



- Prawne absurdy
- Jak wynająć mieszkanie lub dom i potem nie mieć kłopotów
 - Być razem w czasie Świąt
 - Historia Choinki Bożonarodzeniowej
 - Praktyka (nie)Uważności

W NUMERZE:

- 3 Prawne absurdy
- 8 Magia światła, magia Świąt
- 10 Jak wynająć mieszkanie lub dom i potem nie mieć kłopotów
- 14 Kuchnia belgijska dla każdego
- 16 Przez Boga opuszczeni
- 20 POL-BIZ Networking XXL: budowanie silnych relacji biznesowych to podstawa
- 24 Z życia polskiej szkoły w Antwerpii
- 26 Być razem w czasie Świąt
- 31 Historia choinki bożonarodzeniowej
- 34 Praktyka (nie)Uważności
- 36 III Festiwal Piosenki Polskiej w Gandawie
- 38 Kto czuwa nad prawami pracowników w miejscach pracy?
- 40 Z kroniki wydarzeń szkolnych
- 42 Spod Husarskiego Skrzydła
- 46 Czym jest trychologia i na czym polega praca trychologa?
- 48 Ból – III stopień drabiny analgetycznej
- 50 Książka na dziś
- 52 Słowo o byle czym



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



**Projekt finansowany ze środków Kancelarii Prezesa Rady Ministrów
w ramach konkursu Polonia i Polacy za Granicą 2023**



**Projekt „Polska Platforma Medialna Świat”
realizowany przez Fundację Wolność i Demokracja.**

*Publikacja wyraża jedynie poglądy autora/ów i nie może być utożsamiana
z oficjalnym stanowiskiem Kancelarii Prezesa Rady Ministrów.*

Prawne absurdy

Ustawodawstwo belgijskie bywa niekiedy wyjątkowo absurdalne, a niektóre z przepisów co najmniej dziwaczne. Na przykład zgodnie z prawem nikt nie może zabrać ostatniej krowy, świni i 24 kurczaków. Muzyk uliczny może zostać ukarany grzywną, jeśli śpiewa fałszywie. A prywatne psy, konie i woły mogą zostać zarekwirowane do ciągnięcia pojazdów wojskowych.



Godło Wielkie Królestwa Belgii, autor: Sodacan, pl.wikipedia.org

Ze swoim złożonym podziałem językowym i zawilim systemem zarządzania, który często dezorientuje nie tylko turystów, ale i obywateli, Belgia ma reputację kraju z prawem, które można wytłumaczyć jedynie słowami „To takie belgijskie”.

1. Trójkolorowa belgijska flaga jest „niekonstytucyjna”

Flaga Belgii w kształcie prostokąta składa się z trzech równych pionowych pasów. Patrząc od lewej strony są one w kolorach: czarnym, żółtym oraz czerwonym. Co zaskakujące, jeden z artykułów Konstytucji stanowi: „Naród belgijski wybiera jako swoje kolory czerwony, żółty i czarny”.

Zmiana kolejności kolorów pochodzi z okresu po rewolucji belgijskiej, z 1830 roku. Oryginalne flagi były w rzeczy-

wistości czerwono-żółto-czarne. Wraz z ogłoszeniem niepodległości przez Belgów, pasy na fladze ułożono poziomo. Układ na pionowy postanowiono zmienić 23 stycznia 1831 roku, ponieważ pasy poziome kojarzone były z symbolem narodowym Holandii. W dalszej kolejności postanowiono również zmienić kolejność kolorów.

Potem jednak nikt nie zadał sobie trudu, by zrewidować ten przepis w Konstytucji. Dokument w tej kwestii nigdy nie był zmieniany. I tak belgijska flaga powiewa „niekonstytucyjnie” od prawie dwóch stuleci.

2. Król może mobilizować wojska w Kongu

Chociaż Kongo uzyskało niepodległość w 1960 r., belgijski król nadal oficjalnie ma prawo – na mocy ustawy z 1937 r. – podejmować wszelkie niezbędne kroki w celu mobilizacji wojsk w „Kongu Belgijskim”. Zgodnie z prawem może również zapewnić ochronę ludności kongijskiej na wypadek wojny. Takie środki może podjąć nawet w czasie pokoju.

