Polski kościół na Sankt Pauli**  
 Korespondencja z Hamburga Jolanta Łada-Zielke 43  
**Klasyki w heavy-metalowym wydaniu**  
 Wywiad z zespołem „Forteca” Edyta Mitka-Matejko 44

od redakcji

## Drodzy Czytelnicy!

Historia lubi się powtarzać. Dowodem cytat naszego wstępniaka do styczniowego wydania Mojego Miasta... ale sprzed roku:

„No i wykrakaliśmy. Życzenia ciepłych i pogodnych świąt spełniły się. W Wigilię i Święta było tak ciepło, że monachijskie piwne ogródki otworzyły swoje podwoje. (...) Ku podgrzaniu atmosfery dodajmy jeszcze, że od 21 grudnia mamy coraz dłuższy dzień, a więc nieuchronnie idzie ku wiosnie. Opon, na letnie, jednak zmieniać nie radzimy, bo jak mówią najstarsi alpejscy górale, tu i w kwietniu śniegiem sypnąć może.”

Nic dodać, nic ująć. Drugi rok z rzędu świętowaliśmy Boże Narodzenie bez śniegu, ale za to już siódmy z bożonarodzeniową polską szopką na dworcu głównym w Monachium. Piszemy o jej otwarciu, ale i o innych polonijnych wydarzeniach, w tym o obchodach 32. rocznicy wprowadzenia stanu wojennego, setnej urodzin patrona polskiego harcerstwa oraz 25-lecia partnerstwa Stuttgartu z Łodzią.

Tak jak przed rokiem wybrano Miss Polonia. Wybór do ławnych nie należał, gdyż - jak zawsze zresztą - w finale znalazły się same Perły. Wyborom najpiękniejszej Polki w Niemczech poświęcamy okładkę i relację wewnątrz numeru.

W numerze cała plejada fascynujących artykułów i wywiadów udzielonych tylko dla Mojego Miasta. Choćby niesamowita historia „Ordonki”, Hanki Ordonówny, naszej mega gwiazdy, z życiem usłanym różami ale i kolcami.

W trakcie pontyfikatu papieża Franciszka nie sposób nie postawić pytania, czy Kościół otworzy się na rozwiedzionych i ponownie poślubionych. Stawiamy więc odważnie to pytanie, starając się też na nie odpowiedzieć, piórem naszego doskonałego znawcy problematyki kościelnej.

Polecamy wyjątkową rozmowę z proboszczem Polskiej Misji Katolickiej w Hamburgu, przy kościele św. Józefa. Jej wyjątkowość polega na tym, że wspomniany kościół stoi w centrum Sankt Pauli – hamburskiej dzielnicy uciech i rozrywki.

W przekonaniu, że „nie ma to jak żywe słowo” proponujemy wywiady z członkami heavy-metalowego zespołu Forteca, aktorami polskiego festiwalu filmowego, a także z ojcem, który stracił ukochaną córeczkę, a swój ból zawarł w napisanej przez siebie książce.

Nie sposób, w krótkim redakcyjnym wstępniaku, zareklamować wszystkich pozycji tego wydania, a jest ich jeszcze cała masa. Zapewniamy tylko, że nie zapomnieliśmy o miłośnikach i melomanach, o paniach wybierających się na karawale białe i miłośnikach białego szaleństwa. Jest też Poradnik z najbardziej pilnymi radami, a nawet odpowiedź na pytanie, czy mówienie gwarą to obciach.

Życząc Państwu wszelkiej pomyślności w Nowym Roku zapraszamy do lektury.

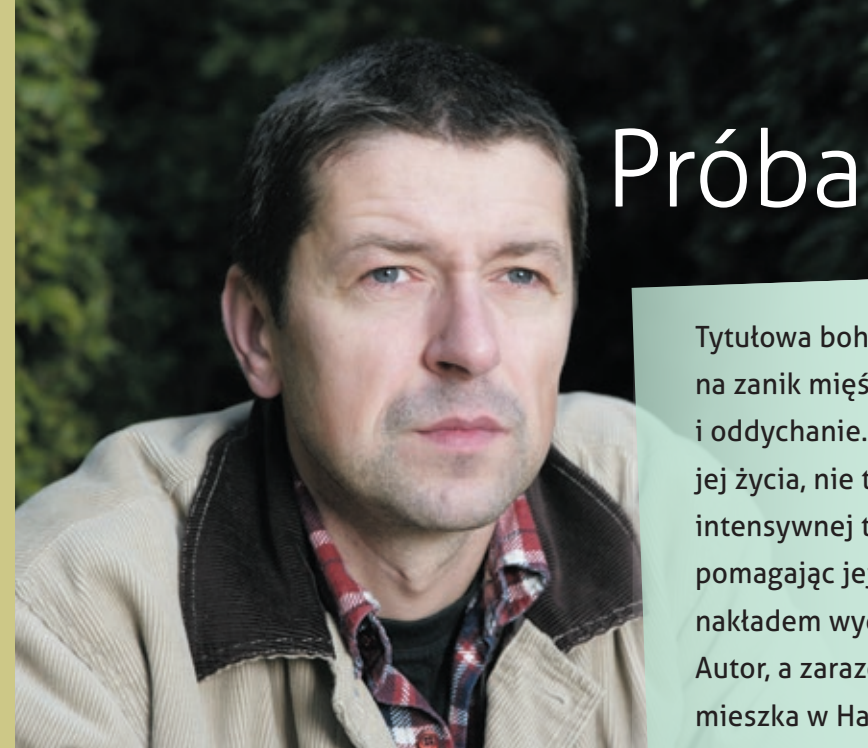
Redakcja czasopisma **Moje Miasto**

Na okładce Sandra Majewski z Bielefeld -  
Miss Polonia in Deutschland 2013 (Foto: F. Bauermann)

JESTEŚMY NA



# Próba dla ojcostwa



Tytułowa bohaterka powieści „Kalinka” cierpi na zanik mięśni, co uniemożliwia jej poruszanie się i oddychanie. Rodzice podejmują walkę o każdy dzień jej życia, nie tylko obsługując prywatny oddział intensywnej terapii, ale i zabierając ją w podróże, pomagając jej poznawać świat. Książka ukazała się nakładem wydawnictwa „Dobra Literatura”. Autor, a zarazem narrator – Andrzej Lipiński – mieszka w Hamburgu z żoną Barką i drugą córeczką Amelką.

## rozmowa z Andrzejem Lipińskim

**J.L.-Z.:** Kiedy zdecydowałeś się wydać w formie książki historię swoich zmagañ z chorobą córeczki?

**A.L.:** W rok po śmierci Kalinki zacząłem opisywać przeżycia z tamtego okresu, z tym że była to forma autoterapii. Kiedy pokazałem notatki żonie, stwierdziła, że powinienem spróbować to wydać. Wysłałem więc próbkę tekstu do Wydawnictwa Hospicyjnego w Gdańsku. Tam powiedziano mi, że to jest właśnie to, czego potrzebują ludzie znajdujący się w podobnej sytuacji jak my.

**J.L.-Z.:** Powieść pisana jest pięknym, poetyckim językiem. Czynności takie jak odsysanie flegmy, czy obsługa respiratora, nabierają przez to wzniosłego charakteru. Czy to był celowy zabieg?

**A.L.:** Nie. Przy pomocy tej poetyckiej formy próbowałem wyrzucić z siebie wszystko, co przeżyłem, bo nie byłbym w stanie opowiadać o tym prostymi słowami. A gdy pojawiła się możliwość wydania książki, forma ta okazała się jeszcze bardziej na miejscu.

**J.L.-Z.:** Które z opisywanych przeżyć było dla ciebie najtrudniejsze?

**A.L.:** Moment, kiedy po raz pierwszy reanimowałem nasze dziecko, które pewnego dnia przestało oddychać. Wtedy dopiero dotarło do mnie, że coś jest nie tak. Do tamtej pory mieliśmy jeszcze nadzieję, że wszystko pójdzie w dobrym kierunku. Ale kiedy trzymałem córeczkę na rękach w przekonaniu, że umiera, był to dla mnie moment przełomu. Wszystkie kolejne były już tylko etapami w procesie godzenia się z diagnozą lekarzy, którzy dawali Kalince najwyżej sześć lat życia.

**J.L.-Z.:** Byliście z Kalinką u kilku uzdrowicieli. Niektórzy wierzą w ich moc, a ja przy lekturze książki miałam wrażenie, że ich demaskujesz.

**A.L.:** Pierwotnie mieliśmy zamiar wraz z żoną, napisać tę książkę pod kątem naszych kontaktów z uzdrowicielami. Te historie były tak nieprawdopodobne, że gdybym tego nie przeżył, sam nie byłbym w stanie uwierzyć. Nie czułem potrzeby demaskowania tych ludzi, tylko rozprawienia się z trudnymi przeżyciami. Chciałem też ostrzec czytelników, ponieważ w Polsce jest wielu ludzi pokładających ogromną nadzieję w takich cudotwórcach, którzy okazują się zwykłymi szarlatanami.

**J.L.-Z.:** Osoby z Waszego otoczenia miały często gotową receptę, jak powinniście traktować tę sytuację.

**A.L.:** Ktoś z rodziny określił ją jako rodzaj szczęścia, ponieważ Bóg chce w ten sposób nas doświadczyć i powinniśmy przyjąć chorobę Kalinki jako dar. Wtedy takie stwierdzenia wywoływały ból i złość. Dziś mam więcej zrozumienia dla tych ludzi, ponieważ te uwagi wynikały z ich własnej bezsilności. Niesmak pozostawił po sobie tylko fakt, że nikt nie próbował empatycznie wczuć się w nasze położenie. Nikomu nie przyszło do głowy, że rani nas mówiąc, iż posiadanie nieuleczalnego chorego dziecka jest zaszczepem.

**J.L.-Z.:** Jeden z uzdrowicieli stwierdził nawet, że jesteś bardziej chory niż własna córka.

**A.L.:** Kalinka miała wtedy kilka miesięcy i dopiero co zmierzylismy się z faktem, że jest chora. Tej „diagnozy” uzdrowiciela nie mogłem racjonalnie przyjąć do wiadomości. Poza tym to był Amerykanin i spotkanie z nim, odbywające się zresztą w kościele, utrzymane było w konwencji show.

**J.L.-Z.:** Czy po śmierci Kalinki trudno było Wam zdecydować się na kolejne dziecko?

**A.L.:** Marzyliśmy o tym jak wszyscy rodzice, ale towarzyszył nam śmiertelny strach, że sytuacja może się powtórzyć, bo prawdopodobieństwo



wynosi w takich wypadkach 25%. Ale nasza druga córeczka, Amelka, jest zdrowa i jesteśmy szczęśliwi, że podjęliśmy tę decyzję.

**J.L.-Z.:** Amelka pielęgnuje pamięć o Kalince, przechowuje jej misia...

**A.L.:** Ten miś jest na okładce książki. Amelka odziedziczyła go po Kalince i traktuje nie jak zabawkę, ale jak najważniejszą postać w swoim życiu. On w jakiś sposób łączy ją ze zmarłą siostrzyczką. Nie wiem, jak dziecko wyobraża sobie kogoś tak ważnego, kto był przed nim w naszej rodzinie, ale staramy się tłumaczyć to Amelce w sposób naturalny.

**J.L.-Z.:** Bohater książki Doroty Terakowskiej „Poczwarka”, ojciec dziewczynki z zespołem Downa, nie zaakceptował córki. Ty zmierzyłeś się z trudnym doświadczeniem. Co powiedziałbyś ojcu, któremu właśnie urodziło się nieuleczalnie chore dziecko?

**A.L.:** Mogłbym życzyć mu dużo siły i wiary; nie w ujęciu religijnym, ale że nie poddawanie się ma sens, zwłaszcza kiedy druga osoba w związku jest dla niego wsparciem i źródłem siły.

Rozmawiała Jolanta Łada – Zielke



## POLSKA SZOPKA na monachijskim dworcu

Dzięki ofiarnemu zaangażowaniu się Huberta Karolaka, włączeniu się arcykapłana Apostoła Malamoussisa z grecko prawosławnej metropolii, proboszcza dr Stanisława Pławeckiego, przy wsparciu Rady Cudzoziemców i zarządu dworca, udało się zachować w Monachium ten piękny zwyczaj.

Udział polskiego zespołu „Redemptor”, obok chorałów bizantyjskiego chóru kantorów z Kościoła Grecko-Prawosławnego, podkreślał główną myśl szopki ustawianych w miejscach publicznych. Ich celem jest bowiem nawiązywanie dialogu ze wszystkimi ludźmi dobrej woli, poszukującymi, zagubionymi, biednymi.

Duchowni, goście i organizatorzy – uroczyste otwarcie Polskiej Szopki w Monachium. Szopki mają charakter wielokulturowy, ekumeniczny, biblijny, solidarnościowy i otwarty na znaki czasu. Każda z nich ma jakiś temat przewodni, jak np. Betlejem a bezdomni czy Betlejem a świadkowie Ewangelii. W tym roku mały księżę udaje się razem z Antoine de Saint-Exupéry do Betlejem.

Inicjatorem szopki jest ks. dr Witold Broniewski ze Stuttgartu. Na tamtejszym lotnisku, w roku 1996, stanęła pierwsza szopka. W międzyczasie szopki skłaniają do refleksji w wielu miastach Polski, Niemiec, Słowacji, Włoch, Austrii, Czech, Francji, Estonii, Ukrainy, Rumunii, a także w Watykanie. Szopkę z monachijskiego dworca wyrzeźbili uczniowie Liceum Plastycznego im. Antoniego Kenara w Zakopanem.

Nina Kozłowska

## POLSKIE PARAFIE KATOLICKIE



### MONACHIUM

Heßstraße 26 80799 München

Tel.: 089/273 22 00

**Msze św.:**

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

### ERDING

**Msza św. w języku polskim**

Kościół Heilig Blut, Heilig Blut 4

- 11:30 – każda ostatnia niedziela miesiąca

### LANDSHUT

**Msze św.:**

LANDSHUT – Kościół Św. Piotra i Pawła, Niedermaierstr.25

- w niedziele – 11:30
  - środy – 18:00
  - pierwsze piątki miesiąca – 18:00
- FREISING – Kościół Św. Piotra i Pawła  
Ignaz-Günther-Straße 6, 85356 Freising

- w niedziele – 16:30

### AUGSBURG

Biuro: Thomstr. 24 B, 86153 Augsburg

tel. 08 21/3 07 49, fax 08 21/3 07 22

**Msze św.:**

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

### ROSENHEIM

**Msze św.:**

- ROSENHEIM – St. Michael, Westerndorferstr. 43
  - w niedziele i święta kościelne – 10:30
- Kaplica w Centrum Misji, Heilig-Geist-Str. 46

- od wtorku do piątku – 18:00

TRAUNSTEIN – St. Josef, Salinenstr. 2

- IV sobota miesiąca – 17:00

TRAUNREUT – Zum Heiligsten Erlöser

Rathausplatz 1a

- I niedziela miesiąca – 17:00

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

- II niedziela miesiąca – 17:00

GERETSRIED – Heilige Familie, Johannisplatz 21

- III niedziela miesiąca – 16:00

WALDKRAIBURG – Christkönig, Karlsbader Str. 1

- II sobota miesiąca – 17:00
- IV niedziela miesiąca – 16:00
- Okazja do spowiedzi pół godziny przed Mszą św.

### NORYMBERGA

Ks. Stanisław Stenka CR

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

Fax 0911/3475749

**Msze św.:**

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

### INGOLSTADT

Ks. Ryszard Kazimierzczak

Gaimersheimerstr. 32, 85057 Ingolstadt

tel.: 0841 84845

**Msze św.:**

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

### STUTTGART

ks. Roman Michalec

Zuckerbergstr. 9, 70378 Stuttgart

tel.: 0711 564184

**Msze św.:**

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

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

BÖBLINGEN – kościół św. Maryi, Berliner Str. 14

71034 Böblingen

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

TÜBINGEN - kościół św. Pawła, Karl-Adam-Str. 3

72076 Tübingen

- w niedziele i święta – 15:00

BALINGEN – kościół św. Ducha,

Heilig-Geist-Kirchplatz 3, 74336 Balingen

- I sobota i III niedziela miesiąca – 16:00

### KARLSRUHE

ks. Bartłomiej Ilków

Südensstr. 39, 76137 Karlsruhe

Tel.: 0721/24654

**Msze św.:**

- KARLSRUHE – kościół św. Franciszka,

Rechts der Alb 28

- w piątki – 18:00
- niedziele i święta – 12:30

RASTATT – kościół św. Bernarda, Engelstr. 6

- w soboty – 18:15

PFORZHEIM – kościół św. Franciszka

Franziskusstr. 3

- w niedziele – 8:45

BADEN-BADEN – Dreieichenkapelle

Rheinstr. 64

- w niedziele – 15:00

BRUCHSAL – kościół św. Anton

Paul-Gerhardt-Str. 56

- I niedziela miesiąca – 17:30

### LUDWIGSBURG

ks. Eugeniusz Bartnik

Moldastr. 20, 71638 Ludwigsburg, tel. (07141) 893369

**Msze św.:**

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

HEILBRONN – NECKAGARTACH

Kościół św. Michała, Liebermannstr. 18

- niedziele – 12:30

Bogdan  
Żurek

# Mój Przyjaciel Władek

*Krótko przed Świętami Bożego Narodzenia zmarł Władek - mój jedyny Przyjaciel z dzieciństwa i wczesnej młodości. Nie kontaktowaliśmy się od lat, prawie całe życie zeszło nam osobno, a ja czuję się tak, jakbym utracił część samego siebie.*

Władka znałem od zawsze, to znaczy od czasów jak daleko sięga moja pamięć. - Od dziecka mieszkaliśmy w tym samym domu - on na dole, ja na górze. - Bawiliśmy się w Indian, ogałając zogonów koguty i jedynego indyka sąsiadów. - Uczyliśmy się pływać w pełnej wirów i ścieków pobliskiej rzece. - Kopaliśmy ziemianki - nasze bunkry i walczyliśmy z „bandami” z innych ulic. - Graliśmy „w nożną”, tworząc trzon drużyny „z Asnyki”, od Adama Asnyka, patrona naszej ulicy. - Podrywaliśmy pierwsze dziewczyny - „szpulki” z miejscowej szkoły odzieżowej.

- Piliśmy pierwsze wina, marki „Wino”, zwane też „J 21”, od ceny 21 zł. - Stworzyliśmy elitarny Klub Chomontów, składający się z najbardziej rozrywkowych jednostek płci obojga. - Wielbiliśmy Beatlesów (on - Paul McCartney, ja - John Lennon) i „Czerwone Gitary” (Władek to Krajewski, ja - Klenczon). - Godzinami słuchaliśmy, odtwarzanych z adapteru Bambino, zachodnich nagrań, których większość Władek potrafił zaśpiewać, nie znając słowa po angielsku (miał fenomenalną pamięć). - Organizowaliśmy sławne w całym mieście prywatki „U Babci” (dom mojej autentycznej babci Anny), z rozrzwinięciem wspominane do dziś przez obecne babcie. - Pędziliśmy SHL-ką do Sopotu, by w Non-Stopie - mekke polskiego big beatu - bawić się live przy Niebiesko i Czerwono-Czarnych, Czerwonych

Gitarach, wczesnym Niemenie (Wydrzycki) i innych naszych idolach. Nosiło nas też po warszawskim Medyku i Stodole.

Drogi nasze rozeszły się bardzo wcześniej. Mieliśmy około dwudziestki. Ja ruszyłem w świat, Władek pozostał na Warmii. Wspominałem go jednak często. Obiecywałem sobie, że muszę Władka odwiedzić, opowiedzieć, że miałem szczęście być na koncertach Paula McCartneya i Rolling Stonesów, o czym wspólnie marzyliśmy przed prawie pół wiekiem. Nie zdążyłem, tak jak nie zdążyłem zapytać dlaczego - jako jedyny - zwracał się do mnie „Bob”.

Władek spoczął nieopodal naszego sekretnego miejsca spotkań, miejsca marzeń i snucia planów. Nazwaliśmy je „Wild Troggs”, z połączenia nazwy ulubionych przez nas Troggsów i ich utworu Wild Thing. Ze wzgórza roztaczał się bajeczny widok na kręcącą się w dole rzekę, łąki i pola. Nie przypuszczaliśmy wtedy, że wiele lat później tam w dole powstanie cmentarz. Na nim to śpi dzisiaj snem wiecznym Władek. Z widokiem na swoją, na naszą, młodość, z którą tak naprawdę żaden z nas nigdy się nie rozstał.

Dziękuję Ci Przyjacielu za Twoją obecność w moim życiu!

Listy  
z BerdyczowaKrzysztof  
Dobrecki

# Sen Czukeczów

W nie tak odległych czasach Związku Radzieckiego żył Czukcza\*, który od rana do wieczora, ledwo otworzył oczy, wyzywał okrutnie Amerykanów. Jego „pryncypialna” postawa spotykała się z oczywistą aprobatą lokalnych władz i podejrziwą aprobatą lokalnych kapusi. Wśród zwykłych Czukeczów i sąsiadów, codzienne wyzwiska pod adresem USA wydawały się, jeśli nie dziwne, to przynajmniej „mniej oczywiste”. Któregoś dnia, wypiwszy nieco dla rozwiązania języka, zebrani w jurcie Czukcze zapytali:

- No powiedz nam Kulumburgaj, dlaczego ty tak nienawidzisz Amerykanów?

- Bardzo ich nienawidzę, bo widzisz, ... Alaszów zabrali, a Czukeczów zostawili...

Piszę ten list jeszcze w grudniu, na kijowskim Majdanie trwa kolejny tydzień demonstracja zwolenników przystąpienia do Unii Europejskiej, wspierana

przez przeciwników powrotu do ZSRR, czy też innej „unii celnej”, Z.B.I.R.A. czy Wielkiej Rosji.

W styczniu, kiedy się Moje Miasto ukaże, wiadomo będzie czy Ukraina będzie świętować, czy „nienawidzić” Europejczyków, że Mołdawię wzięli, a Ukrainę zostawili.

Życzę Ukraincom jak najlepiej, choć wiem, że są „rachunki krzywd”, a wspierane w swych demokratycznych i europejskich zabiegach kraje nie zawsze okazywały się ostatecznie wdzięczne i przyjazne, jak choćby Litwa, ale..., jak mówił żartobliwy, przedwojenny wiersz:

„To nie sztuka zabić kruką,

Ani sowę trafić w głowę,

Lecz jest sztuka całkiem świeża,

Dojść z Litwinem do przymierza...”

No cóż, niech tam Ukraina lepiej już nas drażni Banderą niż by za jej sprawą (co już kiedyś miało miejsce, zob.

XVII w.) Rosja jeszcze bardziej podsunęła się pod nasze granice. Tak to bowiem się składa, że Rosja potęgą i imperium tak naprawdę się stała, gdy udało się jej połączyć Ukrainę. Bez Ukrainy nigdy potęgą nie była i nigdy potęgą w starym stylu nie będzie. I o to się módlmy... No, żeby nie było nieporozumień. Nie życzę złe Rosji. Wręcz przeciwnie. Marzę, że tak jak kiedyś (krótko bo krótko), na olbrzymich azjatycko - europejskich obszarach carsko - bolszewickiej krainy, w kilkudziesięciu szczęśliwych, zażożnych i demokratycznych krajach żyć sobie będą Rosjanie, Jakuci, Tatarzy, Buriaci, Kariaci i szczęśliwi Czukcze...

Początek tej przemiany znajduje się na Majdanie.

Niestety gaspadar Władimir Władymirowicz też o tym wie...

Z najlepszymi życzeniami noworocznymi.

A. Likus  
Cannon

Żyj z klasą

# Goethe i Schiller mówili dialektem

Czy można porównać dialekt do języka ojczystego?

Wielu rodziców ciągle zastanawia się, czy mówić do dzieci po polsku czy dla ich dobra posługiwać się tylko niemieckim. Mimo iż sami doskonale władają polskim i polski jest pierwszym językiem ich dzieci, sami nie są pewni jak się zachować, nie chcąc zaszkodzić rozwojowi i postępowi w nauce swych pociech.

