



- Wielkie problemy niewielkiego kraju

- "Fabryka plotek".

Wywiad z prof. Idesbaldem Goddeerisem

- Kulinaryny raj nas Skaldą

- Praca na etat za który nikt nie płaci

- Spod Husarskiego Skrzydła

- Jak nie marnować czasu

W NUMERZE:

- 3 Wielkie problemy niewielkiego kraju
- 6 „Fabryka plotek”. Wywiad z prof. Idesbaldem Goddeerisem
- 10 Kuchnia belgijska dla każdego
- 12 Odkrywamy Belgię
- 16 Kulinaryny raj nad Skaldą
- 18 Przegląd prasy belgijskiej
- 20 Kurs niderlandzkiego online
- 24 Przegląd prasy polskiej
- 26 Z życia polskiej szkoły w Antwerpii
- 31 Dzień Matki
- 34 Praca na etat za który nikt nie płaci
- 36 Antyspołeczni
- 38 Spod Husarskiego Skrzydła
- 40 Katecheza w Polskiej Szkole im. Marii Skłodowskiej-Curie w Leuven przy Stwarzyszeniu Daskalia
- 44 Jak nie marnować czasu
- 46 Domowy niejadek
- 48 Badania ratujące życie czyli nie bójmy się profilaktyki cz.1
- 51 Książka na dziś
- 52 Słowo o byle czym

*Z okazji Dnia Matki życzymy Mamom
zdrowia, szczęścia i pomyślności,
spełnienia najskrytszych marzeń,
samyh cudownych chwil w życiu
pociechy z dzieci i uśmiechu
o każdej porze i każdego dnia.*



Redaktor naczelny: Agata Kocińska. **Skład i łamanie:** Redakcja. Okładka: dreamstime.com

Skład redakcji: Agata Kocińska, Magdalena Wawryszuk, Anna Janicka, Agnieszka Buniowska

Kontakt: antwerpiapolsku@gmail.com

Prenumerata: jest możliwość wykupienia rocznej prenumeraty po wpłaceniu 33 euro na konto: BE24 0018 0253 5438.

W tytule przelewu musi się znaleźć imię i nazwisko oraz dokładny adres (na terenie Belgii) odbiorcy

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń



Flandria po polsku

Wielkie problemy niewielkiego kraju

Rozwarstwienie społeczne, nierówności majątkowe, ogromny deficyt budżetowy oraz trwające od lat konflikty między Flamandami a Walonami, to tylko niektóre z problemów targających tym niewielkim krajem.

Arthur Apostel – jeden z czołowych ekonomistów belgijskich przeprowadził w połowie ubiegłego roku badanie, które ujawniło prawdziwy zakres nierówności majątkowych w Belgii. Badanie wykazało, że 1% najbogatszych Belgów jest w posiadaniu 24% krajowego bogactwa.



Flaga Flandrii, wikipedia.org

Poziom nierówności w tym kraju nie należy wprowadzić do najwyższych na świecie i w Europie, ale ma ścisły związek z pogarszaniem się jakości życia wielu jego mieszkańców.

Pandemia covid 19 pokazała nieporadność rządu na poziomie ochrony zdrowia i na polu ekonomicznym. Kryzys dotknął przede wszystkim najbiedniejszych i najmłodszych obywateli Królestwa. Prawie 40 procent obywateli zubożało, a jeszcze większy odsetek ma problem, aby związać koniec z końcem. Ci najbogatsi na kryzysie zarobili, tak jak miało to miejsce w wielu innych krajach na świecie.

Poczucie narodowej tożsamości

Czy istnieje w Belgii narodowość belgijska? Mieszkańcy Królestwa mówią, że to fikcja. Belgijskiej narodowości, jak i belgijskiego patriotyzmu tak naprawdę nigdy w tym kraju nie było.

Ludzie w Belgii identyfikują się przede wszystkim według języka. Albo jesteś Flamandem, albo Walonem. Ta linia

podziału dotyczy szkół, środków masowego przekazu, edukacji, kultury, środków komunikacji publicznej, a nawet piosenkarzy, aktorów i celebrytów. A także historii – tej opowiadanej we Flandrii i tej znanej w Walonii – która ani w jednym, ani w drugim regionie nie zawsze jest tożsama z historią kraju.

Nie ma wspólnych partii politycznych. Na inne partie głosuje się w Walonii, na inne we Flandrii, a potem w wyniku trwających wiele miesięcy negocjacji powstaje dwujęzyczna i wielopartyjna koalicja rządząca, która bardzo często nie potrafi dojść do porozumienia nawet w najprostszych kwestiach.

Walonowie z południa nie są w stanie porozumieć się z Flamandami z północy. Chyba że po angielsku. Do tego dochodzi poczucie wyższości Walonów, którego Flamandowie nie mogą znieść. I mimo że to Flandria od lat finansowo utrzymuje południowych sąsiadów, Walonowie, którzy pogardliwie wyrażają się o Flamandach, bez skrupułów korzystają z pieniędzy wypracowanych we Flandrii.

Dlatego we Flandrii coraz głośniejsze są hasła podziału państwa i odcięcie Walonii od flamandzkich pieniędzy. Flandria chce większej autonomii, a Walonia nie chce o tym słyszeć. Ale jednocześnie obie strony zdają sobie sprawę, że taki stan rzeczy nie może trwać bez końca.

Marzenia i poglądy burmistrza Antwerpii

Bart de Wever – przewodniczący N-VA, największej we Flandrii partii politycznej od lat powtarza: „Nie chcemy rewolucji. Nie chcemy z dnia na dzień ogłosić niepodległości Flandrii. Ale chcemy zmian. Belgia powinna powoli, bardzo delikatnie zniknąć”.

W ubiegłorocznym wywiadzie, emitowanym 21 lipca czyli w święto narodowe Belgii, de Wever po raz kolejny wstrząsnął debatą polityczną, mówiąc o swoim marzeniu. – „Jeśli mógłbym umrzeć jako Południowy Holender, byłbym bardziej szczęśliwy, niż umierając jako Belg”.

De Wever nigdy nie ukrywał, że najlepszą przyszłością dla jego ojczystej Flandrii byłby rozpad Belgii. I albo przyłączenie się do mówiącej tym samym językiem Holandii, albo suwerenność.

Burmistrz Antwerpii ma jasno sformułowane poglądy. W Walonii nie jest ani lubiany, ani popularny. Nie ma się co dziwić, jeżeli przypomnimy sobie program jego partii, w którym duży nacisk kładzie się na uniezależnienie i usamodzielnienie Flandrii.

Przewodniczący N-VA wypomina Walonczykom biurokrację, dziurawe drogi, biedę, a przede wszystkim to, że funkcjonuje dzięki bogatej i zaradnej Flandrii, której mieszkańcy mają poczucie utrzymywania „leniwych Walonów”. Utworzenie autonomicznego państwa ze stolicą w Antwerpii jest dla lidera N-VA priorytetem. Ale nie dla mieszkańców Walonii. Dla nich odłączenie się Flandrii od reszty kraju spowodowałoby na terenach Walonii zarówno kryzys ekonomiczny, jak i społeczny.

W wywiadzie udzielonym naszej gazecie w 2018 roku przewodniczący N-VA powiedział: „Nowe badania potwierdziły, że transfery finansowe z Flandrii do Walonii pozostają wysokie, a perspektywy poprawy są niewielkie. W ciągu ostatnich dwudziestu lat nastąpiło ponad 130 miliardów euro transferów bez strukturalnych zmian. Po przeliczeniu okazuje się, że każda rodzina mieszkająca i płacąca podatki we Flandrii „wyłożyła” na Walonię kwotę w wysokości 2 590 euro rocznie”.

„Chcemy zmniejszyć liczbę tych transferów i zwiększyć ich przejrzystość. Musi zaistnieć perspektywa, że transfery ulegną strukturalnej zmianie. Flandria również się starzeje i będzie potrzebować wszelkich środków, by pokryć koszty starzenia się jej społeczeństwa”.

„Przesuwanie pieniędzy z jednego regionu do drugiego, bez brania za to odpowiedzialności, nie jest prawdziwą solidarnością, lecz strukturalną zależnością. Tylko rzeczywista współpraca pomiędzy tymi dwoma regionami, z wyraźnym podziałem uprawnień oraz z precyzyjnym określeniem kompetencji w poszczególnych dziedzinach, może to zmienić”.

Swoje zdanie Bart de Wever ma również w kwestii istnienia w Belgii monarchii. „Nie do wiary, że koszty waszego

utrzymania ponosi społeczeństwo. I to w sytuacji, gdy nie płaciecie podatków dochodowych, akcyzy ani VAT” – to tylko fragment krytyki przedstawionej przez burmistrza Antwerpii wobec rodziny panującej.

Szerokim echem odbił się jego wywiad dla niemieckiego tygodnika „Der Spiegel”. „Wiele osób ma romantyczny obraz monarchii – mówił De Wever – nawet prezydent w Republikańskiej Francji ma pewien monarchiczny czar. Ale monarchia jest minionym Ancien Régime (z franc.: dosł. stare rządy). Król nie jest dla mnie ważny [...] Dla nas Flamandów jest to wadliwy system, ponieważ król nie myśli tak jak my. Dla Walonów jest on zaletą, bo są z nim związani”.

Jak zwykle, jego słowa wywołały ogromne poruszenie, ale to przecież nic nowego. Od dawna wiadomo, jakie burmistrz i jego partia mają poglądy. Będąc zwolennikiem oddzielenia się Flandrii od reszty kraju, nie można popierać monarchii, która jest elementem łączącym oba regiony, symbolicznym pomostem pomiędzy Flamandami i Walonami.

Konfederacja po flamandzku

N-VA jest silną partią mającą poparcie większości społeczeństwa we Flandrii. Twórcą jej sukcesów jest właśnie Bart de Wever, charyzmatyczny polityk, posługujący się płynnie trzema obcymi językami (francuskim, angielskim i niemieckim). Słynie też z łacińskich cytatów, co swego czasu wzmogło zainteresowanie tym językiem w szkołach.

Co ciekawe, de Wever zajął drugie miejsce w jednej z edycji niezwykle popularne-

go we Flandrii teleturnieju „De Slimste Mens ter Wereld” („Najmądrzejszy człowiek świata”), w którym pozostawił w polu wielu flamandzkich intelektualistów. Bez wątpienia przyczyniło się to do jego popularności.

Po wyborach w 2014 roku do parlamentu flamandzkiego, federalnego i europejskiego N-VA odniosła zwycięstwo stając się najważniejszą partią we Flandrii i drugą siłą polityczną w Belgii. Partia postawiła sobie za cel przede wszystkim przeprowadzenie siódmej reformy państwa, która miałaby zwiększyć autonomiczność Flandrii, co z kolei doprowadziłoby do belgijskiej konfederacji.

Być może w jakiejś odległej perspektywie Belgie czeka zmiana ustrojowa i przekształcenie jej w konfederację ze wspólną polityką zagraniczną, być może z królem, ale osobnym wymiarem sprawiedliwości, finansami, podatkami i sprawami wewnętrznymi.

Gdyby założenia N-VA weszły w życie, Bruksela zostałaby niezależnym miastem i ze wszystkich stron otoczona byłaby samodzielną Flandrią. W momencie, kiedy Flandria odłączyłaby się od Unii Europejskiej (jak zapowiadał swego czasu lider N-VA), to żeby dojechać do Brukseli należałoby przejechać przez kraj nienależący być może ani do Unii, ani do strefy Schengen.

Anna Janicka



Flaga Walonii, wikipedia.org

www.niedziela.be

Portal Polaków w Belgii

poradnik emigranta
co-gdzie-kiedy
praca w Belgii
katalog firm
wiadomości
ogłoszenia



„Fabryka plotek”. Wywiad z prof. Idesbaldem Goddeerisem

Wywiad komunistyczny do dziś działa na wyobraźnię. W opublikowanej właśnie przez Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego „Fabryce plotek” belgijski historyk Idesbald Goddeeris rzuca nowe światło na operacje bezpieki. Z tysięcy przestudiowanych dokumentów wyłania się obraz bezproduktywnej maszynierii obsługiwanej przez amatorów, plotkarzy i erotomanów. Z prof. Goddeerisem o działalności UB/SB na terenie Belgii rozmawiał Maciej Bochajczuk.



Maciej Bochajczuk: *Zacznijmy od tytułu. Polska „Fabryka plotek” brzmi zasadniczo inaczej niż oryginalne „Szpiegując dla komunizmu” (Spioneren voor het communisme). Odnoszę wrażenie, że niderlandzki tytuł lepiej pasuje do pierwszej części książki, a polski do drugiej.*

Idesbald Goddeeris: Ja sam chciałem już niderlandzkie wydanie zatytułować „Fabryka plotek” (De roddelfabriek), ale wtedy nie zgodził się na to wydawca. Albo nie przeczytał on dokładnie manuskryptu, albo uznał, że w Belgii lepiej sprzeda się bardziej klasyczna narracja.

Przy przygotowaniu polskiej wersji wróciłem do tego pomysłu na tytuł i teraz został on już przyjęty bez zastrzeżeń.

Na pewno brzmi bardziej intrygująco. Poza tym „Fabryka plotek” to nie sensacyjna powieść o polskich lub belgijskich Jamesach Bondach. To opracowanie naukowe, z którego przebija przede wszystkim „ludzka” perspektywa na pracę służb.

Przyświecały mi dwa cele. Punktem wyjścia była faktycznie ludzka perspektywa, szczególnie ważna po moich własnych przykrych doświadczeniach ze śp. Franciszkiem Gałązką. To zasłużony działacz polonijny, któremu założono teczkę, ale sam nigdy świadomie nie współpracował. Konfrontacja z dokumentami bezpieki okazała się jednak wyjątkowo nieprzyjemna. W książce chcę podkreślić tego rodzaju tragedie, często wywoływane przez zwyczajnych urzędników, czasem karierowiczów, ale na pewno nie Jamesów Bondów.

Drugim ważnym aspektem jest bezwartościowość i bezproduktywność tajnych operacji. Zwłaszcza na Zachodzie zwykliśmy komunistyczne służby kojarzyć z wszechobecnością, wszechwiedzą i sukcesami. Tymczasem studiując teczkę za teczką, dochodziłem do zgola przeciwnych wniosków. Większość zebranych

informacji była po prostu bezużyteczna, co przyznawała nawet sama SB w wewnętrznych notatkach. Nic dziwnego, skoro agenci i współpracownicy przekazywali jej np. słowniki, atlasy samochodowe czy powszechnie dostępne mapy.

Jakie było więc znaczenie Belgii dla UB/SB i jaka była skala ich operacji na tym terenie?

Można powiedzieć, że przez jakiś czas Belgia leżała na linii frontu zimnej wojny, choć robienie z Brukseli w tamtym czasie epicentrum światowego szpiegostwa to jednak projekcje wielu belgijskich dziennikarzy. W pierwszych latach po wojnie uwagę UB w Belgii przyciągały przede wszystkim duże skupiska polonijne, ewentualny „element wywrotowy” i „wrogowie” nowego państwa polskiego. W późniejszych latach Belgia zdecydowanie straciła na znaczeniu na rzecz Wiednia, Monachium, Londynu, Paryża. Zmieniło się to wraz z przeniesieniem do Brukseli siedziby NATO, później rozbudową instytucji europejskich oraz oczywiście wraz z działalnością Solidarności, która otworzyła tu zagraniczne Biuro Koordynacyjne.

Według jakiego schematu operowały służby PRL w Belgii? Jak próbowały rekrutować polskich emigrantów?

W pierwszej kolejności próbowano naturalnie podejść wyróżniające się postaci polskiej diaspory, w tym np. Jerzego

Łukaszewskiego, od lat 70. rektora Kolegium Europejskiego w Brugii czy Jana Kułakowskiego, w tamtym czasie sekretarza Światowej Konfederacji Pracy. Przy próbach ich pozyskania stosowano technikę „uwodzenia” – poprzez wspólne kontakty towarzyskie, prawnienie komplementów, zaproszenia i prezenty. Czasem jednak też posuwano się do szantażu – jak w przypadku Łukaszewskiego, którego matka pozostawała w Polsce. Przechwytywano listy i informacje o życiu prywatnym. Ani Łukaszewskiego, ani Kułakowskiego nie udało się jednak uwieść. Marian Pankowski, profesor sławistyki na Wolnym Uniwersytecie Brukselskim zdecydowanie odrzucił ofertę, choć odwiedzał Polskę od lat 50. i kosztowało go to zerwanie współpracy przez paryską „Kulturę”. Z drugiej strony mamy Edwarda Pomorskiego, wieloletniego przewodniczącego Związku Polaków w Belgii oraz tutejszego przedstawiciela Rządu na RP na Uchodźstwie. Pomorski został zwербowany w drugiej połowie lat 40. Podobnie jak Bolesław Lachowski, aktywista chadeckiego związku zawodowego w latach 70. Czasem bezpieka odnosiła zatem sukcesy.

Nazwiskiem w Polsce zupełnie nieznanym, za to w Belgii należącym do politycznego topu był Roger Motz. Kto to taki i dlaczego przypada mu szczególnie miejsce w Pana badaniach?

Roger Motz oraz Jacques Van Offelen to dwaj politycy liberalni, ze świecznika, pełnili później nawet funkcje ministerialne. Motz był przewodniczącym partii a Van Offelen przez 20 lat burmistrzem gminy Uccle. Obydwaj pracowali dla polskiego wywiadu – Motz poprzez pośrednika, Van Offelen bezpośrednio kontaktował się z pracownikiem polskiej ambasady. Ciekawe, że akurat liberałowie,

obrońcy wolnego rynku ulegli pokusie – bo w tym przypadku głównym motywem był oportunizm, możliwość zarobku i wymiernych korzyści dla swoich firm. Przedsiębiorstwa zarządzane przez Motza w pewnym momencie dysponowały monopolem na handel z PRL.

Na ile przydatne były informacje przekazywane przez Motza i Van Offelena?

Polskie służby przez lata gotowe były za nie sporo płacić. Jednak wydaje się, że belgijscy tajni współpracownicy znacznie więcej zatajali. Nasuwa się pytanie, czy doświadczeni politycy nie wyciągali pieniędzy z naiwnego aparatu wywiadowczego. Roger Motz był zresztą podejrzewany o bycie podwójnym agentem – równocześnie miał pracować dla Londynu lub Waszyngtonu. Jacques Van Offelen zakończył współpracę po dwóch latach i późniejsze próby rekrutacji się nie powiodły. Pamiętajmy również, że cały

czas opieramy się na aktach z Warszawy, bo do belgijskich archiwów dostępu nie ma. Niemniej żaden z nich nie był „czysty”, a współpraca jawnie klóciła się z głoszonymi przez ich formację polityczną ideałami. To nieprzyjemna konkluzja, a wkrótce będę widział się z dziećmi Van Offelena, które chcą rozmawiać ze mną na temat współpracy ojca z PRL.

Od personaliów przejdźmy do specyficznych ram myślowych, które przebijają przez operacje polskich służb. Przez lata tropiły one np. wątki syjonistyczne.

To jeden z przykładów amatorstwa i bezproduktywności. Długo po kampanii gen. Moczara w końcu lat 60. polskie służby szukały wśród polskiej diaspory syjonistycznych agitatorów. Gdy w 1973 r. Brukselę odwiedzał Edward Gierek, to służby dokładnie prześwietliły Polonię i wysnuły wniosek, że największym zagrożeniem z jej strony jest spisek syjonistów. Przygotowywały długie listy rzekomo niebezpiecznych osób z żydowskimi kojarzeniami. Ta obsesja i skojarzenie Belgia-syjonizm pojawia się jeszcze w raportach z lat 80.

I to nie była jedyna obsesja SB. W książce podaje pan przykłady, które każą myśleć o esbekach jako o erotomanach.

Służby bardzo zajmowało życie intymne ich celów. Można przypuszczać, że miało to związek ze strategią szantażu. Okazuje się jednak, że często chodziło o niezdrową ekscytację. Oto belgijski dziennikarz odwiedza Polskę wraz z kamerzystą i do SB dociera informacja, że jest on homoseksualistą. Służby postanawiają „zabezpieczyć” ich pokój hotelowy, czyli zamontować w nim kamery. Tymczasem w Belgii dziennikarz jest powszechnie znany jako działacz na rzecz praw gejów. Czyli ujawnienie orientacji



I. Goddeeris, „Fabryka płotek. Wywiad PRL a Belgia”, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego 2023

z pewnością nie było sposobem na jego zaszantażowanie. Inwestowanie w obserwację, kamery ewidentnie służyło poszukiwaniu sensacji i perwersji. W innych przypadkach czytamy jak śledczy mówią o obserwowanych osobach: a ten nie potrafi zadowolić żony, a ten to eunuch. Seksualność pozostawała bardzo gorącym tematem, co znacznie więcej mówi o polu zainteresowań służb niż o ich strategii.

Skupiano się na pikantnych szczegółach, ale gromadzono też masę zupełnie prozaicznych detali. Czytamy, że ambasador zwykł pić sok pomarańczowy, ale rok później preferował już pepsi. Inny szpiegowany dyplomata odkładał gazetę do tej, a nie innej szuflady. Czy służby miały w ogóle możliwości, aby takie dane przetwarzać i wykorzystać?