3. Zakaz sprawowania urzędów publicznych w Belgii przez członka holenderskiej rodziny królewskiej

Dekret z 1830 roku wyłącza holenderską rodzinę królewską Oranje-Nassau z pełnienia wszelkich stanowisk w Belgii. Na wieczność. W teorii wyklucza ich nie tylko z możliwości zasiadania na tronie, ale także z dostępu do sektora rządowego,



Herb Królestwa Niderlandów, autor: Sodacan, pl.wikipedia.org

możliwości kandydowania w wyborach w Belgii, czy piastowania wysokich stanowisk.

Dekret sięga okresu tuż po panowaniu holenderskiego protestanckiego króla Wilhelma I, którego nieudolne rządy doprowadziły do wybuchu niezadowolenia w katolickiej Belgii, co zakończyło się rewolucją i oderwaniem się tego państwa od Holandii w 1830 roku. A belgijscy rewolucjoniści nie chcieli mieć nic wspólnego z holenderską dynastią.

Dekret nie jest zgodny z Europejską Konwencją Praw Człowieka. Podejmowano już liczne próby jego zmiany, ale ponieważ jest to tekst konstytucyjny, wymagana jest większość konstytucyjna. W 2014 roku N-VA podjął kolejną próbę zmiany powyższego przepisu, ale nie powiodła się.



4. Nikt nie może zabrać ostatniej krowy, świni i 24 kurczaków

Kodeks postępowania cywilnego zawiera listę rzeczy, których co do zasady nie może zająć komornik (w celu zagwarantowania minimalnych warunków życia).

Chociaż taka lista jest użyteczna sama w sobie, sporo wymienionych w niej przypadków jest przestarzałych. Na przykład jeden z przepisów stanowi, że „krowa, dwanaście owiec lub kóz nie są podatne na zajęcie”.

Nie można też skonfiskować czyjejś „ostatniej (lub jedynej) świni i dwudziestu czterech zwierząt gospodarskich”. Z konfiskaty wyłączone są również materiały potrzebne do „wykarmienia i utrzymania bydła przez miesiąc”.

5. Psy, konie i woły mogą być wykorzystywane do napędzania pojazdów wojskowych

Przepis wojskowy z 1939 r. odnosi się do „zwierząt pociagowych (konie, woły, psy itp.)”, które można „zarekwirować do wojska w celu przemieszczania się wojska”. Zwierzęta powinny być „zawsze pod ręką, gdy wojsku zabraknie paliwa”.

6. Tylko osoby starsze, niedołążne, kobiety i dzieci mogą zbierać resztki poźniwne

Przepis z połowy z 1866 roku jest kolejnym fascynującym źródłem dziwacznych praw. Zawiera nadal obowiązujący prze-

pis określający, kto może zbierać resztki, które pozostają na polu po zbiorach.

Kodeks zastrzega to prawo dla „osób starszych, niedołążnych, kobiet i dzieci poniżej dwunastego roku życia”. Te osoby mogą zbierać pokłosie od wschodu do zachodu słońca, ale mogą używać tylko rąk: używanie grabi „z żelaznymi zębami” jest karalne.

Zawiłości GAS

Grzywna GAS to administracyjna kara pieniężna nakładana na osoby w wieku 14 lat i starsze w przypadku naruszenia przepisów. Można ją otrzymać za wiele wykroczeń, w tym za te najbardziej absurdalne. Gminy lub miasta same określają, co jest możliwe na ich terenie i za jakie przewinienie obywatel ryzykuje sankcją administracyjną.

W ostatnich latach belgijski ustawodawca podjął starania, aby przeszedźić i znieść przestarzałe przepisy. Można by w tym momencie pokusić się o nieco uszczypliwości, że posłowie powinni poświęcić swój czas na poprawę jakości najnowszych przepisów lub ograniczenie ich ilości, zamiast zajmować się prawami historycznymi, które zwykle nikomu nie przeszkadzają.