Ten sam problem mają też niemieccy rodzice, dla których dialekt jest i był pierwszym językiem, którego dzieci uczą się w domu.

W wielu domach na Bawarii używa się tylko bawarskiego, a jego znajomość oznacza przynależność do określonego środowiska i wzmacnia poczucie pochodzenia.

Na pomoc zakłopotanym rodzicom przyszyły ostatnie badania naukowców i specjalistów językowych, które dowiodły, że znajomość dialektu jak i każdego innego języka przynosi o wiele więcej pożytku niż szkody. Podkreślają oni, że wielojęzyczność ma ogromne znaczenie i wiele pozytywnych wartości. Wzmacnia zdolności językowe, obojętnie czy chodzi o różne języki czy dialekt. Ma też pozytywny wpływ na zdolności myślenia i analityczne kompetencje.

Rodzice powinni więc wspierać swoje dzieci, a są to w stanie zrobić tylko wówczas, gdy będą rozmawiać swoim naturalnym, a nie „sztucznym” językiem, jakim dla wielu jest Hochdeutsch.

O „Innerer Mehrsprachigkeit” czyli wrodzonej wielojęzyczności, mówi się kiedy dziecko jednocześnie posługuje się dialektem i językiem standardowym. Ma ona pozytywny wpływ z pedagogicznego punktu widzenia, gdyż nie ma nic gorszego niż zakaz - twierdzą eksperci.

W Bawarii przez wiele lat nie doceniano wartości dialektu, uznając dialekt za barierę językową, ograniczającą uczestnictwo w życiu społecznym, a dzieci posługujące się nim nieraz były wyśmiewane. Nauczyciele dostosowując się do starych wytycznych zniechęcali dzieci do używania rodzinnego dialektu. Robili to nie tylko zgodnie



## Ta sytuacja ma ulec zmianie.

Ministerstwo Kultury Bawarii uznało, że perfekcyjna nauka języka jest procesem, którego nie opanuje się z dnia na dzień. Wspomagany jest on przez radio, telewizję, prasę i książki, zapewniające powszechny dostęp dzieci do Hochdeutsch, czego nie miały one jeszcze w latach sześćdziesiątych ub. wieku.

## Co na to uczeni?

„Im więcej form językowych się opanuje, tym większe posiada się zdolności językowe” - twierdzi profesor Anthony Rowley, językoznawca z Uniwersytetu LMU w Monachium.

Profesor Rupert Hochholzer z Uniwersytetu w Regensburgu wyjaśnia natomiast: „Ważne jest ostrożne obchodzenie się z językiem. Rodzice powinni zastanowić się nad różnicami i zwrócić uwagę, gdy chcą porozmawiać w swoim dialekcie z wujkiem z Hamburga”.

Ministerstwo Kultury na Bawarii przygotowało już nowe wytyczne dotyczące stosunku do dialektu i wspierania jego nauki w szkołach i domach. Mijamy nadzieję, że to stanowisko dotyczy także innych języków, w tym polskiego, którymi posługują się nasze dzieci po powrocie z niemieckiej szkoły do polskiego domu.

Goethe jak i Schiller posługiwali się w domu dialektem, co w żaden sposób nie zaszkodziło ich zdolnościom językowym i doskonałym opanowaniu niemieckiego. Ten sam wniosek można wyciągnąć w stosunku do polskich dzieci, które w domu mówią w ojczystym języku rodziców, a w szkole i z kolegami po niemiecku.

# Hanka Ordonówna

1902–1950

czyli od Kopciuszka do mega gwiazdy

„Miłość Ci wszystko wybacz/Smutek zamieni Ci w śmiech.  
Miłość tak pięknie tłumaczy: Zdradę i kłamstwo i grzech.  
Choćbyś ją przeklął w rozpacz, Że jest okrutna i zła,  
Miłość Ci wszystko wybacz/ Bo miłość, mój miły, to ja...”



Młodsze pokolenie Polaków  
postać przedwojennej  
mega gwiazdy – Hanka Ordonówny  
zapewne niewiele mówi, a szkoda,  
jej kariera miała bowiem  
zadziwiający przebieg.

Urodziła się i wychowała w Warszawie jako **Maria Pietruszyńska** - córka biednego kolejarza. W wieku 6 lat rodzice zapisali ją do szkoły baletowej przy Teatrze Wielkim głównie dlatego, że uczniowie dostawali tam dwa darmowe posiłki dziennie. Debiutowała w wieku szesnastu lat, ale występ ten okazał się wielką kląpą. Krytycy porównali ją do „białej piszczałki stojącej na tylnych łapkach”, której głosik słychać tylko w pierwszych rzędach. Mimo to Ordonka nie załamała się i nie zrezygnowała z artystycznej kariery. Póki co w podrzędnych lwowskich lokalach wykonywała przyspiewki typu: „O północy si zjawili/Jakiś dwaj cywili/Gęby odrapane, włosy jak badyli/Nic nikomu nie mówili, tylko w mordy bili...” Estradowego życia na pewno nie ułatwiał jej fakt, że nie była piękną. Opisano ją jako drobną osobkę raczej przeciętnej urody. Jednak dzięki pracowitości i ambicji zaczęła z czasem odnosić sukcesy.

## PRZEŁOM

Przełom w jej karierze nastąpił w 1920 roku, podczas marszu na Zamość słynącej ze szczególnego okrucieństwa względem polskiej ludności cywilnej i Żydów, radzieckiej I Armii Konnej Siemiona Budionnego. Artyści polscy mieli wówczas swoimi występami podbudowywać morale naszego wojska i cywilów. 18-letnia aktorka stała się główną gwiazdą tamtejszego teatru śpiewając m.in.: „Lance do boju, szable w dłoni, bolszewika goń, goń, goń!” czym rozpaliała widownię do czerwoności. W życiu osobistym również musiała walczyć o szczęście. Jej lewą skroń szpeciła widoczna blizna



Jolanta  
Helena  
Stranzenbach

mezalians i zdystansowała się od młodej pary. Artystka zaś nadal odnosiła wielkie sukcesy występując w teatrach dramatycznych, kabaretach, rewiach i filmach. Jeździła także na tournée po Europie i do USA. Chociaż kochała męża, wierność nie była jej mocną stroną. Hrabia przymykał jednak oko na romanse żony.

Szczęście odwróciło się od małżonków we wrześniu 1939 r. Ordonówna od początku wojny zaangażowała się w działalność patriotyczną. Ubrana w mundur podhalańczyków śpiewem dodawała ducha żołnierzom jadącym na front. Po kapitulacji Warszawy Niemcy zamknęli ją na Pawiaku pod zarzutem szpiegostwa. Została stamtąd zwolniona dzięki usilnym zabiegom męża, po czym wyjechała na Wileńszczyznę. Niestety nie nacieszyła się tam zbyt długo spokojem. Po aresztowaniu męża przez NKWD i osadzeniu go na Łubiance, podążyła za nim do Moskwy, gdzie bezskutecznie próbowała go uwolnić. Rosjanie chcieli wykorzystać jej popularność do celów propagandowych, jednak gdy odmówiła współpracy i przyjęcia obywatelstwa radzieckiego, została deportowana do obozu pracy w Uzbekistanie, gdzie pracowała przy budowie szosy. Nie mogąc wyrobić tzw. normy, głodowała i ponownie zachorowała na gruźlicę. Po podpisaniu w lipcu 1941 r. w Londynie układu Sikorski-Majski pomiędzy Polską a ZSRR polskich obywateli przetrzymywanych bezprawnie na terenie Związku Sowieckiego objęła amnestia. Państwo Tyszkiewiczowie również odzyskali wolność. Odnaleźli się w Taszkencie, gdzie wstąpili do Armii gen. Władysława Andersa i wspólnie zajęli się ewakuacją polskich sierot ze ZSRR. Jako kierowniczka sierocińca Ordonówna osobiście zorganizowała transport do Bombaju i towarzyszyła w drodze dwustu dzieciom, których rodzice nie przeżyli terroru NKWD. Związane z tymi wydarzeniami wspomnienia opisała po latach i wydała pod nazwiskiem Weronika Hort w książce *Tułaczki dzieci*. Wydała ją pod pseudonimem, gdyż obawiała się represji, które mogłyby dotknąć jej rodzinę ze strony władz PRL. Po wojnie, naznaczona już chorobą, osiadła z mężem w Libanie. Zajęła się tam pisaniem wierszy, malowaniem obrazów i od czasu do czasu koncertami dla rodaków. Zmarła w wieku 48 lat wyniszczona przez gruźlicę. Na jej nagrobku wykuto Psalm XXXII:7. *Tyś jest ucieczką moją / od uciśnienia zachowasz mię / i piosenkami radosnego wybawienia uraczysz mię.*

## WOJNA

W 1931 r. Hanka Ordonówna – córka biednego kolejarza - wyszła za mąż za hr. Michała Tyszkiewicza, właściciela majątków na Wileńszczyźnie, urzędnika MSZ. Rodzina męża uznała to małżeństwo za

# Rozwiedzeni i ponownie poślubieni

Szansa na życie sakramentalne?



Zdołaliśmy już przywyknąć do różnych niespodzianek ze strony papieża Franciszka. Zaskakuje on nas raz po raz niekonwencjonalnymi gestami, wypowiedziami i decyzjami. Jedną z nich jest rozesłany przez Watykan do Konferencji Biskupów katalog pytań na temat rodziny. Wiąże się to z mającym się odbyć jesienią (5-19. X. 2014) Nadzwyczajnym Synodem Biskupów o rodzinie. Życzeniem papieża jest, by w odpowiedzi na postawione pytania zaangażowały się także lokalne wspólnoty kościelne. Możemy z góry założyć, że pośród wielu „palących problemów rodziny” pojawią się również postulaty o dopuszczenie do sakramentów pokuty i Eucharystii tych, którym nie powiodło się w sakramentalnym małżeństwie i po rozwodzie zawarli z nowym partnerem ślub cywilny. Aktualna wielowiekowa praktyka Kościoła, potwierdzona przez Jana Pawła II (Adhortacja apostołska *Familiaris consortio* – 1981) i Katechizm Kościoła Katolickiego (nr 1650, 1665), podyktowana wiernością słowom Chrystusa o nierozzerwalności małżeństwa (Mt 19,6), wyklucza od stołu Eucharystii osoby rozwiedzione i ponownie poślubione, ponieważ żyją one w „permanentnym grzechu”. Pojednanie w sakramencie pokuty otwierające drogę do Eucharystii jest możliwe tylko dla tych, którzy żałując grzechu naruszenia sakramentu małżeństwa (jako znaku przymierza i wierności Chrystusa), i nie będąc w stanie pozostać z nowym partnerem z powodu obowiązku wychowania dzieci, postanawiają żyć w pełnej wstrzemięźliwości seksualnej. Kościół otacza jednak troską tę kategorię chrześcijan. Lokalna wspólnota wiernych winna modlić się za nich, okazać pomoc, by nie czuli się odłączeni od Kościoła, zapraszać do uczestnictwa w życiu Kościoła, udziału we mszy św., słuchania Słowa Bożego, modlitwy, dzieł charytatywnych i aktów pokutnych, bo na tej drodze otrzymają oni łaskę nawrócenia i zbawienia. Takie rozwiązanie jest przez wiele środowisk krytykowane i uznane za niewystarczające. Liczne Konferencje Biskupów (m.in. Niemiec, Austrii, Szwajcarii, Francji, Anglii, USA) słały po Soborze Watykańskim II petycje w tej sprawie. Był to też przedmiot dyskusji już w czasie obrad V Synodu Biskupów w 1980 roku. Ostatnio wiele wrzawy w Niemczech, i nie tylko, wywołały tzw. „Materiały pomocnicze” (*Handreichung*) opublikowane w październiku 2013 przez

Wydział Duszpasterski archidiecezji Fryburg. Arcybiskup R. Zollitsch oświadczył, że nie jest to tekst finalny, że miał służyć jedynie jako podstawa do dyskusji na konferencji diekanów i w pracach Diecezjalnej Rady Pastoralnej, a został opublikowany „bez jego wiedzy i zgody”. Równocześnie stwierdził jednak, iż jest to „ważny impuls”, który będzie przedmiotem dyskusji na Konferencji Episkopatu. Odwołał się przy tym do ostatnich „pełnych miłosierdzia” wypowiedzi papieża Franciszka w tej sprawie; to one zachęcają niejako i inspirować do przemyślenia na nowo tej trudnej problematyki i do odważenia się na „nowe kroki”, przy czym istotne jest, by z jednej strony nic nie uronić z zasady nierozzerwalności małżeństwa, z drugiej, by Kościół okazał w tej kwestii bardziej ludzkie i miłosierne oblicze. Inni biskupi niemieccy zdystansowali się wobec tego dokumentu, natomiast kard. G. Müller, przewodniczący Kongregacji Wiary, wezwał arcybiskupa Zollitscha do odwołania tego pisma, wskazując na jego „błędy”. Otuchą może jedynie napawać wypowiedź kardynała R. Marx: „Kardynał Müller nie ma prawa zakończyć dyskusji na ten temat”.

## O co idzie w tym odważnym dokumencie archidiecezji fryburskiej?

Najistotniejszy jest tu postulat zróżnicowania oceny poszczególnych sytuacji powtórnych małżeństw i możliwość dopuszczenia do sakramentów w pewnych przypadkach, na mocy decyzji sumienia zainteresowanych osób i duszpasterza, po wnikliwej rozmowie. Należy przy tym uwzględniać różne okoliczności, a zwłaszcza: - stopień winy za rozbięcie małżeństwa, - przekonanie w sumieniu, że pierwsze małżeństwo nie było ważne, - dłuższa droga refleksji i pokuty, - „konflikt obowiązków”, tzn. gdy opuszczenie nowej rodziny wyrządzałoby wielką krzywdę zainteresowanym, - duchowe cierpienie z powodu braku sakramentalnej więzi z Chrystusem.

Nadmienię, że treściowo niemal identyczne rozwiązanie tego „gordyjskiego węzła” proponowali już przed 20 laty trzej biskupi metropolii fryburskiej: O. Saier (Fryburg), K. Lehmann (Moguncja) i W. Kasper (Rottenburg) w liście pasterskim do swoich



Ks. dr hab.  
Jerzy  
Grześkowiak

diecezjan. Reakcją Watykanu był wówczas dokument Kongregacji Wiary (kard. J. Ratzinger) odrzucający owe wskazania duszpasterskie. Jest oczywiste, że poruszona tu problematyka dotyczy fundamentów chrześcijańskiej wiary. W poszukiwaniu rozwiązań należy mieć na uwadze dwa aspekty: czynić wszystko, by zachować zamierzoną przez Boga nierozzerwalność małżeństwa, a z drugiej strony naśladować postawę miłosiernej miłości Pana Jezusa. On nie chciał nakładać na ludzi ciężarów nie do uniesienia (por. Łk 11,46), mówił, że „nie potrzebują lekarza zdrowi, ale ci, którzy się źle mają” (Łk. 4,23). To przecież jasne: ustanowione przez Niego sakramenty nie są nagrodą za dobre życie, lecz środkiem pomocniczym do zbawienia. I właśnie ci chrześcijanie, odsunęci przez kościelne prawo od Eucharystii z powodu porażki w pierwszym małżeństwie, szczególnie tego „boskiego lekarstwa” potrzebują. Czy Chrystus faktycznie odrzuci ich, jak czyni to nieraz otoczenie, jeżeli usiłują w nowym związku żyć uczciwie z pomocą Chrystusa? Kto to zarzucał Jezusowi, że ucztuje z grzesznikami? „Ten przyjmuje grzeszników i jada z nimi” (Łk 15, 3). Zapomnieliśmy już, że byli to Jego najbardziej zaciekle wrogowie: „faryzeusze i uczeni w Piśmie”?



# 25 lat

## partnerstwa Stuttgartu i Łodzi



W ubiegłym roku minęło 25 lat współpracy Stuttgartu i Łodzi. Idea partnerstwa wiodła oba miasta przez te wszystkie lata do wzajemnego poznania się, prezentowania swoich dokonań, współpracy w wielu dziedzinach: kulturalnej, naukowej, gospodarczej, a przede wszystkim do spotkań ludzi do wymiany poglądów, do zrozumienia się nawzajem, do zbliżenia się.



Przybyły na jubileuszowe obchody animatorki z Łódzkiego Pałacu Kultury im. Juliana Tuwima odwiedziły Szkolny Punkt Konsultacyjny w Remseck, by pobawić się razem z dziećmi ale i sprawdzić ich wiedzę o Łodzi i o Polsce.

Bardzo wiele, zaangażowanych w te obchody, osób pracowało, żeby stworzyć program, który pokazałby obu miastom wzajemne dokonania i pozwoliłby otworzyć się na kolejne lata przyjaźni.

W ramach inauguracyjnego spotkania w Ratuszu, w którym wzięli udział burmistrz Stuttgartu Fritz Kuhn oraz burmistrz Łodzi Hanna Zdanowska, została odznaczona Urszula Olszowska zasłużona za popularyzowanie polskiej kultury na gruncie niemieckim.

Nie sposób wymienić wszystkich imprez, ale wśród tak rozległej palety, znalazło się wiele niezwykle ciekawych wydarzeń kulturalnych. Do takich należał niewątpliwie wieczór polityczno-literacki pt. „Wspólnie w Europie albo co mają sobie do powiedzenia

Polacy i Niemcy”. W dyskusji wzięli udział dr Knut Krohn z „Stuttgarter Zeitung”, profesor dr Joanna Jabłkowska z Uniwersytetu Łódzkiego oraz pisarze Tina Stroheker ze Stuttgartu i Paweł Spodenkiewicz z Łodzi. Pisarze wzięli wcześniej udział w interesującym projekcie polegającym na poznaniu partnerskiego miasta i napisaniu na ten temat literackiej refleksji. Efektem „zderzenia” pisarzy i miast były dwie pozycje książkowe pt. „Słownik Łódzki” -T.Stroheker i „Dziennik wirtemberski 2007” - Pawła Spodenkiewicza. Obie książki napisane w zupełnie innej konwencji, ale to co je łączy to niezwykła otwartość, ciekawość i wrażliwość na spotkania z ludźmi, zwiedzanie miasta, poznanie go w różnych obszarach, penetrowanie wydarzeń historycznych,

obyczajowych, poszukiwanie prawdy o mieście, o ludziach tam żyjących. To tak jakby spojrzeć na siebie z perspektywy sąsiada, partnera. Jednak wieczór ten obfitował przede wszystkim w burzliwą wymianę zdań dotyczącą kontaktów polsko-niemieckich na przełomie wielkich wydarzeń historycznych, ale i codziennych spotkań w dzisiejszym życiu.

Kolejnymi interesującymi wydarzeniami były spotkanie z pisarzem, reżyserem filmowym i teatralnym Andrzejem Bartem, występ Teatru Powszechnego z Łodzi ze spektaklem muzyczno-literackim „TU-WIM” opartym na tekstach Juliana Tuwima, wystawa Oskara Gorkiewicza w Stuttgarcie, a artystki ze Stuttgartu Anji Klafki w Łodzi. W ramach nocy stuttgartkiej ratusz zamienił się na wiele godzin w jedno wielkie święto z okazji jubileuszu obu partnerskich miast. Na każdym piętrze odbywały się wystawy, spotkania, pokazy taneczne, dyskusje, można było skosztować polskich potraw. Z koncertem wystąpił niezwykle utalentowany pianista i kompozytor jazzowy Witold Janiak ze swoim Trio, wywołując euforię słuchaczy.

Wszystkie te spotkania, w których wzięło udział bardzo wielu zainteresowanych i to z różnych środowisk, jak i grup wiekowych dowodzą jak wiele oba miasta mają sobie jeszcze do powiedzenia.

Malgorzata Piegsa

MOJEMIasto

## MIASTO DZIECI

### Lech Konopiński

poeta, aforysta, satyryk, autor utworów dla dzieci i młodzieży oraz widowisk telewizyjnych. Autor 60 książek, wydanych w nakładzie 5 milionów egzemplarzy i tłumaczonych na wiele języków. Za twórczość dla najmłodszych i dorosłych Lech Konopiński zaliczony został przez Międzynarodowe Centrum Biograficzne w Cambridge do grona 100 osobistości świata (Top 100 Professionals 2012). Spośród licznych odznaczeń i nagród ceni sobie najbardziej Order Uśmiechu. Więcej informacji dotyczących autora oraz możliwości nabycia jego książek, na stronie internetowej:

www.lechkonopinski.pl



### w Banialuce



Może kiedyś ktoś odszuka kraj, co zwie się Banialuka.

W Banialuce – no, a gdzieżby? – rosną takie dziwne wierzby, które darzą nas gruszkami, gdy apetyt na nie mamy.

Tu zobaczysz sad wspaniały, gdzie niebieskie są migdały i gdzie siąpi deszczuk skąpo, gdy wpadają śliwki w kompot.

Ja już byłem w Banialuce. Może do niej kiedyś wrócę!

Tutaj także znajdziesz rzeczkę wypełnioną ptasim mleczkiem – więc je musisz wypić szybko, by ze złotą gadać rybką.

W Banialuce żyją dzieci, którym wszystko z nieba leci, a ich ręce, głowa, nogi zawsze mają spokój błogi.

Nigdy jednak tam nie trafi ten, kto nie zna geografii i, miast brać się do nauki, woli wierzyć w banialuki!



### Mądralińscy



Na wakacjach, poza szkołą, dzieci bawią się wesoło. Od nauki jak najdalej wymyślają się mądrze:

- A ja lubię patrzeć w zeszyt! Rysowanie kół mnie cieszy i przez dzień okrągły – w kółko mogę czas poświęcać kółkom!

- Ja czas w domu spędzam raczej, bo na ludzi lubię patrzeć! Chociaż nos mi czasem zmoknie, mogę ciągle siedzieć w oknie!

- Jeśli zechcę, to potrafię klika godzin siedzieć w szafie! Chociaż goni mnie nauka, tutaj nikt mnie nie odszuka!

- Ja się wolę śmiać do sera i pestkami się obżerać, bo największą z moich uciech jest jedzenie oraz plucie!

Wymyślają się mądrze, zamiast uczyć się lub szaleć. Spójrzcie na nich -zobaczycie, jak im głupio płynie życie!

- Męczy mnie zabawa w berka! Do lusterka wolę zerknąć, bo w zwierciadle znakomicie widać śmiesznych min odbicie!

- Ja najbardziej lubię gadać! Nikt nie słucha? Trudna rada! Mogę mówić wam o niczym, byle gadać! To się liczy!

Mądraliński zna sposoby, by uprawiać swoje hobby i dlatego wszystko robi, by dosłownie - nic nie robić!

- Ja spać mogę przez dwie doby, by w leżeniu rekord pobić! Choć czas płynie obok wartki, nie przeczytam nawet kartki!

- Ja najchętniej bywam w kinie, bo tam czas mi pięknie płynie! Lubię akcję śledzić pilnie co dzień na tym samym filmie!

Barbara Müller

### KWIATY DO POLSKI Tel: 07021 861 169

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

#### KWIATY

uważa się za najbardziej elegancką formę okazywania uczuć

#### DLA

już urodziny, solenizantów, lub tak po prostu bez okazji

#### KAŻDEGO

komu chcemy pogratulować, podziękować lub dodać otuchy

W naszej ofercie między innymi:

Bukiety okolicznościowe + sekt, piwa, wina lub bomboniera, kawa, maskotka, kosze kwiatowe, kosze obfitości, wianki, wieńce...

Kwiaty dostarczamy także na terenie całych Niemiec oraz innych państw

www.polkwiat.eu

Fax: 07021 86 32 25

POL-KWIAT  
EKSPRES KWIATOWY



32. rocznicę wprowadzenia stanu wojennego w Polsce uczczono w Monachium wystawą połączoną z recitalem i wykładem historycznym.