Nie miały ani możliwości fizycznych, ani intelektualnych. Naturalnie wszystko może okazać się interesujące. Jednak zbieranie informacji zdawało się nie mieć końca, a zafiksowanie służb na detale miało tragikomiczne konsekwencje. W latach 80. belgijski chór odbywał próbę w kościele przy Krakowskim Przedmieściu w Warszawie. SB obstawiła kościół, dokładnie śledząc ruchy chórzystów. Po próbie Belgowie udali się na posterunek policji, chwilę później sprawę postanowiła sprawdzić bezpieka. Okazało się, że podczas próby i dokładnej zdawałoby się obserwacji chórowi skradziono zaparkowany nieopodal autobus. Gdyby taka scena znalazła się w filmie, to nikt by w to nie uwierzył.

Z przestudiowanych przez Pana źródeł wylania się obraz niechlujnych dyktantów. Ale wywiad PRL to była mimo wszystko pomura maszyna, odpowiedzialna za ludzkie dramaty.

Oczywiście, choć na belgijskim odcinku tych dramatów nie było aż tyle. Historie z Polski, aresztowania, przemoc, wreszcie

egzekucje są znane i nie chcę bagatelizować kryminalnego charakteru wywiadu. To, co chcę unaocznic w książce to niewydajność tej maszynerii. W moich oczach pracowali dla niej magazynujący nieskończone ilości informacji amatorzy, którzy wszędzie widzieli dym, ale nie mieli pojęcia, gdzie się pali. Dodatkowo agenci koloryzowali swoje notatki i sami zaczynali w nie wierzyć. To wszystko zmienia panujący obraz służb jako fundamentu dyktatury komunistycznej.

Długo się wahałem, zanim sformułowałem takie wnioski, bo przecież w każdej chwili można odkryć jeszcze akta, które dowiodą udanych operacji, w których przechwycono jakieś tajemnice państwowe. W kontekście belgijskim ja jeszcze na to się nie natknąłem, choć kopię w tych dokumentach od lat.

Jak zatem przez lata pracuje się ze źródłami stworzonymi przez PRL-owski wywiad? Jak nie dać się nabrać na konfabulacje i odrzucić pochopne wnioski?

Jedyna metoda to permanentna krytyka źródeł. Każdy z raportów w określony sposób rozkłada akcenty, koloryzuje lub zawiera ewidentne nieprawdy, co miałem okazję zweryfikować u źródła, czyli podczas mych spotkań z osobami obserwowanymi i podsłuchiwanymi. Ludzka pamięć też bywa dziurawa, ale akta są po prostu pełne przesad i błędów.

Jak widzi Pan w tym kontekście rolę dla placówek takich jak Instytut Pamięci Narodowej? Dla historyka z Belgii, która akt wywiadu nie udostępnia, pełny dostęp do archiwów to chyba nie lada gratka?

To, co dzieje się w Polsce skłania mnie do apelu o więcej ostrożności, więcej

krytycznego i naukowego podejścia. Polska ma świetnych historyków i tacy do dziś pracują w IPN, choć w ostatnich latach wielu z tych krytycznie myślących zostało również zwolnionych. IPN dzisiaj różni się oczywiście od IPN-u Łukasza Kamińskiego [prezes instytutu w latach 2011-2016 – przyp. red.]. Bez krytyczne przyjmowanie i publikowanie źródeł to nie mój styl – ja staram się dążyć do syntezy i niuansowania.

Natomiast szeroka dostępność archiwów jest z jednej strony jak kopalnia złota, ale z drugiej każe stale obcować z materiałami wywołującymi dyskomfort, poczuciem, że pewnych rzeczy nie powinienem widzieć ani czytać. U mnie jako historyka wywołuje to mieszane uczucia, gdzie fascynacja łączy się również ze znużeniem, bo ilość materiałów pozostawionych przez bezpiekę jest ogromna. Widać ogrom pracy włożony w ich przygotowanie – w wielu przypadkach pracy zupełnie bezsensownej.

Prof. Idesbald Goddeeris (ur. 1972) – belgijski slawista i historyk związany z KU Leuven. Swą pracę doktorską oparł na badaniach losów polskiej emigracji politycznej w Belgii w XIX i XX wieku. Później zajmował się zagranicznymi postawami wobec NSZZ „Solidarność”, polskimi reakcjami na kryzysy światowe (m.in. w Wietnamie i RPA) oraz historią wywiadu PRL. Prowadził także badania nad zjawiskiem migracji we współczesnym świecie, historią kolonializmu i pamięcią historyczną.

Maciej Bochajczuk jest absolwentem stosunków międzynarodowych na Uniwersytecie Wrocławskim. Od 13 lat mieszka w Belgii. Jest autorem bloga „A w Belgii” dostępnego na www.facebook.com/awbelgii oraz dziennikarzem Euractiv Poland.





Ambasada
Rzeczypospolitej Polskiej
w Brukseli

SZTAB
POMOCY
BELGIA



ZAPRASZAJĄ
NA WYDARZENIE
W RAMACH

POLISH
HERITAGE
DAYS



POLISH DAY IN BRUSSELS



15:30 & 17:30 BALET CRACOVIA DANZA

20:00 KWIAT JABŁONI

07.05.2023 • 14:00 - 22:00 • Parc du Cinquantenaire

STREFA RELAKSU • POKAZY ASTRONOMICZNE I VR • KINO 5D • WARSZTATY ARTYSTYCZNE
I TANECZNE • DMUCHANE ZAMKI I TORY PRZESZKÓD • MAŁOWANIE TWARZY I WATA CUKROWA

• PŁATNA STREFA HORECA: LICZNE STOISKA Z POLSKIM JEDZENIEM REGIONALNYM •

WYDARZENIE PRZYGOTOWANE WE WSPÓŁPRACY



POLISH
TOURISM
ORGANISATION

PARTNER STRATEGICZNY

COMARCH

WSPIERAJĄ NAS



PRZYJDŹ I ODWIEDŹ STOISKA



Kuchnia belgijska dla każdego

Belgia to raj dla miłośników piwa i kulinarnych rozkoszy. Kuchnia belgijska jest bardzo różnorodna, niezwykle smaczna i naprawdę warto jej spróbować.

Roerbakasperges met pittige kippenballetjes – smażone szparagi z pikantnymi kulkami z kurczaka



Szparagi znane były już 5 tysięcy lat temu. Delektowali się nimi starożytni Rzymianie, Grecy i Chińczycy. W Polsce szparagi stały się popularne w XVIII wieku.

W Belgii uprawę szparagów rozpoczęto na początku XIX w. Najpierw w okolicach Gent, a od 1880 roku głównym centrum uprawy tego warzywa stał się region Malines. Sezon na szparagi przypada tu od połowy kwietnia do końca czerwca. Uprawa i zbiór wymagają sporo nakładu pracy, stąd ich wygórowana cena. Ogromna część wysyłana jest z Belgii za granicę jako produkt luksusowy.

Szparagi są bogate w liczne witaminy, między innymi C, E, wapń, fosfor, beta-

-karoten, potas, zawierają też sporo białka. Wspomagają pracę układu krążenia i wzmacniają układ odpornościowy. Są delikatne i niskokaloryczne, 100 gramów zawiera około 22 kcal.

Składniki:

- 500 gr. mięsa mielonego z kurczaka
- 8 szt. zielonych szparagów
- 8 szt. białych szparagów
- 1 pęczek kolendry
- korzeń świeżego imbiru (około 3 cm)
- 2 ząbki czosnku
- 6 łyżek sosu sojowego
- 1 łyżeczka sambal olejek
- 1 jajko
- 2 łyżeczki zielonej pasty curry
- 1 łyżeczka sosu rybnego
- 1 łyżeczka cukru
- 3-6 łyżek oleju arachidowego
- pieprz, sól

Przygotowanie:

Szparagi myjemy, dokładnie obieramy, odcinamy twarde końcówki i kroimy je wzdłuż na pół. Obieramy i drobno sie-

kamy czosnek i listki kolendry (połowę odkładamy na później), imbir ścieramy na tarce o małych oczkach.

W woku rozgrzewamy około 2 łyżki oleju, smażymy czosnek i szparagi na złoty kolor, delikatnie mieszając. Doprawiamy imbirem, sosem sojowym i pastą sambal olejek (to popularny w Indonezji przecier z ostrych papryczek chili). Smażymy jeszcze kilka minut.

Mięso mielone łączymy z jajkiem i z około 2 łyżkami kolendry, pastą curry, sosem rybnym i cukrem. Z powstałej masy formujemy małe kulki i smażymy je na pozostałym oleju na złoty kolor.

Smażone szparagi z pikantnymi klopsikami najczęściej serwowane są z porcją gotowanego ryżu.

Smacznego!

Agnieszka Wojtysiak



To jest miejsce na
Twoją reklamę

Nie czekaj!
Napisz lub zadzwoń
i skorzystaj
z nowych promocji!

antwerpiapolsku@gmail.com





Oficjalny Przedstawiciel NC+

Golbik Tomasz

Umowy i Dekodery z NC+

Montaż satelity od A do Z

Telewizja internetowa

Sprzedaż wszystkich akcesoriów



TV SAT SERVICE 24h 7/7

Gsm: +32 0484 02 44 95

E-mail: tomaszgolbik88@hotmail.com

BTW BE 0682.964.231

 **BELGIA**

 **NIEMCY**

 **HOLANDIA**



OSKI-BUS

Tomasz Tyszkiewicz

WWW.OSKI-BUS.PL

PRZEWOZY OSÓB

- KRAJOWE I ZAGRANICZNE

**6-TY PRZEJAZD
50% RABATU!**

WYJAZDY:

z Polski: niedziela, poniedziałek, wtorek, środa, czwartek

z Belgii: poniedziałek, wtorek, środa, czwartek, piątek

PROMOCJA DLA STAŁYCH KLIENTÓW:

6-ty przejazd 50%

POLSKA WOJEWÓDZTWA:

mazowieckie, łódzkie, kujawsko-pomorskie, wielkopolskie

USŁUGI:

przewóz osób (Gostynin), paczek, przesyłek, przeprowadzki,
wyjazdy grupowe na lotniska, imprezy okolicznościowe i inne,
grupy powyżej 5 osób, w każdy rejon Europy

WYPOSAŻENIE:

9 miejsc, klimatyzacja, rozkładane siedzenia, TV, uchylnie szybki,
dodatkowe ogrzewanie części pasażerskiej, darmowe WiFi

Tomek: +48 693 136 881 +32 498 18 18 08

Odkrywamy Belgię

W tym niewielkim kraju, położonym w sercu Europy, na niewielkiej przestrzeni znajduje się wiele wyjątkowych miast, miasteczek i malowniczych wiosek z zachwycającą architekturą, a w wielu przypadkach również interesującą historią. Belgia skrywa wiele ciekawych miejsc, które koniecznie trzeba odwiedzić.

Najpiękniejsza wioska w Walonii

Położona w gminie Assesse, w prowincji Namur wioska Crupet oczarowuje niesamowitymi widokami. Znana jako „Kraina Czarów Walonii”, oferuje sielskie krajobrazy i mnóstwo interesujących miejsc do zobaczenia. Malownicze domy z piaskowca i wapienia wyglądają jak przyklejone do zboczy. Zarówno domki jak i przyroda jest tak skomponowana, że zapiera dech. A na tle pięknej przyrody widnieje średniowieczny zamek.

Wioska wpisana jest na listę najpiękniejszych miejscowości walońskich - Les plus beaux villages de Wallonie, organizacji założonej w 1994 roku w celu promowania i ochrony miejsc w Walonii.

W 2021 roku Crupet zdobyła tytuł „Najpiękniejszej wioski w Walonii”.
Grota

W centralnym punkcie Crupet znajduje się wybudowana w latach 1900-1903 roku grota świętego Antoniego z Padwy, zwana także Jaskinią Diabła, zaprojektowana przez miejscowego wikariusza Josepha Gérarda.

Grotę zbudowali parafianie na prośbę swojego kapłana, pracując w wolnym czasie niemal w każdą niedzielę. Mówi się, że ksiądz wpadł na pomysł zbudowania tej jaskini, aby jak najbardziej przybliżyć swoich parafian do kościoła. Były to bowiem czasy rozwoju socjalizmu i liberalizmu, z czym kościołowi nie było po drodze.



Grota świętego Antoniego z Padwy, autor: Ad Meskens, wikipedia.org

Praca nad wybudowaniem grotty była długa i niełatwa. Najpierw w okolicznych lasach wyszukano odpowiednie skały, które następnie przetransportowano na miejsce budowy. Zużyto między innymi 300 ton kamiennych skał, 30 ton cementu, a oszacowanie kosztów daje w sumie ponad 700 000 €.

Przed wejściem do grotty usytuowana jest figura klęczącego księdza Gérarda. We wnętrzu zainstalowano 22 rzeźby przedstawiające sceny z życia św. Antoniego. W tylnej części grotty można zobaczyć posąg starego żebraka oraz ponad 700-kiłogramową postać rogatego i skrzydlatego diabła, którego ministrant pokonuje, wykonując znak krzyża.

Nad artyzmem grotty i jej wnętrza można dyskutować. Częste są opinie, że miej-

sce jest kiczowate. Ale z pewnością robi wrażenie na każdym, kto je odwiedza. Reakcje turystów są różne; od zaskoczenia – tak gigantyczny zabytek w tak małej wiosce, poprzez ciekawość, aż do zdumienia. I chociaż jaskini nie można przypisać żadnego cudu, turyści, licznie przyjeżdżający autobusami bez przerwy odwiedzają Crupet, aby na własne oczy zobaczyć sztuczną jaskinię poświęconą św. Antoniemu z Padwy, zbudowaną przez mieszkańców pod kierunkiem swojego księdza.

Zamek na środku jeziora

Zamek Carondelet – ogromny średniowieczny donżon (wieża łącząca w sobie funkcje mieszkalne i obronne), częściowo zanurzony w wodach jeziora

Crupet, zbudowany został w XI wieku. Przez wieki przechodził z rąk do rąk, należał do kilku rodzin najczęściej w drodze dziedziczenia, małżeństwa i wojen. Wszyscy właściciele odcisnęli tam swoje piętno, zgodnie ze swoim stylem życia, upodobaniami lub wymaganiami.

W 1925 roku znany brukselski architekt Adrien Blomme, szukając letniej rezydencji dla swojej rodziny, zakupił zamek Carondelet. Dokonał tam poważnych ulepszeń, aby zapewnić rodzinie komfort życia i dostosować budynek do ówczesnych wymagań technicznych.

W 2009 r., właścicielami posiadłości została rodzina de Bever, która odrestaurowała zarówno zamek, jak i zabudowania gospodarcze, ogród i zamkowy staw. Wprowadzono również nowoczesne udogodnienia i udoskonalenia.

Czym jeszcze zachwyca Crupet?

W sercu wioski, na małym wzgórzu, stoi mała przepiękna Kaplica św. Rocha – Chapelle Saint Roch, zbudowana w 1867 roku. Powstała w podziękowaniu



Hotel "Le Moulin des Ramiers", autor: Marc Ryckaert (MJJR), wikipedia.org

za zniknięcie zarazy, która zdziesiątkowała okoliczną ludność. Przez wiele lat popadała w ruinę, aż do 2014 roku, kiedy to ludzie z całego regionu połączyli siły i zebrali fundusze, aby zabytek uratować.

Warto zobaczyć kościół św. Marcina. Tylko kilka części pierwotnej średniowiecznej budowli przetrwało próby wieków – romańska wieża i nawa. Do kościoła przylega plebania z 1654 roku, plac kościelny ze stuletnimi lipami i stary

cmentarz ze starym kamiennym krzyżem i nagrobkami dawnych właścicieli zamku panów Crupet.

W Crupet są także dwa stare młyny. Na prawym brzegu rzeki Crupet znajduje się duży 300-letni budynek dawnej papierni „Delvosal”, zbudowany w 1769 roku z gruzu wapiennego. W 1850 r. papiernia została przekształcona w młyn, a 150 lat później w znany miejscowy hotel „Le Moulin des Ramiers”.



Carondelet, autor: Jean-Pol Grandmont, wikipedia.org

Kolejną miejscową perłą jest stara olejarnia. Została zbudowana w 1847 roku i działała do 1865 roku. Jej drewniane koło młyńskie i pokryta bluszczem fasada są widoczne z ulicy. Łąka za budynkiem jest idealnym malowniczym miejscem na piknik.

Crupet nie bez powodu zdobyło w 2021 roku zaszczytny tytuł najpiękniejszej walońskiej wioski. Gdy do wymienionych wyżej atrakcji dodać piękno natury ze strumieniami, lasami i licznymi ścieżkami spacerowo-rowerowymi, nie pozostaje nic innego, jak zaplanować wycieczkę do tego urokliwego miejsca. Iście idylliczny krajobraz i niczym niezaburzony spokój.

Agnieszka Buniowska

NIECH NASZA RODZINA

TWOJEJ RODZINIE WSKAŹE DROGĘ

☎ 0499/43.45.59
✉ david@palton.be
🌐 www.palton.be
📍 Handelslei 93, 2980 Zoersel

ŚLEDŹ MNIE
NA INSTAGRAMIE



dienstencheques
polish@home

U nas pracujesz z uśmiechem!

Lubisz wykonywać **prace domowe**?
Cechuje Cię sumienność i staranność?

Dołącz do nas!

Pracuj w zaufanej i stabilnej firmie.

Już od 11 lat oferujemy:

- ✓ **Korzystne warunki** pracy
- ✓ **Grafik** według Twoich potrzeb
- ✓ **Wzajemny szacunek i zaufanie**
- ✓ **Dobre samopoczucie**
- ✓ **Pomoc i domową atmosferę**
- ✓ **Dbłość o to co ważne**
- ✓ **Pogawędkę przy kawie i uśmiech**

Mieszkasz w regionie **Gent – Wetteren – Merelbeke – De Pinte – Deinze – Nazareth – Gavere – Waregem....**

**Zadzwoń, przekonaj się
i pracuj od jutra z uśmiechem!**

CZY WIESZ ŻE:

- Czeki elektroniczne rejestrujemy za Ciebie.
- **Zrelaksuj się po pracy.**
- Czeki papierowe oddajesz wtedy, kiedy **Tobie najlepiej pasuje.**
- Twój grafik jest zawsze dostępny przez **aplikację.**
- **Każdemu dajemy szansę.**
Przyjmujemy również osoby bez własnych klientów.

PONADTO ZAPEWNIAMY:

- Kompetentną i uśmiechniętą **obsługę w języku polskim.**
- Drobne tłumaczenia (przysięgłe) **za darmo.**
- Poprawne i wiarygodne informacje.
- Pomoc administracyjną.

Miło będzie Ciebie poznać !
Jolanta, Katelijn, Sylwia i Manuela

Dowiedz się szczegółów

0465 08 86 07

www.polishathome.be

Biuro:

Sint-Denijslaan 3 bus 202, 9000 Gent

0478 78 77 77 • 09 292 75 21

info@polishathome.be

Polski sklep spożywczy w Belgii

STOKROTKA

Produkty prosto z POLSKI!



NAJTANIEJ W MIEŚCIE

Dostawa świeżego towaru 7 dni w tygodniu



STOKROTKA

GALLIFORTLEI 39
2100 DEURNE

0485210082

Stokrotka.pl@hotmail.com

Kulinarny raj nad Skaldą

Antwerpia jest wielokulturową metropolią, co przejawia się też w sektorze gastronomicznym, który z powodu pandemii trochę się zmienił. Niektóre kawiarnie zostały zamknięte, inne zmieniły profil działalności a czasem pozornie nie zmieniło się nic, ale zmienił się właściciel lub szef kuchni, co oczywiście też oznacza w praktyce zmiany.



Powstało też dużo nowych lokali gastronomicznych, doskonale wpisujących się w nowe trendy, a jednym z nich jest jedzenie na wynos lub z dowozem. Dużą popularnością cieszą się małe restauracyjki specjalizujące się w daniach typu finger food (lub finger foods). To niewielkie dania, które można jeść palcami.

W całej Antwerpii od kilku lat rośnie też liczba lokali typu fast casual, które są bardzo popularne, jak kafejka Garden of Flavours, której specjalnością są naleśniki podawane na słodko i na słono z różnymi dodatkami. Niezależnie od tego, kto

i jaką kuchnię lubi – włoską, indyjską, tajską, japońską, argentyńską czy francuską – to znajdzie w Antwerpii restaurację dla siebie, której menu to obietnica prawdziwej kulinarnej uczy. Nie brakuje też restauracji oferujących dania kuchni polskiej, jak Hot Pot Antwerpia.

Wiele antwerpskich restauracji słynie z tego, że oferują dania typowej kuchni flamandzkiej, jak stoofvlees czy stek béarnaise. Miłośnicy dobrego jedzenia mogą delectować się wielokulturowymi daniami w wielu restauracjach, które oferują autorskie dania. Szefowie najlepszych restauracji tworzą innowacyjne koncepcje i oryginalne smaki, jak Viki Geunes w restauracji Zilte, która otrzymała trzy gwiazdki w czerwonym przewodniku Michelin. To nie jedyna antwerpska restauracja, która otrzymała słynne gwiazdki, ich adresy i krótki opis znajduje się na stronie:



www.guide.michelin.com/en/be/antwerpen/be-antwerpen/restaurants

Największy wybór kawiarni, barów i restauracji jest w historycznym centrum miasta, w którym znajduje się ponad





Zapraszamy do współpracy Zadzwoń i sprawdź naszą ofertę

- atrakcyjne zarobki
- premia motywacyjna na start
- czeki żywnościowe €7
- zwrot kosztów transportu
- ubrania do pracy
- gwarancja wypłaty na czas
- oferujemy pracę dla osób bez godzin
- żadnych dodatkowych kosztów dla klientów
- miła i profesjonalna obsługa w języku polskim

REGION MECHELEN I ANTWERPIA

Janina: 0485.357.357
janina@master-clean.be

Gosia: 0484.29.28.27
gosia@master-clean.be



to Fiera w imponującym budynku Handelsbeurs lub Felix Food Klub w dawnym magazynie het Felixpakhuis na het Eilandje. Niektóre restauracje zachwycają nie tylko dobrym jedzeniem, ale też oryginalnym wystrojem, jak Elfde Gebod, której wnętrze zdobią figury aniołów i świętych.