## Solidarność z Polską

Dokładnie 32 lata po wprowadzeniu stanu wojennego, 13 grudnia 2013 roku, w pomieszczeniach Wydziału Kultury Konsulatu Generalnego w Monachium otwarto wystawę pt. „Solidarność z Polską - Ruch wsparcia Solidarności w Niemczech”. Na ponad dwudziestu planszach pokazano historię i metody działania prosolidarnościowego ruchu w Niemczech, ze szczególnym uwzględnieniem wspierania Podziemia Solidarności. Wśród najbardziej zaangażowanych ośrodków pomocy z Aachen, Berlina Zachodniego, Kolonii, Moguncji znalazło się też Monachium, z niezwykle prężną wówczas organizacją „Solidarność Wolnych Polaków w Bawarii”.

Ogromnym atutem prezentacji są opisy w trzech językach (po polsku, niemiecku i angielsku) i doskonale wydany katalog. Dlatego też, już podczas uroczystości, padły konkretne propozycje udostępnienia wystawy szerszemu gremium, a więc niemieckiemu odbiorcy, np. w Gasteigu lub monachijskim Ratuszu. Okazją do tego mogłyby się stać obchody X rocznicy wejścia Polski do Unii Europejskiej. Organizatorzy już zastanawiają się nad wcieleniem tego pomysłu w życie.



Powitania gości, a także rysu historycznego, opartego na własnych przeżyciach, dokonał świadek tamtych wydarzeń, a zarazem główny organizator, Bogdan Żurek. Bardzo dobrze przyjęto wystąpienie Konsula ds. Polonii Aleksandra Korybuta-Woronieckiego, który z wielkim uznaniem mówił o inicjatywach

prezentowanych na wystawie i ludziach je realizujących. O samym zaś Ruchu, opowiedział jeden z najbardziej zasłużonych działaczy emigracji niepodległościowej – obecnie szef Biura Polonii w Berlinie – Aleksander Zajac. On też oprowadzał gości po wystawie i udzielał fachowych wyjaśnień.

Uroczystość zaszczyliła swoją obecnością Konsul Generalna RP w Monachium Justyna Lewańska, która po wysłuchaniu koncertu Elizy Banasik zwiedziła wystawę w towarzystwie, objaśniającego poszczególne jej fragmenty – Aleksandra Zajac.

Wśród znaczących postaci życia polonijnego znaleźli się prof. Piotr Małoszewski – Prezydent Konwentu Organizacji Polskich w Niemczech i Jolanta Sularz – Polka w monachijskiej Radzie Cudzoziemców.

## Koncert Elizy Banasik

Gwiazdą wieczoru była Eliza Banasik, która swoim anielskim głosem śpiewała piosenki... barda Solidarności, Jacka Kaczmarskiego. Wydawać by się mogło, że z jego utworami mogą sobie poradzić tylko mężczyźni, tymczasem – właśnie w tym repertuarze – zna dzisiaj Elizę cała Polska.



Jej talent odkrył sam Jacek Kaczmarski. W 2003 roku, na kilka miesięcy przed śmiercią, był on gościem programu „Od przedszkola do Opola”, w którym debiutowała 10-letnia wówczas Eliza. Po programie bard pochwalił występ dziewczynki i poprosił, żeby nie rozstawała się z jego piosenkami. Tak też się stało. Z twórczością Jacka Kaczmarskiego wystąpiła w kilkunastu programach telewizyjnych, została laureatką

wielu konkursów i festiwali, w tym Nagrody Polonii na Festiwalu „Nadzieja” im. Jacka Kaczmarskiego w Kołobrzegu. Do perfekcji opanowała sztukę interpretacji. Eliza Banasik ma 20 lat, pochodzi z Gdańska, studiuje prawo na Uniwersytecie Warszawskim.

Po części oficjalnej zwiedzano wystawę i przy lampce wina wspominano ten niełatwy dla Polski i Polaków czas.

## Stan wojenny – wczoraj i dziś

W niedzielę, 15 grudnia, w parafialnej sali przy kościele św. Józefa w Monachium wysłuchano wykładu przybyłego z Warszawy prof. dra hab. Jana Żaryna pt. „Stan wojenny – wczoraj i dziś”. Profesor Żaryn od dziesięciu lat wykłada na Uniwersytecie im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego, obecnie pełni funkcję kierownika katedry Historii Kościoła Katolickiego w Polsce w XX wieku. Był dyrektorem Biura Edukacji Publicznej IPN, a w latach 2009–2010 doradcą prezesa IPN śp. Janusza Kurtyki. Posiada ogromną wiedzę o stanie wojennym, mechanizmach i skutkach jego wprowadzenia. Tym wszystkim podzielił się on z monachijską Polonią, która licznie przybyła na wykład.

Dzień wcześniej Profesor zwiedził w Monachium m.in. kościół św. Barbary, siedzibę byłego Radia Wolna Europa, Polską Szopkę Bożonarodzeniową na dworcu głównym, Starą Pinakotekę, a wieczorem spotkał się z działaczami polonijnymi.



Korzystając z obecności szefa Biura Polonii Aleksandra Zajac i sekretarza Zrzeszenia Federalnego Polska Rada w Niemczech – Arkadiusza Kulaszewskiego, przeprowadzono szkolenie - organizowane przez Konwent Organizacji Polskich w Niemczech we współpracy z Biurem Polonii w Berlinie - dla przedstawicieli polonijnych organizacji, dotyczące składania i rozliczania dotacji na projekty kulturalne z budżetu Urzędu Pełnomocnika Rządu Federalnego ds. Kultury i Mediów (BKM). Szkolenie odbyło się, przed otwarciem wystawy, w pomieszczeniach Wydziału Kultury Konsulatu Generalnego w Monachium. Wzięło w nim udział kilkanaście osób.

## Organizacja:

Projekt „13 Grudzień” zorganizowało monachijskie Stowarzyszenie na Rzecz Porozumienia Niemiecko-Polskiego przy współpracy z Konsulatem Generalnym RP w Monachium, Polską Parafią Katolicką w Monachium, Zrzeszeniem Federalnym - Polska Rada w Niemczech i Polskie Forum oraz Arbeitsgruppe „Solidarność” Eschweiler-Aachen.



# Kapłan i harcerz

Ks. phm Stefan Wincenty Frelichowski

Pielgrzymka w 100 rocznicę urodzin Patrona Harcerstwa Polskiego

W dniach 13 - 15 grudnia 2013 roku, osiemdziesięcioosobowa grupa harcererek i harcerzy z Polski i innych krajów wzięła udział w pielgrzymce do byłego niemieckiego obozu koncentracyjnego w Dachau - miejsca odejścia na wieczną wartę patrona Harcerstwa Polskiego - bł. ks. phm. Stefana Wincentego Frelichowskiego. W pielgrzymce uczestniczyły instruktorki z działającego poza granicami kraju Związku Harcerstwa Polskiego (Wielka Brytania), harcerki i harcerze z Harcerstwa Polskiego na Białorusi, Litwie, Ukrainie oraz Związku Harcerstwa Rzeczypospolitej z Polski, wraz ze swymi kapelanami.

Do Dachau przybyli również członkowie rodziny Błogosławionego. Pielgrzymka była jednym z elementów Roku Patrona (100 rocznica urodzin), ogłoszonego w lutym ub. r. przez bp. Józefa Gózdka, delegata Konferencji Episkopatu Polski ds. Harcerstwa.

Bł. ks. Stefan Wincenty Frelichowski, był instruktorem przedwojennego ZHP. W Dachau, z numerem 22492, więziono go od 14 grudnia 1940 roku. Mimo groźących śmiercią zakazów celebrował tam msze święte, spowiadał, wygłaszał patriotyczne pogadanki, śpieszył z pomocą w potrzebie. Założył nawet „Mały Caritas”, którego celem była pomoc żywnościowa szczególnie potrzebującym. Kiedy w obozie wybuchła epidemia tyfusu, ksiądz Frelichowski z narażeniem życia pomagał i służył posługą kapłańską śmiertelnie chorym więźniom. Zarażony, zmarł w opinii świętości dnia 23 lutego 1945 roku.

Pięćdziesiąt cztery lata później w Toruniu, 7 czerwca 1999 roku, Ojciec Święty Jan Paweł II ogłosił ks. phm. Stefana Wincentego Frelichowskiego błogosławionym. Natomiast 22 lutego 2003 r. wydano oficjalny dekret Stolicy Apostolskiej uznający błogosławionego ks. phm. Stefana Frelichowskiego patronem Harcerstwa Polskiego.

Harcerską pielgrzymkę do Dachau można nazwać swoistymi rekolekcjami w drodze. Rozpoczęła się w Warszawie mszą świętą odprawioną w piątkowy ranek przez ks. prałata Henryka Błaszczyka z Rady Krajowej Stowarzyszenia „Wspólnota Polska”. Podróż do Monachium upłynęła wśród pieśni religijnych i piosenek harcerskich, odmawianej koronki do Miłosierdzia Bożego oraz konferencji wygłaszanych przez panią Annę Jagodzińską z Instytutu Pamięci Narodowej.

W sobotę, 14 grudnia, kapelani harcerscy pod przewodnictwem ks. dr. Jana Dohnalika, kanclerza Kurii Polowej Wojska Polskiego, odprawili - w znajdującej się na terenie byłego obozu kaplicy „Świętej Krwi” Siostr Karmelitanek - uroczystą mszę świętą. Po mszy uczestnicy pielgrzymki złożyli wieniec pod tablicą upamiętniającą polskich więźniów, umieszczoną na ścianie Kaplicy Śmiertelnego Łęku

oraz zapalili 5 zniczy symbolizujących pięć krajów z których przybyli do Dachau harcerze. Napis na tablicy umieszczonej przez księży polskich, byłych więźniów obozu, brzmi: „Tu, w Dachau, co trzeci zamęczony był Polakiem. Co drugi z więzionych tu księży polskich złożył ofiarę z życia (...)”

W miejscu w którym zmarł bł. ks. Stefan Frelichowski (blok nr. 7) wieniec, w imieniu uczestników pielgrzymki, złożył siostrzeniec błogosławionego Krzysztof Jaczkowski wraz z małżonką. Następnie uczestnicy pielgrzymki zwiedzali tzw. „Drogę Więźnia” w Muzeum KL Dachau.

W drodze na wzgórze Leitenberg, gdzie pochowano tych, którzy nie doczekali wyzwolenia obozu, kapelanie harcerscy poprowadzili Drogę Krzyżową. Tam, pod pomnikiem upamiętniającym Polaków zamordowanych i zmarłych w obozie w Dachau, wieniec złożyli pani Justyna Lewańska Konsul Generalny RP w Monachium, oraz - w imieniu harcerstwa - pan Jan Dziedzic poseł PiS na Sejm RP, a zrazem instruktor ZHR. Historię i znaczenie dla Polaków cmentarza na Wzgórzu Leitenberg przedstawił harcerzom Maciej Skarzyński.

Tego samego dnia, w monachijskim kościele pw. św. Gabriela, odbyła się wieczornica zatytułowana „Ks. phm. Stefan Wincenty Frelichowski - harcerz, kapłan, męczennik”,



w której oprócz harcerzy wzięli udział przedstawiciele Polonii monachijskiej oraz pan Aleksander Korybut-Woroniecki, Konsul ds. Polonijnych. Wykład pt. „Dachau we wspomnieniach księży więźniów” wygłosiła Anna Jagodzińska z IPN, a o ks. Stefanie Frelichowskim, przy kominku, opowiadał jego siostrzeniec Krzysztof Jaczkowski. Wieczornicę zakończył wspólny opłatek.

W niedzielę, 15 grudnia, w kościele św. Józefa w Monachium, odprawiono - w intencji kanonizacji bł. ks. phm. Stefana Frelichowskiego - uroczystą mszę, która była oficjalnym zakończeniem pielgrzymki harcerzy do miejsca śmierci ich Patrona.

Uczestnicy pielgrzymki dziękują wszystkim, którzy zaangażowali się w jej organizację, a w szczególności Polskiej Parafii Katolickiej w Monachium, z proboszczem o. dr Stanisławem Pławeckim CSsR na czele, przewodniczącej Rady Parafialnej dr Barbarze Małoszewskiej i pani Genowefie Białkowski. Słowa podziękowań skierowane są też do pani Niny Kozłowskiej, dominikanina o. Macieja Złonkiewicza, a także do Konsulatu Generalnego RP w Monachium.

Roman Wróbel

Stowarzyszenie „Wspólnota Polska”

Warszawa, 19 grudnia 2013 r.

(zdjęcia: Wsp. Polska. KAI, Beata Modzelewska-Kowalewska)



# powroty

Szanowni Czytelnicy przedstawiam Państwu kolejny artykuł z cyklu „POWROTY” – cyklu dobrze przyjętego przez Czytelników „Mojego Miasta”. Do tej pory w jego ramach ukazały się następujące artykuły:

- cz. 1 „Obywatelstwo polskie dla dzieci urodzonych w Niemczech”,  
cz. 2 „Polskie dokumenty tożsamości”,  
cz. 3 „Rozwód w Niemczech i jego skutki prawne w Polsce”,  
cz. 4 „Jak nabyć spadek w Polsce – zasady dziedziczenia”,  
cz. 5 „Zachowek – czyli ochrona osób najbliższych przed pominięciem w testamencie w polskim prawie spadkowym”,  
cz. 6 „Zasiedzenie – jak nabyć własność nieruchomości w Polsce nie będąc jej właścicielem”,  
cz. 7 „Podział majątku małżonków po rozwodzie – według prawa polskiego”,  
cz. 8 Testament w Polsce – jak sporządzić ważny dokument”,  
cz. 9 „Ustalenie ojcostwa dziecka – według prawa polskiego”,  
cz. 10 „Obowiązek alimentacyjny wobec dziecka – według prawa polskiego”,  
cz. 11 „Darowizna w Polsce – czyli jak skutecznie przekazać najbliższemu majątek za życia”,  
część 12 „Dział spadku – według prawa polskiego”,  
cz. 13 „Podatek od spadków i darowizn otrzymanych w Polsce”,  
cz. 14 „Alimenty między byłymi małżonkami”.

CZ.15

## Kontakty z dzieckiem po rozwodzie

W dzisiejszym artykule omówię problematykę kontaktów rozwiedzionych rodziców z dzieckiem.

### Obowiązek sądu rozstrzygania o kontaktach z dzieckiem

Zgodnie z prawem polskim w wyroku orzekającym rozwód sąd ma obowiązek rozstrzygnąć o władzy rodzicielskiej nad wspólnym małoletnim dzieckiem stron, o kosztach jego utrzymania i wychowania oraz o kontaktach z dzieckiem. Kontakty z dzieckiem obejmują w szczególności wspólne przebywanie z dzieckiem i bezpośrednie porozumiewanie się z nim, utrzymywanie korespondencji, korzystanie z innych środków porozumiewania się na odległość, w tym ze środków

uwzględnić taki układ rodziców pod warunkiem, iż nie będzie on sprzeczny z dobrem dziecka – jego rozwojem osobistym. W razie wystąpienia takiej sytuacji sąd może zaproponować zmianę sposobu kontaktowania, którą rodzice mogą zaakceptować. W razie gdy nie uda się uzyskać porozumienia rodziców sąd podejmuje decyzję z urzędu. Następuje to zawsze po uprzednim wysłuchaniu oświadczeń rodziców.

### Ograniczenie kontaktów z dzieckiem

W prawie polskim istnieje również możliwość ograniczenia kontaktów rodzica z dzieckiem. Aby do tego doszło sąd musi najpierw orzec o pozbawieniu lub ograniczeniu władzy rodzicielskiej rodziców lub rodzica dziecka. Sąd może ograniczyć lub pozbawić kontaktów z dzieckiem gdy wymaga tego jego dobro. Ograniczenie to może polegać na całkowitym zakazie kontaktów z dzieckiem lub ograniczeniu kontaktów do określonych sposobów porozumiewania się na odległość. Sąd ma obowiązek orzec o całkowitym zakazie kontaktów rodzica z dzieckiem, jeżeli poważnie zagraża to dobru dziecka lub je narusza – orzeczenie takie zapada tylko wyjątkowo. Dobro dziecka rozumiane jest bardzo szeroko i z zasady uważa się, iż kontakty z rodzicami mu służą.

### Procedura sądowa rozstrzygania o kontaktach

Orzeczenie o kontaktach następuje po przeprowadzeniu osobnej sprawy sądowej w tym zakresie lub w ramach

Monika Skrzypek-Paliwoda

A D W O K A T

reprezentująca w całym kraju

sprawy Polaków

mieszkających za granicą,

prowadząca Kancelarię Adwokacką

w Polsce pod nazwą

SEMPER LEX Prawo i Podatki

według  
prawa  
polskiego

toczącego się postępowania w sprawie o rozwód lub separację. Postępowanie w sprawie dotyczącej władzy rodzicielskiej lub kontaktów wszczęte przed wytoczeniem powództwa o rozwód lub separację ulega z urzędu zawieszeniu. W tym czasie istnieje możliwość orzekania o kontaktach w postępowaniu zabezpieczającym. Gdy w wyroku rozwodowym zostanie zawarte rozstrzygnięcie w przedmiocie władzy rodzicielskiej lub sposobu kontaktów wcześniejsze postępowanie ulega umorzeniu.

Uprawnienia do kontaktowania z dzieckiem przysługuje nie tylko rodzicom, ale również rodzeństwu, dziadkom, powinowatym w linii prostej, a także innym osobom jeśli sprawowały przez dłuższy czas pieczę nad dzieckiem. Ograniczenie kontaktów z dzieckiem może polegać m.in. na: zakazie spotykania się z dzieckiem, zakazie zabierania go poza miejsce stałego pobytu, nakazaniu kontaktów tylko w obecności drugiego rodzica lub opiekuna, kuratora sądowego lub innej wskazanej przez sąd osoby, ograniczeniu kontaktów do określonych sposobów kontaktowania się na odległość lub zakazie porozumiewania się na odległość.

Cdn.

### 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



- informacje
- wiadomości
- firmy
- anonse...

✉ Pestalozzistr. 71

10627 Berlin

☎ +49 30 32 416 32

+49 30 41 636 03

💻 webmaster@kontakty.org

### 7(S)-Gruppe

#### Praca w Niemczech

##### Stanowiska:

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

- branża gastronomiczna
  - kucharz / kucharka

- branża medyczna
  - pielęgniarka / pielęgniarz

##### Wymagania:

- dobra znajomość języka niemieckiego
- kilkuletnie doświadczenie w zawodzie

##### Oferujemy:

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

##### Friendly People GmbH

Lindwurmstraße 129 • 80337 München  
TEL. +49/89 74 72 18 – 20  
Kom. +49/172 4090521  
recruiting@7s-gruppe.de

# AGS

Agentur Grażyna Szkultecka



Grażyna Szkultecka (M.A.)

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

#### Godziny otwarcia:

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

Agencja obsługi firm

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

Zapraszam!

## Eurooffice - Management UG

Mgr Anna Wagner-Szostak

## usługi księgowe

Buchhaltung . Lohnbuchhaltung . Unternehmensberatung

Schönstrasse 35 81543 München

Tel.: 089/41 41 41 400

Fax: 089/41 41 41 409

e-mail: a.wagner@eurooffice-management.de

nowy adres  
ważny od 15.05.2013

## PIENIĄDZE NA DZIECI KINDERGELD

Bazując na wieloletnim doświadczeniu kompetentnie pomagamy osobom pracującym w Niemczech (polskie kontrakty, umowy o pracę i firmy jednoosobowe „Gewerbe”) przy złożeniu wniosku, oraz kompleksowym tłumaczeniu (bez udzielania porad prawnych) wszystkich pism i formularzy urzędowych otrzymanych z Kasy Świadczeń Rodzinnych, dotyczących procedury uzyskania niemieckiego zasiłku na dzieci (Kindergeld) w wysokości **184,- € miesięcznie** (oraz **nadpłaty do 4 lat wstecz**) na dzieci mieszkające w Polsce do ukończenia 25-go roku życia, jeśli nadal kontynuują lub kontynuowały naukę.

Oferujemy tanie i bardzo dobre  
UBEZPIECZENIA ZDROWOTNE

Tel.: 0179 484 50 63 lub (030) 367 533 40  
SUERTÉ, Sławomir Wawrzyniak, Postfach 200318, 13513 Berlin

!!! Obsługujemy osoby z całych Niemiec !!!

▲ www.kindergeld.com ▲ E-Mail: kontakt@kindergeld.com ▲

# wszystko w jednym miejscu

## Serwis biurowy

AGATA ADAMEK

### Obsługa i pomoc

w wypełnianiu formularzy  
i uzyskiwaniu świadczeń socjalnych

Tel.: 089 / 41 41 41 357 Mobil: 0151 / 290 734 59  
Fax: 089 / 41 41 41 358  
E-Mail: bueroserviceaa@web.de

## Ubezpieczenia bezpłatne doradztwo

ADAM LANGER

Geprüfter Versicherungsfachmann IHK

Doradzam w zakresie ubezpieczeń:  
Zdrowotnych  
Emerytalnych  
Samochodów, Assistance  
Wypadkowych  
Odpowiedzialności Cywilnej

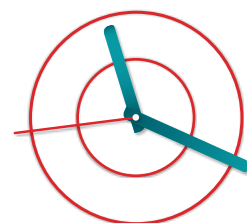
Mobil: 0176 / 103 404 61 Tel. 089 / 41 41 41 355  
Fax: 089 / 41 41 41 356  
E-Mail: service.langer@gmail.com

## Księgowość

Buchhaltung/Lohnabrechnung

CLAUDIA MÜCKE

Tel: 089 / 41 41 41 353 Mobil: 0178 / 186 730 09  
Fax: 089 / 41 41 41 354  
E-Mail: claudia-muecke-bueroservice@t-online.de



**Oszczędność czasu zawsze z korzyścią**

## Makler porady i informacje ubezpieczeniowy

ŁUKASZ SOWADA

Geprüfter Versicherungsfachmann IHK

Ubezpieczenia:  
OC firm i prywatne  
komunikacyjne  
emerytalne i na życie  
zdrowotne i wypadkowe

Tel. 089 / 41 41 41 351 Mobil: 0176 / 104 224 97  
Fax: 089 / 41 41 41 352  
E-Mail: lukasz.sowada@gmail.com

Thalkirchnerstraße 184, 81371 München

dojazd Metro U3 - stacja Brudermühlstraße

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

• Księgowość

• Podatki

• Obsługa firm  
i osób prywatnych

Dypl. Księgowy  
certifikat  
Steuerberaterkammer



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

| Dla obu płci |                    |
|--------------|--------------------|
| Wiek         | Składka SB 300 Eur |
| 0-15         | 91,73              |
| 16-20        | 83,33              |
| 21           | 171,71             |
| 22           | 179,37             |
| 23           | 186,96             |
| 24           | 194,38             |
| 25           | 201,54             |
| 26           | 208,49             |
| 27           | 214,58             |
| 28           | 220,50             |
| 29           | 226,34             |
| 30           | 232,16             |
| 31           | 238,01             |
| 32           | 243,69             |
| 33           | 249,49             |
| 34           | 255,45             |
| 35           | 261,64             |
| 36           | 268,06             |
| 37           | 274,62             |
| 38           | 281,50             |
| 39           | 288,69             |
| 40           | 296,25             |
| 41           | 304,15             |
| 42           | 312,30             |
| 43           | 320,72             |
| 44           | 329,40             |
| 45           | 338,33             |
| 46           | 347,46             |
| 47           | 356,20             |
| 48           | 365,02             |
| 49           | 373,91             |
| 50           | 382,83             |
| 51           | 391,82             |
| 52           | 402,50             |
| 53           | 413,35             |
| 54           | 424,34             |
| 55           | 435,45             |
| 56           | 446,70             |
| 57           | 458,05             |
| 58           | 469,55             |
| 59           | 481,17             |
| 60           | 492,90             |



## 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

| Dla obu płci |                     |
|--------------|---------------------|
| Wiek         | Składka SB 1500 Eur |
| 0-15         | 16,95               |
| 16-20        | 42,43               |
| 21           | 85,12               |
| 22           | 91,00               |
| 23           | 96,24               |
| 24           | 100,92              |
| 25           | 201,54              |
| 26           | 208,49              |
| 27           | 111,72              |
| 28           | 114,45              |
| 29           | 116,98              |
| 30           | 119,40              |
| 31           | 121,77              |
| 32           | 124,42              |
| 33           | 127,18              |
| 34           | 130,10              |
| 35           | 133,20              |
| 36           | 136,54              |
| 37           | 139,89              |
| 38           | 143,50              |
| 39           | 147,41              |
| 40           | 151,61              |
| 41           | 156,15              |
| 42           | 161,04              |
| 43           | 166,28              |
| 44           | 171,84              |
| 45           | 177,74              |
| 46           | 183,93              |
| 47           | 190,51              |
| 48           | 197,36              |
| 49           | 204,52              |
| 50           | 211,91              |
| 51           | 219,59              |
| 52           | 227,52              |
| 53           | 235,67              |
| 54           | 244,07              |
| 55           | 252,52              |
| 56           | 261,11              |
| 57           | 269,82              |
| 58           | 278,68              |
| 59           | 287,71              |
| 60           | 296,92              |

VESTNER

Personaldienstleistung  
Familienbetrieb seit 150 Jahren  
Szukamy pracowników:

- monter instalacji sanitarnych  
- monter instalacji wentylacyjnych  
- monter instalacji przeciwpożarowych

Oferujemy pewne miejsca pracy

www.vestner-online.de  
info@vestner-online.de

H. VESTNER GmbH

Erlangen · Dresden · Tel. (0 91 31) 8 85 30

Mit dem Qualitätssiegel DIN EN ISO 9001

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)

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

bgg@gmx.org

# Auslandsreise-Krankenversicherung Hanse Merkur a obowiązek ubezpieczenia...

Artykuł dotyczy ubezpieczenia zdrowotnego dla osób czasowo przebywających w Niemczech. Można je wykupić na okres do max. 5 lat. Ostatnio popularne są taryfy firmy Hanse Merkur (ok. 69€ lub 99€ na miesiąc). Teza artykułu jest następująca: Polacy, podlegający w Niemczech obowiązkowi meldunkowemu, prowadzący działalność gospodarczą i posiadający tutaj tzw. ośrodek interesów życiowych, którzy wykupili opisywane ubezpieczenie, nie spełniają obowiązku ubezpieczenia zdrowotnego (§193 VVG) i pielęgnacyjnego (Pflegepflichtversicherung - §1 SGB XI) w Niemczech.

## Dla kogo jest to ubezpieczenie?

Prawo niemieckie dopuszcza ograniczone czasowo ubezpieczenia zdrowotne dla osób, które posiadają **czasowo ograniczone prawo pobytu w Niemczech (befristeter Aufenthaltstitel)** - §195 pkt. 3 VVG. Przykładem może być zagraniczny student, który przebywa w Niemczech z czasową wizą studencką. §1 pkt. 2 warunków opisywanego ubezpieczenia Hanse Merkur, które jest właśnie tego typu ubezpieczeniem, określa, że ubezpieczyć mogą się osoby, które posiadają inne niż niemieckie obywatelstwo i przebywają w Niemczech tymczasowo. **§2 pkt. 1 określa ponadto, że złożenie wniosku może nastąpić najpóźniej w ciągu 31 dni od daty przyjazdu do Niemiec.**

## Dla kogo nie jest to ubezpieczenie?

Przypadki osób, podlegających obowiązkowi zameldowania i prowadzących działalność zarobkową w wielu krajach, reguluje prawo

UE. Według rozporządzenia Rady i Parlamentu Europejskiego (WE) nr 883/2004 z 29 kwietnia 2004 r., nadrzędne jest w takich przypadkach ustawodawstwo kraju, w którym osoba ma tzw. ośrodek interesów życiowych. Dla osób podlegających w Niemczech obowiązkowi meldunkowemu, których firma w Niemczech jest jedyną działalnością zarobkową, jest to ustawodawstwo niemieckie, które nakłada na nich obowiązek pełnego ubezpieczenia zdrowotnego i pielęgnacyjnego. Takie osoby muszą wykupić ubezpieczenie, które m.in. jest nieograniczone czasowo (§195 pkt. 1 VVG), nie może zostać przez ubezpieczalnię wypowiedziane (§206 pkt. 1 VVG) oraz zawiera obowiązkowe ubezpieczenie pielęgnacyjne (§1 SGB XI). **Wszystkich tych wymogów nie spełniają opisywane taryfy Hanse Merkur.** Według przepisów UE takie osoby nie przebywają w Niemczech tymczasowo. I nie mają przy tym znaczenia osobiste plany

dotyczące długości pobytu w Niemczech, fakt zameldowania w Polsce, czy przebywanie pozostałych członków rodziny w Polsce. Natomiast osoby, które prowadzą działalność zarobkową w wielu krajach, powinny zwrócić się z wnioskiem o określenie ośrodka interesów życiowych do odpowiedniej instytucji. W Polsce jest nią najczęściej ZUS, w Niemczech jego odpowiednik - Deutsche Rentenversicherung.

## Jakie mogą być konsekwencje zawarcia takiego ubezpieczenia?

Chcąc w przyszłości przejść na pełne ubezpieczenie, trzeba liczyć się z nadpłatą zaległych składek od momentu wystąpienia obowiązku ubezpieczenia (najczęściej od daty zameldowania). Wszystkie kasy chorych i większość firm prywatnych nie

Marcin Studencki

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

uznaje bowiem ciągłości z tego typu ubezpieczeniem. Jednym z wyjątków jest Hanse Merkur, która daje możliwość przejścia na własne taryfy pełnego ubezpieczenia. **Nie daje jednak gwarancji!** Przy przejściu na pełne ubezpieczenie należy liczyć się z tym, że jest się w międzyczasie straszyszym, a składka zależy od wieku. Zależy ona też od stanu zdrowia w momencie zawarcia umowy.



Ze względu na przebyte choroby, wykupienie pełnego ubezpieczenia może być znacznie utrudnione, droższe lub całkowicie niemożliwe. Chyba najgorszą konsekwencją jest jednak odmowa pokrycia kosztów leczenia. Zdarza się to niestety dość często. Zwłaszcza w przypadku większych kwot ubezpieczalnia dokładnie sprawdza umowy. Jeżeli okaże się, że ubezpieczony zawarł umowę bezprawnie (np. należy do grona

osób z tezy artykułu albo podpisał wniosek później niż 31 dni od przyjazdu do Niemiec), umowa zostaje całkowicie unieważniona, a koszty leczenia nie są refundowane. Firma nie jest przy tym zobowiązana do zwrotu opłaconych do tego czasu składek. Przy mniejszych kwotach leczenia ubezpieczalnia tego po prostu nie robi i refunduje koszty, co niestety często używane jest przez propagatorów tego typu ubezpieczeń jako dowód na to, że tezy zawarte w artykule są nieprawdziwe. Wydaje się, że to wszystko dzieje się przy milczącej aprobacie samej ubezpieczalni. Zapewne dlatego, że to dla niej doskonały interes. Do czasu, gdy klient jest zdrowy, ubezpieczalnia inkasuje składki. A w razie wniosków o refundację kosztów leczenia (oczywiście zdarza się, że szczególnie relatywnie mniejsze kwoty są zwracane), ubezpieczalnia ma wszelkie podstawy do wypowiedzenia umowy i odmowy pokrycia kosztów leczenia. Nie jest przy tym zobowiązana do zwrotu opłaconych do tego czasu składek. Innymi słowy czysty zysk praktycznie bez żadnego ryzyka!

Niestety bardzo częstym powodem zawarcia umowy takiego ubezpieczenia jest błędne doradztwo pośredników, którzy oferują je osobom nieuprawnionym. Możliwość dochodzenia roszczeń z tytułu błędnego doradztwa jest przy tym bardzo ograniczona, ponieważ klient potwierdza pisemnie, że spełnia wszystkie warunki zawarcia umowy. Ustne oświadczenia mają, jak wiadomo,

również moc prawną, ale bardzo trudno udowodnić fakt ich zaistnienia. Jedyną możliwością dochodzenia roszczeń w takim przypadku jest prawdopodobnie tylko złożenie zbiorowego pozwu przez większą grupę osób poszkodowanych przez tego samego pośrednika ubezpieczeniowego.

## O czym pamiętać przy podpisywaniu umowy?

1. Żądać kopii podpisanych dokumentów. Tylko wtedy możemy udowodnić, czy dokumenty bez naszej wiedzy nie zostały zmieniane lub uzupełniane.
2. Żądać od pośrednika potwierdzenia prawa do wykonywania zawodu. Obecnie pośrednicy muszą uzyskać licencję, poprzedzoną odpowiednim wykształceniem. Bez takiej licencji prowadzenie działalności jako pośrednik ubezpieczeniowy jest nielegalne.
3. Pamiętać, że doradca, który sprzedaje ubezpieczenie również musi podpisać się na wniosku.
4. **Żądać od pośrednika pisemnego oświadczenia, że zawierane ubezpieczenie spełnia wymogi obowiązku ubezpieczenia zdrowotnego i pielęgnacyjnego w Niemczech lub, że takim obowiązkiem dany klient nie podlega.**
5. Pamiętać, że od daty podpisania wniosku ma się prawo do odstąpienia umowy w terminie do 2 tygodni.
6. Osoby, które podpisały umowę bezpodstawnie mają prawo do odstąpienia od niej w każdej chwili w trybie natychmiastowym. Nie muszą płacić ubezpieczenia przez cały określony we wniosku okres czasu.

**Pełny tekst artykułu na: [www.pldf.de](http://www.pldf.de).**

**pldf**® Polscy Doradcy  
Finansowi

Hanauer Str. 3, 80992 München  
(dojazd do stacji WESTFRIEDHOF-U1/U2  
w kierunku OEZ - 7 minut od HAUPTBAHNHOF)  
Tel. (0)89 590 68 590  
[www.pldf.de](http://www.pldf.de)

UBEZPIECZENIA

KREDYTY

KSIEGOWOŚĆ

DORADZTWO  
DLA FIRM

- ubezpieczenia zdrowotne (prywatne i państwowe/rodzinne), spełniające wszystkie wymogi obowiązkowego ubezpieczenia w Niemczech, również bez konieczności płacenia zaległych składek
- ubezpieczenia emerytalne z państwowymi dotacjami
- ubezpieczenia komunikacyjne (możliwość zaliczenia zniżek z Polski, specjalne taryfy dla firm budowlanych)
- ubezpieczenia życia, inwalidzkie, OC prywatne i firmowe, i inne

- kwota kredytu do ok. 50.000€
- przekredytowywanie i konsolidacja istniejących kredytów

- prowadzenie bieżącej księgowości dla małych i średnich firm
- deklaracje podatku VAT (Mehrwertsteuer)
- rozliczenia wynagrodzeń pracowników

- doradztwo przy zakładaniu i prowadzeniu działalności gospodarczej dla małych i średnich firm
- usługi biurowe

## Kancelaria Adwokacka

### Zakres możliwych porad prawnych:

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

**Olaf Groborz**

Donnersbergerstraße 46, 80634 München  
S-Bahn Donnersbergerbrücke U1 Rotkreuzplatz

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

## JANUSZ GALKA Adwokat

Sattlerstraße 9  
97421 Schweinfurt  
Fon 09721 71071  
Fax 09721 71072

- prawo pracy
- prawo rodzinne
- prawo drogowe
- prawo gospodarcze
- prawo karne

[info@rechtsanwalt-galka.de](mailto:info@rechtsanwalt-galka.de) · [www.rechtsanwalt-galka.de](http://www.rechtsanwalt-galka.de)

Justyna  
Gaj

# Polacy w Bawarii

10 kroków  
do własnego  
biznesu

Polacy w Bawarii stanowią piątą co do liczebności grupę obcokrajowców. Oficjalnie w Monachium jest 19 tys. Polaków. Nieoficjalnie, mówi się że Polaków jest co najmniej 2 razy więcej. Dostrzeżono to organizując w monachijskim ratuszu na początku listopada 2013 konferencję na temat rynku pracy zatytułowaną „Polen in München” („Polacy w Monachium”).

Jesteś przedsiębiorczy? Masz ciekawy pomysł na biznes? Nie chcesz pracować w korporacji? Marzy ci się być samemu sobie sterem, okrętem i żeglarzem? Podpowiadamy jak założyć własną firmę w Niemczech. Krok po kroku do swojego biznesu.

## Krok pierwszy Znajdź lokal

Podstawowym warunkiem do założenia własnej firmy w Niemczech jest posiadanie odpowiedniego lokalu (może to być również twoje mieszkanie). Możesz go szukać na własną rękę, przeglądając niemiecką prasę z ogłoszeniami czy Internet lub skorzystać z pomocy maklera.

## Krok drugi Zamelduj się

Po znalezieniu lokalu musisz się zameldować we właściwym urzędzie meldunkowym dzielnicy lub gminy. Powinieneś to zrobić w ciągu 7 dni od przyjazdu.

Po 3 miesiącach pobytu należy złożyć wniosek o wydanie tzw. zaświadczenia o prawie do swobodnego przesiedlania się (Freizügigkeitsbescheinigung). Żeby je dostać musisz okazać paszport lub dowód osobisty. Jeśli wcześniej zarejestrowałeś działalność gospodarczą, do zgłoszenia pobytu trzeba dołączyć zaświadczenie z urzędu ds. działalności gospodarczej jako dowód uzasadnienia przesiedlenia.

## Krok trzeci Zarejestruj działalność

Kiedy znajdziesz już odpowiednie lokum dla swojej przyszłej firmy i spełnisz obowiązki zameldowania się w Niemczech,

kolejnym krokiem jest wizyta w urzędzie do spraw działalności gospodarczej (niem. Gewerbeamt) dzielnicy lub gminy właściwej dla siedziby firmy. Działalność gospodarczą możesz zgłosić osobiście, drogą pocztową lub online, zwykle jednak - jeśli nie dysponujesz podpisem elektronicznym - trzeba i tak udać się do urzędu osobiście, aby odebrać zaświadczenia o wpisie do ewidencji działalności gospodarczej (Gewerbeschein). Jeśli jesteś rzemieślnikiem lub wykonujesz działalność zbliżoną do rzemiosła, potrzebne jest potwierdzenie niemieckiej izby rzemieślniczej o zgłoszeniu działalności rzemieślniczej, a jeśli wykonujesz działalność wymagającą dodatkowych zezwoleń -

Przydatne strony:

www.ahk.pl  
www.ahk.de  
www.dihk.de  
www.invest-in-bavaria.com  
www.bayern-international.de  
www.eap.bayern.de  
www.startup-in-bayern.de  
www.muenchen.de  
www.coworking-munich.de  
www.coworking-news.de  
www.deskmag.com  
www.mtz.de

kopia odpowiedniego zezwolenia lub koncesji właściwego urzędu w Niemczech (np. w przypadku działalności gastronomicznej lub handlowej). Rejestracja następuje zazwyczaj od ręki i przedsiębiorca wychodzi z urzędu z dokumentem. W urzędzie ds. działalności gospodarczej nie trzeba rejestrować: wolnych zawodów (np. lekarze, architekci, doradcy podatkowi, adwokaci, artyści, pisarze), zawodów związanych z nauką lub prowadzenia gospodarstwa rolnego lub leśnego.

## Krok czwarty Urząd ds. działalności gospodarczej zawiadomi

Z chwilą zarejestrowania działalności gospodarczej Gewerbeamt automatycznie powiadamia kolejne urzędy. Są to m.in.:

- urząd skarbowy,
- urząd statystyczny kraju związkowego,
- Izbę Rzemieślniczą - w przypadku zawodów rzemieślniczych lub Izbę Przemysłowo-Handlową.

## Krok piąty Wypełnij formularz z urzędu skarbowego

Po otrzymaniu informacji z urzędu ds. działalności gospodarczej urząd skarbowy przesyła ci kwestionariusz do rejestracji działalności w urzędzie skarbowym. W kwestionariuszu należy podać dane osobowe oraz informacje dotyczące działalności gospodarczej - m.in.: datę rejestracji firmy, przewidywany obrót i zysk w pierwszych 12 miesiącach prowadzenia działalności.

## Krok szósty Otrzymujesz numer płatnika podatku

Na podstawie powyższych informacji urząd skarbowy przydziela ci numer płatnika podatku dochodowego i ewentualnie numer płatnika podatku niemieckiego VAT. Małe firmy o obrocie rocznym 17,5 tysiąca euro są zwolnione z naliczania podatku VAT. W momencie otrzymania numeru możesz wystawiać rachunki za wykonane prace, a więc rozpocząć działalność.

## Krok siódmy

Otrzymujesz numer statystyczny z Urzędu Statystycznego Kraju Związkowego (Statistische Landamt)

## Krok ósmy Wpisz Cię do Izby Gospodarczej

Nawet jednoosobowe przedsiębiorstwa stają się automatycznie członkami właściwej dla siedziby przedsiębiorstwa izby przemysłowo-handlowej lub izby rzemieślniczej. Składki członkowskie są obliczane według wysokości płaconego podatku od działalności gospodarczej (Gewerbesteuer). Małe przedsiębiorstwa są zwolnione ze składek, jeżeli nie są wpisane do sądowego rejestru handlowego (Handelsregister), a ich roczny zysk nie przekracza sumy 5200 euro.

## Krok dziewiąty Ubezpiecz się

Jeśli prowadzisz w Niemczech jednoosobową działalność gospodarczą, nie masz obowiązku opłacania ubezpieczenia rentowo-emerytalnego, musisz natomiast mieć ubezpieczenie zdrowotne i ubezpieczenie (odpowiednią polisę możesz także wykupić w prywatnym zakładzie ubezpieczeniowym - najniższe to ok. 60 euro miesięcznie). Jednak brak ubezpieczenia emerytalnego spowoduje, że w przypadku powrotu do Polski ZUS nie uwzględni ci lat przepracowanych w Niemczech do stażu pracy wymaganego do przyznania emerytury.

## Krok dziesiąty Skorzystaj z pomocy urzędów

Miasto Monachium organizuje liczne szkolenia, warsztaty i seminaria dla przedsiębiorców. Większość jest bezpłatna a na wysokim poziomie merytorycznym. Dowiesz się jak przygotować biznesplan, gdzie szukać finansowania czy jak rozliczać podatki. Możesz skorzystać też z powierzchni coworkingowych. Jeśli potrzebujesz sali konferencyjnej na spotkania z klientami czy po prostu biurka na godziny to możesz je wynająć już od 15 euro za dzień. Warto zajrzeć też do Monachijskiego Centrum Technologii, to przyjazne miejsce dla młodych firm, głównie z branży IT i nowych technologii, w których można nawiązać owocne kontakty biznesowe.

### Kancelaria Adwokacka Christoph Motkowski RECHTSANWALT

#### DORADZTWO PRAWNE W JĘZYKU POLSKIM I NIEMIECKIM:

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

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

**www.kanzlei-motkowski.de**

### Anja Czech-Grollmann Fachanwältin für Familienrecht

#### Kancelaria Czech-Grollmann o specjalizacji w sprawach prawa rodzinnego oraz prawa pracy

Anwaltskanzlei Czech-Grollmann  
Nymphenburger Strasse 20, 80335 München  
U-Bahn Stiglmaierplatz (jedna stacja za Hauptbahnhof) "U1"  
Tel.: +49 (0) 89 / 51 51 49 53 Fax: +49 (0) 89 / 54 82 82 85  
**www.anwaltskanzlei-czech.de**

## Konferencja Polacy w Monachium

Zdj. Marta i Michał Wróbel (www.iframedit.com)

Założenie własnej firmy jest często poruszanym tematem przez Polaków, można powiedzieć, że jest to nie tylko moda, ale przede wszystkim trend – często wymuszony przez samo życie. Jak wiadomo założenie firmy jest proste – a co dalej? Dalej już tak nie jest.

# Własna firma

## Zanim więc założysz firmę, warto przyjrzeć się bliżej temu tematowi.

Na początek statystyki dotyczące przedsiębiorców działających niezależnie czy to w Polsce, Niemczech czy w USA, które przedstawiają smutne dane, i o których często nie słyszymy. Mianowicie: 90% firm upada lub zawiesza swoją działalność w ciągu pierwszych 2-5 lat istnienia, przetrwa 10%. W ciągu kolejnych 5 lat (czyli do 10 lat) z tych 10% firm, które przetrwały, znika także 90%.

## Dlaczego tak się dzieje?

Powodów jest dużo, ale jeden główny i ciągle niestety powtarzany: to brak przygotowania do roli przedsiębiorcy – czyli niewystarczająca wiedza, umiejętności i postawa. Często nowi przedsiębiorcy nie do końca wiedzą, co chcą osiągnąć, mają jedynie ogólne wyobrażenie „siebie i firmy” czyli: chcą być biznesmenami, być bogatymi, mieć pracowników, luksusowy samochód, podróżować po świecie itp. W konsekwencji korzystają z każdej nadarzającej się okazji do zarobienia pieniędzy

i w ten sposób często diametralnie zmieniają lub rozszerzają profil firmy. Można powiedzieć, że najpierw szybko działają, a dopiero potem myślą, nie zdając sobie sprawy z negatywnych konsekwencji takich decyzji, dających o sobie znać nawet po paru latach. Warto w tym miejscu przytoczyć polskie przysłowie: „Polak mądry po szkodzi”.

Firmy, które w ten sposób działają nie mają strategii, czyli konkretnego planu działania. Można je łatwo rozpoznać, gdyż:

- chwytają się każdej okazji, dzięki której mogą zarobić pieniądze
- brak im cierpliwości
- mają nieprzewidywalne dochody
- nie analizują skuteczności podejmowanych działań
- nie zabezpieczają się przed niepowodzeniami
- nie mają specjalistów, którzy pomogą im rozwijać firmę
- działają indywidualnie
- wdają się w wojny cenowe z konkurencją
- nie znają swojego klienta i jego potrzeb
- nie badają rynku lub robią to powierzchownie.

## Co można na to poradzić?

Przed wszystkim należy chcieć zmienić myślenie i postępowanie, podejmując na początek następujące działania:

- przeanalizować obecną sytuację, plusy i minusy firmy oraz oferowanych usług (produktu)
- wziąć pod uwagę potrzeby klientów i dopasowanie swoich działań do ich oczekiwań
- odróżnić się od konkurencji
- obliczyć swoje koszty stałe i zmienne
- ocenić jak klient postrzega produkt/usługę, jakie widzi korzyści
- ocenić jak klienci postrzegają firmę i jej pracowników

Często wystarczy po prostu zapytać klientów (i powtarzać to, co jakiś czas), zaczynając od tych, którzy stale korzystają z produktów/usług firmy. Dzięki temu uzyskuje się porównanie naszych wyobrażeń/oczekiwań o firmie z tym, co myślą klienci.

W oparciu o wypowiedzi klientów należy wprowadzać zmiany, skupiając się na tym, by małymi krokami dać klientom coraz większą wartość!

Warto pamiętać, że transakcje zachodzą najpierw w umysłach klientów, w ich wyobrażeniach, spostrzeżeniach, na podstawie informacji, jakie uzyskują o firmie i produktach czy usługach.

Należy również pamiętać o pewnej zasadzie: **lepiej zapobiegać niż leczyć**. Warto się uczyć, czytać, poszerzać wiedzę, szczególnie teraz, gdy konkurencja jest coraz większa, silniejsza i innowacyjna, a klienci coraz bardziej świadomi. Także dlatego, że mają w czym wybierać.

**Andrzej M. Duzowski**  
Trener Biznesu - Coach

## Firma szkoleniowo-doradcza Duzowski GbR

### SZKOLENIA – COACHING – KONSULTING

#### Oferowane usługi:

- Modele biznesowe - Projektowanie organizacji
- Biznes plan
- Efektywna sprzedaż
- Profesjonalna obsługa klienta
- Techniki sprzedaży ubezpieczeń
- Efektywne zarządzanie czasem
- Zarządzanie przez cele
- Coaching życiowy
- Coaching kariery
- Badania typu Tajemniczy Klient - metoda badania poziomu obsługi klienta

**Mgr Andrzej M. Duzowski**  
Trener biznesu – Coach - Konsultant

Mobil. + 49 176 98 62 08 19  
E-mail. info@duzowski.com

[www.duzowski.com](http://www.duzowski.com)

## POLKI rządzą

Walne zebranie monachijskiej Rady Cudzoziemców (Ausländerbeirat) wybrało Polkę, Jolantę Sularz (na zdjęciu), na przewodniczącą Komisji do spraw Kultury, Religii, Sportu oraz porozumienia między kulturami. To już druga – po Izabeli Kuleszy – nasza rodaczka zasiadająca w zarządzie Rady, do której to obie panie weszły z listy katolickiej.