Wiele antwepskich restauracji wygląda niepozornie a nawet bardzo skromnie, niektóre mieszczą się w starych kamienicach albo w bocznych uliczkach. Często gdzieś na uboczu mieszczą się małe, urocze restauracje, które mają swoich stałych klientów a turystów, którzy sporadycznie trafiają do takich miejsc urzeka ich niezwykła atmosfera.



300 lokali. Inne dzielnice, w których zagęszczenie restauracji jest równie duże, to okolice dworca Antwerpen Centraal oraz het Zuid. W ostatnich latach na mapie miasta pojawiły się nowe obszary, w których znacznie wzrosła liczba placówek gastronomicznych, to: het De Coninckplein, de Bolivar-Troonplaats oraz de Boomgaardstraat-De Koninck.

Bardzo często dodatkowym atutem kawiarni lub restauracji jest przytulny taras, fenomenalny widok lub piękne otoczenie. Najlepszym tego przykładem są restauracje znajdujące się w zaułku Vlaeykensgang. Inne ciekawe lokalizacje



Iwona Maculewicz

pilot wycieczek, przewodnik po Antwerpii,
dziennikarz, fotografik

Zapraszam na zwiedzanie ze mną Antwerpii.

Szczegóły i bilety: www.maculewicz.net

Przegląd prasy belgijskiej

Znikające bankomaty

Od ponad dziesięć lat spada liczba bankomatów. Do końca 2024 roku, w związku z zamknięciem oddziałów i realizacją projektu Batopin (współpraca największych banków Belfius, BNP Paribas Fortis, ING i KBC nad wprowadzeniem neutralnych bankomatów), dostępnych będzie mniej niż 4 tys. bankomatów w coraz większych odległościach. W 2017 roku było ich 8 tysięcy.



Pomimo wielu skarg konsumentów, petycji, wniosków rad gmin, uchwał sejmików regionalnych i zapytań poselskich ze strony wszystkich partii politycznych, sektor bankowy pozostaje głuchy – informuje w komunikacie prasowym organizacja konsumencka Testaankoop.

Rząd premiera De Croo postawił bankom ostateczne ultimatum. Albo jak najszybciej zgodzą się na zainstalowanie w miastach bankomatów znajdujących się w odległości mniej niż dwa kilometry od każdego domu, albo rząd wymusi to na bankach z mocy prawa.

gva.be

Kontrola biletów przed wejściem do pociągu

Pasażerowie częściej będą musieli okazać bilet przed wejściem do pociągu. Belgijska spółka kolejowa NMBS chce w ten sposób ukrócić dyskusje między pasażerami a konduktorami.

Agenci ochrony będą stać przy wejściach na peron lub na samym peronie, a następnie sprawdzać bilety wszystkich pa-

sażerów. Ci, którzy nie mogą pokazać biletu, nie zostaną wpuszczani do pociągu.

Celem tych działań jest nie tylko zasygnalizowanie podrożnym konieczności zakupu biletu przed wejściem do pociągu, ale także zatrzymanie agresji wobec personelu pociągu. Na 1900 przypadków takiej agresji, zgłoszonych w zeszłym roku, ponad połowa dotyczyła braku biletu (dopłata za zakup biletu w pociągu wynosi 9 euro).

NMBS nie wyklucza możliwości zainstalowania w przyszłości bramek na stacjach.

hln.be

Prawie 70 proc. pracowników popiera obniżenie zasiłków dla bezrobotnych

Z badań przeprowadzonych na uniwersytecie w Gent wynika, że prawie siedmiu na dziesięciu pracowników opowiada się za obniżeniem zasiłków dla bezrobotnych. Ankietowani uważają, że różnica w dochodach między osobami pracującymi a tymi, którzy pobierają zasiłek dla bezrobotnych jest zbyt mała.

Prof. ekonomii pracy Stijn Baert wskazuje, że „w Belgii istnieje tak zwana pułapka bezrobocia, czyli sytuacja, w której dochód uzyskiwany przez osoby o niskich dochodach jest niewiele wyższy od zasiłku dla bezrobotnych”.

Naukowiec dodaje, że wyniki badania nie są dla niego zaskakujące, ponieważ „pracownicy chcą sprawiedliwej zależności między wysiłkiem a dochodami”.

60 proc. ankietowanych chciałoby jednocześnie, aby obecna automatyczna indeksacja wynagrodzenia w większym stopniu dotyczyła osób o najniższych dochodach.

7 proc. respondentów chciałoby jej całkowitego zniesienia.

bankier.pl



Coraz więcej obcokrajowców przyjeżdża poddać się eutanazji

W ciągu ostatnich sześciu lat do Belgii przyjechało ok. 150 obcokrajowców, by dokonać eutanazji, która jest w tym kraju legalna. Większość pacjentów pochodziła z Francji i miała ponad 50 lat, ale zdarzali się również Brytyjczycy czy Polacy.

Najczęstszym zaś powodem była postępująca choroba neurologiczna, taka jak stwardnienie rozsiane lub ALS (stwardnienie zanikowe boczne), albo też terminalna faza nowotworu.

„Zjawisko to staje się coraz bardziej powszechne, ponieważ ludzie szybciej znajdują drogę przez internet. Cudzoziemcy częściej zdają sobie sprawę, że nie trzeba być Belgiem, aby się zakwalifikować”, stwierdził profesor medycyny paliatywnej i członek Komisji ds. Eutanazji Wim Distelmans.

Nie wszystkim Belgom się to jednak podoba. Brukselski lekarz specjalista od eutanazji Yves de Loch, stwierdził ostatnio, że Belgia traktowana jest na świecie jako „automat do eutanazji”.

Od momentu zalegalizowania zabiegu w Belgii rocznie dokonywanych jest w tym kraju około 2500 eutanazji.

euractiv.pl

DELTA[®]

ÉCHAFAUDAGE SPRL

RUSZTOWANIA



- ✓ sprzedaż i wynajem rusztowania
- ✓ montaż, demontaż, transport
- ✓ szybko, tanio i solidnie

Kontakt:

+32 493 075 816

piotr.kolota@delta-echafaudages.be

www.delta-echafaudages.be

 DELTA - Échafaudage

BO BEZPIECZEŃSTWO
JEST NAJWAŻNIEJSZE!



1785 Merchtem, Brusselsesteenweg 173



Kary za filmiki z niebezpieczną i zbyt szybką jazdą

Minister mobilności Georges Gilkinet zaprezentował projekt nowelizacji prawa według którego za nagrywanie filmów lub robienie zdjęć dokumentujących, że ktoś jedzie z nadmierną prędkością po publicznej drodze, może grozić grzywna i odebranie prawa jazdy. Proponuje kary, takie jak grzywna w wysokości od 40 do 1000 euro i odebranie prawa jazdy na okres od jednego miesiąca do roku.



Gilkinet zamierza zmienić prawo tak, by policja nie musiała zbierać dowodów –

do ukarania ma wystarczyć samo nagranie lub zdjęcie niebezpiecznej jazdy.

Ukarany ma zostać każdy, kto będzie propagował takie zachowanie w internecie – publikując zdjęcia lub filmy pokazujące łamanie prawa na drodze i to niezależnie od tego, czy to on był kierowcą, czy tylko pasażerem takiego kierowcy. Projekt ma zostać złożony jeszcze w tym roku.

„Nie mogę zaakceptować tego, że niektórzy wykorzystują nasze drogi jako tory Formuły 1, a potem chwają się tym w sieciach społecznościowych” – mówił Gilkinet i dodawał, że przedstawianie takich treści w sieci jest szkodliwe i służy „społecznej akceptacji pewnych dewiacji”.

hln.be

Obniżone wyroki, skazani na wolność

W ciągu ostatnich sześciu miesięcy na wolność wypuszczono prawie 300 ska-

zanych, także sprawców poważnych przestępstw. Sądy obniżyły im wyroki, aby odciążyć przepełnione więzienia. Większość z nich odbywała karę od trzech do pięciu lat pozbawienia wolności, ale w grupie zwolnionych znalazły się też osoby z dłuższym wyrokiem.

Według gazety „De Standaard” w trakcie pandemii koronawirusa, w zakładach karnych zwalniano więźniów na pół roku przed końcem kary pozbawienia wolności. Rząd miał nadzieję, że w ten sposób ograniczy rozprzestrzenianie się wirusa w więzieniach.

Okazuje się, że powyższy system nadal działa, a według ministerstwa sprawiedliwości obecnie jest to „środek tymczasowy mający na celu zmniejszenie przepełnienia zakładów karnych”.

standaard.be

Opracowała:
Karolina Morawska



Kurs niderlandzkiego online

Wydawało mi się, że na kurs chodziłam niedawno, ale z certyfikatu z poziomu 2.4 (czwarta część B1) jasno wynika, że naukę zakończyłam w 2016 roku, czyli dawno.

Potem byłam strasznie zmęczona, potem dziecko chorowało, potem była pandemia, potem ja chorowałam... Jednym słowem dużo się działo. Było, minęło, ślad zostawiło, ale życie toczy się dalej.

Skoro jest w miarę spokojnie, można znowu spróbować coś porobić dla siebie, dla przyjemności, dla swojej przyszłości, dla polepszenia swojego statusu i swojej egzystencji.

Po spotkaniu z rakiem doszłam do wniosku, że może nadeszła pora, by spróbować rozejrzeć się za inną pracą na przyszłość. Co prawda nie wiadomo, czy wspomniany koleś rak za jakiś czas znowu się nie odezwie lub swoich kolegów nie przysła, ale nie będę na tę chwilę czekać, bo jest jakaś szansa, że zostawił mnie w spokoju, bym mogła wylizać rany, a potem żyć długo i intensywnie.

Praca jako pomoc domowa jest niejako najgorsza, ale po pierwsze męcząca, a poza tym na dłuższą metę wszystko się po jakimś czasie nudzi i człiek by czegoś innego jeszcze chciał spróbować. Jednak, powiedzmy sobie szczerze, bez dobrej znajomości języka, można zapomnieć o lepszej pracy. To podstawa dobrego samopoczucia i samoakceptacji.

Tymczasem ja, po prawie 10 latach w Belgii, ciągle mówię – w swoim mniemaniu – gorzej niż źle.

Słyszę systematycznie (ostatnio od nowego doktora), że „mówię przecież bardzo dobrze”. Tak, może jak na obcokrajowca, ale ja nie chcę mówić „dobrze jak na Polkę”, tylko tak dobrze lub prawie tak dobrze jak Flamandka. Akcent mogę mieć, ale chcę wszystko rozumieć i po niderlandzku, i w dialekcie swojego regionu.

Na co dzień ulepszam swój niderlandzki nawijając z ludźmi, czytając gazety i książki, pisząc maile i dzwoniąc do różnych instytucji, ganiając po doktorach, po prostu normalnie żyjąc i funkcjonując we flamandzkim społeczeństwie, bo faktycznie dosyć sprawnie sobie radzę z tym językiem i posiadam stosunkowo bogaty zasób słów.

Ale ciągle bardzo dużo korzystam z Google Translate i słowników, ciągle wielu rzeczy nie rozumiem, ciągle mówię i piszę z błędami, a to mi działa na nerwy.

Na naukę stacjonarną nie mam zdrowia. To wymaga dojeżdżania do Mechelen (30 km) albo innego dalekiego miejsca

dwa razy w tygodniu po pracy i powrót ok. 23.00 do domu, a na to jestem już za stara.

Odkryłam jednak, że moja szkoła prowadzi teraz lekcje 100% przez internet, co bez wątpienia zawdzięczamy koronie, bo wcześniej takich bajerów nie było. Ochoczo z tego skorzystałam i rychło się zapisałam na poziom, którego wcześniej nie ukończyłam z powodu wyczerpania się baterii życiowych.

Ciekawe doświadczenie. Wielką zaletą bez wątpienia jest to, że nie trzeba nigdzie się fatygować. Wystarczy kompa włączyć i się zalogować. Na piżamę nakładam bluzę dresową i lecę na lekcję światłowodem. Podoba mi się to, chociaż już po pierwszych zajęciach widzę kilka wad takiej formy nauki.

Pierwsze lekcje były trochę nudnawe na początku, bo nauczyciele tłumaczyli głównie, jak działają Teamsy, co średnio



mnie interesowało i zaczęłam przysypiać przed ekranem, gdyż już sobie to śródwisko wcześniej obejrzałam, co wydało mi się jak najbardziej logiczne, ale widocznie inni tak nie uważają.

Jak trzeba było zrobić pierwsze ćwiczenie w jakimś widgecie, to byłam raptem jedną z dwóch osób, które tego dokonały, a reszcie trzeba było na piechotę tłumaczyć, czyli pokazywać krok po kroku na ekranie, co mnie kosztowało sporo cierpliwości i podstawienia oczu zapalkami.

Tymczasem z nowymi aplikacjami jest przecież jak z nowym urządzeniem – klikasz tu, pstrykasz tam i obserwujesz, czy to coś robi. No ale nie każdy pewnie lubi klikać i pstrykać gdzie popadnie, a ten i ów boi się, że coś zepsuje.

Ja dorastałam przypięta do komputera, a internet rodził się na moich oczach, czemu nie tylko bacznie się przyglądałam, ale starałam się być na bieżąco i w styczności, przeto teraz się tego nie boję i lubię sobie poklikać tu i tam z czystej ciekawości.

Kurs jest podzielony na część ustną i pisemną. Dawniej był to jeden kurs, a nie dwa, i było git. No ale teraz mam dwa kursy i dwóch nauczycieli. Części ustnej uczy starszy zabawny pan. Na dzień dobry powiedział, że nie ma zbyt dużego doświadczenia w uczeniu niderlandzkiego, bo zwykle uczył angielskiego i niderlandzkich terminów gramatycznych prawie zapomniął, ale uważa, że w ustnej części to nie jest zbyt potrzebne. Hm...

Gość w ogóle ma dosyć swobodne podejście do prowadzenia lekcji i regulaminu szkoły. Czytał nam najważniejsze punkty i wyglądało to np. tak:

„O nieobecności informujemy nauczyciela mejlem przed rozpoczęciem lekcji”, po czym komentuje: „Niekoniecznie. Jak chcecie, to powiadomcie, ale dla mnie

to nieistotne. Przecież będę widział, że was nie ma”...

„Włączona kamera. Mikrofon wyłączony: Tak, tylko nie zapomnijcie włączać mikrofonu, jak będziecie chcieli coś powiedzieć. Kamera ma być zawsze włączona. To jest ważne, bo zdarzało się, że ktoś się logował i sobie szedł gdzieś, i nikt nie widział, że go nie ma, gdyż miał kamerę wyłączoną”. Na to bym nie wpadła!

Jak już się nauczyliśmy, co i jak, belfer poinformował, że zaraz system podzieli nas na grupy dwuosobowe i będziemy mogli się trochę poznać z kolegami. I tak dostawaliśmy losowo osobę na kilka minut na osobności. Po wyznaczonym czasie była zmiana partnera rozmowy i tak kilka razy.

Ciekawe osoby poznałam, jak to zwykle na kursach niderlandzkiego bywa. Najpierw trafiłam na Chinę. Gdy tylko się dowiedziała, że jestem z Polski, od razu mówi, że umie coś po polsku powiedzieć. Zwykle, jak ktoś mówi, że zna coś po polsku, słyszę „wódka”, „dzień dobry”, „dziękuję” albo przekleństwo. Raz ktoś powiedział „kapusta”. A co Chinka mówi? „wyglądaś pićknie”. Padłam. Dalej opowiada, że w pracy miała polskiego kolegę i mówił jej tak codziennie i że teraz już wie, że trzeba odpowiadać „dziękuję”.

Potem był młody facet z Brazylii. Pytam, jak znalazł się w Belgii. Odpowiada, że do dziewczyny tu przyjechał. Pytam zatem, gdzie poznał Belgijkę, a ten na to, że... w Chinach. No mega! Uczył tam angielskiego, a ona była na tym kursie i tak się spiknęli. Ludzie to mają przygody!

Poznałam też kobietę z Rumunii, a po kolejnym losowaniu znowu trafiłam na Chinę i mogłyśmy kontynuować rozmowę.

Przy innym ćwiczeniu, już na koniec za-

jęć, grupy były trzyosobowe i do naszej trafił nauczyciel. Usłyszawszy, że jestem z Polski, wspomina, że miał kiedyś sporo kolegów Polaków i nawet kilka wyrazów znał; dodaje jednak ze śmiechem, że nie są to słowa, które na lekcji mógłbyacytować i wszyscy zaczynają się śmiać.

Kurs pisemny trwa tylko 2 godziny – od 19 do 21 bez przerwy, bo tak nauczyciel zdecydował, ale za to będą zadania domowe, by w ten sposób nadrobić jedną godzinę lekcji, bo normalnie mają być 3 godziny. Dla mnie bomba!

Kurs ustny trwa od 18.45 do 22.00 i są dwie 15-minutowe przerwy. Tu jest pierwsza negatywna strona kursu internetowego – w szkole stacjonarnej na przerwach dużo się gada z kolegami, nawiązując przyjaźnie i ćwicząc język w praktyce, a tu każdy wyłącza kamerę i siedzi schowany.

Podsumowując, było fajnie, choć ciut to dla mnie męczące. Zawsze to jednak jakaś rozrywka. Człowiek coś innego porobi, z ludźmi pogada, no i może się choć paru rzeczy nowych nauczyć albo przynajmniej to i owo utrwali czy przypomni.

Tutaj kilka linków do stron, przez które można się zapisać na kurs online. Są to kursy dla ludzi mieszkających w Belgii. cvovolt.be/nt2

crescendo-cvo.be/nl/opleidingen/nederlands-voor-anderstaligen-nt2/nederlands/online

Po podstawowe informacje na temat nauki niderlandzkiego, kursów integracyjnych odsyłam jednak tu (jest info po polsku): www.integratie-inburgering.be

Inne moje przemyślenia i obserwacje poczynione na belgijskiej ziemi znajdziesz na blogu: belgianasznowydom.blogspot.be i w dalszych numerach „Flandrii po polsku”.

Magdalena B-P

W naszym salonie oferujemy:

USŁUGI FRYZJERSKIE

koloryzacje, strzyżenie, balejaże,
odżywianie, botox, nanoplastia,
bioplastia, keratyna diamentowa,
olaplex, odnowa joico i wiele innych)

USŁUGI KOSMETYCZNE

dla kobiet, mężczyzn,
młodzieży i dzieci



studio
LAMOUR

Schoonheidssalon-Kapper-Nagels-Permanente make up

Usuwamy:

- ✓ niechciane **makijaże permanentne** (laserowe i nielaserowe)
- ✓ **tatuaże**
- ✓ **blizny**

Zajmujemy się również **pigmentacją medyczną**.

ZAPRASZAMY DO KONTAKTU!

 Studio Glamour
 2100 Deurne
Ter Rivierenlaan 8
 0468 25 83 71
0486 92 98 11

MAKIAŻ PERMANENTNY

spod igły
mistrzyni Polski!
(2018 ROK)

W naszej ofercie znajdziecie m.in.:
kosmetykę twarzy i ciała,
PEDIKIUR kosmetyczny i medyczny,
MANIKIUR połączony z paznokciami żelowymi i hybrydą,
MASAŻE ciała i twarzy,
ZABIEGI odżywcze, oczyszczające, odmładzające



Rozliczenia podatkowe za rok dochodowy 2022

Dlaczego warto skorzystać z usług profesjonalnego biura księgowego?

- Księgowa zada ci odpowiednie pytania w trakcie rozliczenia, aby deklaracja była kompletna i poprawna
- Chcesz być pewna/pewny że wszystkie ulgi jakie ci się należą na pewno są odpowiednio zaznaczone i wpisane, gdzie trzeba
- Chcesz wiedzieć, dlaczego w tamtym roku był zwrot a teraz dopłata, skąd ta różnica
- Rozliczasz się razem ze współmałżonkiem i chciałbyś wiedzieć z której strony jest zwrot a z której dopłata
- Jak mogę sam/sama wpłacać zaliczki na podatek, aby nie mieć co roku dopłaty
- Masz dochody z zagranicy, ale nie wiesz, gdzie je wpisać w deklaracji, jaką kwotę i jaki przelicznik użyć (jeśli to nie euro), czy można te dochody zwolnić z opodatkowania w Belgii, jeśli tak, to gdzie to zwolnienie zaznaczyć w deklaracji
- Posiadasz nieruchomości poza granicami Belgii, nie wiesz jak odpowiednio wpisać wartość katastralną w deklaracji i czy jest to wartość wolna od opodatkowania w Belgii, jeśli tak, to gdzie zaznaczyć to zwolnienie

CO NOWEGO OD TEGO ROKU!!

TO, CZY DEKLARACJA ZOSTANIE ZŁOŻONA PRZEZ KSIĘGOWEGO, NIE JEST JUŻ BRANE POD UWAGĘ, ABY MIEĆ PRAWO DO WYDŁUŻONEGO TERMINU WYSŁANIA DEKLARACJI, TAK JAK TO BYŁO DO TEJ PORY.

Tylko jeśli ma się dochody z działalności gospodarczej albo dochody z zagranicy można wysłać deklarację po 15 lipca, ale przed 18 października.

Jeśli otrzymasz propozycję uproszczonego rozliczenia „voorstel van vereenvoudigde aangifte”, uważnie sprawdź wszystkie dane.

- Twoje dane są poprawne i kompletne? Nie musisz nic robić. Otrzymasz automatycznie rozliczenie podatkowe.
- Twoje dane są nieprawidłowe lub niekompletne? Musisz je zmienić:
 - na piśmie, za pośrednictwem dołączonego do „propozycji” papierowego formularza, odpowiedź musi dotrzeć do urzędu skarbowego najpóźniej do 30 czerwca 2023 r.
 - lub przez internet, „MyMinfin „(Tax-on-web): do 15 lipca 2022 r.



Księgowy jest na bieżąco z przepisami i zmianami w prawie. Fachowym okiem sprawdzi, czy wszystko jest poprawnie. Jeśli masz wątpliwości, możesz zadać mu pytania.

Terminy rozliczeń dla rezydentów za rok 2022 rozpoczynają się od 10 maja 2023.

- na formularzu papierowym: najpóźniej do 30 czerwca 2023 r.
- przez internet, „Tax-on-web”: do 15 lipca 2023 r.
- dla osób prowadzących działalność gospodarczą termin jest przedłużony do 18 października 2023

Terminy rozliczeń dla nie-rezydentów za rok 2022 rozpoczynają się od września 2023.

- na formularzu papierowym: najpóźniej do 10 listopada 2023 r.
- przez internet, „Tax-on-web”: do 25 listopada 2023 r.



Chcesz skorzystać z naszych usług lub potrzebujesz więcej informacji?

Zadzwoń pod numer 0496 084 933 lub odwiedź naszą stronę
www.bs-boekhouding.be.

Na spotkanie można się umówić na naszej stronie internetowej, w zakładce „umów wizytę”, możesz zarezerwować sobie odpowiedni dzień i godzinę.

Serdecznie pozdrawiam,

Barbara Salwin
Accountant

B.S. Boekhouding & Consulting CommV
Prins Boudewijnlaan 321/2a, 2610 Antwerpen
KBO 0694.665.894 - ITAA 50.117.977
info@bs-boekhouding.be

Przegląd prasy polskiej

„Pierwszy biznes – wsparcie na starcie”

Ponad 900 mln zł wyniesie budżet programu skierowanego do osób rozpoczynających działalność gospodarczą, głównie do studentów na ostatnim roku studiów, osób bez pracy, młodych, chcących podjąć zatrudnienie i do opiekunów osób niepełnosprawnych.

Dzięki połączeniu środków z Funduszu Pracy ze środkami Programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego łączna pula środków na ten rządowy program wyniesie 936 mln zł.

„Pierwszy biznes – wsparcie na starcie” ma przyczynić się do aktywizacji ludzi młodych. Pieniądze mają zostać przeznaczone na samozatrudnienie, na powstanie nowych miejsc pracy, na powstanie nowych firm. Dana osoba będzie mogła uzyskać pożyczkę 134 tys. zł, na symbolicznym oprocentowaniu nawet z możliwością umorzenia do 40 tys. zł.

wgospodarce.pl

Nowy rządowy program „Pierwsze mieszkanie”

Program przewiduje kredyt ze stałą stopą, do którego dopłaci państwo. Będzie także możliwość otwarcia konta mieszkaniowego z dopłatą. Na nowe rozwiązanie rząd przeznaczy w ciągu 10 lat ok. 16 mld zł.

Bezpieczny Kredyt z dopłatą państwa ma pomóc osobom do 45. roku życia w zakupie pierwszego mieszkania. Jeśli kredyt udzielany będzie dwóm osobom prowadzącym gospodarstwo domowe, przynajmniej jedna z nich będzie musiała mieć mniej niż 45 lat.

Kredyt może być udzielony wyłącznie na pierwsze mieszkanie. Kwota kredytu dla jednej osoby nie będzie mogła przekro-

czyć 500 tys. zł. Jeśli kredytobiorca prowadzi gospodarstwo wspólnie z małżonkiem lub ma co najmniej jedno dziecko – 600 tys. zł. Wkład własny nie będzie mógł być wyższy niż 200 tys. zł.

Dopłata do rat będzie przysługiwała przez 10 lat.

money.pl

Ceny mieszkań mają być podawane w ogłoszeniach

Ministerstwo Rozwoju i Technologii (MRiT) planuje wprowadzenie obowiązku dla deweloperów dotyczącego wskazywania ceny mieszkań w ogłoszeniach, np. na stronach internetowych.

Resort prowadzi rozmowy z deweloperami w sprawie uregulowania przepisów budowlanych i wyeliminowania nadużyć.

„Jeżeli jest oferta mieszkań na stronie internetowej, to wszystkie mieszkania mają mieć swoją cenę, pokazaną na stronie internetowej” – powiedział minister Buda. Dodał, że nie może być sytuacji „zadzwoń i wynegocjuj”.

„Cena podstawowa – ta, za którą można kupić mieszkanie [...] powinna być pokazana na stronie internetowej” – doprecyzował.

Poinformował, że rozwiązanie to znajdzie się w projekcie ustawy, która ma przeciwdziałać nadużyciom w budownictwie.

forsal.pl

Deklaracja PCC-3 – obowiązek dla kupujących samochód

W tym roku osoby, które kupują samochód, muszą wypełnić deklarację PCC-3. Na jego podstawie Urząd Skarbowy

oblicza wartość podatku od czynności cywilnoprawnych w wysokości 2 proc. Następnie nabywca musi dokonać opłaty. Dotyczy to samochodów na umowę kupna-sprzedaży, których wartość rynkowa przekracza 1000 zł.

Organy podatkowe nie wzywają ani do wypełnienia deklaracji, ani do dokonania opłaty – o tym obowiązku kupujący musi pamiętać sam. Nabywca ma tylko czternaście dni, aby przedstawić deklarację PCC-3. Po przekroczeniu tego terminu naraża się na karę, która może być bardzo wysoka.

Minimalna kara za spóźnienie może wynieść 10 proc. od obecnie obowiązującej płacy minimalnej. Od 1 stycznia 2023 r. najniższa krajowa wzrosła do poziomu 3490 zł brutto. Kolejna podwyżka zacznie obowiązywać 1 lipca 2023 r. (3600 zł brutto).

Jednak urzędnik może naliczyć znacznie wyższą karę – aż dwudziestokrotność płacy minimalnej. Zatem od stycznia górny próg kary to 68 900 zł brutto. Od lipca spóźnialscy mogą płacić aż 72 000 zł brutto.

Przed dotkliwą karą mogą uchronić się niektórzy nabywcy. Na stronie podatki.gov.pl widnieje bowiem wykaz okoliczności, które zwalniają z konieczności wypełnienia deklaracji PCC-3.

innpoland.pl



Umowy od notariusza do fiskusa

Od 1 marca notariusze muszą przysyłać skarbowce wypisy aktów notarialnych związanych nie tylko z podatkiem od czynności cywilnoprawnych. Służby skarbowe dowiadują się też o wszystkich naszych spadkach, darowiznach i wszystkich innych podatkach.

Notariusze do Centralnego Repozytorium Elektronicznych Wypisów Aktów Notarialnych (CREWAN) przysyłają wypisy ze wszystkich aktów notarialnych. Nie chcą bowiem odpowiadać za ewentualne błędy. Nie zamierzają analizować, czy dana transakcja ma wpływ na zobowiązania podatkowe, czy nie ma.

Krajowa Rada Notarialna podkreśla, że taka była wola ustawodawcy, a sami notariusze nie mieli wpływu na zmiany.

Zdaniem urzędników Ministerstwa Finansów resort nie potrzebuje wypisów wszystkich aktów notarialnych. Aby uniknąć sytuacji, jaka ma miejsce dziś, resort finansów wspólnie z Krajową Radą Notarialną zamierza stworzyć listę aktów, których wypisy będą trafiały do CREWAN.

innpoland.pl

Emigracja zarobkowa nadal popularna

Zainteresowanie emigracją zarobkową od kilku lat utrzymuje się na bardzo wysokim poziomie. W ciągu najbliższego roku wyjazd rozważa blisko 17% Polaków. Najbardziej skłonne do wyjazdu są osoby do 34. roku życia, a więc te, które jeszcze przez wiele lat będą aktywne zawodowo, z wykształceniem zawodowym, średnim i wyższym. Przeważają kobiety – to blisko 55% wszystkich deklarujących chęć wyjazdu.

Na decyzję o emigracji wpływa też poziom wykształcenia. Im wyższe, tym mniejsza skłonność do wyjazdu. Ponad 31% osób z wykształceniem podstawowym deklaruje chęć wyjazdu w celach

zarobkowych. Spośród osób ze średnim i wyższym wykształceniem ponad 60% nie zamierza opuszczać kraju.

Ponad 70% wszystkich osób rozważających emigrację zarobkową stanowią mieszkańcy miejscowości poniżej 100 tys. mieszkańców. Najliczniejszą grupą są mieszkańcy wsi – aż 41,5% badanych. 93% respondentów, rozważających migrację, deklaruje, że odczuwa skutki pogorszenia się sytuacji gospodarczej w kraju.

Najważniejsze powody, dla których Polacy decydują się na emigrację zarobkową, to wyższy poziom zarobków (76,3%) oraz wyższy standard życia i lepsze warunki socjalne (61%). Wzrosła również liczba osób wskazujących na brak odpowiedniej pracy w Polsce (35% badanych).

Coraz częstszą motywacją do wyjazdu, szczególnie dla młodego pokolenia, staje się chęć podróżowania i zwiedzania świata (35,6%). Z kolei 28% respondentów przekonuje większe poszanowanie wolności i praw obywatelskich za granicą.

londynek.net

Najpierw dobra praca, później dziecko

Większość obywateli dostrzega nierówne traktowanie kobiet i mężczyzn na rynku pracy, a równy udział w wychowaniu dzieci jest widoczny tylko na papierze – wynika z badania przeprowadzonego przez serwis CVeasy.pl.

Przeciętna Polka planuje zajście w ciążę o 5 lat później niż jeszcze kilka lat temu. Przed 30. urodzinami coraz częściej skupia się na zdobyciu dobrej pracy. Zdaniem aż 85 proc. ankietowanych kobieta powinna mieć stabilną sytuację zawodową, zanim urodzi dziecko.

Ponad połowa badanych uważa, że kariera jest rów-

nie ważna co rodzina. Zmalał odsetek Polek, które byłyby gotowe zrezygnować z pracy zawodowej nawet w sytuacji, gdyby poziom zarobków ich partnera na to pozwalał.

Zdaniem aż 94 proc. ankietowanych oboje rodziców powinno opiekować się potomstwem w takim samym stopniu.

Według uczestników badania matkom w największym stopniu brakuje wsparcia bliskich, a w dalszej kolejności – państwa i samych pracodawców.

Skarbowka bierze się za internetowy handel

Pracownicy urzędu skarbowego chcą wiedzieć jeszcze więcej na temat transakcji Polaków. Z doniesień medialnych wynika, że pod lupę wezmą to, czym handluje się w internecie i ile się na tym zarabia. Weryfikowani będą ci, którzy sprzedają na Allegro, OLX-ie czy Vinted. Chodzi o 17 mln Polaków.

E-platformy będą musiały przekazywać Krajowej Administracji Skarbowej raporty dotyczące sprzedawców. Urzędnicy przeanalizują informacje w celu wykrycia nieopodatkowanej działalności gospodarczej. Kontrole będą wykonywane w przypadku, gdy dojdzie do 30 transakcji na minimum 2 tys. euro w ciągu roku na jednej z platform. Żadnego znaczenia nie będzie mieć to, czy transakcje zostaną zrealizowane.

Od 2024 roku takie platformy jak m.in. OLX, Allegro czy Vinted mają dostarczać dane odnoszące się do okresu od początku 2023 roku. Tak naprawdę już teraz powinny więc skrupulatnie kompletować niezbędne informacje. Nieprzekazanie stosownych danych fiskusowi będzie oznaczać wysoką karę – nawet 5 mln zł.

o2.pl

Opracowała:
Katarzyna Frankowska



Z życia polskiej szkoły w Antwerpii

Wyniki Dyktanda Polonijnego 2023 w Beneluksie



Uczestnicy konkursu popisali się niezwykłą znajomością zasad ortografii i interpunkcji – w każdej grupie wiekowej znalazła się osoba, która napisała dyktando bezbłędnie. Poziom był niezwykle wyrównany, dlatego, zgodnie z informacją organizatorów, przyznano bardzo dużo tytułów ex aequo!

- Pyzio Julia (uczennica liceum)
- Zywanowski Leon (uczeń szkoły podstawowej)

Alfabetyczną listę wszystkich wyróżnionych oraz laureatów konkursu znaleźć można na stronie <https://www.gov.pl/.../wyniki-dyktanda-polonijnego-2023-w-...>

Kto spośród wymienionych osób uzyskał tytuł Polonijnego Mistrza Ortografii Polskiej, na razie jest tajemnicą i zostanie zdradzone dopiero podczas uroczystej Gali Finałowej. Odbędzie się ona w sobotę, 22 kwietnia 2023 r., o godz. 11:00 i będzie miała miejsce w siedzibie Ambasady RP w Hadze. Tam wszyscy laureaci i osoby wyróżnione otrzymają wspaniałe nagrody!

Po sprawdzeniu 160 prac konkursowych z 25 szkół polskich, polonijnych oraz europejskich z całego Beneluksu jury Dyktanda Polonijnego 2023 w Beneluksie wyłoniło Polonijnych Mistrzów i Wicemistrzów Ortografii Polskiej!

Jest nam niezmiernie miło ogłosić, że z naszej szkoły wśród osób nagrodzonych mamy aż czworo uczniów:

- Borecki Nicole (uczennica liceum)
- Opiatowska Hanna (uczennica szkoły podstawowej)

Kiermasz świąteczny

W niedzielę, 26 marca, odbył się w Kościele Braci Kapucynów nasz doroczny wielkanocny kiermasz ozdób i dekoracji świątecznych, przygotowanych przez uczniów naszej szkoły.

W bardzo rodzinnej atmosferze, przemierzając korytarze klasztoru, każdy mógł kupić piękne, własnoręcznie wykonane

przez dzieci ozdoby, które upiększą dom i wniosą do niego świąteczny nastrój. A było z czego wybierać! Eleganckie stroiki, strojne wieńce i świeczniki, nastrojowe girlandy, kurczaczki z jajek, puchate zajączki z wełny, witraże, zakładki do książek, świąteczne kartki i wiele, wiele innych... Każdy znalazł coś dla siebie!



Chcielibyśmy bardzo podziękować za wsparcie Zarządowi Rady Rodziców oraz mamom naszych uczniów – Pani Małgorzacie Wnuk i Karolinie Berlińskiej, które współorganizowały warsztaty w szkole, a także wszystkim Rodzicom, którzy wspólnie z dziećmi przygotowywali przepiękne ozdoby. Wielkie



podziękowania kierujemy również do Brata Marcina, który otworzył nam drzwi klasztoru, by już po raz drugi mógł odbyć się nasz kiermasz.

Opowiem Wam moją historię...

W środę 16 marca, dzięki życzliwości i współpracy z Macierzą Szkolną w Belgii, odbyło się spotkanie naszych uczniów z panią Moniką Michaluk – niezwykłą współtwórczynią barwnej i bardzo pouczającej książki „Etnogadki”. „Etnogadki” to opowiadki o dawnych obrzędach i zwyczajach adresowane do dzieci i ich opiekunów, które starszych czytelników skłaniają do wspomnień, a młodszym dostarczają wiele ciekawych informacji. Podczas spotkania uczniowie odsłaniali tajemnice świata natury i związanych z nią obrzędów oraz tradycji. Pani Monika przedstawiła nam świat naszych przodków – pełen mądrości, magii

i tajemnic. Już wiemy, jak żyli ludzie, zanim wymyślono zegary i kalendarze, w jaki funkcjonowali zgodnie z naturą i według jej cyklu czy skąd się wzięły polskie święta.

Mamy nadzieję, że spotkanie oparte na rzetelnej wiedzy etnograficznej pozwoli naszym uczniom zachować pamięć o zapomnianych już dziś nieco ludowych zwyczajach.



Rekrutacja uczniów szkoły podstawowej i liceum ogólnokształcącego w szkole polskiej im. Gen. St. Maczka przy Ambasadzie RP w Brukseli z siedzibą w Antwerpii na rok szkolny 2023/2024

Zapraszamy nowych uczniów do klas pierwszych szkoły podstawowej i liceum ogólnokształcącego oraz

– Uwaga nowość –

DZIECI 5-LETNIE I 6-LETNIE DO ODDZIAŁÓW DZIECIĘCYCH

Szanowni Państwo,

od 01 marca 2023 r. rozpoczęła się rekrutacja uczniów do pierwszej klasy Szkoły Podstawowej i Liceum Ogólnokształcącego w Szkole Polskiej im. Gen. St. Maczka przy Ambasadzie RP w Brukseli z siedzibą w Antwerpii na rok szkolny 2023/2024.

UWAGA: od tego roku Minister Edukacji Narodowej rozszerzył naszą ofertę edukacyjną o oddziały dziecięce. Planujemy od 01 września 2023 r. stworzenie ODDZIAŁU DZIECIĘCEGO dla dzieci 5-letnich i dzieci 6-letnich.

Obowiązująca procedura zgłoszenia ucznia do szkoły, czy dziecka do oddziału dziecięcego, jest opisana na stronie internetowej szkoły www.antwerpia.orpeg.pl w zakładce Rekrutacja 2023/2024.

Uczniowie przyjmowani są w miarę posiadanych miejsc, o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszenia.

Rekrutacja trwa do 31 maja 2023 roku.

Serdecznie zapraszamy!



Oferujemy:



Kontrakt bezterminowy od 1. dnia pracy, bardzo atrakcyjne wynagrodzenie, gwarancję wypłaty na czas, czeki żywnościowe po **8 euro** od 1. dnia pracy



100% zwrot kosztów transportu, odzież ochronną, wakacyjne, premie roczne.



Atrakcyjne dodatki pieniężne do wynagrodzenia (premie "przywitane" dla osób rozpoczynających pracę, które dołączyły do naszej firmy z własnymi klientami; premie "motywacyjne" za stuprocentową frekwencję w pracy dla osób pracujących na pełny etat oraz premie „za polecenie firmy” - za polecenie naszej firmy i przyprowadzenie nowej osoby, która podejmie pracę w firmie Belgica. Wszelkiego rodzaju świadczenia socjalne oraz płatny urlop edukacyjny.

Zatrudniamy zmotywowane osoby, również bez własnych godzin!

Czekamy na Wasze telefony.
Z przyjemnością odpowiemy na wszelkie Wasze pytania dotyczące pracy w firmie Belgica.

0488 01 20 00 Antwerpia
0489 95 44 33 Bruksela
0485 46 06 06 Bruksela



Pracę podczas nieobecności klienta (centrum prasowania lub zastępstwo), pomoc w sprawach administracyjnych (bank, urząd gminy, ubezpieczenie itp.)



W celu ułatwienia rozliczenia dwa przedostatnie pracujące dni każdego miesiąca biura czynne są w godzinach od 9.00 do 19.00; w pozostałe dni pracujące biura czynne są od 9.00 do 17.00.

Nie pobieramy od klientów dodatkowych kosztów!

NASZE BIURA:

✦ Italiëlei 213
2000 Antwerpen
☎ 03 301 11 11
✉ info@belgicaservices.be

✦ Chaussée de Waterloo 117
1060 Saint-Gilles
☎ 02 335 35 35
✉ info@belgicaservices.be

✦ Avenue Rogier 411
1030 Schaerbeek
☎ 02 335 35 35
✉ info@belgicaservices.be

PRASOWALNIA:

✦ Steenweg naar Halle 12
1652 Alsemberg
☎ 02 335 35 35
✉ info@belgicaservices.be



www.belgicaservices.be



Bądź na bieżąco!
Polub nas na Facebooku
BelgicaServices

Nasze biuro w Antwerpii:
Italiëlei 213
2000 Antwerpen
Tel.: 0488 01 20 00

8€

**Szukasz pracy w
dienstencheques?
Oferujemy atrakcyjne stawki!***

38 h / tydz.: 14,96 €
30-37 h / tydz.: 14,86 €
20-29 h / tydz.: 14,54 €
13-19 h / tydz.: 14,22 €

*dla osób posiadających własnych klientów



 BELGICA
DIENSTENCHEQUES



Tel.: 0488 01 20 00

Dzień Matki

To jedno z najbardziej wyjątkowych świąt obchodzone w około 140 krajach na świecie. Skąd wzięło się to święto? Jaka jest jego geneza?

Obchody Dnia Matki sięgają czasów starożytnych. Czczono wtedy boginie-matki, symbole płodności i urodzaju. Wynoszono je na piedestał, wielbiono i traktowano z najwyższym szacunkiem.

W Egipcie była to Izyda – matka Horusa. W Grecji ofiary składano bogini Rei, żonie Kronosa, matce wszechświata i wszystkich bóstw. Rzymianie oddawali cześć bogini Cybele. Uroczystości trwały trzy dni i nazywane były Hilariami (Święto Radości).

Tradycja święta matki powróciła w XVII-wiecznej Anglii oraz Szkocji jako „Niedziela u Matki” („Mothering Sunday”). W każdą czwartą niedzielę Wielkiego Postu oddawano matkom cześć. Do rytuału tego dnia należała wizyta w katedrze i był to czas wolny od pracy. Młodzi ludzie, pełniący służbę na dworach bogatych rodzin, rzadko przebywali z rodziną. W tym szczególnym dniu mogli odwiedzić swoje matki, obdarować je kwiatami i słodyczami.