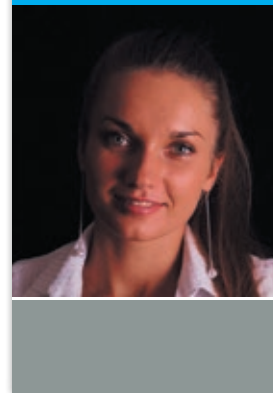


Obok Polek, w skład Zarządu Rady Cudzoziemców w Monachium wchodzi Bułgarka, Greczynka, jedna osoba z Bośni i dwie pochodzenia tureckiego. W sumie dwóch mężczyzn i... pięć kobiet!

GRATULUJEMY!

Paulina Misiak

**Kontakt:**  
Tel.: 017625438381  
Fürstenrieder Straße 284  
81377 München



## Euro Profi

UBEZPIECZENIA • SERWIS BIUROWY • DORADZTWO

## Nasze biuro oferuje Państwu

### najkorzystniejsze ubezpieczenia:

- pełne zdrowotne (Krankenversicherung) – bez nadpłaty składek, bez wkładu własnego, bez badań lekarskich,
- emerytalne/rentowe (Rentenversicherung) – z możliwością wypłacania kapitału, zwiększania/zmniejszania składek, zawieszenia płatności, z dofinansowaniem od państwa (Rister Rente), prywatna renta zakładowa (BaV - Betriebliche Altersvorsorge)
- wypadkowe – ważne przez 24 godziny na całym świecie
- od odpowiedzialności cywilnej (oc firmy)

### a ponadto:

- zakładanie działalności gospodarczej – Gewerbe (również bez zameldowania w Niemczech)
- pomoc w pozyskiwaniu świadczeń rodzinnych takich jak: Kindergeld, Elterngeld (również dla dzieci przebywających w Polsce)
- pomoc w wypełnianiu formularzy, tłumaczenia
- otwieranie kont bankowych
- bezpłatne doradztwo dla pracowników i pracodawców

## BÜROSERVICE

(A-Z) M ü n c h e n

**Nazarko Agnieszka**

tel.: 0178/8011693  
lub: 089/54892190  
fax: 089/99940282

Rathenastr.138 | 80937 München (U2 Harthof)  
e-mail: [agnieszka.nazarko@onet.eu](mailto:agnieszka.nazarko@onet.eu)

### oferuje analizę:

#### ► Ubezpieczeń

(wszystkie ubezpieczenia i ubezpieczalnie)

#### ► Kredytów

(ponad 100 banków niemieckich do Państwa dyspozycji)

#### ► Inwestycji i Finansów

(niezliczone i nieograniczone możliwości)

Terminy przeprowadzenia analizy finansowej po wcześniejszym uzgodnieniu telefonicznym.



## MICHAEL KROLL

Immobilien-Finanz- und Versicherungsmakler gemäß § 34c, d Abs. 1 der GewO

Vermittlung von  
Immobilien, Versicherungen & Kapitalanlageprodukten

## UBEZPIECZENIA - FINANSE - NIERUCHOMOŚCI - KREDYTY

ponad 100 Firm Ubezpieczeniowych ■ ponad 100 Banków

### KONTAKT:

#### Biuro München

tel.: 089/ 99940281  
fax: 089/99940282  
mob: 0173/39 11 579

#### Biuro Rorbach

tel.: 08442/953 948  
fax: 08442/958 586  
mob: 0173/39 11 579



**Na pewno  
znajdę właściwy produkt  
dla Państwa.**

działalność na terenie:  
München, Dahau,  
Augsburg, Landshut,  
Ingolstadt,  
Pfaffenhofen i okolic

[www.immo-finan-z-kroll.de](http://www.immo-finan-z-kroll.de)

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

**OGŁOSZENIE W MOJE MIASTO TO NIE TYLKO ZYSK, TO PRESTIŻ, DOBRY TON I POPULARNOŚĆ!**

# Übersetzungen & Consulting



PARTNER HANDLOWY LYONESS

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)
- profesjonalna obsługa firm jednoosobowych oraz spółek: rzetelna obsługa biurowa, doradztwo i pomoc w fazie podejmowania działalności gospodarczej oraz podczas jej wykonywania



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

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

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

**www.a-miller.de**

**MOJEMIasto**

DOŁĄCZ  
do nas na facebook

**DIGITAL TV SHOP**

**telewizja  
na kartę**

**nC+ z POLSATEM 1 i 2**

Polskie programy bez umowy i abonamentu

44 Programy w tym 5 do 15 HD

**Nowość!** Smart HD  
dekoder z nagrywarką na kartę

**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

## 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 +49 151 647 25 973  
fax: (0 89) 50 09 49 04  
e-mail: beata.burger@burger-uebersetzungen.de

**www.burger-uebersetzungen.de**



## SZKOŁA JĘZYKOWA & BIURO TŁUMACZEŃ

**74% W nowym 2014 roku  
zniżki na kursy językowe!!! (do końca lutego)**

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

**NASZYM CELEM JEST ZREALIZOWANIE PAŃSTWA CELÓW!**

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



**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

## Grygiel-company support

GWARANTUJE FACHOWE USŁUGI DLA POLONII

### Księgowość

Buchhaltung / Lohnbuchhaltung

### Serwis Biurowy

**Beata Grygiel**

Członek zrzeszenia  
dla samodzielników  
księgowych (b.b.h.)

Werinherstrasse 15, 81541 München

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

DOJAZD: U2 Silberhornstr.

www.grygiel-company.com

**Ewa Bemnista**

## Tłumacz przysięgły języka polskiego i niemieckiego

**Tłumaczenia:** uwierzytelnione, zwykłe, ustne i pisemne we wszystkich zakresach  
**Doradztwo i pomoc w formalnościach w niemieckich urzędach:**  
załatwianie zasiłków (np. Kindergeld, na mieszkanie, utrzymanie itp.),  
wypełnianie formularzy, sporządzanie pism urzędowych  
**Pomoc w poszukiwaniu pracy i mieszkania**



Fasanenstr. 148, 82008 Unterhaching

Dojazd z Monachium: S3, kierunek Holzkirchen, przystanek Fasanenpark

Tel.: 015777453603 • info@wordpro.eu • www.wordpro.eu



**PROMOCJA** z okazji 16. lecia  
naszego biura

dla Pań tylko **50€** dla Panów od **75€**

**POLSKO-NIEMIECKIE**

*Biuro Partnersko-Matrymanialne*  
z 16-letnim doświadczeniem i dużymi sukcesami

- \* Pomaga Nawiązać Znajomości
- \* Poznać Ciekawych Ludzi
- \* Zawrzeć Przyjaźń lub Małżeństwo

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

**ZADZWOŃ JUŻ DZIŚ!**

TEL. 089-326 00 321  
089-326 00 322

Nasza dewiza:  
*Uczciwość - Dyskrecja  
- Profesjonalizm - Skuteczność*

## TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY

**języka polskiego i niemieckiego**

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

**Anna Reißig**

Altstadt 105, 84028 LANDSHUT

Tel./Fax: 0871 / 97 50 44 59

Mobil: 0170 / 2 44 09 69

E-Mail: anna.reissig@t-online.de  
www.polsnisch-niemiecki.com

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

## TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY języka polskiego i niemieckiego

**Dorota Czerwinski-Gröschl**

Uwierzytelnione tłumaczenia we wszystkich zakresach:  
tłumaczenia ustne, dokumenty i pisma urzędowe,  
świadectwa i dyplomy, formularze, wnioski itd.

**Autharistr. 50, 81545 München**

tel. 089/69 37 94 05, 0173/38 72 725  
dorota.czg@gmx.net

**Proszę o telefoniczne uzgodnienie terminu!**

# Cofnąć zegar biologiczny

cz.1

lek. stom.  
Marian Znorowski

Młodość to zgrabny wygląd, sprawność fizyczna i pierwsze wielkie doświadczenia w sferze emocjonalnej, motywacyjnej i myślowej, to szczególnie sposób postrzegania i oceny rzeczywistości. Pragnienie, by zachować młodość, piękność i zdrowie, by wstrzymać swój czas, jest stare jak świat. I choć każdy z nas wie dobrze, że jest to niemożliwe, w naszej fantazji chcielibyśmy jednak cofnąć bieg rzeczy, przynajmniej na chwilę przechytrzyć zegar biologiczny i przywrócić miniony czas. W miarę jak wzrasta w uprzemysłowionych krajach oczekiwana długość życia, staje się coraz bardziej realne zwolnienie biologicznego procesu starzenia się i pozostanie jeszcze przez długi okres zdrowym i samodzielnym. Myśl o tym napędza nas optymizmem, bo może już jutro będziemy mogli cofnąć swój zegar, wstrzymać czas u schyłku naszych dni.

## Starzenie - naturalny proces biologiczny

Starzenie się, to proces biologiczny, napiętnowany podatnością na choroby, stopniową utratą sprawności i spadkiem energii życiowej, towarzyszący wszystkim żywym organizmom w miarę upływu czasu. Jest to zmniejszenie zdolności odpowiedzi na stres środowiskowy, uwarunkowanej zarówno genetycznie jak i negatywnym oddziaływaniem środowiska, a także wpływem czynników stylu życia, jak brak ruchu czy uprawiania sportu, sposób obchodzenia się z codziennymi nałogami szczególnie nikotyną i alkoholem, i przede wszystkim szybkie, niewyważone odżywianie się, pozbawione esencjalnych substancji, tak niezbędnych dla naszego organizmu. Jest to wreszcie zmniejszenie odporności na negatywny wpływ czynników społecznych i psychomentalnych, jak brak zadowolenia z życia czy chroniczny negatywny stres, wskutek zużycia rezerw energii.

## Czynniki sprzyjające starzeniu

Starzeniu się sprzyja wiele czynników. Do najistotniejszych należą: wielostronne zakłócenia biochemicznych procesów przemiany materii i zmiany w kompleksowych układach funkcjonalnych. To właśnie one prowadzą w swoich następstwach do oksydacyjnego i azotowego stresu, słabnięcia systemu odpornościowego i zdolności tworzenia hormonów, ograniczenia czynności mitochondriów prowadzącego w swoich następstwach do niedoboru energii, tworzenia się stanów zapalnych i związanych z nimi chorób przewlekłych. Jak twierdzą naukowcy, istotny wpływ na starzenie się ma gen, który jest biologicznym zegarem żywego organizmu.

Cele strategiczne do zwolnienia starzenia się powinny uwzględniać pozytywny wpływ na powyżej wymienione czynniki. Część tak rozumianych zadań spełnia bez wątpliwości klasyczna medycyna prewencyjna, szczególnie poprzez zmniejszenie znanych ryzyk wynikających ze stylu życia i poprzez stabilizację psychiki. Ważny wkład w pozytywnym oddziaływaniu ma medycyna ortomolekularna, mająca za zadanie optymalizację gospodarki mikroelementów, a tym samym kompleksowe, aktywujące i trwałe zwiększenie wydajności fizycznej i psychomentalnej.

## Mikroelementy, ich wpływ na sprawność

Mikroelementy, to substancje witalne, które mają pozytywny wpływ na czynność komórek, a w konsekwencji na naszą kondycję. Optymalne zaopatrzenie organizmu w esencjalne mikroelementy, to jeden z istotnych czynników warunkujących sprawność fizyczną i umysłową, modulujących system odpornościowy i umożliwiających wysoką jakość życia do późnej starości.

Mikroelementy przyczyniają się istotnie do utrzymania przez długi czas pełnej sprawności procesów przemiany materii i kompleksowych układów funkcjonalnych organizmu. To właśnie one chronią przed oksydacyjnym i azotowym stresem, i przed chronicznym stanem zapalnym, to one podnoszą skuteczność systemu odpornościowego, pozytywnie wpływają na wytwarzanie energii i wydzielanie hormonów, przeciwdziałają zwiększeniu stężenia zatrzymującej organizm homocysteiny i zmniejszają ryzyko powstania raka, opóźniają starzenie się komórek, a tym samym, działając od we-

wnątrz, poprawiają znacznie urodę i zdrowie, jak też kondycję i sprawność fizyczną i intelektualną. Ich przydatność liczy się jako środek prewencyjny i terapeutyczny przy zwalczaniu wielu chorób, takich jak: choroba sercowo-naczyniowa, cukrzyca starcza, psychogennie uwarunkowana zmiana przebiegu choroby, choroby reumatyczne, rak, osteoporoza, zakłócenia w funkcjonowaniu systemu odpornościowego. Stosowanie mikroelementów znacznie przyczynia się do osiągnięcia efektów jak młoda skóra i atrakcyjność, nieistotnych wprawdzie z punktu widzenia medycyny, istotnych jednak w ogólnym przekonaniu.

## Co to są mikroelementy

Do mikroelementów zalicza się witaminy rozpuszczalne w wodzie i tłuszczach, minerały i pierwiastki śladowe, wtórne substancje roślinne, nienasycone kwasy tłuszczowe, aminokwasy i ich pochodne, jak również enzymy i probiotyki. Substancje te wzajemnie się uzupełniają jako wieloskładnikowe mieszanki. Tak więc przeciwutleniająco działa kompozycja np. wit. C i wit. E z glutationem i resweratolem z czerwonego wina. Mieszanina kwasów tłuszczowych, wit. D3 i polifenoli działa przeciwzapalnie, zaś np. cynk i selen działają wzmacniająco na system odpornościowy, przeciwrakowo natomiast działają flawonoidy i selen, ochronnie na nerony witaminy grupy B i wit. E, kwasy tłuszczowe i cholina, zapobiegają osteoporozie wapni i witamina D3, aktywując na enzymy działa cynk, witaminy grupy B i magnez, modulując na wydzielanie hormonów działają flawonoidy i L-arginina, wreszcie produkcję energii wspierają koenzym Q10 i L-karnityna.

A oto niektóre z mikroelementów z charakterystyką ich specyficznego działania, które znacznie opóźniają procesy starzenia się.

Witaminy A, C, E i glutation są to klasyczne substancje przeciwutleniające. Tłumią one stres oksydacyjny i wiążą wolne rodniki. Mają więc efekty przeciwrakotwórcze, neuroprotektoryjne i chronią system odpornościowy.

**Witamina A** uczestniczy w procesie widzenia i odpowiada za prawidłowe funkcjonowanie nabłonka, występuje w postaci retinolu jako biologicznie czynna witamina, bądź w postaci karotenu jako prowitamina, która w organizmie człowieka zmienia się na witaminę A. Źródła naturalne retinolu, to mleko i jego przetwory, tran, wątroba zwierzęca, zaś karotenu, to warzywa zabarwione na pomarańczowo lub zielono takie jak np. marchew, dynia, szpinak, jarmuż, sałata, fasolka szparagowa, zielony groszek, szczy-pior, koperek. Również owoce jak mango, brzoskwinie, morele i mandarynki zawierają karoten.

Główne źródła **witaminy C**, która odgrywa ważną rolę w utrzymaniu prawidłowego stanu tkanki łącznej, ułatwia asymilację żelaza, wpływa na syntezę kortykosteroidów oraz niektórych neuroprzekazników, to: zielone liściaste warzywa, jagody i owoce, szczególnie porzeczki, agrest, truskawki, maliny, jeżyny, czarne jagody, żurawina, kiwi, owoce cytrusowe oraz jabłka, ponadto słodkie papryki, pietruszka, brokuły, kapusta, pomidory, kantalupa, kalafior.

Najlepsze źródła naturalne **witaminy E**, warunkującej prawidłową strukturę i ochronę błon biologicznych, to kiełki pszenicy, olej roślinny, orzechy, migdały, soja, nasiona słonecznika, ziarna zbóż, zielone warzywa liściaste, kukurydza, brukselka, zielony groszek, szpinak, mleko, masło, sery, jajka.

**Glutation**, to tripeptyd o właściwościach przeciwutleniających, bierze udział w procesie oddychania i jest koenzymem niektórych enzymów oksydo-redukcyjnych, służy do redukcji nadtlenków oraz wyłapuje reaktywne czynniki elektrofilowe, ochraniając komórki przed uszkodzeniem ze strony toksyn. Żywność bogata w glutation to: awokado, szparagi i arbuzy, grejpfruty, pomarańcze, truskawki, brzoskwinie, cukinia brokuły, brukselka, surowe pomidory, czosnek, cebula, kapusta.

W kolejnej części opisane zostaną następne z szeregu mikroelementów wraz ze specyficznym działaniem, opóźniającym procesy starzenia



## Na pytania odpowiada

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

## Stomatolog

Dr. Marian Znorowski

stomatologia ogólna  
stomatologia dziecięcaAm Oberanger 14  
85221 Dachau

Tel.: 08131/729 440

www.znorowski.de  
praxis@znorowski.com

w szczególności:

ortodoncja

implanty

profilaktyka i estetyka

Akceptujemy EU tymczasową kartę ubezpieczeniową

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

Dr med. Jacek Czernicki  
specjalista ortopeda - medycyna sportowaDr med. Barbara Czernicki  
lek.ogólny (domowy) - medycyna sportowa- wszystkie kasy chorych  
- Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego NFZ  
- wizyty prywatneLindwurmstr. 75 • am Goetheplatz (U3, U6) Bus 58  
80337 München / Monachium

www.ortopeda.de

Tel.: +49 89 532 523

implanty to nasza pasja

## Centrum Stomatologii i Implantologii

Monachium – Giesing

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

(dojazd: U2 Silberhornstraße)

089 – 652 327 tylko po wcześniejszym ustaleniu terminu

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

młoda entuzjastyczna kadra \* doświadczeni stomatolodzy \* sympatyczna atmosfera \* bezstresowe leczenie zębów



**Joanna Kozłowski**  
Zahnarzt  
am Marktplatz

GODZINY OTWARCIA: **pon i czw 11:00-18:00**  
**wt i śr 08:00-14:00**

**Tel. 08165-48 66**  
info@zahnarztpraxis-kozłowski.de  
www.zahnarztpraxis-kozłowski.de



**OFERUJEMY PROFESJONALNĄ  
OPIEKĘ STOMATOLOGICZNĄ**  
**ORAZ PIĘKNY UŚMIECH**  
HARMONIZUJĄCY Z WIZERUNKIEM TWARZY

**LEKARZ STOMATOLOG**  
*Joanna Kozłowski*  
SPECJALISTA IMPLANTOLOG

Szukacie Państwo zaufanego stomatologa bez bariery językowej? Jesteście pod właściwym adresem - gabinet mieści się w centrum Neufahrn (na północ od Monachium, samochodem A9 kierunku Norymberga - zjazd Eching, Neufahrn, S-Bahn S1).

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY!**



**Marktplatz 7  
85375 Neufahrn**

**Zakres leczenia:**

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

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

**Landsberger Straße 497  
81241 München**

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

**Dr. med. Małgorzata Ritter**

Specjalistka Medycyny Ogólnej | Lekarz domowy i rodzinny | Medycyna Estetyczna

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

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

**GODZINY PRZYJĘĆ:**  
pon-wt-śr-czw-pt 8.30 – 11.30; wt 16.00 – 18.00; czw 15.00 – 17.00  
pon 16.00-18.00, sob 9.00 – 10.00 po uzgodnieniu terminu

**STOMATOLOG**  
dr. medycyny dentystycznej  
**Katharina Juretzki**

Amalienstr. 60  
(przy Uniwersytecie)  
80799 München

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

**endokrynologia . chiroterapia (kręgarz) . akupunktura**



**dr med tymiec**  
lekarz internista - ogólny

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

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

Dr. med. Marian Tymiec

**Dr med. Norbert Karasiński**  
Specjalista chorób kobiecych i położnictwa

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

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

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



**Dr. MU Debrecen Zsuzsanna Linde-Krakowsky**



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

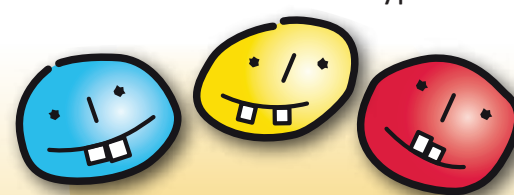
- Hautärztin
- Allergologie
- Venerologie
- Laserchirurgische Behandlung
- Ästhetisch-kosmetische Medizin

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

**MÓWIMY PO POLSKU**

**www.dr-linde.de**  
DŁUGOLETNE DOŚWIADCZENIE W DEPIŁACJI LASEROWEJ

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

**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




**Jak sobie radzić  
z kacem**

**Syndromu „dnia następnego” najlepiej  
unika się rezygnując z picia alkoholu.**

Ci którym jednak zdarzyło się nadużyć powinni pamiętać aby następny dzień rozpocząć od uzupełnienia płynów, najlepiej pijąc niegazowaną wodę mineralną. Można spróbować ratować się herbatą z cytryną, osłodzoną miodem. Nie od dziś wiadomo, że pomagają woda spod kiszonych ogórków lub kapusty. Niektórzy preferują soki owocowe (koktajle bezalkoholowe) lub warzywne (szczególnie obfitujące w potas sok pomidorowy). Poza tym warto dotlenić organizm idąc na spacer na świeżym powietrzu.

**Hatha Joga**  
w języku polskim

wtorki 18:30 - 20:00  
czwartki 16:00 - 17:30

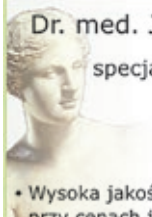
Oplata: 24€ (4 zajęcia w miesiącu)  
Wszelkie pomoce dostępne na miejscu!

Zgłoszenia:  
joanna@jogra-yoga.de  
+ 49 176 647 41 623

**Donna Mobile**  
Landsberger Straße 45  
(Edrgeschoss)  
80339 München

www.JoGra-Yoga.de

**Dr. med. J. Tribull-Potapczuk**  
specjalista **CHIRURGII  
PLASTYCZNEJ  
i ESTETYCZNEJ**



- Wysoka jakość wg wymogów VDÄPC przy cenach jak w Polsce
- Bezpłatne porady
- Niektóre operacje pokrywa Krankenkasse

**Kurfürsterdamm 69  
10707 Berlin**  
tel. 030-32708228  
0171-7076462 (tu też po polsku)  
www.dr-tribull.de info@dr-tribull.de

Incoming-Events- Incentives-Konferenzen- Sightseeing

**Reiseagentur BAVARIA**  
 Inh. Dominika Hilger  
 Einsteinstr. 157, 81675 München  
 Tel.: 089/ 411 892 86  
[info@reiseagentur-bavaria.de](mailto:info@reiseagentur-bavaria.de)  
[www.reiseagentur-bavaria.de](http://www.reiseagentur-bavaria.de)

Obsługa spotkań biznesowych  
 Transfery i limuzyny - Organizacja pobytów - Bilety lotnicze i autokarowe

**Reisebüro Travel & Dream**  
 Inh. Dominika Hilger  
 Nordendstr. 44, 80801 München  
 Tel.: 089/ 200 61 280  
[info@travelanddream.de](mailto:info@travelanddream.de)  
[www.travelanddream.de](http://www.travelanddream.de)

Luksusowe wyjazdy urlopowe - Rejsy (MSC Aida) - Last Minute - Bezpłatne rezerwacje

**Luxusreisen- Kreuzfahrten-Rundreisen-Studienreisen**

**bionaturstudio**  
 am Bonner Platz

**Zabiegi** po bardzo przystępnych cenach

Anetta Muresu  
 Rheinstrasse 39, 80803 München  
 Tel.: 015221544869, 089/66067815

**Polski Salon Fryzjerski**  
**Ihr Friseur**  
 modne fryzury  
 perfekcyjne strzyżenie i uczesania  
 koloryzacja i pielęgnacja włosów  
 na najwyższym poziomie

Albert-Roßhaupterstr 112 • 81369 München • Tel. 089/7144962

**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)

**POLSKI SALON FRYZJERSKI**  
**Eugeniusz Ochmann**  
[www.salon-ochmann.de](http://www.salon-ochmann.de)

|            | DLA PANI | DLA PANA           |
|------------|----------|--------------------|
| Strzyżenie | od 15€   | od 11€             |
| Balejage   | od 35€   | Mycie, strzyżenie, |
| Pasemka    | od 25€   | woda do włosów,    |
|            |          | masaż              |
|            |          | od 17€             |

**Wiolla, Monika, Agnieszka, Patrycja, Kazimierz, Eugeniusz**  
 Zapraszamy: pn-pt 9-19, sob 9-15

## Firma ADALMAR

to największy dystrybutor prasy polskiej na terytorium Europy Zachodniej.