W Stanach Zjednoczonych, na początku XX wieku, nauczycielka Ann Maria Jarvis po śmierci swojej mamy zaczęła lobbować za ustanowieniem święta upamiętniającego poświęcenie matek. Rozpoczęła starania na rzecz ustanowienia Dni Matczynej Pracy, co miało zwrócić uwagę na matki, których ciężka praca związana z wychowywaniem dzieci i prowadzeniem domu nie była należycie doceniana.

Z jej inicjatywy, w 1907 roku, w kościele metodystów w Grafton odprawione zostało pierwsze nabożeństwo w intencji wszystkich matek.

W 1914 roku Kongres ustanowił Dzień Matki świętem narodowym obchodzonym w każdą drugą niedzielę maja. Jednak ten dzień – w zamyśle jej inicjatorce poważny i religijny, szybko uległ komercjalizacji. Różne firmy zaczęły sprzedawać specjalne kartki okolicznościowe oraz zachęcać do zakupu gadżetów i kwiatów. Taki obrót spraw nie spodobał się pani Jarvis, jednak idea święta okazała się na tyle popularna, że obiegła cały świat.

Niedługo później, w Wielkiej Brytanii, Constance Adelaide Smith, zainspirowana pomysłem z USA, połączyła amerykańskie święto z obchodzonym Mothering Day. Dzień Matki zaczął być obchodzony na Wyspach i w różnych częściach świata anglojęzycznego w czwartą niedzielę Wielkiego Postu.

Święto Mam w różnych krajach

Dzień Matki celebrowany jest dziś bardzo hucznie w wielu krajach na całym świecie. W Kanadzie święto obchodzone jest w drugą niedzielę maja. Dzieci dają mamom czekoladki i pięką ciasta. Popularne są też wyjścia do restauracji. Niemcy świętują Dzień Matki od 1922 r. i jest to święto państwowe, którego nieodłącznym elementem są upominki i kwiaty.

W RPA pociechy zakładają w tym dniu czerwone i różowe ubrania. Mamy ob-

darowywane są kwiatami, przede wszystkim goździkami. W Indiach Dzień Mamy obchodzi się w październiku w dniu święta Durga Puja. Mamy dostają kwiaty i zaprasza się je na obiad poza domem. W Serbii święto przypada w grudniu. Dzieci urządzają swoim mamom „łózkowe więzienie”, a wolność zwracają dopiero, gdy wręczą im upominki. W Tajlandii domy dekoruje się kwiatami i światełkami. Obchody rozpoczynają się wielką procesją pod Pałac Królewski. Mamom ofiarowuje się kwiaty jaśminu. W drugą niedzielę maja świętują Włosi. Tego dnia dzieci składają mamom życzenia. Świąteczny obiad najczęściej jada się w restauracji. Tradycyjnie pije się także kawę i konsumuje włoski sernik w kształcie serca. W Meksyku dzieci wręczają swoim mamom kosztowne prezenty, a we Francji rodzicielkom podarowuje się wino, czekoladki czy francuskie sery.

Polska to jedyny kraj na świecie, w którym Dzień Matki obchodzi się 26 maja. W przedwojennej Polsce daty tego święta były ruchome. Pierwsze obchody Dnia Matki odbyły się w Krakowie w 1914 roku. Data, którą znamy dziś jest niezmienna od 1923 roku.

Celebrowanie uczuć do mamy to jedno z najpiękniejszych doświadczeń. W tym szczególnym dniu warto podarować naszej rodzicielce coś naprawdę wyjątkowego. Coś, co będzie budziło sentyment i przypominało o najważniejszej roli w życiu.

Aleksandra Dobiecka



Sila inspiracji

Zapraszamy na nowy cykl spotkań
„SIŁA INSPIRACJI” dedykowany dla Ciebie!

„SIŁA INSPIRACJI” - to unikalne wydarzenia, stworzone przez Panią Izabelę Karbowskią we współpracy z firmą Belgica. Spotkania w kameralnej atmosferze mają na celu inspirowanie Was do odkrywania nowych możliwości. Zapraszamy do rozwijania swojego potencjału i czerpania inspiracji z historii naszych gości.

Kiedy?

13 maja
16.00 – 19.00

Gdzie?

Italiëlei 213,
2000 Antwerpen

Wstęp
wolny



Izabela
Karbowski

Nazywam się Izabela Karbowski - jestem mamą i osobą pracującą jako pomoc domowa, od niedawna w barwach biura Belgica. Czas wolny spędzam z rodziną i przyjaciółmi, lubię też podróżować. Jestem kreatywna i bardzo lubię się dzielić tą pasją z innymi, dlatego jako wolontariuszka prowadzę zajęcia plastyczno-techniczne dla dzieci i rodziców. Tym razem chcę zainspirować was do czegoś nowego, co może zmienić wasze życie na lepsze!

**Poznaj naszych
pierwszych gości. Ludzi,
którzy Cię zainspirują!**

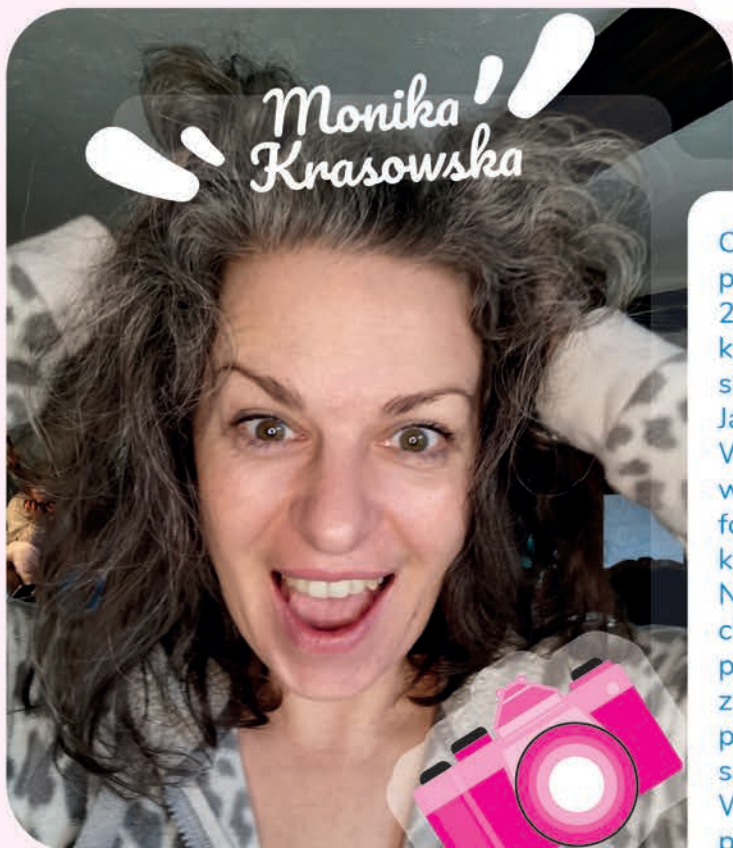


Oboje pochodzimy z Ełku pięknego miasta na Mazurach, ale poznaliśmy się w Brukseli. Połączyła nas poezja śpiewana jak np. „Stare Dobre Małżeństwo”. Z czasem powstały nasze własne utwory. Chętnie też sięgamy po piosenki niosące przesłanie, w których możemy wyrazić co nam w duszy gra.

*Zespół Zawróceni
(Małgorzata Turowska
i Artur Kaczyński)*



*Monika
Krasowska*



Cześć, jestem Monika Krasowska - fotografka i pasjonatka pieszych wędrówek i samopoznania. Od 20 lat aktywnie działam w różnych inicjatywach, które mają na celu zrzeszanie i integrację środowiska polonijnego w Belgii.

Jako współzałożycielka i przewodniczka grupy Wakacje w Belgii, staram się zainspirować i zmotywować ludzi do aktywnego spędzania czasu w formie pieszych wędrówek po Belgii. To moja pasja, która daje mi wiele radości i satysfakcji.

Niedawno ukończyłam kurs animatorki jogi śmiechu. Prowadzę autorskie warsztaty śmiechu, aby pomóc ludziom poprawić swoje samopoczucie i zmniejszyć poziom stresu. Uważam, że radosna postawa wobec życia jest kluczem do dobrego samopoczucia.

Wraz z przyjaciółką, byłam również bohaterką programu "Jestem z Polski" na TVN Style, gdzie miałam okazję opowiedzieć o swoim życiu oraz pokazać nieoczywiste miejsca w Belgii.



**Więcej informacji:
iza.karbo@gmail.com
0486 16 44 72**

Praca na etat za który nikt nie płaci

Kobiety nadal wykonują zdecydowanie więcej domowych obowiązków niż mężczyźni. Po całym dniu pracy zawodowej czeka na nie praca w domu na etacie żony, matki, gospodyni, pogotowia medycznego i mediatora.

Nadal w powszechnym rozumieniu praca w domu to nie praca. Praca kojarzy się z czymś, za co dostajemy pieniądze, więc zajmowanie się domem i dziećmi według panujących stereotypów pracą nie jest.

I chociaż Polki należą do jednych z najlepiej wykształconych kobiet w Europie, a coraz więcej z nich piastuje ważne stanowiska, to większość z nich po powrocie z pracy zawodowej pracuje na drugi etat w domu. Nieodpłatnie.

Nieprawdziwe są stwierdzenia dużej części panów, że ich partnerka w domu nic nie robi. Kobieta – drodzy panowie – po ośmiu godzinach pracy robi zakupy, odbiera dziecko ze żłobka, z przedszkola albo ze szkoły i wraca do domu. A tam czeka na nią: gotowanie, sprzątanie, pranie, prasowanie, odrabianie z dzieckiem (lub z dziećmi) lekcji.

Jak kobieta ma jednocześnie odnosić zawodowe sukcesy, prowadzić dom, wychowywać dzieci, dbać o siebie, wyglądać modnie i coraz młodziej? Jakim cudem ma smażyć naleśniki z konfiturami, biegać ze ściereczką

wycierając kurze, kłaść dzieci spać, podtykać domownikom jedzenie pod nos i nie padać ze zmęczenia?

Trochę danych

Główny Urząd Statystyczny przeprowadził badanie „Kobiety w Polsce”, z którego wynika, że kobiety codziennie przeznaczają na wykonywanie obowiązków domowych kilka ładnych godzin. Praca domowa zajmuje paniom średnio 4 godziny 54 minuty dziennie, podczas gdy ich partnerom o połowę mniej: 2 godziny 33 minuty.

Z kolei z badań OECD „Better Life Index” wynika, że statystyczna mieszkanka naszego kraju na sprzątaniu, gotowaniu i opiece nad dzieckiem, spędza aż 296 minut każdego dnia. Polski mężczyzna sprząta przez 157 minut dziennie, co daje 18,5 godziny tygodniowo, czyli o 16,5 godziny mniej niż kobieta. Ta różnica wynika z braku równego podziału obowiązków.

Mężczyźni znacznie mniej od kobiet angażują się w prace domowe. Nie zawsze wynika to ze złej woli, często z braku odpowiedniego przygotowania wyniesionego z rodzinnego domu, gdzie tradycyjne Matki Polki wyręczały ich we wszystkim.

Nieodpłatnie i niesprawiedliwie

Druga zmiana w domu to praca nieodpłatna i polegająca na niesprawiedliwym podziale obowiązków. To zjawisko cały czas jest społecznie akceptowane i pomimo równouprawnienia w wielu domach nadal ma miejsce.

Taki podział domowych obowiązków funkcjonował w naszym społeczeństwie od wieków. Kobiety się z nim pogodziły, mężczyznom był on na rękę. Jednak współczesne „matki, żony i kochanki”, pracujące na pełen etat, uważają taki podział niepłatnej pracy za wysoce niesprawiedliwy.

Panowie tłumaczą się, że paniom wszystko lepiej wychodzi, że w wielu pracach są po prostu niezastąpione. Zgoda, nikt nie każe im piec sernika, ale zmierzenie się z odkurzaczem chyba nie przerasta ich możliwości.

Oczywiście, są związki typowo partnerskie, z prawie równym podziałem obowiązków, ale nie są one w większości. Generalnie, dalej w przeciętnej polskiej rodzinie obowiązuje niesprawiedliwy podział prac domowych. Ta nierówność zdecydowanie wzrasta na niekorzyść kobiet po pojawieniu się dzieci.

Bardzo często przyczyną nadmiernej ilości obowiązków pań domu jest ich dążenie do perfekcjonizmu, do jak najlepszego spełnienia oczekiwań ze strony rodziny, oczekiwań, które są przez nie same narzucone. Zdaniem kobiety nikt nie posprząta mieszkania tak jak ona, dziecko nie odrobi samodzielnie lekcji, jeżeli ona



tęgo nie dopilnuje, obiad musi mieć dwa dania i deser, zakupy musi zrobić ona, bo mąż albo dzieci znowu wszystko pomyśla.

W ten sposób uczy pozostałych członków rodziny tego, że tylko ona jest w stanie dobrze wykonać domowe obowiązki i w ten sposób zdejmuję z nich ciężar odpowiedzialności.

Kiedy kobieta nie jest w stanie wywiązać się z prac, jakie sama na siebie nałożyła, odczuwa ogromne wyrzuty sumienia. Uważa się za wyrodną matkę, złą żonę, ma poczucie winy i jest rozgoryczona, co przenosi się na sytuację w domu. Powstają konflikty, nieporozumienia, niedomówienia.

Ale to nie wszystko. Trzeba jeszcze wziąć pod uwagę niesprawiedliwe traktowanie kobiety w pracy zawodowej, czytaj: kobieta zawsze gorzej pracuje niż mężczyzna – stwierdzenie z gruntu nieprawdziwe, ale jakże popularne. Do tego stawiane przez pracodawcę wymagania, za które kobieta otrzymuje niższe (na ogół) niż mężczyzna wynagrodzenie.

Do tego szybkie tempo życia, stres, niska samoocena i wieczna obawa, że znowu nie zdąży czegoś zrobić. Tak wygląda codzienność przeciętnej kobiety. Nic dodać nic ująć.

Na wszystko jest rada

Może zabrzmieć to niesprawiedliwie, ale sporo winy spoczywa na kobietach. To one przez lata utrzymywały powyższe stereotypy i dla świętego spokoju nic z tym nie robią. Panie przede wszystkim powinny zacząć od szacunku dla samych siebie. Zacząć mądrzej gospodarować swoim czasem, bo w każdej pracy, nawet tej domowej, jest miejsce na odpoczynek.

Kolejnym ważnym krokiem w naprawie stosunków rodzinnych jest rozmowa. Szczere i uczciwe postawienie sprawy



naprawdę nie zaszkodzi. Poskarżenie się na nadmiar obowiązków, poproszenie o pomoc w domowych czynnościach, nie jest niczym nagannym.

Jak efektywnie podzielić się pracą domową i się nie pokłócić?

1 Jasno powiedz, czego od partnera oczekujesz. Nie licz, że sam się tego domyśli.

2 Oddaj trochę kontroli nad domem – jak w każdej pracy, tak i w tej domowej współpracownikowi trzeba dać pole na własną inwencję i odpowiedzialność.

3 Nie wydawaj poleceń – twój partner nie jest maszyną do ich wykonywania. Ma prawo pewne rzeczy robić w swoim tempie, byle je robił.

4 Nie stój nad nim i nie zrzędz.

5 Doceniaj to, że twój partner jest współod-

powiedzialny za rodzinę i dom. Chwal go i ciesz się tym.

6 Nie poprawiaj po partnerze; jeśli ustawicznie to robisz, pokazujesz, że jego wysiłek poszedł na marne i nigdy nie będzie tak dobry w sprzątaniu jak ty. To pewna droga, żeby przestał się angażować.

7 Zrezygnuj z perfekcyjności w niektórych obszarach domowego życia; przemyśl, co jest naprawdę sprawą niecierpiącą zwłoki, priorytetem, a co drobiazgiem, bez którego można żyć.

8 Rozmawiaj – wyjaśnij, co dla ciebie znaczy, gdy partner nie wywiązuje się ze swoich obowiązków, jak to odbierasz, jak się z tym czujesz, co ci w jego zachowaniu nie odpowiada i jak będziesz się czuć, gdy zacznie być współodpowiedzialny za prace domowe.

Na ogół kobiety i mężczyźni są zgodni co do tego, że obowiązki domowe powinny być w równym stopniu rozdzielone pomiędzy partnerów, ale w rzeczywistości tak nie jest. Przynajmniej w polskim społeczeństwie. Dlatego warto zadbać o prawidłowy podział domowych obowiązków już na samym początku związku.

Ewa Janik

Źródła: zwierciadlo.pl,
Public Library of Science,
wysokieobcasy.pl



Antyspołeczni

Badania naukowe pokazują, że osobowość antyspołeczna dotyczy od jednego do trzech procent ogólnej populacji, a ponadto, że zaburzenie to dziesięciokrotnie częściej występuje u mężczyzn niżeli kobiet. Co ciekawe, osoby z osobowością antyspołeczną stanowią siedemdziesiąt pięć procent skazańców odsiadujących wyroki z tytułu popełnionych przestępstw.

Odsetek ten znacząco wzrasta w przypadku takich kategorii czynów jak zabójstwo, gwałt, rozbój, aż do ponad dziewięćdziesięciu procent w przypadku sprawców seryjnych morderstw. Tak wysoki odsetek rozpoznania osobowości dyssocjalnej wśród osób skazanych na pewno nie jest przypadkowy i jednoznacznie wskazuje, że czym bardziej brutalne czyny, tym większe jest prawdopodobieństwo, iż sprawca cierpi na antyspołeczne zaburzenie osobowości.

Odsetek osób z osobowością dyssocjalną wydaje się niewielki, ale za to z pewnością nikt z nas takiego człowieka nie chciałby spotkać. Zawsze też pozostaje pytanie, czy jeśli wśród przestępców, których z racji ich odizolowania od społeczeństwa łatwo jest zbadać, jest tak wysoki odsetek osób o osobowości antyspołecznej, to jak wysoki procent jest wśród tych, którzy nie trafili do zamkniętych ośrodków i żyją wolno w społeczeństwach.

W antyspołecznym zaburzeniu osobowości mamy takie zachowania jak:

- nieprzestrzeganie norm prawnych oraz norm społecznych
- naruszanie zasad etycznych, moralnych, nieakceptowanych w społeczeństwie
- zachowania gwałtowne, agresywne (bójki, napaści, rabunki, kradzieże, napaści o charakterze seksualnym)
- lekceważenie, nieprzestrzeganie zasad



bezpieczeństwa zarówno własnego jak i innych osób

- łamanie zobowiązań finansowych (niepłacenie alimentów czy rat kredytowych), nieprzestrzeganie zasad współżycia w środowisku rodzinnym, środowisku pracy (nieumiejętność utrzymania stałego zatrudnienia) czy stosunków dobrosąsiedzkich, nieuczciwość
- impulsywność, popędliwość, trudności w planowaniu swoich działań
- brak poczucia żalu oraz winy z powodu wyrządzonych innym cierpień
- brak wglądu w swoje zachowania i wynikające z nich konsekwencje
- nieumiejętność wyciągania wniosków na podstawie popełnionych czynów
- obarczanie odpowiedzialnością za swoje czyny innych
- brak uczuciowości wyższej przy jednoczesnej wysokiej zdolności symulowania najróżniejszych stanów emocjonalnych
- nieumiejętność utrzymywania długotrwałych relacji
- potrzeba natychmiastowego zaspoko-

kajania swoich potrzeb, często kosztem innych

- eksperymentowanie z potrzebami seksualnymi, często zachowania seksualne nacechowane przemocą
- manipulowanie otoczeniem
- wrogość w stosunku do innych
- częste współwystępowanie innych zaburzeń osobowości oraz uzależnień

Pierwsze przejawy zachowań antyspołecznych pojawiają się już u dzieci i nastolatków znęcających się nad innymi dziećmi, dokuczających zwierzętom czy okłamujących i okradających swoich rodziców. Niestety nie każdy z tych młodych ludzi będzie miał diagnozę, ponieważ wciąż niewielu rodziców zgłasza się w tego typu problemami wychowawczymi po profesjonalną pomoc.

Osoba o osobowości antyspołecznej jest egocentryczna, a jej poczucie własnej wartości wynika jedynie z osiągania osobistych korzyści kosztem innych. Nie ma prospołecznych wewnętrznych standardów zachowania, inni ludzie zupełnie takiego człowieka nie obchodzą, w związku z tym postępuje on względem nich nieetycznie i nieuczciwie.

Nie możemy także w wypadku takiego człowieka mówić o empatii, bo on jej po prostu nie ma. Nie ma troski o uczucia i potrzeby innych. Nie ma empatii, a w związku z tym nie ma także wyrzutów sumienia. Mamy tu do czynienia z osobą bezduszną i wrogo nastawioną, traktującą

innych ludzi jako osoby, które można wykorzystać i potraktować całkowicie instrumentalnie.

Badania naukowe, dotyczące antyspołecznego zaburzenia osobowości, pokazują, iż u jego podłoża leży wiele przyczyn. Klinicyści mówią o czynnikach biologicznych, genetycznych oraz społecznych. Wiele opracowań wskazuje na to, iż osoby te pochodzą z biednych patologicznych środowisk. Nierzadko nie mają żadnego wykształcenia, od najmłodszych lat podejmują się w życiu takich działań, które są niezgodne z prawem.