Zaopatruje w prasę Instytuty Polskie, Misje Katolickie i polskie sklepy na terenie Niemiec, Belgii i Holandii. Firma istnieje od 1996r.

Misją firmy jest terminowe zaopatrywanie w świeżą prasę punktów sprzedaży detalicznej (kioski, sklepy) i indywidualnej (prenumerata) klientów polskojęzycznych w Niemczech.



# Czy Polacy za granicą czytają polską prasę?

Firma nasza dostarczając regularnie aktualną prasę polską do czytelników polskojęzycznych daje im możliwość kontaktu ze swoim krajem, śledzenia na bieżąco wydarzeń w polityce, sporcie, biznesie itd. Gazety są chętnie kupowane przez osoby, które pochodzą z Polski, a na stałe zamieszkują w Niemczech, Belgii i Holandii, gdzie na co dzień zmuszone są do posługiwania się innym językiem. Inną grupę stanowią pracownicy kontraktowi zatrudnieni za granicą. Oni też przez okres pobytu za granicą chcą mieć dostęp do najświeższych informacji ze swojego kraju i zapewnia im to nasza firma poprzez sieć kolporterów i punktów sprzedaży prasy polskiej w całym Niemczech. Ludziom na stałe zamieszkałym w Niemczech, Belgii

czy Holandii jeszcze parę lat temu wydawało się niemożliwe, żeby w tak odległych od Polski miastach w Europie Zachodniej mieć aktualną polską prasę, a nawet lokalne dzienniki np. Katowic, Opola, Wrocławia, gdzie na pewno tęsknią i chętnie śledzą na bieżąco wydarzenia w tych miejscach, w których mieszkają ich znajomi i rodziny. Dziś każdy klient także i w Polsce znajdzie duży wybór czasopism, a my pośrednicząc w tej sprzedaży i oferując kupującym ponad 1500 najpopularniejszych tytułów prasowych zapewniamy im to także w ich miejscach zamieszkania za granicą. Klienci mają możliwość zamówienia u nas polskich kalendarzy, kartek okolicznościowych i artykułów spożywczych.

Polacy na stałe zamieszkali w Niemczech, Belgii i Holandii coraz śmielej przyznają się do swoich korzeni, środowiska polonijne są coraz bardziej aktywne, chętnie kupowane są polskie produkty, które nie odbiegają już tak bardzo jakością od innych, a powoli kształtuje się nawet przekonanie wśród Polaków zamieszkałych za granicą, że „dobre, bo polskie”. W tym też widzimy swoją szansę na przyszłość działając w tym środowisku.

W tej chwili zaczęły się kolejne migracje Polaków na stałe do Niemiec. Widzimy więc kolejną szansę na wzrost sprzedaży polskich produktów, a w szczególności polskiej prasy.

Małgorzata Wojciechowska-Rucińska



# ALMONT SYSTEM Fabryka Ogródów Zimowych

z 12 letnim doświadczeniem

Wszystkie nasze wyroby wykonujemy na sprawdzonych systemach polskich i niemieckich

## oferujemy:

- ogrody zimowe
- nietypowe konstrukcje przestrzenne
- fasady
- rolety i markizy
- drzwi harmonijkowe i przesuwane
- okna i drzwi z PCV i aluminium
- zabezpieczenia antywłamaniowe

## zapewniamy:

- wysoką jakość produktów
- dogodne terminy
- atrakcyjne ceny
- realizacje w kraju i zagranicą



*Wszystkiego najlepszego w Nowym Roku 2014*



Almont System Fabryka Ogródów Zimowych  
43-356 Bujaków, ul. Bielska 3  
biuro: tel./fax: 0048 33 814 41 59  
fax/automat: 0048 33 821 10 12  
e-mail: ogrodyzimowe@almontsystem.pl

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

**AUTO  
MAX**

Daniel Mazur

Orleansstr. 70  
81667 München  
Tel. 089 54 24 37 33  
Mobil 0 179 11 66 204

## KREDYTY NA ZAKUP SAMOCHODÓW

Dokumenty potrzebne do otrzymania kredytu:

- Dowód osobisty lub paszport
- Karta do bakomatu
- Firmy: Gewerbe Anmeldung (min. 1 rok)
- BWA od księgowego za ostatni rok

od 2000 do 35000 €



## Warsztat samochodowy



Bosch Car Service Dachau



## SŁAWEK & GÜNERI

85757 KARLSFELD, Dieselstr. 17

tel. 0151/501 70 553, tel. 08131/3186190

e-mail: sfafik@interia.pl

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

**Autogaz • Elektronika • Mechanika**

HEIZUNG SANITÄR LÜFTUNG SOLAR BRENNER-SERVICE

GdBR Meisterbetrieb

**Altmann – Knutelski**

Herzogstandstr. 24 81539 München

Tel.: 089/69398749

Fax: 089/69398750

Mobil: 0163 7665261/62

E-mail: firma@aku-gdbr.de

MÓWIMY PO POLSKU

WYKONUJEMY USŁUGI RÓWNIEŻ NA TERENIE POLSKI



**MOJEMIASTO** DOŁĄCZ  
do nas na



facebook

## SERWIS KOMPUTEROWY

NAPRAWA  
ODWIRUSOWANIE  
INSTALACJA  
KONFIGURACJA INTERNETU  
WIZYTY DOMOWE  
STRONY INTERNETOWE

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

## Nauka jazdy

Perlacherstr. 67  
81539 München  
Giesing



PKW-LKW-KRAD

## FAHRSCHULE BATYRA

tel.: 089 69 77 73 74  
Mobil: 0176 210 412 79

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

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



## Warsztat Elektromechaniki

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

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

STWÓRZ FASCYNUJĄCĄ STRONĘ WWW



[www.wa-spisla.de](http://www.wa-spisla.de)

www.orlandowho.com

Orlando

# Uzdrawiające duchy natury

Witam w nowym roku, który rozpoczął się bardzo interesująco.

Podejrzewam, że każdy z was miał niezapomniane przeżycia, niektórzy mniej inni bardziej podniecające.

Z pewnością podczas Świąt zadawaliście sobie pytania o to co może się wydarzyć w nowym roku, co chcecie osiągnąć i jakie nowe wyzwania przed sobą postawicie.

Na pewno niektórzy z was podjęli decyzję o poprawieniu zdrowia i urody.

Zdrowie i uroda nierozdzielnie związane są z naszym wnętrzem i naszym nastawieniem do siebie samych, oraz do naszego otoczenia.

Często nasze myślenie o sobie kreuje naszą przyszłość, szczęście czy niepowodzenie w życiu.

Dotyczy to także naszego wyglądu, tzw. aury i emanującej piękności.

**Od tysięcy lat wiele religii i kultur wierzy w silne działanie różnorodnych zapachów, ich oddziaływanie na nasze samopoczucie i piękno, którym emanujemy.**

Można to określić rodzajem aromaterapii, znacznie starszej formy niż stosowanie olejów aromatycznych. Przy paleniu różnorodnych ziół, roślin albo też minerałów, uwalnia się prawdziwa wewnętrzna „siła” substancji, jak to wcześniej określano „uzdrawiających duchów natury”.

W każdej kulturze istnieją różnorodne rodzaje substancji, które palenie jest silnie związane z wiarą w uzdrawiającą moc zapachu i dymu, nie tylko w przypadku schorzeń ale też we wspomaganiu urody. Jak już wspominałem, nasza uroda jest bardzo często powiązana z wewnętrznym szczęściem; im bardziej człowiek jest pozytywnie myślący i psychicznie zdrowy, tym bardziej piękno uwidacznia się na twarzy, na skórze całego ciała. Również my, Polacy mamy wiele takich rytuałów, np. w kościele podczas mszy ksiądz pali mieszkankę różnych substancji (np. bursztyn) co ma zapewnić ochronę przed złymi duchami albo złą energią. Człowiek wierzący po takiej mszy będzie często czuł się bardzo dobrze.

## W pachnącym dymie

W tym artykule chciałbym zająć się substancjami, które po spaleniu znakomicie wpływają na nasze wnętrze, nasz nastrój i poprawiają naszą urodę. I proszę mnie tutaj źle nie zrozumieć nie mówię o żadnych papierosach!!!

## KĄCIK PIĘKNOŚCI

Zima jest najlepszym czasem na takie rytuały: wcześniej robi się ciemno, więc więcej czasu spędza się w domu, no i naturalnie więcej się rozmyśla nad życiem, co często wprowadza nas w stan medytacji. Nic lepiej temu nie sprzyja jak odpowiednie zapachy.

Podam wam kilka przykładów zapachów, które pasują raczej dla wszystkich, wiem sam po sobie jak ciężko jest się zdecydować w sklepie i jaki zapach pokojowy kupić. Najlepsze w tych sytuacjach są nie tylko jedno zapachowe oleje ale i ich mieszanki. Te są zawsze sporządzane z naturalnych olejów, na bazie receptur sprawdzonych od wielu pokoleń. Są one znane z wielu antycznych zapisów.

## Siła ziołowych aromatów

Mieszanki które będę opisywać są dla każdego i na co dzień, pomagają one w spełnieniu marzeń i mogą pomóc nam w wyborze kierunku, w którym nasze życie powinno się potoczyć, jak i również będą dawać poczucie bezpieczeństwa i miłości.

Naturalnie wszystkie można kupić już gotowe u zielarza.



Na temat dokładnego ich użycia i stosowania możecie dowiedzieć się w sklepie albo w wielu dostępnych książkach. Podaje wam nazwy w języku polskim ale i również niektóre w niemieckim (albo po łacinie), ponieważ żyjemy w Niemczech i to pozwoli wam te wszystkie produkty łatwo znaleźć.

### WZBOGACENIE

#### WEWNĘTRZNE I ZEWNĘTRZNE:

boswellia (Weihrauch), korzeń irysa, cedr, olejek cyprysowy, olejek z geranium.

### SZCZĘŚCIE:

goździki, kwiat muskatołowca (Muskatblüte), gałka muskatołowa, cedr, cynamon.

### BALSAM DLA DUSZY:

Benzoe, styrakowiec (Styrax), lawenda, drzewo cedrowe, skórka pomarańczowa, Tolubalsam

### OCZYSZCZENIE CIAŁA:

Olibanum, mirt, Copal, sól morską, werbena (Eisenkraut), wiązówka (Mädesüss)

### ENERGIA:

rozmaryn, korzeń angeliki, mirt, trawa cytrynowa, werbena (Eisenkraut).

### POWODZENIE:

kora dębu, cynamon, korzeń irysa, mirt.

### DUCHOWE I FIZYCZNE UZDRAWIANIE:

damara (Dammar), mirt, szalwia, lawenda, dziurawiec, rumianek

### DOBRY SEN I UPIEKSAJĄCE SNY:

Benzoe, boswellia (Weihrauch), turówka wonna (Mariengras), anyż gwiazdkowy (Sternanis), kardamon, kwiat muskatołowy (Macis)

Tyle w kwestii mieszanek zapachowych. Jeśli chodzi o trociszki, palące się pałeczki, to moim zdaniem najlepsze są pałeczki tworzone na bazie przepisów tybetańskich, najstarszych i chyba najbardziej efektywnych. Nie są one duszące ani nie za bardzo dymiące. Najbardziej popularne zapachy to: drzewo sandałowe, jaśmin, róża, piżmo i ambra; znakomicie poprawiają nastrój i są nieodłącznym składnikiem w medycynie naturalnej.

## Karnawał kolory, kolory...

Pragnę wam przypomnieć o rozpoczynającym się karnawale, w którym w tym roku w makijażach królują kolory i jeszcze raz kolory. W związku z Mistrzostwami Świata w piłce nożnej, które odbędą się w Brazylii (czyli królestwie karnawału) również w Europie zapanowała moda na maski, pióra i kolory Ameryki Południowej. A ponieważ w naszym klimacie karnawał wypada w czasie zimnej pory roku warto dodać sobie energii kolorowymi strojami!



*Zapraszam wależ zabawmy*  
😊 Wasz Orlando

# DOLOMITI SUPERSKI

## FANTASTYCZNY ŚWIAT NART

**Puszysty śnieg i błękitne niebo. Właśnie tak powinno być.**

**We włoskich Dolomitach warunki do tego są idealne.**

**80 procent dni słonecznych, a do tego szczególnie niska wilgotność powietrza, według opinii ekspertów sprawiają, że śnieg jest tu niezwykle puszysty.**

**I w końcu stoki znajdują się na wysokościach między 1500 a 3269 metrów, gdzie pokrywa śnieżna jest całkowicie pewna.**

Gdy wieczorem leżę już w hotelowym łóżku po wyczerpującym dniu na nartach, właśnie wtedy wychodzą „oni” - obsługa. 300 ratraków każdej nocy pracuje i konserwuje stoki po to, aby rano można było jak po maśle zjeżdżać po odświeżonych stokach i elegancko kręcić zjazd w dolinę. Najważniejsza jest jakość. Technicy troszczą się o to, aby najnowocześniejsza technika komputerowa sprawnie wyczarowała śnieg w armatek śnieżnych. 90 procent stoków w razie potrzeby jest naśnieżanych. Nawet, gdy opady śniegu ustaną na kilka dni. Czekam na Ciebie każda ilość najlepiej utrzymanych tras. Zapewniam.

Jedną z największych atrakcji włoskich Dolomitów jest legendarna już Sella Ronda - unikalna na skalę światową narciarska karuzela, łącząca cztery ośrodki narciarskie i 500 km tras. Oplata ona grupę górską Sella. Wykorzystując system wyciągów i zjazdów można ją pokonać dookoła, zgodnie, jak i przeciwnie do ruchu wskazówek zegara. Można wyruszyć z dowolnego ośrodka

wchodzącego w skład Sella Rondy rankiem i spędzając niesamowity dzień na wspinałej wycieczce narciarskiej, popołudniem powrócić do tego samego ośrodka. Całość została tak zorganizowana, aby nawet osoby zupełnie amatorski uprawiający narciarstwo nie miały problemu z pokonaniem całej trasy, niezależnie od miejsca startu. Dzięki temu jest to doskonała atrakcja na urozmaicenie urlopu dla całych rodzin.

Świat Dolomiti Superski jest wielki. To 12 ośrodków narciarskich. Niezależnie od tego jak jeździmy, na brak odpowiednich stoków narzekać nie będziemy. 1200 km tras zjazdowych, a to wszystko dzięki jednemu wspólnemu karnetowi narciarskiemu Dolomiti Superski, który upoważnia do jazdy na nartach we wszystkich ośrodkach narciarskich. A jest gdzie jeździć. Oto najciekawsze propozycje:

### Val di Fassa

Przepiękna malownicza dolina położona w samym centrum Dolomitów. Ośrodek doskonale nadaje się dla wszystkich narciarzy, niezależnie od stopnia zaawansowania.

To także idealne miejsce dla miłośników freestyle'u, którzy mają do dyspozycji kilka snowparków w samej Val di Fassa oraz kilka w Tre Valli. Łącząc wszystkie razem, można skorzystać z każdej znanej przeszkody freestyle'owej. Oprócz tradycyjnych nart i snowboardu na turystów czeka możliwość uprawiania wielu innych sportów zimowych, mnóstwo form aktywnego spędzania czasu i bogata oferta après-ski. Jest to idealny ośrodek dla dzieci i ich rodziców. Dolina jest także połączona wyciągami ze słynną Sella Rondą.

### Cortina d'Ampezzo

Region ten składa się z trzech terenów narciarskich: Tofane, Faloria i Cristallo. Nie są one bezpośrednio połączone wyciągami, ale do wszystkich dojeżdżają darmowe ski busy. W 1956 odbyły się tutaj zimowe igrzyska olimpijskie, a obecnie w Cortinie rokrocznie odbywają się zawody Pucharu Świata w narciarstwie alpejskim. W schronisku Duca d'Aosta kiedyś był zapalony znicz olimpijski. W Cortinie kręcono sceny do takich filmów jak m.in.: „Różowa Pantefra” z Davidem Nivenem i Peterem Sellersem, „James Bond: Tylko Dla Twoich Oczu” z Rogerem Moorem czy „Cliffhanger” z Sylwestrem Stallone.

### Arabba-Marmolada

Ośrodek położony w dolinie Livianollongo w cieniu imponujących gór Sella. To jeden z największych i najbardziej atrakcyjnych terenów narciarskich wchodzących w skład Dolomiti Superski. Dodatkowym atutem jest bliskość słynnej Sella Rondy. Arabba jest ośrodkiem, w którym odnajdą się wszyscy

narciarze - od początkujących do zaawansowanych. Ośrodek nie jest polecany początkującym narciarzom, przystosowany jest raczej dla tych lepiej jeżdżących.

### Alta Badia

Ośrodek leżący w południowym Tyrolu u podnóża masywu Dolomitów o nazwie Sella. Nasłonecznienie tras oraz ich przygotowanie wraz z doskonałą bazą noclegową sprawiają, że jest to jeden z najciekawszych ośrodków w regionie. Ośrodek ten leży w samym sercu mega kompleksu Dolomiti Superski, co stanowi świetną bazę wypadową na inne tereny narciarskie, w tym słynną Sella Rondę. Teren rewelacyjny przede wszystkim dla początkujących i średnio zaawansowanych narciarzy. Genialne warunki dla miłośników jazdy poza trasami. Ośrodek posiada także całkiem sporo tras biegowych, bogatą ofertę sportową oraz wiele atrakcji poza stoki. To także świetne miejsce na rodzinny wyjazd z dziećmi.

### Plan de Corones (Kronplatz)

Znajduje się w południowym Tyrolu i jest powszechnie uważany za górę numer 1 dla narciarzy. Kronplatz to jeden z najbardziej wszechstronnych ośrodków, który zadowoli zarówno ekspertów narciarstwa jak i tych, którzy stawiają pierwsze kroki. Biegne tutaj wiele tras, które mogą sprawić trudność niedzielnemu narciarzowi. Jedną z nich jest „Erta” co w wolnym tłumaczeniu znaczy stroma, a nazwa dokładnie oddaje z czym mamy styczność. Trudną i zarazem ciekawą trasą jest „Herrenegg”, która posiada homologację FIS. Najdłuższe trasy mają ponad 6 km.



### San Martino di Castrozza

Ośrodek położony w szerokiej dolinie otoczonej niedostępnymi szczytami. Niedawno przeprowadzono prace modernizacyjne kluczowych wyciągów, dlatego też stacja nie tylko jest urokliwa i pełna przepięknych tras, ale również bardzo nowoczesna.

### Val Gardena

Słynna dolina znajdująca się w północnych Włoszech, w południowym Tyrolu. Wielokrotnie goszczono tu Puchar Świata w narciarstwie alpejskim na słynnej trasie „Saslong”. Panują tu świetne warunki do jazdy poza trasami, a początkujący freestyle'owcy mogą ćwiczyć w snowparku Piz Sella. Ponadto Val Gardena posiada

54 km tras biegowych. W ośrodku można także znaleźć najlepszy dla siebie sposób na spędzenie czasu poza stoki. Val Gardena to dobre miejsce dla rodzin z dziećmi. Dolina jest także połączona wyciągami ze słynną Sella Rondą.

### Val di Fiemme

Dolina zwana jest często przedsionkiem Dolomitów, gdyż to właśnie tutaj zaczynają się te wielkie charakterystyczne dla regionu góry. Jest to jedna z najpiękniejszych dolin włoskich ciągnąca się ponad 35 km. Ośrodek nastawiony jest na narciarstwo zjazdowe oraz biegowe na najwyższym poziomie. Zarówno osoby gustujące w gwarnych, jak i kameralnych ośrodkach znajdą tutaj coś dla siebie.



# SINDBAD

Solidny Przewoźnik Autokarowy od 30 LAT



- 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

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



089/54 54 89 89





089/55 07 77 57

E-Mail: muenchen@sindbad-gmbh.de

Justyna  
Gaj

# Polski film w Monachium



Już po raz trzeci w Monachium odbył się festiwal „filmPOLSKA München”. Festiwal kina niepokornego, kontrowersyjnego, budzącego emocje a poprzez uniwersalność podejmowanych tematów trafiający zarówno do polskiego jak i niemieckiego widza.

Od 2011, corocznie „filmPOLSKA München” wpisuje się w listopadowy program kulturalny, proponując współczesne polskie kino reżyserów młodego pokolenia. Przez pięć festiwalowych dni

filmPOLSKA München oferuje publiczności w Monachium wyjątkowe spotkania, podczas których można zapoznać się z ambitnymi polskimi filmami fabularnymi, dokumentalnymi i krótkometrażowymi. Dyrektorki festiwalu Natalia Kukiello i Ewa Szurogajlo stawiają przy wyborze filmów festiwalowych na hasło „młody i zbuntowany”, pokazujących wielowymiarowość młodego, polskiego kina. Publiczność w Monachium

otrzymuje tym samym szansę, obejrzenia na dużym ekranie najciekawszych polskich premier ostatniego roku.

**filmPOLSKA München** jest atrakcyjną i komunikatywną platformą dla młodych filmowców, przedstawicieli przemysłu filmowego oraz miłośników kina. To festiwal o wyważonych rozmiarach, stawiający na pierwszym miejscu doświadczenie filmowe w swobodnej atmosferze.

## Rozmowa z Mateuszem Banasiukiem

odtwórcą głównej roli w filmie „Płynące wieżowce”

**JG:** Jak przygotowywałeś się do zagrania głównej roli?

**MB:** Bardzo zależało mi na zagranie tej roli. Castingi do filmu trwały kilka miesięcy, ja wziąłem w nim udział w ostatnim tygodniu i pierwotnie miałem zagrać rolę Michała. Ostatecznie reżyser podjął decyzję, by obsadzić mnie w roli Kuby.

Przez 5 miesięcy miałem treningi na basenie i siłowni z trenerem. W tym czasie robiliśmy też sporo prób aktorskich z reżyserem. Wiele scen nagrywaliśmy żeby na planie podczas zdjęć być maksymalnie przygotowanym. Poszukiwaliśmy prawdy.



**JG:** Co było dla Ciebie największym wyzwaniem na planie?

**MB:** Wyzwań było bardzo dużo. Spora trudnością było by poczuć się swobodnie nago przed kamerą. Każdy ma jakieś

kompleksy i pomimo, że byłem wtedy w szczytowej formie, nie było łatwo oswoić się z nagością. Zdjęcia do filmu kręciliśmy przez 26 dni i ja byłem praktycznie codziennie na planie. Jednocześnie pracę na planie musiałem pogodzić ze zdjęciami do serialu, w którym gram na codzien oraz z pracą w teatrze.

**JG:** Jakie cele postawiliście sobie jako ekipa tworząca ten film?

**MB:** Ja jestem aktorem, którego interesują ciekawe, barwne i skomplikowane osobowości. Nie czuję się obrońcą praw mniejszości seksualnych. Spodziewałem się, że ten film wywoła wiele dyskusji na ten temat. Dobrze, że jako społeczeństwo zrobiliśmy kolejny krok do przodu w kierunku społeczeństwa bardziej tolerancyjnego. Ale to nie było naszym celem.