Często wykorzystują rodzinę prowadząc pasożytniczy tryb życia, nigdzie oficjalnie nie pracując i żyjąc na przykład z pensji albo zasiłku matki. Dzieciństwo tych osób bywa naprawdę trudne, naznaczone zakłóconą czy wręcz niewytworzoną relacją przywiązania pomiędzy dzieckiem a jego opiekunem. Nierzadko towarzyszy mu przemoc psychiczna i fizyczna, zaniedbanie emocjonalne czy inne formy nadużycia.

Podkreśla się także rolę dziedziczenia, co ciekawe dziedziczenia z ojca na syna. Chodzi tu o kwestie biologiczne, czyli nieprawidłowe funkcjonowanie sieci neuronalnych, zmniejszoną reaktywność autonomicznego układu nerwowego oraz zaburzoną regulację neuroprzekazników. To oznacza, że te osoby nie mają zdolności do tego, aby odczuwać empatię czy poczucie winy.

Odzwierciedla się to w zniekształconym obrazie rzeczywistości, nieprawidłowym odbiorze bodźców z otoczenia oraz niewłaściwych mechanizmach asymilacyjnych co w konsekwencji prowadzi do znacznych zaburzeń w zakresie wszelkich relacji interpersonalnych.

Zazwyczaj bogata historia kryminalna czy pasożytniczy tryb życia, jaki prowadzi jednostka z antyspołecznym zaburzeniem osobowości, pokazuje nam, jak bardzo taki człowiek jest silnie skoncentrowany na sobie i jak wiele cech narcystycznych przejawia. Może także przejawiać różne nasilenie cech psychopatycznych.



Antyspołeczne zaburzenie osobowości należy też do najbardziej kryminogennych dysfunkcji człowieka. Jednostki z tego typu zaburzeniem stanowią ogromne wyzwanie nie tylko dla klinicystów, ale również dla wymiaru sprawiedliwości. Jest to szczególnie widoczne w kontekście oporności tej grupy osób względem podejmowania terapii oraz leczenia psychiatrycznego.

Rzeczywistość wygląda tak, że na dziś żaden z aktualnie praktykowanych modeli terapeutycznych nie jest w stanie w pełni skutecznie poprawić sposobu funkcjonowania osób antyspołecznych, co z kolei potęguje powszechne przeświadczenie, że zaburzenie to jest nieuleczalne.

Praca terapeutyczna z tą właśnie grupą osób należy do najtrudniejszych i najbardziej problematycznych. Dotyczy to przede wszystkim natężenia samego zaburzenia jak i jego charakteru. Proces terapeutyczny, który wymaga od pacjenta szczerego i aktywnego uczestnictwa, a także emocjonalnego wglądu, do którego ten jest całkowicie niezdolny, spotyka się w tym przypadku z całkowitym oporem.

Jednostki te nie dążą w związku z tym do

żadnych zmian w zakresie swojego funkcjonowania, a narcystycznie zniekształcony obraz własnej osoby nie wymaga od nich włożenia w proces terapeutyczny choćby minimalnego zaangażowania. Osoba psychologa jest przy tym widziana jako obiekt, który można oszukać i wykorzystać.

Manipulacja oraz instrumentalne podejście do specjalisty sprawia, że osoba antyspołeczna podchodzi do terapii jak do gry opartej na wyrachowanej kalkulacji uwzględniającej jedynie własne korzyści. Nie uwzględnia przy tym ani własnych, ani cudzych stanów emocjonalnych. Podejście to z kolei uniemożliwia zbudowanie pozytywnej relacji terapeutycznej.

Podsumowując, osoba z antyspołecznym zaburzeniem osobowości zupełnie nie dostrzega istoty problemu własnego funkcjonowania. Specyfika pracy z jednostkami antyspołecznymi wymaga od specjalisty ogromnego doświadczenia jak również dogłębnej znajomości przejawiających się dysfunkcji.

Osoby antyspołeczne bowiem potrafią doskonale symulować poprawę swojego funkcjonowania, a ich koncentracja na narcystycznych i egocentrycznych skłonnościach może mieć zasadnicze, dodatnie przy tym negatywne, znaczenie dla przebiegu całej terapii.

Aleksandra Szewczyk,
psycholog

ALEKSANDRA SZEWCZYK PSYCHOLOG

Doradztwo psychologiczne dla osób w kryzysie

- problemy w związkach, relacjach z bliskimi, samotność
- praca indywidualna i grupowa z osobami dorosłymi oraz z dziećmi
- problemy z emocjami, stresem, nerwica, depresja

Gabinet: Gitschotellei 152/4, 2600 Berchem
E-mail: aleksandra7676@hotmail.com
GSM 0486 76 05 98

Spod Husarskiego Skrzydła

„Zwycięski a zarazem Tragiczny” Generał dywizji Stanisław Maczek

31 marca przypadła 131 rocznica urodzin jednego z najwybitniejszych dowódców i strategów okresu II wojny światowej generała dywizji Stanisława Maczka.



Stanisław Maczek w stopniu pułkownika Wojska Polskiego, Foto: Wikipedia

Stanisław Maczek urodził się 31 marca 1892 roku w miejscowości Szczercz (obecnie terytorium Ukrainy). Jego rodzina miała chorwackie korzenie. Ukończył gimnazjum w Drohobyczu, a następnie studiował na Uniwersytecie Lwowskim kończąc wydział filozofii i filologii polskiej. W trakcie nauki wszedł w środowisko akademickie, tętniące działalnością patriotyczną, w tym samym czasie ukończył szkolenie wojskowe i dołączył do Związku Strzeleckiego.

Podczas I wojny światowej został wcielony do armii austro-węgierskiej i walczył na froncie włoskim.

Po zawieszeniu broni 11 Listopada 1918 roku dezerceruje, przedostaje się do Polski, gdzie 14 listopada 1918 roku w stopniu porucznika wstępuje do odradzającego się Wojska Polskiego.

Bierze udział w wojnie polsko-ukraińskiej i polsko-bolszewickiej. Po zakończeniu działań wojennych Maczek postanawia kontynuować karierę w wojsku. I tak 1 sierpnia 1923 roku zostaje mianowany podpułkownikiem, kończy Wyższą Szkołę Wojskową w Warszawie, następnie zostaje oficerem Sztabu Generalnego Wojska Polskiego. Już jako pułkownik 30 października 1938 roku obejmuje dowództwo nad 10 Brygadą Kawalerii – była to pierwsza wielka jednostka motorowo-pancerna Wojska Polskiego.

W kampanii wrześniowej prowadzi walki obronne na południu Polski: toczy ciężkie bitwy pod Jordanowem, Nowym Wiśniczem, Rzeszowem i Łańcutem. 15 listopada 1939 roku otrzymuje awans na

stopień generała brygady. Gen. Maczek był zwolennikiem prowadzenia wojny w sposób nowoczesny, za pomocą cechujących się dużą manewrowością i szybkością samodzielnych pancernych związków taktycznych, które zapewniły m.in. Niemcom zwycięstwo w kampanii 1939. Jego zdaniem rola piechoty na polach bitew wyraźnie zmalała od czasów I wojny światowej, a jej efektywność zależała od wsparcia m.in. lotnictwa i broni pancernej.

18 września, po agresji Związku Sowieckiego na Polskę postanawia wraz z całą jednostką przekroczyć granicę polsko-rumuńską. Przedostaje się do Francji, tam tworzy od nowa załóżki polskiej armii i walczy w wojnie obronnej. Po szybkiej kapitulacji Francji przedostaje się do Anglii, a następnie zostaje oddelegowany



Gen. dyw. Stanisław Maczek w trakcie dowodzenia dywizją 1944 rok, wikipedia



Pomnik Gen. Stanisława Maczka w Terneuzen (Niderlandy)
Foto: kolekcja prywatna



Grób Gen. Stanisława Maczka na Polskim Honorowym Cmentarzu
Wojennym w Bredzie, Foto: kolekcja prywatna

do Szkocji, gdzie zaczyna budować struktury pod powstanie dywizji pancерnej.

W sierpniu 1944 roku, stojąc na czele polskiej 1 Dywizji Pancерnej rusza w bój poczynsz od wybrzeży Normandii, gdzie jego jednostka przechodzi ciężki chrzest bojowy w walkach pod Faleise, następnie rusza w pogoń za zniemawidzonym wrogiem poprzez Francję, Belgię, Holandię aż po port marynarki niemieckiej w Wilhelmshaven, gdzie 4 maja 1945 roku przyjmuje kapitulację dowództwa twierdzy bazy Kriegsmarine, po drodze niosąc upragnione wyzwolenie spod okupacji hitlerowskiej.

1 czerwca 1945 awansowany do stopnia generała dywizji. Za kampanię wrześniową 1939 odznaczony Krzyżem Złotym Orderu Virtuti Militari.

Po wojnie został pozbawiony obywatelstwa polskiego przez komunistyczne władze, które ostatecznie przywróciły je generałowi dopiero w 1971 roku. Dlatego też Maczek nie mógł powrócić do kraju, gdzie goziło mu aresztowanie.

Obawiając się represji ze strony komunistów, wybrał inny kierunek. Udał się do Edynburga w Szkocji, gdzie osiedlił się i pracował m.in. jako barman w hotelu „Leamouth”.

Powojenne losy Maczka były smutnym epilogiem wojennej tułaczki, która spotkała jego i podległych mu żołnierzy. Przez wiele lat żył w biedzie, wykonując pracę, która nie była adekwatna do jego statusu wybitnego wojskowego i prekursora polskich sił pancерnych.

Generał Stanisław Maczek zmarł w Edynburgu 11 grudnia 1994 roku w wieku 102 lat. Na swoje własne żądanie został pochowany wśród swoich towarzyszy broni na Polskim Honorowym Cmentarzu Wojennym w Bredzie. Za sprawą mieszkańców Bredy generałowi przyznano również honorowe obywatelstwo Holandii.

Maczek – wybitnie uzdolniony dowódca, któremu nie było dane powrócić do powojennej ojczyzny, by cieszyć się efektami dobrze wykonanej pracy.

Emigrant który – nie akceptując politycznych realiów pojałtańskiej Polski – wybrał los wygnania. Wreszcie człowiek honoru, który bez skargi zniósł społeczną degradację, jaką była konieczność fizycznej pracy dla utrzymywania rodziny w Szkocji.

Jako dowódca 1 Dywizji Pancерnej Polskich Sił Zbrojnych generał zyskał przydomek „Baca”, bo choć stanowczy, był wobec żołnierzy – niczym pasterz wobec owiec – także opiekuńczy. Wybitny zatem, a ludzki, zwycięski, a zarazem tragiczny.

Chwała Bohaterom!

Wojciech Romaniak



Katecheza w Polskiej Szkole im. Marii Skłodowskiej-Curie w Leuven przy Stowarzyszeniu Daskalia



Działalność polonijnych szkół w Belgii polega przede wszystkim na nauczaniu języka polskiego i historii Polski. Jednak wiele szkół proponuje swoim uczniom również dodatkowe zajęcia z religii oraz przygotowanie do najważniejszych sakramentów w języku polskim.



aranżacjach, ale także znane kolędy w j. angielskim i niderlandzkim.

Katecheza online

Nawet podczas pandemii uczniowie szkoły zostali zaproszeni do udziału w tzw. katechezie multimedialnej, polegającej na połączeniu katechezy on-line (poprzez wideokonferencję z nauczycielem w czasie rzeczywistym) oraz katechezy domowej z wykorzystaniem materiałów, uprzednio przygotowanych na nagraniach tak, aby mogły zostać wielokrotnie odtwarzane przez ucznia w dowolnej chwili.

Tradycje polskie

Niedawno przeżyty czas Świąt Wielkanocnych zawsze jest doskonałym momentem na przeżywanie – podczas zajęć z religii, wraz z dziećmi i ich rodzinami – tego wielkiego święta. Nie tylko poprzez organizację warsztatów symboli takich jak palmy wielkanocne, ale przy okazji jest to również zaproszenie do rozmów o towarzyszących tradycjach wielkanocnych. Wspólne dzielenie się radością ze zmartwychwstania Pana Jezusa oraz dar wspólnego spotkania uczniów polskiej szkoły dawały swój wyraz w radosnym uczestnictwie uczniów w katechezie.

Nie inaczej jest w Polskiej Szkole im. Marii Skłodowskiej-Curie w Leuven przy Stowarzyszeniu Daskalia (www.daskalia.eu), gdzie lekcje języka polskiego, historii z elementami geografii oraz komunikacji społecznej dopełnia również katecheza. Jak co roku sakrament I Komunii Świętej odbędzie się w ostatnią niedzielę kwietnia.

Pierwsza Komunia Św.

Do zajęć pozalekcyjnych zalicza się także katecheza na każdym poziomie edukacji uczniów Polskiej Szkoły w Leuven, szcze-

gólnie katecheza z przygotowaniem do I Komunii Św., która sprawia, że nasi uczniowie mają szansę przystąpić do Sakramentu Eucharystii w języku polskim, w polskiej wspólnotie parafialnej, w kościele pw. Św. Lambertusa w Leuven, w ostatnią niedzielę kwietnia. Ponadto od 2014 r. Polska Szkoła im. Marii Skłodowskiej-Curie w Leuven stworzyła nieprzerwaną historię przedstawień jasełkowych, w których biorą udział zarówno uczniowie szkoły, jak i ich rodzice, oraz koncertów kolęd, podczas których wszyscy zgromadzeni śpiewają nie tylko polskie kolędy w ciekawych



W tym roku nie było inaczej. Dzieci z uwagą wsłuchiwały się w opowieść o osobistym spotkaniu uczniów ze Zmartwychwstałym Panem Jezusem i z wielkim zaangażowaniem uczestniczyły w omawianiu lekcji religii.

Jak zwykle na katechezie w Leuven nie mogło zabraknąć wspólnego śpiewu pieśni z gestami z gitarą, takich jak: „Tobie chóry aniołów”, „Zrzuć ciężary na Jezusa” czy „Jezus Chrystus moim Panem jest”.

Dodatkowo rodzice uczniów, uczestniczących w lekcji religii, otrzymali drogą mailową prezentację multimedialną z katechezy dla dzieci oraz konferencję ks. Piotra Pawlukiewicza, pt. „Droga do Emaus, czyli droga nas wszystkich”, by w ramach katechezy domowej dobrze móc przygotować się do przeżycia zbliżającej się III Niedzieli Wielkanocnej, w której to odczytana zostanie Ewangelia o uczniach spotykających Jezusa w drodze do Emaus.

Święta jak w Polsce

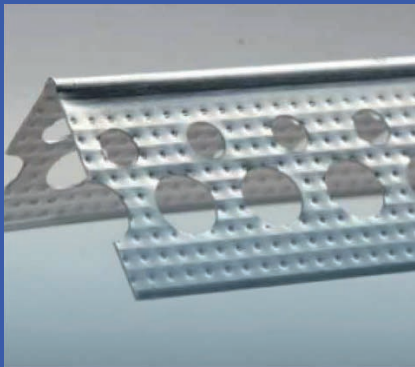
Tak jak uczniowie idący do Emaus, tak samo my wszyscy, duzi i mali, zostajemy

zaproszeni do przeżywania chrześcijańskiej nadziei w naszym codziennym życiu, która m.in. polega na uwierzeniu, że Bóg jest i chce być obecny we wszystkich naszych sprawach, zarówno tych radosnych, jak i smutnych; na wyrwaniu się z beznadziejności sytuacji, w której się znajdujemy i na przyjęciu prawdy, że „chrześcijańska nadzieja to coś więcej niż

ludzki optymizm” (papież Franciszek), że to Ktoś, kto jest, był i będzie dla Ciebie, dla mnie, dla nas!

Ewelina Konings
– nauczyciel religii w Polskiej
Szkołe im. Marii Skłodowskiej-Curie
w Leuven przy Stowarzyszeniu
DASKALIA





POLSKI SKLEP BUDOWLANY

Tel.: +32 484 137 895 +32 465 309 956
Tweemontstraat 62, 2100 Deurne



Company Construct
BOUWMATERIALEN

GODZINY OTWARCIA

Poniedziałek - piątek 6.00 - 18.00

Sobota 6.00 - 16.00

Niedziela i święta - zamknięte

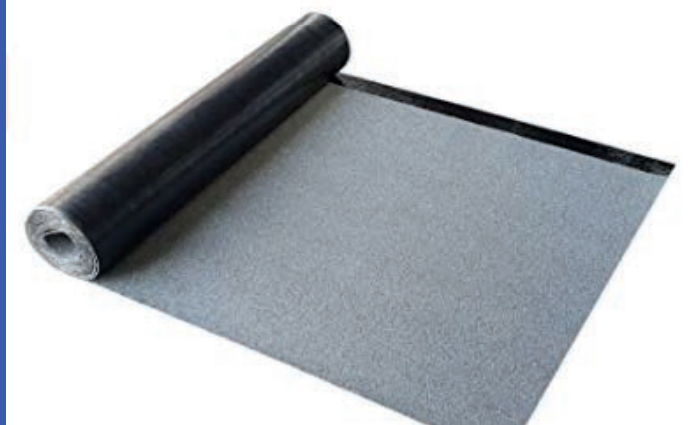


TAŚMY,
PIANKI,
WKRETY, KOŁKI,
SILIKONY



Wypożyczalnia maszyn

Roofing od €45 netto



Laminaat od €9 m/2



CHCESZ PRACOWAĆ JAKO POMOC DOMOWA?

- ✓ Atrakcyjne wynagrodzenie i czeki żywieniowe
- ✓ Grafik dopasowany do Twoich potrzeb, praca tylko w tygodniu
- ✓ Jeździj rowerem elektrycznym
- ✓ Codzienna pomoc i szkolenia
- ✓ Wynagrodzenie za ubrania i buty
- ✓ Kontrakt na czas nieokreślony i budowanie emerytury
- ✓ Wynagrodzenie za przejazdy i telefon
- ✓ Pieniądze wakacyjne i premia końcoworoczna
- ✓ Prezenty i dodatki Van Osta

ZGŁOŚ SIĘ
JUŻ
TERAZ

Również w języku polskim!



www.van-osta.be

Antwerpia | Gent | Waasland

- 📍 **Biuro Gent**
Kon. Astridlaan 204 aleksandra@vanosta.net 0484 57 78 49
- 📍 **Biuro Lokeren**
Markt 62 aleksandra@vanosta.net 0484 57 78 49
- 📍 **Biuro Sint-Niklaas**
Kapelstraat 129 dominika@vanosta.net 0484 56 67 08
- 📍 **Biuro Antwerpen**
Mechelse Steenweg 67 u vanosta.net 03 232 75 34
- 📍 **Biuro Stekene**
Dorpsstraat 163 dominika@vanosta.net 0484 56 67 08

ZATRUDNIAMY!

ASOBI
interieur

Kim jesteście?

Asobi Interieur BV to firma, która wykonuje wszystkie remonty od początku do końca: łazienki, kuchnie oraz kompletne renowacje.

Szukamy kogoś kto potrafi:

- kłaść płytki,
- wykonywać drobne prace tynkarskie,
- wylewać posadzki,
- wykonywać proste prace hydrauliczne i elektryczne,
- posiada prawo jazdy B (kat. BE mile widziana),
- posługuje się językiem niderlandzkim, angielskim lub francuskim.

Szukamy osoby:

- zmotywowanej i zaangażowanej,
- wykazującej się inicjatywą.

Co oferujemy?

- dobre warunki zatrudnienia,
- atrakcyjne wynagrodzenie,
- dodatki,
- samochód służbowy.

Zainteresowany?

- zadzwoń: +32 (0)475 38 94 65
- lub napisz: kris@asobi.be



**Miejsce
na twoją
reklamę**

Jak nie marnować czasu

Jeśli zastanowimy się nad organizowaniem naszego czasu, możemy dojść do wniosku, że na wiele rzeczy czasu nie mamy.

Czas to wartość magiczna, której brakuje większości z nas. Jest go za mało, płynie za szybko, nie można go zatrzymać, nie można go cofnąć. Każdy człowiek na świecie: duży czy mały, bogaty czy biedny ma do dyspozycji 24 godziny na dobę. Sprawiedliwie.

Zakładając, że na sen potrzebujemy 7 godzin, pozostaje nam ich 17. W pracy spędzamy zazwyczaj 8 godzin i wciąż mamy zapas w postaci 9 godzin. Jeżeli na dojazd do pracy poświęcimy 2 godziny, na jedzenie i jego przygotowanie tyle samo, pozostaje nam 5 godzin, które każdy z nas wykorzystuje inaczej. Najczęściej marnując te drogie minuty i nie zauważając, że czas przecieka nam przez palce.

Na co marnujemy najwięcej czasu?

Na internet. Na przeglądanie Instagrama, Facebooka, nowości na YouTube, pogody, wiadomości, e-maile. Włączamy na chwilę, a wyłączamy po godzinie, dwóch, trzech...

Odblokowujemy ekran swojego smartfona przeciętnie od 90 do 150 razy (rekordziści nawet 200 razy) dziennie, spędzając z nim niekiedy ponad 4 godziny. Zamiast pójść na spacer, przeczytać książkę, czy zrobić choćby małą potrzebną czynność.

Co jeszcze sprawia, że czas nam ucieka? Bałaganiarstwo. Zamiast odkładać rzeczy

na miejsce, rzucamy je gdzie popadnie i robimy bałagan, który później musimy posprzątać. A to zabiera nam czas.

Nie potrafimy odmawiać. Szefowi, który chce, żeby zostać w pracy po godzinach, znajomym i przyjaciółom, którzy zapraszają nas na bezsensowne imprezy i na bezproduktywne spotkania. Nie umiemy powiedzieć „nie” gdy nie ma dobrego powodu, żeby powiedzieć „tak”.

Mamy problem z podejmowaniem decyzji. Przeciętny człowiek podejmuje codziennie ponad 35 tysięcy różnych decyzji, co daje 1458 decyzji na godzinę, 24,3 na minutę. Wiele z nich dotyczy stałych codziennych elementów naszego życia.

Czy do pracy pojechać samochodem, czy tramwajem? Pójść na spotkanie z przyjaciółką czy nie? Wstawić pranie dzisiaj, czy jutro? Założyć zieloną sukienkę, czy czarne spodnie i niebieską bluzkę? Co zrobić i kiedy. Co powiedzieć i kiedy. O której godzinie. Gdzie, co, jak... Każda sekunda, spędzona na takich przemysłeniach, jest potencjalnie zmarnowana.

Większość tych decyzji nie ma dużego znaczenia. Ale wśród nich są i te bardzo ważne. I to na nich powinniśmy skupić naszą uwagę. Kiedy dokonujemy wyborów, musimy przewidzieć ich skutki. Neurony, które odpowiadają za

podejmowanie decyzji, nie rozróżniają ich wagi. Czy decyzja dotyczy wyboru kubka do kawy, czy inwestycji biznesowej. Każda z nich jest podobnym obciążeniem dla naszego mózgu. Jeśli chcemy odzyskać trochę czasu, bądźmy bardziej zdecydowani.

Brakuje nam koncentracji. Podczas pracy czy nauki przeglądamy telefon, odpisujemy na maile i sms-y. Dekoncentrujemy się i tracimy czas na ponowne skupienie i powrót do wykonywanego zadania. Praca to praca, nauka to nauka. Nie łączmy ich z przeglądaniem stron internetowych, Facebooka, Instagrama, ani innych działaniach nas rozpraszających. Dzięki temu na 100 procent skupimy się na wykonaniu konkretnego działania, które zajmie nam mniej czasu.

Wielu czasu spędzamy na rozmyślaniu, „co inni o tym pomyślą”. Zamiast zrobić to, co chcemy zrobić, to, na co mamy ochotę, zastanawiamy się, co powiedzą inni, czy to wypada itd. Nieważne, co inni powiedzą. Róbmy to, czego nam potrzeba, co podpowiada nam intuicja, a nie to, czego oczekują od nas inni, lub wydaje się nam, że oczekują. I przestańmy czekać, aż „manna spadnie nam z nieba”. Nie spadnie.





Uważajmy na zakupach. Nie traćmy czasu na bezsensowne przemierzanie sklepów. Kupowanie rzeczy, których nie potrzebujemy, nigdy nie wykorzystamy, ale są w promocji, to podejmowanie zbędnych kroków; to wysiłek i czas włożone w czynności, które nie dodają wartości naszemu życiu. Przed wyjściem do sklepu warto sprawdzić domowe zapasy i zobaczyć, czego tak naprawdę nam brakuje, by nie powiełać produktów.

Jakie jeszcze zbędne czynności wykonujemy w życiu? Na pewno niepotrzebne jest denerwowanie się na coś, na co nie mamy wpływu. Jak ponoć mawiał Hemingway, „denerwować się, to mścić się na własnym zdrowiu za głupotę drugiego człowieka”.

Jak lepiej zorganizować swój czas?

Należy zacząć od porządku. Jeśli z pewnego dystansu krytycznie spojrzymy na przykład na nasze miejsce pracy, może się okazać, że sporo czasu zajmuje nam ciągłe szukanie potrzebnych rzeczy. Najlepszą drogą do produktywności jest organizacja.

Notowanie zadań do zrobienia pozwala nam skupić się na tym, co mamy zrobić i daje pewność, że o niczym nie zapomnimy. Jeśli nie notatnik, to zwykła kartka i ołówek będą bardzo pomocne. Warto wieczorem przygotować listę spraw na jutro i ułożyć ich kolejność tak, aby nie tracić cennego czasu. Odkładanie ważnych spraw „na jutro” prowadzi do ich skumulowania i niepotrzebnego stresu.

Dbajmy o właściwe proporcje pomiędzy pracą a wypoczynkiem. Ilość niechętnie

chodzi w parze z jakością i efekty przeprowadzenia będą bez litości. Odpowiednie zaplanowanie urlopu może zaowocować tym, że wrócimy do pracy autentycznie wypoczęci, a nie zmęczeni nic nierobieniem.

Nie bierzmy za wiele na swoje barki. Dzielimy się obowiązkami domowymi z domownikami. Jeśli dla świętego spokoju będziemy robić wszystko sami „bo przecież ktoś to musi zrobić” narazimy się na kolejną stratę czasu i nerwów.

Można na ten temat powiedzieć wiele, są nawet specjalne i kosztowne kursy na temat zarządzania czasem. Jeśli udało mi się sprowokować Czytelnika do chwili zastanowienia na ten temat, ten czas na pewno nie będzie stracony.

Sylwia Jaworska



Adwokat

polskojęzyczny belgijski adwokat w Antwerpii

Sylwia Rasson

Dane kancelarii:

Britselei 28, 2000 Antwerpia

Kancelaria aktywna na obszarze całego kraju

Kontakt:
gsm: 0484/79 03 92
email: srasson@outlook.com
fax: 03/289 73 54



Domowy niejadek

Walka z dzieckiem niejadkiem to problem stary jak świat. Czy istnieją skuteczne sposoby, aby dzieci od najmłodszych lat jadły warzywa, owoce, ciemny chleb i ryby? Specjaliści twierdzą, że tak.



Chipsy, słodycze i cola

Naukowcy z Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku swego czasu przeanalizowali odżywianie małych dzieci, z których ponad 70% to grymaszące niejadki, którym trudno „przemycić” w pożywieniu jakąkolwiek naturalną witaminę. Jedzą kotlet schabowy z frytkami, ale już bez surówek, chipsy, krakersy, słodycze, piją colę, albo inne gazowane lub słodzone napoje.

Z pozoru nic im nie dolega. Rozwijają się tak samo jak ich zdrowo odżywiający się rówieśnicy. Naukowcy alarmują jednak, że efekty takiego odżywiania zostawiają w organizmie dziecka trwałe, często nieodwracalny ślad. Niedobory witamin, błonnika, cynku, żelaza, wapnia, stwarzają dużo większe ryzyko zachorowania na raka, czy wystąpienia udaru mózgu.

Rodzice twierdzą, że są bezradni. Część pediatrów utwierdza ich w tym przekonaniu powtarzając, że dziecko z tego niejedzenia wyrośnie samo. Ale samo nic się nie dzieje. Liczne naukowe badania dowodzą, że to właśnie rodzice mogą

skutecznie zmienić nawyki żywieniowe swoich dzieci, tylko trzeba w to włożyć trochę wysiłku i jeszcze więcej konsekwencji.

Matka – żywicielka

Dietetycy już dawno udowodnili, że pierwszy krok w kierunku zdrowego odżywiania się dzieci muszą uczynić matki w ciąży. Smak zjedzonych potraw przenika do mleka matki docierając tak do dziecka. Dlatego dzieci karmione piersią rzadziej mają problem z apetytem, ponieważ przyzwyczajone są do najróżniejszych smaków.

Amerykańscy naukowcy z Monell Chemical Senses Center przeprowadzili swego czasu eksperyment. Podawali kobietom będącym w ostatnich trzech miesiącach ciąży przez okres trzech tygodni szklankę soku marchwiowego dziennie. Natomiast druga grupa pań w takim samym okresie czasu i z taką samą częstotliwością zamiast soku piła wodę. Okazało się, że kaszkę z marchewką o wiele chętniej i z większym apetytem zjadały dzieci matek pijących podczas ciąży sok marchwiowy.

Od najmłodszych lat życia, wprowadzając do jadłospisu pierwsze owoce lub warzywa, należy dziecku oferować jak najwięcej różnorodnych smaków, czyli

do powszechnie spożywanych jabłek, bananów czy marchewki dodawać na przykład karczochy czy soczewicę.

Dziecko – niejadek

Jakże często rodzice spotykają się z sytuacją, w której dziecko nie chce jeść, płacze, odwraca głowę, wypłukuje pożywienie, zaciska usta. Co robić? – Uzbroić się w cierpliwość i być konsekwentnym.

Każdy nowy produkt należy zaoferować kilkakrotnie i nie zrażać się niepowodzeniem. Niektóre dzieci potrzebują o wiele więcej czasu, aby przekonać się do konkretnego smaku. Dietetycy radzą dawać dziecku małe porcje i pamiętać, aby atmosfera towarzysząca zjadaniu posiłków była pogodna, bez stresów i niepotrzebnego napięcia.

Nie wolno za pomocą „przekupstwa” zmuszać dzieci do jedzenia. Obiecanki w stylu: „jak wszystko zjesz, to dostaniesz prezent” lub „zjedz wszystko z talerzyka, to pójdziemy na lody”, w rezultacie nie dają zamierzonego efektu.

Nie powinno się również używać gróźb w rodzaju: „nie odejdziesz od stołu, dopóki wszystkiego nie zjesz”. Takie postępowanie może doprowadzić do bardzo negatywnych emocji towarzyszących dziecku w trakcie posiłków. A stąd tylko jeden krok do wychowania domowego niejadka.

Kilka lat temu amerykańscy naukowcy z Pensylwanii przez



trzy miesiące prowadzi-
li eksperyment. Grupę
przedszkolaków po-
dzielili na dwie części.
Dzieci, które znalazły się
w pierwszej grupie, przez
cały czas trwania ekspe-
rymentu były namawia-
ne do jedzenia. Podczas
posiłków bez przerwy
słyszały: „proszę zjeść
całą zupę” i jak twierdzą
uczeni, to wystarczyło
aby skutecznie zniechęcić
maluchy do jedzenia. Dochodziło nawet
do sytuacji, że na widok pełnego talerza
reagowały one bardzo negatywnie, często
wręcz histerycznie.

Natomiast dzieci z drugiej grupy, których
nikt nie zmuszał do jedzenia, o wiele
chętniej zjadały posiłki. Jakikolwiek
nakazywanie bądź wmuszanie dziecku
warzyw, owoców czy ryb, doprowadza
w konsekwencji do sytuacji, że powyższe
produkty kojarzą mu się bardzo nega-
tywnie.

Dobre rady

Jak więc powinni postępować rodzice,
aby dzieci chętnie jadły zdrowe produk-
ty? Przede wszystkim nie podawać do
posiłków słodkich napojów, tylko wodę.
Wszelkie słodkości, zawarte w napojach,
powodują, że naturalny smak warzyw
czy owoców wydaje się bardziej kwaśny
i ostry, niż jest w rzeczywistości.

Odpowiednie produkty lepiej podawać
na dużym talerzu, bo z dużych talerzy
zjadamy więcej, niż z małych. Należy
zadbać, aby warzywa czy owoce leżące
na talerzu były jak najbardziej kolorowe.

Ogromne znaczenie ma sposób przyrzą-
dzenia posiłków, ich odpowiednie do-
prawienie i atrakcyjny wygląd. Warzywa
mogą być pokrojone w ciekawe kształty
lub ułożone w ciekawe obrazki.



Dzieci obserwują swoich rodziców bar-
dzo uważnie i przejmują od nich dużo
nawyków. Jeżeli więc dorośli nie mają
przyzwyczajenia zdrowego odżywiania,
z pewnością nie będą go miały również
dzieci. Widząc, że tata krzywi się na wi-
dok surówki, maluch zapamięta to i z
pewnością postąpi tak, jak ojciec.

Dobrym sposobem zachęcenia dzieci do
zdrowego odżywiania się jest wspólne
przygotowywanie posiłków jak i ich do-
stępność. Owoce zawsze powinny być w
zasięgu ręki, aby dziecko je zjadało, kiedy
tylko ma ochotę, natomiast słodczyce czy
chipsy lepiej schować głęboko w szafce.

Psychologowie odkryli, że w przekona-
niu dziecka do zjedzenia czegoś może
pomóc odpowiednie jego nazwanie.

Marchewkowa breja, smęt-
nie spoglądająca z talerza,
nie nastraja apetycznie,
można więc nadać jej jakąś
nazwę, najlepiej kojarzącą
się dziecku z jego ulubioną
kreskówką, zabawką czy
grą.

Ciekawie nazwane potrawy
można podawać w bardzo
kolorowych naczyniach.
Na przykład czerwone po-
midory w zielonej miseczce

na żółtym talerzyku. Dzieci uwielbiają
grę kolorów.

Warzywa, owoce, ryby czy ciemne pie-
czywo z ziarnami są doskonałym źró-
dłem witamin i minerałów. Pomagają
w chorobach serca, w walce z otyłością,
zapobiegają wielu chorobom, w tym
nowotworom. Jeżeli chcemy, aby nasze
dzieci od najmłodszych lat z przyjem-
nością jadły zdrowe posiłki, zacznijmy
od zmiany własnej postawy. Przestańmy
mówić o ich wartościach zdrowotnych,
ale sami zacznijmy się zdrowo odżywiać
dając przykład naszym pociechom.

„Mam ochotę zjeść owoce”, brzmi zu-
pełnie inaczej, niż „muszę zjeść”.

Malwina Komysz



Badania ratujące życie czyli nie bójmy się profilaktyki cz.1

Tempo obecnego życia jest zastraszające. Brakuje czasu na relaks, wspólne chwile z rodziną, o zadbanie o własne zdrowie nie wspomnę. A właśnie ono powinno zajmować pierwsze miejsce na liście naszych priorytetów. Bez niego nie damy rady być ani dobrym pracownikiem, ani rodzicem. Znajdźmy chwilę, np. w dniu swoich urodzin i zadbajmy o siebie i najbliższych. Poświęć jeden dzień i wykonaj chociażby jedno profilaktyczne badanie. Niech to będzie Twój cel w tym roku!



Podwyższone erytrocyty mogą mieć związek z: odwodnieniem organizmu, chorobami płuc, rakiem nerki, uzależnieniem od nikotyny, wrodzoną wadą serca, zespołem serca płucnego, bezdechem sennym czy niedotlenieniem organizmu.

♦ Krwinki białe (WBC).

Niski poziom WBC może świadczyć o leukopenii czyli braku zdolności organizmu do obrony przed infekcjami. Nieleczona może prowadzić do śmierci. Do niej mogą przyczynić się: przewlekłe choroby szpiku i krwi, włóknienie szpiku,

stanach zapalnych organizmu i zakażeniach pasożytniczych. Wysoka wartość WBC świadczy o walce układu odpornościowego z infekcją. Stan zapalny w organizmie może prowadzić do sepsy, która jest zagrożeniem życia.

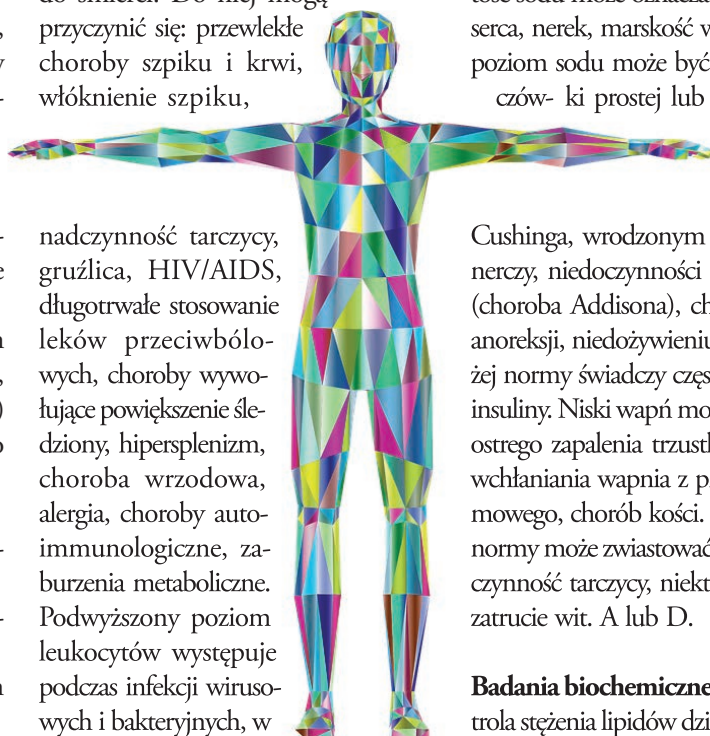
Badanie elektrolitów we krwi czyli jonogram w którego skład wchodzi: sód, wapń, potas, magnez, jony chlorkowe i fosforanowe. Zarówno niedobór, jak ich nadmiar są niebezpieczne dla zdrowia. Jonogram pozwala wykryć schorzenia spowodowane zaburzeniami gospodarki wodno-elektrolitowej. Np. niska wartość sodu może oznaczać: niewydolność serca, nerek, marskość wątroby. Wysoki poziom sodu może być wynikiem moczówki prostej lub cukrzycy. Potas

Morfologia krwi czyli badanie podstawowe daje obraz ogólnego stanu zdrowia w każdym wieku. Możemy szybko poznać powody złego samopoczucia lub wykryć chorobę w stadium, kiedy nie daje jeszcze żadnych objawów fizycznych. Morfologia bada liczbę poszczególnych komórek krwi, która jest wskazówką do rozpoznania problemu.

♦ **Czerwone krwinki (RBC)** czyli erytrocyty. Zmniejszona ich liczba może świadczyć o:

- niedoborze składników niezbędnych do produkcji erytrocytów (np. żelaza, witaminy B6, B12, kwasu foliowego) lub upośledzeniu ich wchłaniania, o schorzeniach szpiku kostnego,
- anemii/niedokrwistości,
- chorobach przewlekłych jak np. reumatoidalne zapalenie stawów,
- znacznej utracie krwi (uraz/krwawienie, krwotok wewnętrzny),
- przewodnieniu organizmu, wadach wrodzonych, ciąży czy białaczce.

nadczynność tarczycy, gruźlica, HIV/AIDS, długotrwałe stosowanie leków przeciwbólowych, choroby wywołujące powiększenie śledziony, hipersplenizm, choroba wrzodowa, alergia, choroby autoimmunologiczne, zaburzenia metaboliczne. Podwyższony poziom leukocytów występuje podczas infekcji wirusowych i bakteryjnych, w



w nadmiarze może świadczyć o zespole Cushinga, wrodzonym przerostie nadnerczy, niedoczynności kory nadnerczy (choroba Addisona), chorobach nerek, anoreksji, niedożywieniu. Wynik powyżej normy świadczy często o niedoborze insuliny. Niski wapń może być skutkiem ostrego zapalenia trzustki, upośledzenia wchłaniania wapnia z przewodu pokarmowego, chorób kości. Wynik powyżej normy może zwiastować pierwotną nadczynność tarczycy, niektóre nowotwory, zatrucie wit. A lub D.

Badania biochemiczne krwi czyli kontrola stężenia lipidów dzięki której może-

my wykryć miażdżycę, nadciśnienie tętnicze, cukrzycę, zawał mięśnia sercowego, zespół nerczycowy, żółtaczkę, niedoczynność pierwotną tarczycy, przewlekłe zapalenie trzustki. Wynik badania pomaga też ocenić ryzyko wystąpienia udaru mózgu. Zmiany miażdżycowe rozwijają się już od dzieciństwa, dlatego ważne jest, aby mieć lipidy pod kontrolą. U mężczyzn po 45 r.ż. i u kobiet 50+ profil lipidowy powinien być wykonywany raz w roku.

Poziom glukozy we krwi czyli glikemia pozwala wykryć stan przedcukrzycowy i cukrzycę. Wynik badania pomaga przy diagnozie nadczynności tarczycy, gruczolaka trzustki czy Zespołu Cushinga (to grupa objawów wynikająca z nadmiaru hormonów sterydowych m.in.: otłuszczenie twarzy i tułowia, nadciśnienie tętnicze, osłabienie, trądzik, obrzęki nóg, zaczerwienione policzki, bóle kostne). Niski poziom cukru może być oznaką insulinomii, niedoczynności przysadki czy raka nadnerczy lub opłucnej.

Próby wątrobowe czyli ocena pracy wątroby i dróg żółciowych. Można tak wykryć WZW typu B i C, kamice pęcherzykową, marskość dróg żółciowych, pierwotny nowotwór wątroby czy jej zapalenie. Wątroba nie ma unerwienia czuciowego, czyli wątroba nie boli. Kiedy pojawia się ból, oznacza to, że powiększona wątroba uciska na organy obok, czyli choroba jest już w stadium zaawansowanym. Choroby tego organu odbijają się na całym organizmie, gdyż wątroba nie tylko neutralizuje szkodliwe substancje, ale bierze też czynny udział w metabolizmie białek i węglowodanów, reguluje temperaturę ciała i wspomaga odporność organizmu.

Większość badań krwi wykonuje się na czczo – ostatni posiłek należy zjeść 8-12 h wcześniej. Latem dozwolona jest szklanka wody, ponieważ najmniejsze odwodnienie może zaburzyć wyniki. Przed badaniem nie należy żuć gumy ani spożywać cukierków odświeżających (za-

wierają cukier /substancje słodzące). Nie zaleca się też płukania jamy ustnej, gdyż niektóre płyny zawierają alkohol i cukier. 24 h przed badaniem bezwzględnie odstawiamy papierosy i alkohol. Jeśli stale przyjmujesz jakieś leki, ustal z lekarzem, kiedy je odstawić. Dzień przed pobraniem krwi unikaj nadmiernego wysiłku fizycznego.

Ewelina Szermińska,
magister pielęgniarstwa
AZ Rivierenland Rumst



ZAPRASZAMY NA
KRĘGI KOBIET



ZAPISY POD ADRESEM EPE.BRUKSELA@GMAIL.COM

KRĘGI ODBYWAJĄ SIĘ ONLINE W PONIEDZIAŁKI I WE WTORKI.