**JG:** Jak wyglądała Twoja droga do zagrania głównej roli w *Baby Blues*?

**MB:** Kasia Rosłaniec (reżyserka) zorganizowała casting za pomocą stacji muzycznej MTV. Zainteresowane rolę dziewczyny miały wysłać MMS-a ze swoim zdjęciem. Ja już wcześniej pracowałem jako modelka i miałam profesjonalne zdjęcia. Wysłałam zdjęcia i zostałam zaproszona na spotkanie. Spodobałam się i dostałam rolę Natalii w filmie.

**JG:** W filmie zauważalne są ekscentryczne kostiumy.

**MB:** Część z nich pochodzi z mojej szafy. Miałam taki okres w życiu, że ubierałam się podobnie jak moja bohaterka.

Podczas kręcenia zdjęć mieszkałam także z kostiumografem, razem przygotowywałyśmy niektóre stroje.

**JG:** Co jest dla Ciebie najważniejsze w tym filmie?

**MB:** Dla mnie *Baby Blues* jest bardzo wiarygodnym filmem na poziomie emocjonalnym i egzystencjalnym. Myślę, że reżyserka doskonale obnażyła potrzeby, które tkwią w każdym z nas. Pomimo, że powierzchwnie główny temat i Natalia wydają się płytkie, to przy głębszej analizie zauważa się uniwersalność przekazu. Historia młodej kobiety, która pragnie miłości i świadomie decyduje się na dziecko może zdarzyć się w każdym kraju i w każdym społeczeństwie.



**JG:** Jakie są Pani wrażenia po festiwalu „filmPOLSKA München”?

**GS:** Idea tego festiwalu pojawiła się jeszcze przed moim wyjazdem i byłam bardzo ciekawa jak ta inicjatywa się rozwinię. Wtedy, gdy rozmawialiśmy z Ahoj,

Rozmowa z

**dr Grażyną Strzelecką**

gościem festiwalu, była konsul ds. kultury i promocji w Monachium

to przedsięwzięcie wydawało się nie do udźwignięcia! Jestem bardzo pozytywnie zaskoczona. Festiwal z roku na rok wspaniale się rozwija, widownia dopisuje, przyjeżdżają ciekawi artyści. Najważniejsze w tego typu projektach jest to, że przychodzi publiczność, że rozmawia się o Polsce i pokazuje głównie młodym odbiorcom zupełnie nowy, atrakcyjny obraz sąsiada.

**JG:** W jaki sposób promować polskie dokonania w Monachium?

**GS:** Myślę, że poza sztuką filmową i wystawienniczą, bardzo zbliża literatura. Mamy wspaniałych polskich autorów, tych bardzo znanych i lubianych w Niemczech, jak na przykład Olga

Tokarczuk, ale także tych, którzy dopiero publikują swoje pierwsze dzieła. Są także doskonałe tłumaczenia polskiej prozy i poezji na język niemiecki. Myślę, że jest przestrzeń i zapotrzebowanie na stały, cykliczny projekt literacki, którego celem byłaby promocja polskiej literatury.

**JG:** Jaką rolę powinno pełnić Centrum Kultury Polskiej w Monachium?

**GS:** Centrum Kultury Polskiej za mojej kadencji to było takie miejsce, gdzie każdy mógł wejść i porozmawiać o swoim projekcie. W CKP nawiązywały się wieloletnie kooperacje. Wiele dużych przedsięwzięć kulturalnych doszło do skutku dzięki owocnej współpracy Centrum z renomowanymi parterami, takimi jak Filharmonia Monachijska czy Ampere Muffathalle. Uważam, że CKP powinno otrzymać status Instytutu Polskiego, wówczas przy większym budżecie można by było realizować więcej interesujących projektów.

Rozmowa z

**Natalią Kukiello**

pomysłodawczynią i kierowniczką festiwalu filmPOLSKA München



**JG:** Jakie są kryteria doboru filmów w festiwalu?

**NK:** Głównym motto festiwalu jest temat „jung und rebellisch”, „młodzi i zbuntowani”. Wiąże się to przede wszystkim z pokazem debiutów filmowych, ewentualnie drugim filmem danego reżysera. Ma to na celu promowanie nowych, jeszcze nieznanymi nazwiskami polskich filmowców.

Filmy do pierwszej selekcji wybieram głównie ja, po tym grupa programowa, ok. 5 członków naszego stowarzyszenia wybiera filmy. Kryteria to m.in. odpowiedzi na pytania: w jaki sposób ten film jest ważny dla polskiej kinematografii,

co jest w nim szczególnego, dlaczego jest go warto pokazać w Monachium, jak pasuje do profilu festiwalu.

**JG:** Jakie cele stawiacie sobie do osiągnięcia poprzez festiwal?

**NK:** Chcemy wypromować wschodzących reżyserów filmu polskiego oraz zainteresować Monachijczyków polskim filmem, a co za tym idzie, również i kulturą. Także promocja filmów, które często nie są dostępne w regularnym programie kinowym, to cel festiwalu. Zależy nam również na wspólnym dialogu i refleksji o filmach, zawężanie stosunków polsko-niemieckich. Oprócz tego monachijska Polonia ma dostęp do najnowszych produkcji filmowych z Polski.

**JG:** Jak finansowany jest festiwal?

**NK:** Festiwal otrzymuje dotację od Niemieckiego Ministerstwa ds. Kultury i Mediów (BKM), Fundacji Współpracy Polsko-Niemieckiej, Polskiego Instytutu Sztuki Filmowej, Referatu Kultury w Monachium oraz Generalnego Konsulatu Rzeczypospolitej Polski w Monachium.

**JG:** Co dla Was jest najtrudniejsze w organizacji?

**NK:** W miarę rozrastania się imprezy czujemy, że pilnie potrzebujemy własnego biura jako miejsca kontaktu z zainteresowanymi osobami i instytucjami, a także spotkań organizacyjnych i archiwum dokumentów. Przygotowanie festiwalu trwa prawie cały rok. Obecnie rozliczamy trzecią edycję, w lutym zaczynamy przygotowania do kolejnej edycji. Jest to praca na cały rok.



Copyright: Ahoj Nachbarn e.V

# daria Nadoleka



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.



## Dni Polskie w Monachium

W listopadzie w klubie Unterfahrt w Monachium odbyły się Dni Polskie. Cztery wieczory wypełnione po brzegi jazzem i Polonią. Znaleźli się również, doceniający polską scenę muzyczną Niemcy, choć ewidentnie byli mniejszością.



Podczas pierwszego wieczoru - Zbigniew Namysłowski Quintet, w składzie Zbigniew Namysłowski (as,cl), Jacek Namysłowski (tb), Sławomir Jaskułka (p), A. Świąś (b), G. Grzyb (dr). Koncert energetyczny, tematy na 5/4 na 9, przepelnione góralskimi frazami, muzycy, którzy wspólnym klaskaniem energetyzowali przestrzeń podczas solówki mistrza, S. Jaskułka powoli porwijający nas w swoją czasoprzestrzeń, G. Grzyb rozpędzający się do granic podczas solówek. I choć styl ten jest fanom znany od dawna, mniej wciągnęło.

### Agnieszka Hekiert

[www.hekiert.com](http://www.hekiert.com)

to wokalistka jazzowa, czynnie działająca na scenie europejskiej. W Polsce jest jednym z najlepszych Vocal Coachów (trenerem śpiewu) pracujących z młodymi, zdolnymi wokalistami w programach Mam Talent, X-Factor, Fabryka Gwiazd (2008), My Camp Rock II (2010). W Niemczech prowadzi warsztaty wokalne circle singing. We wrześniu ukazała się nowa płyta Agnieszki „Stories” nakładem Universal Music Polska.

KĄCIK MUZYCZNY  
Agnieszki  
HEKIERT



Drugi wieczór to rgg trio – Szymanowski. Bardzo żałuję, że nie dotarłam, bo słyszałam same pozytywne opinie z koncertu, że „młodzi a tak zdolni i skupieni”. Płytę mam, nadrobię zaległości.

Wieczór trzeci to niepowtarzalna, pełna świetnej, mocnej energii i ogromnego uroku Hanna Banaszak & Band. Zaczarowała nas płytą poświęconą Jerzemu Dudusiowi Matuszkiewiczowi, spod którego ręki wyszły takie przeboje muzyki filmowej jak: „Czterdziestolatek”, „Mam ochotę na chwileczkę zapomnienia”, „W siną dal” czy „Stawka większa niż życie”. Świetna technika wokalna, wspierający band (P. Kałużny (p)/ L. Ranz (b)/ K. Przybyłowicz (dr)/ A. Mazurek (perc), radość, żart, zaduma i snująca się opowieść. A do tego na bis „W moim magicznym domu”, które śpiewała właściwie cała sala (od 10-latek po pokolenie pani Hanny). Ja śpiewałam również, właściwie przypadkowo zaproszona na scenę. A publiczność niemiecka robiła naprawdę duże oczy ale była w pełni zachwycona atmosferą. Sala wypełniona po brzegi i to chyba niekoniecznie tylko fanami jazzu. Choć podczas

koncertu zabrzmiały również takie „przeboje” jak „Rosmary’s Baby” Komedy oraz „Dzieci Sancheza” gdzie partię trąbki Chuck’a Mangione w wyśmienitym stylu przejęła H.Banaszak.

Dzień ostatni to gdańszczanie Elec-Tri-City plus Leszek Żądło. I zrobiło się głośno w Unterfahric. To już bardzo zgrany zespół, którego inicjatorem jest Janusz Mackiewicz (e-b) a „pierwszymi skrzypcami” na scenie – gitarzysta Marcin Wądołowski. Mnie osobiście zachwyciła ballada Dreamer, podzielona w temacie na bas i gitarę. Solo na bębnach - zagrane nietypowo – z ogromną ilością przejść (a’lla Buddy Rich) choć Grzegorz Sycz (dr) bardziej swą grą przypomina grę Dennis’a Chambers’a. Ksylofon Dominika Bukowskiego w przemysłany sposób dopełniał całość. W drugiej części wystąpił Leszek Żądło z nieśmiertelnymi utworami „Out of the East”, „Some other Samba”. Jak zwykle świetnie, mocno i energetycznie.

**Zapraszam**  
na **KONCERTY STYCZNIOWE w Polsce**  
Info na [www.hekiert.com](http://www.hekiert.com)

Agnieszka Hekiert E-Jazz Quartet  
„STORIES” w składzie: A. Hekiert - voc,  
R. Kubiszyn - bas, C. Konrad - bębny, K. Kostov - piano

- 22.01. Stara Szafa - ŁÓDŹ
- 24.01. Et Cetera SŁUPSK
- 25.01. Pod Filarami GORZÓW WLKP.
- 26.01. Babskie Granie Klub Żak Gdańsk
- 29.01. TEatr Sary Lublin
- 02.02. Wok Włocławek
- 23.03. Jazz Gasp GARMISCH PARTENKIRCHEN
- 24.03. - 31.03. Koncert we Włoszech z Maurizio Rolli i Jacek Pelc Trio



# Kalendarium

styczeń - luty rok 2014

## BAWARIA

- 10.01.2013.** 18.00 Brydź towarzyski i sportowy w Klubie Brydżowym przy Stowarzyszeniu Polsko-Niemieckim „LECH” e.V. Miejsce: Dominikuszentrum, Hildegard-von-Bringen-Anger 1-3, Monachium. Info: Jadwiga Suchocka, tel.: 089/ 201 12 70, <http://www.bezatu.de>. Kolejne spotkania: 24.01.2014, 07.02.2014, 21.02.2014.
- 23.01.2014.** 19.00-22.00 Spotkanie czwartkowe Polskich Studentów i Absolwentów. Miejsce: KHG, Karlstr. 22, Monachium. Info: Dagmara Olszowska (d.olszowska@studenci.de) Kolejne spotkanie: 06.02.2014
- 25.01.2014.** 9.00-03.00 Wielki Bal Karnawałowy z muzyką na żywo. Miejsce: Bürgerhaus zur Post, Kirchenplatz 1, Monachium. Info: B. Grabowska, tel.: 089/670 82 30, 0176 6319 3087, [bg\\_syrenka@gmx.de](mailto:bg_syrenka@gmx.de)
- 27.01.2014.** 19.00 Wykład Tomasza Zaparta pt. „Polen: Überblick zum Regierungssystem, Parteiensystem und Wahlsystem”. Na zakończenie dyskusja. Miejsce: Hansa Haus, Briennerstr. 39A, Monachium
- 14.02.2014.** 19.30 Koncert muzyczny – kabaretowy grupy Die Silinger i wieczór biesiadny z zabawą taneczną. Prowadzący: Andrzej Mis „Radio Piekary”. Miejsce: Coburg-Beiersdorf Gasthof „Zum Schwarzen Bären”, Rodacher Str. 275. Info tel.: 09567 / 358, 0176 98 27 85 91
- 15.02.2014.** 14.30 Koncert muzyczny – kabaretowy grupy Die Silinger i wieczór biesiadny. Prowadzący: Andrzej Mis „Radio Piekary”. Miejsce: Regensburg : Sala -Deggendorferstr. 21 B. Info tel.: 0941 / 79 35 12
- 15.02.2014.** 18.30 Koncert muzyczny – kabaretowy grupy Die Silinger i wieczór biesiadny z zabawą taneczną. Prowadzący: Andrzej Mis „Radio Piekary”. Miejsce: Ingolstadt Bezirkssportanlage TV 1861, Restauracja „Taverna Sirtaki”, Richard-Wagner-Str.65. Info tel.: 0841 / 95 17 094, 0179 673 66 08
- 16.02.2014.** 14.30 Koncert muzyczny – kabaretowy grupy Die Silinger i wieczór biesiadny. Prowadzący: Andrzej Mis „Radio Piekary”. Miejsce: Straubing Aiterhofen Untere Dorf Str. 21. Gasthaus Karpfinger. Info tel.: 09421 / 66 40, 0176 99 74 40 43
- 16.02.2014.** 18.00 Koncert muzyczny – kabaretowy grupy Die Silinger i wieczór biesiadny. Prowadzący: Andrzej Mis „Radio Piekary”. Info: B. Grabowska, tel.: 089/670 82 30, 0176 6319 3087
- 24.02.2014.** 19.00 Wieczór dyskusyjny na temat: Die Deutsch-Polnischen Beziehungen nach 1989 – welche Institutionen und welche Akteure haben wir? Prowadzenie Ingo Schuster (Universität Viadrina). Miejsce: Hansa Haus, Briennerstr. 39A, Monachium
- 27.02.2014.** 20.30 Koncert Boogie Boys (Michał Cholewiński – piano, Bartek Szopiński – piano, Szymon Szopiński – perkusja). Miejsce: JAK Keller Jazzclub Armer Konrad e.V. Stiftstraße 32, 71384 Weinstadt – Beutelsbach. Bilety: 14€ [www.boogieboys.pl](http://www.boogieboys.pl)

Zalecamy sprawdzanie terminów u organizatora. Red. MM

MOTTO  
na dziś

Bycie szczerym może nie da ci zbyt wielu przyjaciół, ale zawsze da ci tych właściwych.  
John Lennon

## Konkurs Świąteczny

### Rozstrzygnięcie

Spośród osób, które polubiły nasz profil na Facebooku redakcyjna sierotka wylosowała dwunastu szczęśliwców, których obdarujemy upominkami.

**Zestawy kosmetyków:**  
Danuta Kijovsky  
Wiesława Dębowska  
Milena Krawiec  
Agnieszka Kwiećńska – Ło-  
bas  
Dominika Gielarowicz

**Filmy:**  
Marcin Daniel  
Marlena Drabik  
Violeta Santonowska  
Joanna Paulina Grala

**Torebkę:**  
Aleksandra Radojewska  
**Kalendarze:**  
Karol Gielarowicz  
Krzysztof Bociurko

Do zwycięzców  
wyślemy  
wiadomość  
na Facebooku.

## Miss Polonia in Deutschland



Foto: F. Bauermann

Tegoroczna, 14 edycja konkursu Miss Polonia in Deutschland miała miejsce w berlińskim klubie GALAXY. Finał, który odbył się 23 listopada 2013 roku łączył elegancję z dyskotekową atmosferą.

Prezentacje finalistek w kreacjach projektu stylistki mody Joanny Lubkowskiej

z Gliwic, przeplatane były występem piosenkarza Krzysztofa Stera z Gliwic i Gabrielle Silvy.

Tytuł Miss Polonia in Deutschland 2013 zdobyła Sandra Majewski z Bielefeld, która ponadto otrzymała tytuł Miss STAR Polska 2013 i Miss Publikum 2013. I Vice Miss Polonia in Deutschland 2013 została Veronika Lasota z Berlina, zaś II Vice Miss Polonia in Deutschland 2013 została Patrycja Kupka z Poczdamu.

**Szczególne słowa uznania dla:**  
STAR Polska (Sponsor główny), TYSKIE, Juwelier TARASEK z Oberhausen, MONEYGRAM, AFS Polonijny Servis Finansowy z Emmerich

oraz dla: Clubu GALAXY z Berlina za organizację i gościnność, Grażynie i Daniełowi Sbienda za fryzury, Ewie Bogusławskiej za wizaż, Magdalenie Sarbowskiej za moderację.

Więcej informacji na stronie:  
[www.miss-polonia-deutschland.de](http://www.miss-polonia-deutschland.de)



## Werbe-Agentur Spisla

Spisla Grzegorz  
Kreuzackerstraße 44  
84036 Kumhausen  
Tel.: 0871 / 97 46 335  
Fax.: 032 22 14 60 899  
Mobil: 0163 153 00 57  
E-mail: werbe-agentur@arcor.de  
www.wa-spila.de

## Werbe - Agentur Spisla dla Ciebie:

. biuro reklamy . realizacja projektów .  
. kampanie reklamowe .

Tel.: 0 871 97 46 335  
werbe-agentur@arcor.de



### Nowość

Od nowego roku rozpoczynamy sprzedaż bonów towarowych partnerów handlowych LYONESS: OMV, Mc Donalds, Mueller, Douglas, A.T.U., Edeka i wiele innych.

## reklama prasowa i wielkoformatowa

PROJEKTY • DRUK

### ponadto

- Szeroka oferta gadżetów reklamowych firmowych i spersonalizowanych
- Reklama dźwiękowa (realizacja spotów reklamowych, audiomarketing)
- Videomarketing (reklama wizerunkowo-informacyjna)

## POKAZUJEMY przykładowe gadżety reklamowe



termometr

pen drive card w formie wizytówki -  
pojemność 1 do 8 GB

długopis plastikowy

długopis metalowy z grawerem

ołówek z gumką  
- logo  
grawerowane  
laserem



wizytówka w formie karty kredytowej

# Polski kościół na Sankt Pauli

**J.L.-Z.:** Jak doszło do powstania Polskiej Misji Katolickiej przy kościele św. Józefa?

**J.B.:** Tutejszy oddział PMK powstał po wojnie, dla Polaków, którzy głównie z przyczyn politycznych pozostali na tym terenie. Do końca lat siedemdziesiątych społeczność Polaków w Hamburgu była niewielka. Dopiero po powstaniu Solidarności rozpoczął się wielki napływ emigrantów z Polski. Wtedy dotychczasowe miejsce przy kaplicy St. Ansgar okazało się niewystarczające, dlatego wybudowano tu w 1982 r. nowy dom katechetyczny, a kościół św. Józefa stał się dla Polaków docelowym. Źródła podają, że Polacy byli z nim związani już od XIX w. Przyjeżdżali do pracy przy budowie portu i przychodzili tu na polskie nabożeństwa. Mówi się, że to polski kościół, ale tak naprawdę jest nam on tylko udostępniany przez parafię niemiecką, choć działamy tu już tak długo, że czujemy się jego współgospodarzami. Ja przyszedłem do Hamburga w 1994 r. jako wikariusz i spędziłem tu siedem lat. W 2001 r. zostałem proboszczem w Schleswig-Holstein, a w 2008r. powróciłem tutaj do Misji jako jej proboszcz.

**J.L.-Z.:** Kościół św. Józefa ma także ciekawą historię.

**J.B.:** To pierwszy katolicki kościół w północnych Niemczech, wybudowany po reformacji, najpierw jako kaplica w 1640 r. Dzisiejszą ulicą Grosse Freiheit przebiegała wówczas granica między Królestwem Pruskim a Państwem Duńskim. Duńczycy cieszyli się większymi swobodami religijnymi. W Hamburgu przesładowano katolików i nawet rozebrano do fundamentów ich katedrę przy Domstrasse. Król Danii Fryderyk III zezwolił na budowę kaplicy katolickiej po duńskiej stronie. W 1938 r. przyłączono do Hamburga sąsiadującą z nim Altonę i kościół znalazł się po stronie niemieckiej.

**J.L.-Z.:** Czy bezpośrednie sąsiedztwo nocnych lokali jest dla parafii uciążliwe?

**J.B.:** Uciążliwością jest hałas i korzystanie przez przybyszów z „zastępczych toalet” podczas imprez zbiorowych. Ale ani my - księża, ani siostry zakonne, nie spotkaliśmy się nigdy z jakimiś aktami niechęci, czy wrogości. Między nami a bywalcami nocnych lokali panuje wzajemna tolerancja. Kiedy raz w roku odbywa się święto ulicy, organizatorzy ustalają z nami, że wystawią mikrofony na zewnątrz dopiero po zakończeniu nabożeństwa, bo wtedy będzie już bardzo głośno. W okolicach kościoła jest bezpiecznie. Jest tak i w trakcie Pasterki, bo 24 grudnia jest jedynym dniem w roku, kiedy tutaj nic się nie dzieje.



Niektórzy pytają z oburzeniem, jak to możliwe, żeby w „takiej” dzielnicy był kościół. Kościół stoi tu od ponad trzystu lat, zresztą dlaczego miałoby go tu nie być? Jezus powiedział, że nie potrzebują lekarza zdrowi, lecz ci, którzy źle się mają. Zło istnieje także wewnątrz Kościoła, a tam na zewnątrz, pośród czerwonych witryn i nocnych klubów, można napotkać dobro – mówi ks. kanonik Jacek Bystron, Proboszcz Polskiej Misji Katolickiej w Hamburgu, przy kościele św. Józefa, Grosse Freiheit 41.

Ks. kanonik **Jacek Bystron** – proboszcz, doktor teologii, kapłan diecezji pelplińskiej. W 1994 r. oddelegowany do pracy duszpasterskiej w Niemczech. Od marca 2008 administrator parafii polskiej w Hamburgu, a od maja 2009 proboszcz PMK w Hamburgu. Od marca 2010 r. dziekan dekanatu północnego Polskiej Misji Katolickiej w Niemczech. Autor książki „Polscy święci i błogosławieni wyniesieni na ołtarze przez Jana Pawła II”.

**J.L.-Z.:** Zdarzają się zaczepki z prośbą o datkę?

Tak, choć najczęściej przychodzą ludzie naprawdę potrzebujący pomocy. Niedawno było u nas kilkoro Polaków, którzy zostali zatrudnieni przez Cyganów. Pracodawcy nie wypłacili im wynagrodzenia, zabrali dokumenty, niektórych nawet pobili. Na szczęście poszkodowani trafili do nas i umożliwiliśmy im powrót do kraju.

**J.L.-Z.:** A jeżeli ktoś boi się przechodzić tą ulicą, idąc do kościoła?

**J.B.:** Może dojść do nas równoległą ulicą Holstenstrasse. Nie spotkałem się z żadnymi obawami ze strony osób dorosłych. Czasem rodzice boją się posyłać dzieci, np. na zajęcia przygotowawcze do bierzmowania, które rozpoczynają się o godz. 17.00. W okresie jesienno-zimowym jest już wtedy ciemno, więc niektórzy z rodziców przyjeżdżają po dzieci. Ale „nocne życie” ulicy zaczyna się dopiero około godz. 21.00, kiedy u nas już nic się nie odbywa. Nie wszyscy polscy mieszkańcy Hamburga chodzą do nas regularnie na msze święte, ale niektórzy nie wyobrażają sobie, żeby choć raz nie przyjść na nabożeństwo majowe, czy na Pasterkę z polskimi kolędami, albo na rezurekcję. Celebруем w sumie 10 mszy św. niedzielnych, w których uczestniczy łącznie ok. 3000 osób. Nabożeństwa niedzielne sprawujemy nie tylko w kościele św. Józefa, ale w sposób stały, w czterech innych kościołach Hamburga. W okresie Adwentu i Wielkiego Postu bierze w nich udział więcej wiernych niż zwykle.