WIĘCEJ INFORMACJI NA [HTTP://ELLESPOURELLES.BE/KREGI-KOBIET/](http://ELLESPOURELLES.BE/KREGI-KOBIET/)

JESTEŚ W PUŁAPCE?

JEST
WYJŚCIE



SKONTAKTUJ SIĘ Z
ANONIMOWYMI
ALKOHOLIKAMI

POLSKOJĘZYCZNA INFOLINIA
AA W BELGII
+32 484 931102



Punkt Informacyjno-Kontaktowy
Polskojęzycznej Wspólnoty AA
w Holandii i Belgii



Celem i misją firmy jest pomoc Polakom mieszkającym w Belgii w rozwiązywaniu różnorodnych spraw związanych z pobytem, funkcjonowaniem i pracą w tym kraju w sposób profesjonalny, dyskretny i przyjazny

Zakres działań

- pomoc w charakterze tłumacza w placówkach, tłumaczenia dokumentów, pism, e-maili oraz inne w tym również przysięgłe,
- pomoc w przeprowadzeniu Klienta i jego spraw przez różne skomplikowane procedury w placówkach belgijskich,
- informowanie,
- doradztwo i porady indywidualne.

Pomagam między innymi w takich spraw jak:

- meldunek w gminie, zmiany adresów w gminie oraz sprawy obywatelskie,
- zakładanie firm,
- kupno/ sprzedaż nieruchomości,
- rejestracja i ubezpieczenia pojazdów,
- inne ubezpieczenia w tym przeciwpożarowe, ubezpieczenie rodzinne obejmujące szkody wyrządzone przez Ciebie, czy kogoś z Twojej rodziny lub Twojego zwierzątko osobom trzecim, ubezpieczenia cywilne, itd.,
- rozkładanie zaległych, nieopłaconych faktur na raty, kontakty z komornikami,
- reprezentowanie w bankach, placówkach służby zdrowia, notariusz, policja, itd.,
- wypełnianie wniosków min. świadczenia rodzinne, emerytalne, mieszkania socjalne, premie, itp.,
- oraz wiele innych.

Uwaga:

Powyższe sprawy toczą się według zasad i procedur belgijskiego prawa na co nie mam wpływu. Moje zadanie to przygotowanie dokumentu, czy wniosku wymaganych do rozwiązania sprawy ewentualny kontakt z daną placówką, oddziałem w Belgii w związku z tym nie odpowiadam za ostateczne decyzje podjęte przez organy belgijskie.

+32 489 931 951

e-mail: info@koperska-pomoc.be
www.koperska-pomoc.be

Książka na dziś

Pochodząca z Irlandii Północnej pisarka Lucinda Riley (ur. w 1971 r.) wychowywała się i kształciła w Anglii. Od dzieciństwa związana była z aktorstwem, występowała w telewizji, teatrze i w reklamach. Przez wiele lat jej pasją był taniec, uczęszczała nawet do szkoły baletowej.



Lucinda Riley, fr.wikipedia.org

Za największe swoje życiowe osiągnięcie uważała bycie matką siedmiorga dzieci. Kiedy jako młoda kobieta zachorowała na mononukleozę, przykuta do łóżka napisała swoją pierwszą powieść. I tak rozpoczęła się jej pisarska kariera, którą zakończyła nieuleczalna choroba. Pisarka odeszła w czerwcu 2021 w otoczeniu najbliższych. Miała 54 lata.

Jej książki zostały przetłumaczone na 37 języków, a liczba sprzedanych egzemplarzy przekroczyła 40 milionów. Szczególną popularnością cieszy się cykl „Siedem Sióstr”, którego ostatnia część ukaże się w Polsce w maju tego roku. Została ukończona przez jej najstarszego syna Harrego.

„Tajemnica Fleat House” powstała w 2006 roku, chociaż w tamtym czasie autorka nie zdecydowała się na jej wydanie. Książka ujrzała światło dzienne dopiero

po jej śmierci, a nad wydaniem pozycji pracował także jej syn Harry Whittaker.

Na terenie internatu prywatnej szkoły Świętego Szczepana w Norfolk dochodzi do nieszczęśliwego wypadku. Umiera osiemnastoletni uczeń, który prawdopodobnie przez pomyłkę zażył aspirynę, na którą był uczulony i w wyniku wstrząsu anafilaktycznego stracił życie.

Charlie Cavendish był rozpieszczonym aroganckim jedynakiem, znęcającym się nad słabszymi kolegami, w szczególności nad Rorem Millarem, którego szczególnie dręczył. Jednak bogaty i wpływowy ojciec Charliego nie przyjmuje do wiadomości tezy o nieszczęśliwym wypadku i domaga się wszczęcia śledztwa.

Do sprawy zostaje przydzielona od niedawna mieszkająca w tej okolicy Jazz Hunter. Pani komisarz ma na głowie pogarszający się stan zdrowia ojca, musi też uporządkować swoje życie po rezygnacji z pracy w Londynie, kiedy odkryła romans swojego męża, też policjanta. Zdecydowała się zamieszkać na prowincji i powrócić do swojej dawnej pasji, jaką jest malarstwo. Jednak po namowie swojego byłego już szefa postanawia podjąć wyzwanie i przyjąć propozycję prowadzenia dochodzenia.

Czeka ją trudne zadanie, choćby dlatego, że nie jest w stanie wykrzesać w sobie sympatii dla ofiary. Ale przede wszystkim dlatego, że osoby, z którymi rozmawia, wyraźnie coś przed nią ukrywają. I Jazz czuje, że nie chodzi im tylko o chronienie dobrego imienia szkoły. W trakcie śledztwa wypływają nowe fakty, które łączą

tajemnica sprzed lat. Sprawę komplikuje zaginięcie Rorego. W niedługim czasie Jazz odkrywa zwłoki starszego nauczyciela literatury klasycznej.

Pani komisarz, która musi walczyć z własnymi demonami, zaczyna zdawać sobie sprawę, że Fleat House skrywa tajemnice tak mroczne, że być może sama nie chciałaby ich odkryć. Czasami musi cofnąć się daleko do przeszłości, żeby zrozumieć obecne zachowania uczniów i pracowników.

„Tajemnice Fleat House” to pozycja wyjątkowa w twórczości Lucindy Riley. Autorka pokazała, że potrafi wykraczać poza ramy powieści obyczajowej i stworzyła kryminał wart przeczytania.

Polecam,

Agnieszka Buniowska



Słowo o byle czym

Można odnieść wrażenie, że wiedza odbywa drogę wzdłuż linii zakrzywionej w kierunku punktu wyjścia. Trudno jednak powiedzieć, gdzie jest początek wiedzy, bo żadnego Homo Sapiens przy Big Bangu nie było. Ale na szczęście mamy starożytnych, którzy mieli swoich starożytnych, mających swoich własnych starożytnych, bo od kogo sami by się uczyli.

Wiedza: Nowa Encyklopedia Powszechna definiuje wiedzę jako „ogół wiarygodnych informacji o rzeczywistości wraz z umiejętnością ich wykorzystywania”.

Najbardziej mnie kręci powyższy „ogół wiarygodnych informacji”, choć „umiejętność ich wykorzystania” włączy nieco na terytorium mądrości, do której tutaj dojdziemy albo i nie.

Nauka

Jako że trudno szastać wiarygodnymi informacjami bez uprzedniego ich przyswojenia, potrzebujemy pojęcia 'nauka', która: albo gra w berka z wiedzą (nie wiadomo, kto kogo aktualnie goni), albo nauka z wiedzą wpadają do knajpy pod skromnym szyldem Areopag na pucharrek ambry według miejscowej receptury.

Ale nie czepiamy się definicji oraz tego, czy nauka reprezentuje wiedzę bardziej, czy mniej, choć są na tyle zaprzyjaźnione, że podążają po tej samej krzywej, wspomnianej na wstępie.



A jest ona krzywa z dwóch powodów i trzeciego:

- Po pierwsze, nauka nie może być prosta, bo po co by ją wtedy studiować.
- Po drugie, nauka (jako stan wiedzy firmowany przez naukowców) i nauka (jako proces uczenia się) są używane zamiennie, co dla jednych bywa bardziej, dla innych mniej (patrz: „Słowo...” pt. Czym się różni kaczka – z marca br.).
- Po trzecie, nauka nauki bywa zwieńczona uzyskaniem certyfikatu, który sygnalizuje, że proces nauki się zakończył.

Na szczęście miś Puchatek wspomaga filozoficznie: „Boże, spraw, żeby nam się chciało, tak jak nam się nie chce”.

Dzięki temu przed uzyskaniem certyfikatu występuje wzmoczenie wysiłków, po czym następuje stan błogości w świadomości, że dalszy wysiłek już nie jest potrzebny, co bywa traktowane jako upoważnienie do szastania wiedzą. Niestety, taki jeden stwierdził złośliwie: *Panta rhei* – wszystko płynie. A także „nie można

wejść dwa razy do tej samej rzeki”. Powoduje to pewien dyskomfort w szastaniu. Zwłaszcza że wiedza i mądrość to nie to samo.

Mądrość

Według Wielkiego słownika języka polskiego mądrość to:

„Cecha człowieka mającego dużą wiedzę, inteligencję i doświadczenie”.

Na stronie Pl.gadget-info.com znajdziemy uzupełnienie: „Wiedza to gromadzenie informacji, zdobytych dzięki edukacji lub doświadczeniu. Z drugiej strony mądrość polega na tym, w jaki sposób zastosować swoją wiedzę dla dobra innych”. Inaczej mądrość to umiejętność podejmowania właściwych decyzji w oparciu o informacje.

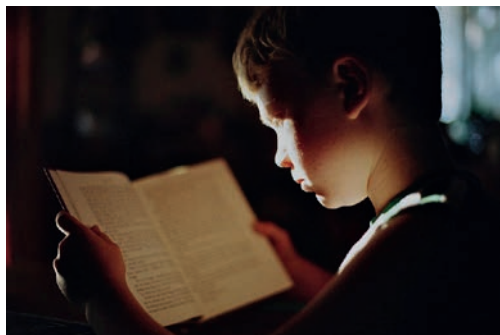
Ten sam słownik PWN: „filozofia to z gr. umiłowanie mądrości, czyli «nieustanne dążenie do wiedzy i poszukiwanie pewności»”. „Czyli jest to najbardziej ogólna, fundamentalna, racjonalna i krytyczna wiedza o wszystkim, co istnieje”.

Pod tą samą definicją: „Według Platona [...] filozofia sytuuje się pomiędzy mądrością bogów a głupotą głupców” [...] dlatego szczytem filozoficznej mądrości jest brak ostatecznej pewności („wiem, że nic nie wiem” – Sokrates). To tyle o zwojach papirusowych.

Cd. potrząsania...

...szarymi zwojami. Zamierzanie się własną arogancją na strzeżone przez potężnych kapłanów Święte Słońce Wiedzy – czyli babranie się w informacjach, kiedyś mogło skończyć się tragicznie tylko z powodu pęczka ziół dyndających pod powałą.

Obroty sfer to już grubsza sprawa, która też nie wszystkim wychodziła na zdro-



idee zostają zaakceptowane nie dzięki temu, że starsi uczeni się do nich przekonują, tylko dzięki temu, że wymierają”. Potem nowe pokolenie po prostu się zapoznaje z nową wiedzą i traktuje ją jako oczywistość.

Nowa gra planszowa

wie z powodu opalania się na stosie. Na szczęście ten okres rozpasania okrutnych wrogów zwykłej docieklivości mamy już za sobą dzięki wzrostowi zaufania społecznego do autorytetów.

Któż to powiedział, że umiłowanie mądrości przywilejem tylko filozofów jest? Jak np. Tales z Miletu (ok. 625-545 p.n.e.), uznany przez późniejszych Greków za pierwszego filozofa. Lub Heraklit z Efezu, który stracił zaufanie do poznania zmysłowego. Uważał, że „poznanie prawdziwe wymaga odpowiedniego nastawienia i jakości duszy poznającego”. Ale opuśćmy świątynię filozofii i przejdźmy na dziedziniec codzienności.

W zdrowym ciele zdrowy duch

Przejażdżka rowerem po czerwonym asfalcie jest korzystna dla zdrowia, lecz pełnię korzyści zapewnią boczne uliczki wyposażone w stary bruk. Po takiej trzęsionce i krew szybciej krąży, i trawienie lepsze, i ciało ma pełniejszą świadomość, że jest utkane z materii, więc w niej powinno być aktywnie obecne. Inną korzyścią jest delikatne wstrząśnienie zwojami.

Spowoduje to co prawda niedowierzanie, że materii w zasadzie nie ma i jest złożona głównie z wirów energetycznych w próżni stanowiącej 99,999999999% materii. Ale nawet Max Planck, odkrywca kwantów, sam nie mógł do swojego odkrycia się przekonać. To on zauważył: „nowe

Pewien Młody chciał wymyślić nową grę planszową, bo go znudził upór starego pokolenia, więc główkuje, szkicując na starym kartonie zagajnik i małe domki na polu: tu będzie Departament Wojny, Sekretarz Wojny, potem Minister Wojny. Ale przyszedł Ważniak i powiedział: jak to wygląda, żeby było Ministerstwo Wojny czy Ministerstwo Inwazji Zbrojnej, podczas gdy nawet dobrze zaostrzony ołówek może być bronią? – Koniec z wojnami! Od tego czasu nikt nie atakuje, wszystkie wojska się bronią, są tylko misje pokojowe w celu zażegnania lokalnych konfliktów.

– Na szczęście nie ma już ołowianych żołnierzyków, za to są plastikowe lekkie figurki – mruczy pod nosem Młody.

Ale co to za konflikt bez agresora? W związku z tym budzą chłopą w nocy, aby przez zaskoczenie dowiedział się, że jest agresorem, przeciwko któremu obce Ministerstwo Obrony musiało skierować siły obrony w celu bronięcia się z powodu zagrożenia wywołanego przez jego Ministerstwo Obrony.

– To brednie jakieś, mruczy Młody, ale myśli sobie – a co mi tam, i myśli dalej:

Przebudzony protestuje, że niby ani on, ani jego śpiąca żona, ani jego śpiące dzieci, ani stryjek i ciężarna stryjenka na żadne ekspansje nie ma ani ochoty, ani czasu. Ma on bowiem ważniejsze cywilne sprawy na głowie i za Chiny ani za Boga walczyć nie będzie, bo nie ma z nimi

umowy: ani w zakresie zgodności interesów – bo kto z takim nikim chciałby prowadzić interesy – ani też w zakresie sprzeczności interesów – bo to jakaś głupota jest z powodu potęgi instancji mających interesy sprzeczne z interesami niewyspanego cywila.

Potem chłop się rozmarzył: kiedyś to były wyprawy. Można było brać branki z łapanek i przywlec je do chałupy. Na te słowa obudziła się żona. – Ja ci dam branki z łapanek! ...no, żeby kobiecie przy gospodarstwie pomogły – zreflektował się cywil.

Kobieta przeciąga się ziewając. – Moja babka to miała chłopą.

Kiedyś w szafie trzymała stary mundur po dziadku, który wziął udział w powstaniu, ale nawet nie wiedziała, w jakim celu dziadek rano powstał spod pierzyny i wyszedł, żeby już nigdy do chałupy nie wrócić. Tylko skotłowana pościel pozostała babci jako motywacja do czekania na dziadka, którego niestety bez ostatniego oddechu koledzy przywieźli do domu. Nic to, że ten mundur to była zwykła cywilna kapota. Ale nabyła cech munduru z powodu czerwonych dziur poprzez które dziadek został śmiertelnie ugodzony białą bronią.

– Taa. Kiedyś to człek wiedział swoje i to mu starczało, bo wiedział wszystko, czego potrzebował. A tak niewiele trzeba wiedzieć, żeby wiedzieć wszystko.

– Ja tam wiem swoje, dodała kobieta. – No, idźcie już, bo dzieci się budzą.

Michał Nowacki



JK ELEKTRO bvba

usługi elektryczne

- 15-letnie doświadczenie na rynku belgijskim
- instalacje domowe, sklepowe, biurowe
 - małe i duże przeróbki
 - domofony, wideofony
- uziemienie, plany, schematy
- zwiększanie mocy (electrabel, infrax,
- odbiory techniczne instalacji)
- instalacje przeciwpożarowe
 - instalacje alarmowe
 - nowe instalacje



jk.elektro@hotmail.com
Meierhoek 31
2170 Merksem
btw. BE 0688.886.278

Jacenty +32 495 340 632
Adam +32 488 416 538

INSTAL bvba

- ✓ Naprawy i przeglądy kotłów gazowych i olejowych z atestem.
- ✓ Montaż kotłów kondensacyjnych, wentylacji i klimatyzacji.
- ✓ Instalacje centralnego ogrzewania, wodno-kanalizacyjne i gazowe.

**Nasza firma posiada
20-letnie doświadczenie.**

Kontakt: 0494254125, 0498699317
info@instal.be

BELGIJSKA FIRMA PRZEPROWADZKOWO TRANSPORTOWA Z ANTWERPII



przeprowadzki - windy - transport - magazyn do przechowywania

USŁUGI:

1. PRZEPROWADZKI OD A DO Z:

- z windami, ciężarówkami, pracownicy do pomocy (lub bez)
- dysponujemy 2 ciężarówkami do przeprowadzek 27m³ i 39m³, większa z windą, mniejsza bez windy
- koce, liny do mocowania, wózki
- opróżnianie domów po wyprowadzce, ze swoim kontenerem

2. WINDY

- dysponujemy 3 windami: od 1 do 10 piętra, w tym jedna na przyczepie 21m (wynajem na godzinę, dzień, tydzień, miesiąc)

3. TRANSPORT

- dostawa mebli ze sklepów do klienta, dostawa materiałów budowlanych, palety itd.

4. MAGAZYN DO WYNAJECIA

- wynajem miejsca w magazynie do przechowywania rzeczy, mebli - różne pojemności

DODATKOWE USŁUGI:

- demontaż i montaż mebli
- pakowanie - rozpakowywanie
- sprzedaż materiałów do przeprowadzek (pudełka, taśmy, koce, liny, wózki, itd)

TRANSPORT:

na terenie Belgii i pobliskich krajów oraz na różnego rodzaju imprezy: wesela, urodziny, spotkania, VIP, itd

- ✓ wymagane ubezpieczenia i atesty
 - ✓ ubezpieczenie KBC
- ✓ staranności profesjonalizm
- ✓ 10 lat doświadczenia

**Dołożymy wszelkich starań aby
przeprowadzka do nowego mieszkania odbyła się
bez stresu dla Ciebie.**

Pamiętaj o pozwoleniu i znakach przed przeprowadzką!



Andrzej: +32 485/850.499

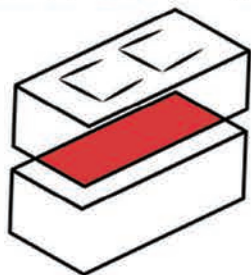
info@desaan.be, www.desaan.be

f desaan.verhuizingen

Ważne! Po dokonaniu rezerwacji można bezpłatnie zrezygnować do 24h przed

MATERIAŁY BUDOWLANE

oferujemy trwałe i wysokojakościowe materiały!



STUCKERS

BOUWMATERIALEN



Od teraz mamy również płytki w swoim asortymencie!
Płytki matowe, z połyskiem, drewnopodobne oraz wiele więcej!
Dostępne w wymiarach 30x60cm, 45x45cm, 60x60cm, 60x120cm!
Ceny już od €20,75incl. za m²! Przy zakupie większej ilości
oferujemy zniżki w wysokości 20-30%



W ofercie posiadamy także
odpływy liniowe łazienkowe,
w wymiarach 500mm-900mm,
różne wzory w tym odpływy pod płytki!



ZAPRASZAMY!



Levelit



Chcesz dowiedzieć się więcej? Zajrzyj na naszego Facebooka! /stuckers.bouwmaterialen

Oferujemy również dowóz materiałów, zamówienia można składać mailowo lub telefonicznie.

KONTAKT:

kom. +32 468 17 04 56
mail stuckersbvba@gmail.com
 /stuckers.bouwmaterialen

GODZINY OTWARCIA:

PON - PT 6:00 - 18:00
SOB 7:00 - 15:00

ADRES:

BOTERLAARBAAN 108
2100 DEURNE



perfectie @ home

Zatrudnia już ponad 1000 pracowników na terenie Belgii

OFERUJEMY:

Elastyczne godziny pracy i wynagrodzenie **ZAWSZE** na czas.
Zaufani i przeszkoleni pracownicy mówiący w różnych językach pomogą Ci ustalić grafik dostosowany do twoich potrzeb.

Ponadto otrzymasz u nas:

- elektroniczne bony żywnościowe za 8 euro
- wynagrodzenie za telefon
- ubrania do pracy: koszulki polo, fartuszki oraz buty
- wynagrodzenie za pranie ubrań
- zwrot kosztów transportu do klienta
- roczny abonament na de lijn
- pieniądze wakacyjne oraz roczną premię
- **HOSPITALIZATIEVERZEKERING** dla Ciebie i Twojej rodziny



Nasze biura:

Leon Stynenstraat 70, **Antwerpen**
Frans Van Heymbeecklaan 1, **Deurne**
Kapelstraat 25, **Hove**
Provinciale Steenweg 50, **Schelle**
Handelslei 106, **Zoersel**

antwerpen@perfectieathome.be
deurne@perfectieathome.be
hove@perfectieathome.be
schelle@perfectieathome.be
zoersel@perfectieathome.be