**J.L.-Z.:** Kościół, przy którym działa Polska Parafia Katolicka w Monachium też jest pod wezwaniem św. Józefa. Może św. Józef mógłby się stać patronem polskich emigrantów?

**J.B.:** W sensie historycznym, św. Józef sam musiał kiedyś emigrować do Egiptu, można go zatem uważać za naszego patrona. Jednakże św. Józef jest patronem Kościoła Powszechnego, rodzin, ojców, robotników,



Kościół św. Józefa na Sankt Pauli

ubogich i ekonomistów. Teraz reaktywowałem specjalną modlitwę do niego, którą odprawiamy na zakończenie każdej mszy św. Modlimy się w niej o jego wstawiennictwo, abyśmy zakończyli remont naszej świątyni do kwietnia 2014 i byśmy mogli świętować Wielkanoc już w odrestaurowanym kościele.

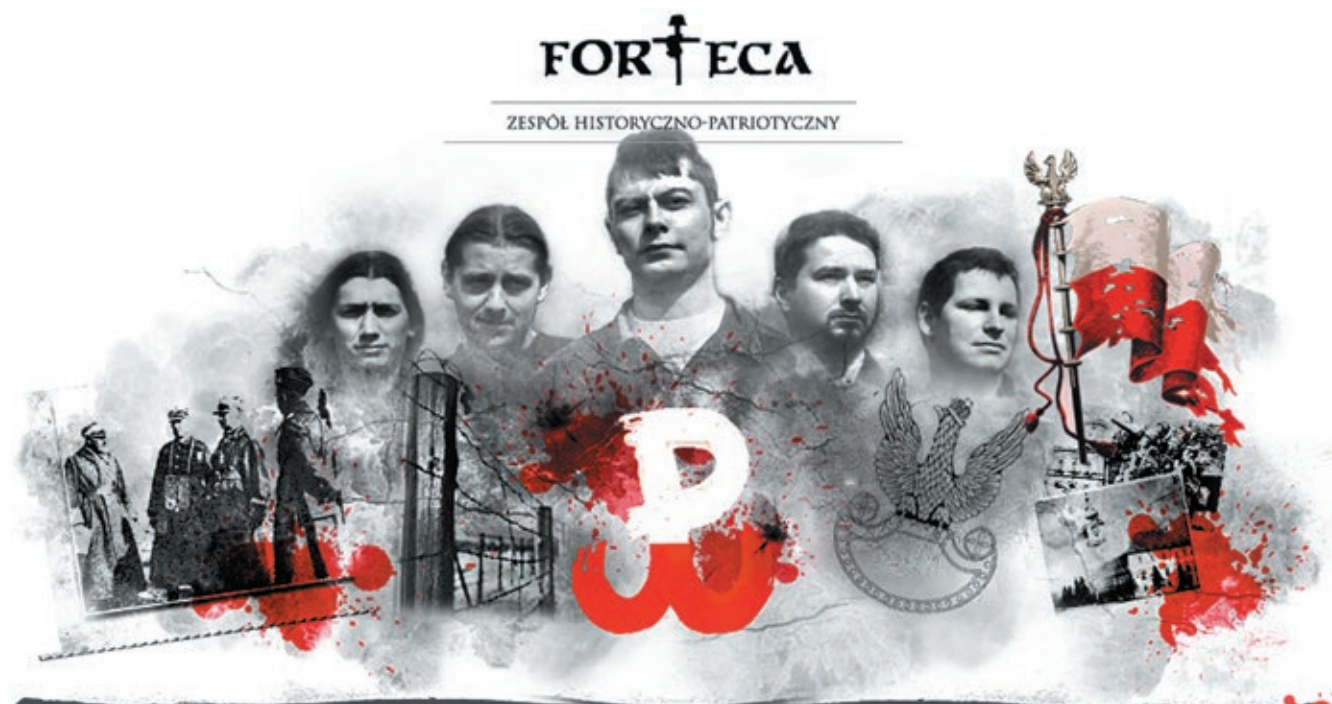
**J.L.-Z.:** Jakie jest największe marzenie Księdza Proboszcza?

**J.B.:** Chciałbym mieć własny kościół i dużą salę parafialną do dyspozycji. Dałoby mi to niezależność w sprawach organizacyjnych, bo czasami - niestety - wchodzimy w kolizję ze wspólnotą niemiecką, kiedy organizuje ona własne imprezy w tym samym czasie, co i my.

rozmawiała **Jolanta Łada-Zielke**

# KLASYCY

## w heavy-metalowym wydaniu



We wrześniu 2009 roku zespół FORTECA wystąpił na koncercie upamiętniającym 70-lecie Bitwy pod Wizną. Muzycy zagrali przed szwedzkim zespołem Sabaton, znanym w Polsce przede wszystkim z utworu „40:1”, który sławi bohaterstwo polskich żołnierzy z Kampanii Wrześniowej.

Specjalnie dla Mojego Miasta z zespołem **FORTECA** rozmawia Edyta Mitko-Matejko

Członkowie FORTECY, na co dzień pracujący m.in. w Urzędzie Pocztowym w Szczyrku, do tej pory wydali trzy płyty (jedną w warunkach domowych) i zagrali wiele koncertów. Skład zespołu zmieniał się kilkakrotnie. Grupa powstała w 2006 roku z inicjatywy gitarzysty Marcina „Siano” Tucznia, który wraz ze swoim przyjacielem „Poetą” stworzył pierwsze dwa utwory z wierszami Baczyńskiego i Broniewskiego.

Obecnie w skład zespołu wchodzi: Maksymilian Migo – wokół, Patryk Krucek – gitarzysta, Marcin „Siano” Tucznio – gitarzysta, Dawid Szypuła – basista, Marek Gołąbek – perkusista. Dyskografia: 2007 – dwupłytowy album „Żołnierz Polski” i „Słońce Wrześnie”, 2010 – płyta DEMO, 2013 – „Kto dziś upomni się o pamięć?”.

**EMM: Znalazłam Wasz zespół przez przypadek, gdy szukałam interpretacji wiersza „Pieśń o żołnierzach**

**z Westerplatte” Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego na lekcję języka polskiego. Ostra muzyka i patriotyczne wiersze. Skąd wziął się pomysł na takie połączenie?**

**FORTECA:** Wszystko zaczęło się od Siana – gitarzysty, który rozstał się ze swoim pierwszym heavy-metalowym bandem. Chciał zrobić swój projekt i jasne było, że bazując na zamiłowaniach muzycznych, nie odstąpi od mocnego gitarowego grania. Wciąż

jednak brakowało treści i tu nagle... (należałoby zapytać samego Siana) wpłata w muzykę tekst W. Broniewskiego i za jednym zamachem tekst K.K. Baczyńskiego „Elegia o... (chłopcu polskim)” i dalej poszło lawinowo, poezja ściśniętego gardła w mocno rockowych aranżacjach miała stać się hołdem dla przodków i podzięką za walkę o wolną Polskę, a także uznaniem dla twórczości autorów, którzy niejednokrotnie sami walczyli i ginęli w obronie ojczyzny.

**EMM: Czym jest dla Was patriotyzm? W jaki sposób można być patriotą w obecnych czasach?**

**FORTECA:** Dla nas patriotyzm, to pamiętać o bohaterach i wydarzeniach z okresu II wojny światowej, jakie kreowały ówczesną rzeczywistość. Dzięki nim mamy świadomość naszej tożsamości. A co do drugiej części pytania, to nie ma reguły, która by to definiowała, nie ma monopolu na patriotyzm, można być patriotą rzetelnie wykonując swoje obowiązki zawodowe, starać się dla swojej rodziny o jak najlepszy byt, można być patriotą bez nadmiernego wychylania się, bo to jednak są uczucia zakorzenione głęboko w człowieku i to od jednostki zależy czy i jak chce epatować swoimi emocjami. Można uprawiać też czynny patriotyzm, co ostatnio jest coraz częstsze. My znaleźliśmy te emocje w muzyce i nie jesteśmy tylko piewcami, ale w dalszym ciągu słuchaczami tych treści.

**EMM: Czym, według Was, patriotyzm nie jest?**

**FORTECA:** Raczej na tym się nie skupiamy, acz na początku naszej muzycznej przygody przylgnęła do nas metka „naziści”. To przykre rozumienie pewnych grup, ludzi, bo jako, że śpiewamy o historii naszych

przodków, którzy byli przez taki właśnie totalitaryzm niszczeni, podejmujemy teksty, które o tym mówią. Bazując na historii można stwierdzić, że wszelkie radykalizmy są niebezpieczne i są dalekie od patriotyzmu. Nie sztuką jest, ażeby inni się nas bali, sztuką jest, aby nas szanowali.

**EMM: Czym kierujecie się wybierając wiersze?**

**FORTECA:** W przypadku Broniewskiego była to dobitność tekstów i dość konkretny przekaz jak na poezję, Baczyński to niezwykle wrażliwość przelana na papier, Konarski – najlepszy tekst o Katyniu, jaki powstał i tak można byłoby wymieniać. Należy jednak zaznaczyć, że użyliśmy głosu faktycznych uczestników wojny, ale dojrzejąc tworzymy swoje teksty, a raczej robi to nasza tekstiarka.

**EMM: Kto przychodzi na Wasze koncerty?**

**FORTECA:** Bywało tak, że i nikt (śmiech)... Jednak największą przyjemnością jest widzieć ludzi od

dzieciaka po staruszka, co jest coraz częstsze i miejmy nadzieję, że tak będzie, bo to dobro nas wszystkich.

**EMM: Połączenie polskich klasyków z ostrym graniem jest dość niezwykle. Z jakimi reakcjami się spotykacie?**

**FORTECA:** Zdarza się słyszeć, że mamy dość niekomercyjny temat na robienie muzyki, temat trudny itp. Ale jest coraz więcej ludzi, których to porusza, zwłaszcza, że technicznie poprzeczka trochę wzrosła.

**EMM: Czy macie poczucie, że Wasza muzyka ma wpływ na zainteresowanie polską historią wśród młodych ludzi?**

**FORTECA:** Myślę, że to dobry sposób podać historię młodym ludziom na „muzycznej tacy”. A poczucie mamy, że jeśli im pokażemy, że pamięć jest ważna, to oni już będą wiedzieli jak to wykorzystać dla swojego rozwoju.

**EMM: Dziękuję bardzo, życzę Wam wielu sukcesów.**

Zdjęcia ze strony: <http://www.forteca.net.pl/>



**mojemiesto**

Impressum

**WYDAWCA:** werbe-agentur spsila Kreuzackerstr. 44 84036 Kumhausen **KONTAKT:** tel. +49 871 97 46 335, fax +49 3222 1460 899, e-mail: [redakcja@mm-gazeta.de](mailto:redakcja@mm-gazeta.de); **WSPÓŁPRACA:** red. Bogdan Żurek, Witold Szrek, Joanna Wagner | Zamieszczone teksty podlegają prawu autorskiemu. Przetwarzanie tylko za zgodą wydawcy. Redakcja nie odpowiada za niezamówione artykuły i zdjęcia. Za treść ogłoszeń, artykułów sponsorowanych oraz reklam redakcja i wydawnictwo nie ponoszą odpowiedzialności. **DRUK:** Sonar Sp. z o.o., ul. Kostrzyńska 89, 66-400 Gorzów Wlkp., tel. (+48 95) 736 88 35, e-mail: [biuro@sonar.pl](mailto:biuro@sonar.pl), [www.sonar.pl](http://www.sonar.pl); **NAKŁAD:** 8000 szt.

**HERAUSGEBER:** werbe-agentur spsila Kreuzackerstr. 44 84036 Kumhausen **KONTAKT:** tel. +49 871 97 46 335, fax +49 3222 1460 899, e-mail: [redakcja@mm-gazeta.de](mailto:redakcja@mm-gazeta.de); Der Inhalt unterliegt dem Urheberrecht. Die Verwertung aller Beiträge ist nur mit der schriftlichen Zustimmung des Herausgebers gestattet. Für unverlangt eingesandte Bild- und Textbeiträge keine Gewähr. Herausgeber und Redaktion haften nicht für den Inhalt der veröffentlichten Anzeigen. **DRUCK:** Sonar Sp. z o.o., ul. Kostrzyńska 89, 66-400 Gorzów Wlkp., tel. (+48 95) 736 88 35, e-mail: [biuro@sonar.pl](mailto:biuro@sonar.pl), [www.sonar.pl](http://www.sonar.pl); **AUFLAGE:** 8000.

**Konsulat Generalny RP w München**  
Röntgenstr. 5, 81679 München  
Tel.: 089/418 60 80;  
www.berlin.polemb.net/index.php?document=249

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

**Polska Parafia Katolicka w Ingolstadt**  
Gaimersheimerstr.32, 85057 Ingolstadt  
Tel.: 0841/84845

**Polska Parafia Katolicka Karlsruhe**  
Südendstr. 39, 76137 Karlsruhe  
Tel.: 0721/24654

**Polska Parafia Katolicka Ludwigsburg**  
Moldaustr. 20, 71638 Ludwigsburg  
Tel.: 07141/893369

**Polska Parafia Katolicka w Monachium**  
Heßstraße 24, 80799 München  
Tel.: 089/273 22 00

**Polska Parafia Katolicka w Norymberdze**  
Arminiusstr.21, 90402 Nürnberg  
Tel.: 0911/473355

**Polska Parafia Katolicka Stuttgart**  
Zuckerbergstr. 9, 70378 Stuttgart  
Tel.: 0711/564184

**A D W O K A C I :**  
**BOROWSKA-WÜNSCH** Krystyna  
Schulstr.10, 80634 München  
Tel.: 089/13038628  
**BRONSKA** Renata  
Cuvilliesstraße 14, 81679 München Bogenhausen  
Tel.: 089/43519381  
**CZECH-GROLLMANN** 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.: 089/12 76 25 46  
**DUDEK** Ilona  
Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München  
Tel.: 089/287 297 330

**GALKA** Janus  
Sattlerstraße 9, 97421 Schweinfurt  
Tel.: 09721 71071

**GROBORZ** Olaf  
Donnersbergerstr. 46, 80634 München  
Tel.: 089/13 95 83 72  
**MOTKOWSKI** Christoph  
Herzog-Wilhelm-Str. 21, 80331 München  
Tel.: 089/218 955 62  
**PRZIBYLLA** Alexander  
Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München  
Tel.: 089/287 297 330

**A U T O - U S Ł U G I :**  
**Paweł KFZ Werkstatt**  
Bodenseestr. 222, 81243 München/Neuaubing  
Tel.: 089/262 14 696  
**SŁAWEK&GÜNERI** Warsztat samochodowy  
Dieselstr. 17, 85757 Karsfeld  
Tel.: 0151/501 70 553

**DORADZTWO PODATKOWE:**  
**BRONSKA** Renata  
Cuvilliesstraße 14, 81679 München Bogenhausen  
Tel.: 089/43519381  
**PRZIBYLLA** Alexander  
Oskar-von-Miller-Ring 31, 80333 München  
Tel.: 089/287 297 330

**KSIEGOWOŚĆ:**  
**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  
**CUKIERDA** Dorota  
Neutharder Str. 22, 76689 Karlsdorf  
Tel.: 07251/349057

**Hollinger & Lasota GbR**  
Gaimersheimerstraße 19, 85057 Ingolstadt  
Tel./Fax: 0841 1426098

**MÜCKE** Claudia  
Thalkirchner Straße 184, 81371 München  
Tel.: 089/41 41 41 353  
**WAGNER-SZOSTAK** Anna  
Schönstrasse 35, 81543 München  
Tel.: 089/41 41 41 400

**L E K A R Z E :**  
**OGÓLNY:**  
**CZERNICKI** Barbara  
Lindwurmstr. 75, 80337 München  
Tel.: 089/53 25 23  
**FELDMANN** Irena  
Landsberger Str. 497, 81241 München – Pasing  
Tel.: 089/ 88 14 89  
**PETZOLD** Małgorzata  
Rosenheimerstr. 79, 81667 München  
Tel.: 089/48 95 67 49

**RITTER** Małgorzata  
Vogelsangstr. 17, 82178 Puchheim  
Tel. 089 / 80 43 50

**TYMIEC** Marian  
Steinstr.30 81667 München  
Tel.: 089/488 493  
**ZADROŻNY** Jacek  
Therese-Giehse-Alee 33, 81739 München  
Tel.: 089/67907332

**GINEKOLOG:**  
**KARASIŃSKI** Norbert  
Bahnhofstr.41, 82152 Planegg k. München  
Tel.: 089/859 55 59  
**SCHWARZ** Mariusz  
Karl-Köglsperger-Str. 3,1 80939 München  
Tel.: 089/311 99 57

**STOMATOLOG:**  
**GLATZEL** Fridtjof  
Moosstr. 3, 84164 Moosthenning  
Tel.: 08731/3230223

**JANUSZKIEWICZ** Olaf I.  
Tegernseer Landstraße 29, 81541 München Giesing  
Tel.: 089/652 327

**JURECKI** Katharina  
Amalienstr. 60, 80799 München  
Tel.: 089/39 37 20  
**KOZŁOWSKI** Joanna  
Marktplatz 7, 85375 Neufahrn  
Tel.: 08165/48 66  
**SITEK** Christian  
Moosacher Str. 58c, 80809 München  
Tel. 089 59 52 73  
**STEINBERG** Richard i **DOMANSKI** Hanna  
Müllerstr.27, 80469 München  
Tel.: 089/2609541

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

**LOGOPEDIA:**  
**MACHOWSKI** Anna i **FISCHER** Renate  
Teucherstr. 28, 81829 München  
Tel.: 089/189 042 09  
**KARDIOLOG:**  
**MURA** Roman  
Tal 15/2, 80331 München  
Tel.: 089/2166930

**ORTODONTA:**  
**GREMMINGER** Agnieszka  
Berg-am-Laim-Str. 147, 81673 München  
Tel.: 089/43 10 93 30

**PSYCHOLOG KLINICZNY I PSYCHOTERAPEUTA:**  
**Dipl. psycholog kliniczny i psychoterapeuta**  
**KACZMAREK** Anna  
Landsberger Str. 45a, 80339 München  
Tel.: 089/74 49 29 44, Mobil: 0152/07215774

**NAUKA JAZDY:**  
**BATYRA** Michael  
Perlachstr. 67, 81539 München  
Tel.: 089/69 77 73 74

**OBSŁUGA FIRM:**  
**ADAMEK** Agata  
Thalkirchner Straße 184, 81371 München  
Tel.: 089/41 41 41 357  
**AGS Agentur SZKULTECKA** Grażyna  
Herzog-Wilhelm-Str. 21, 80331 München  
Tel.: 089/86 36 98 32

**SKLEPY:**  
**LEGENDA – Polski sklep • Cafe Bar**  
Heßstrasse 54, 80798 München  
Tel.: 015143613553  
**Sklep KUBA**  
Tegernseerland str. 91, 81539 München  
Tel.: 08969349163  
Zschokkestr 69, 80686 München  
Tel.: 08952057940

**SZKOŁY JĘZYKOWE:**  
**SYCHer Sprachen Sprechen** Aneta Sych M.A.  
Dachauer Straße 178, 80992 München  
Tel.: 0172/786 94 59

**T Ł U M A C Z E N I A :**  
**BEMBNISTA** Ewa  
Fasanen Str. 148, 82008 Unterhaching  
Tel.: 015777453603 www.wordpro.eu

**BURGER** Beata  
Westendstr. 85, 80339 München  
Tel.: 089/50 07 31 47

**REISSIG** Anna  
Altstadt 105, 84028 Landshut  
Tel./Fax 0871/97 50 44 59, Mobil: 0170/2 44 09 69

**SYCHer Sprachen Sprechen** Aneta Sych M.A.  
Dachauer Straße 178, 80992 München  
Tel.: 0172/786 94 59

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

**UBEZPIECZENIA:**  
**KROLL** Michael  
Paulinusring 16, 85296 Fahlenbach  
Tel.: 08442/953948, Mobil: 01733911579

**LANGER** Adam  
Thalkirchner Straße 184, 81371 München  
Tel.: +49/0176 10340461

**MISIAK** Paulina  
Fürstenrieder Straße 284, 81377 München  
Tel.: 017625438381

**Polscy Doradcy Finansowi PLDF GmbH**  
Hanauer Str. 3, 80992 München  
Tel.: 089/590 68 590

**SOWADA** Łukasz  
Thalkirchner Straße 184, 81371 München  
Tel.: 089 41 41 41 351, Mobil: 0176/104 224 97

**URODA:**  
**Ihr Friseur Polski Salon Fryzjerski**  
Albert-Roßhaupterstr 112 81369 München  
Tel.: 089/7144962  
**Polski Zakład Fryzjerski – OCHMANN**  
Landsbergerstr. 12, 80339 München  
Tel.: 089/5023146

**I N N E :**  
**Agencja Reklamowa SPISLA**  
Kreuzackerstr.44, 84036 Kumhausen  
Tel.: 0871/97 46 335  
**Biuro Partnersko-Matrymonialne w Monachium**  
Tel.: 089/326 00 321  
**POLKWIAT – Kwiaty do Polski**  
www.polkwiat.eu Tel.: 07021861169

Dipl.-Ing.

## Mariusz Zegla

Rzeczoznawca samochodowy  
Biuro inżynierskie techniki samochodowej  
i analizy wypadków drogowych

- Oceny powypadkowe
- Zabezpieczenie dowodów powypadkowych
- Kalkulacje napraw
- Wyceny pojazdów
- Oceny i opinie techniczne
- Opinie dotyczące pojazdów zabytkowych
- Przegląd i ekspertyza pojazdów używanych

Heimgartenstr. 13 · 85221 Dachau · Tel.: 08131/6666033

Fax: 08131/6666044 · Mobil: 0172/8950800 · E-Mail: MZegla@t-online.de

*Stacja kontroli pojazdów mechanicznych z miłą i kompetentną obsługą*

## KÜS Dachau

Organizacja zrzeszająca niezależnych rzeczoznawców pojazdów mechanicznych Dachau

- Okresowe badania techniczne wszystkich rodzajów pojazdów
- Okresowe badania emisji spalin
- Kontrola i ekspertyza modyfikacji wprowadzonych w pojeździe



Karl-Benz-Str. 12 · 85221 Dachau · Tel. 08131/279 333 · Fax 08131/292 375

www.kues-dachau.de · zapraszamy również bez umówionych terminów!

**Godziny otwarcia:**

Pon.- Pt. 09.00 – 18.00

Sob. 09.00 – 13.00

Dipl.-Ing.

**Mariusz Zegla**

Kfz-Sachverständiger

Prüfingenieur i. A. d. KÜS e.V.

**Kfz-Sachverständigenbüro**  
Heimgarterstr. 13 · 85221 Dachau  
Telefon 08131/666 60 33  
Fax 08131/666 60 44  
Mobil 0172/8950800  
E-Mail mzegla@t-online.de

**KÜS Kfz-Prüfstelle Dachau**  
Karl-Benz-Str. 12 · 85221 Dachau  
Telefon 08131/27 93 33  
Fax 08131/29 23 75  
E-Mail kues.dah@t-online.de  
Web www.kues-dachau.de

# KANCELARIA ADWOKACKA

Oskar Derkacz

Fax: (089) 12 76 25 47

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

Tel.: (089) 12 76 25 46

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

## Kancelaria Adwokacka

z a p r a s z a

**Ilona Dudek**

Rechtsanwältin

**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**

## Krystyna Borowska-Wünsch

### ADWOKAT

Członek  
Izby Adwokackiej  
w Warszawie  
i Rechtsanwaltskammer  
w Monachium

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



Schulstr.10 (U-Bahn Rotkreuzplatz) · 80634 München

Tel. **089 13038628** · Fax **089 13038627** · Mobil **0172- 9959 216** · E-Mail: [kbwuensch@t-online.de](mailto:kbwuensch@t-online.de)