Dopiero w 2005 roku po raz pierwszy od 175 lat opublikowano ustawę znoszącą inne ustawy. Mimo że niektóre przepisy już nie obowiązują, niektóre z nich zasługują na wzmiankę. Na przykład:

- Jeszcze kilka lat temu obywatelom nie wolno było hodować gołębi. Jeśli imigrant chciał się społecznie zintegrować poprzez wstąpienie w szeregi belgijskich hodowców gołębi, było to oficjalnie zabronione, chyba że dana osoba miała szczęście i uzyskała specjalne zezwolenie od samego ministra sprawiedliwości.

Przepis ten był częścią ustawy z 1923 r.,

wraz z wieloma innymi dziwnymi zapisami, dotyczącymi potencjalnego wykorzystania gołębi do celów wojskowych i szpiegowskich.

- Do 2005 roku, zgodnie z dekretem z 1791 roku, tylko rząd mógł drukować ogłoszenia na białym papierze czarnymi literami. Obywatele byli zobowiązani do używania kolorowego papieru. Celem regulacji, która sięga czasów francuskich, było uniknięcie nieporozumień co do statusu i pochodzenia różnych wiadomości w czasie, gdy rząd komunikował się głównie za pośrednictwem publicznych plakatów.

- Zniesiono również przepisy z 1841 roku, przewidujące obniżenie kary za zranienie lub zabicie kogoś w czasie pojedynku. Słynny wniosek dotyczył sprawy ministra sprawiedliwości (!) Félix Chazala, który został oskarżony o pojedynek na pistolety w 1865 r. w wyniku politycznego sporu z posłem Janem de Laetem (kto mówi, że dzisiejsza debata polityczna jest agresywna?).

- Zniesiono też ustawę aptekarską z 1967 r., która umożliwiła lekarzom pierwszego kontaktu działanie jako farmaceutów, a tym samym sprzedaż pigułek i syropów. Ustawa ta pochodzi z okresu, kiedy w Belgii było za mało aptekarzy.

Za co m.in. są karani i mogą być karani obywatele?

- W Mechelen młodzi ludzie otrzymali mandat GAS za zjedzenie kanapki na ganku kościoła. Grzywny zostały wycofane po zainteresowaniu się sprawą przez media.

- W Hofstade mieszkankę ukarano grzywną GAS, ponieważ wyrzuciła papiery do publicznego kosza na śmieci, a w Ostendzie obywatel otrzymał mandat po tym, jak podniósł śmieci i wrzucił je do śmietnika.

- Mieszkaniec Mechelen musiał zapłacić grzywnę GAS w wysokości 75 euro i dodatkowe 150 euro kosztów administracyjnych za wyrzucenie garści odpadów do kosza na śmieci przez okno swojego samochodu. Argumentacja urzędnika, który nałożył karę: takie postępowanie jest niezgodne z prawem. Do pojemników na śmieci można wrzucać wyłącznie odpady wytworzone na miejscu.

- W Antwerpii sześciu młodych ludzi w wieku powyżej 16 lat zostało ukaranych grzywną GAS za siedzenie (ze stopami na ziemi) na ławce na placu zabaw, który jest dostępny tylko dla 12-latków. Nie było hałasu, kłótni, zażywania narkotyków, śmieci ani innych form uciążliwości.

- Również w Antwerpii mężczyzna otrzymał grzywnę GAS za otwarcie puszkę piwa na Astridplein. Podczas mediacji zaproponowano mu udział w trzech sesjach Anonimowych Alkoholików, chociaż mężczyzna nie jest alkoholiczkiem. Ostatecznie grzywna GAS została zniesiona.

- W Leuven uliczni muzycy mogą otrzymać grzywnę za oszukiwanie i fałszowanie. W Lokeren i Turnhout przepisy GAS zawierają zapis zakazujący „praktyki wróżbiarskiej, interpretowania snów, znachorstwa i praktyk pokrewnych”.

- Lede zezwala na grę w piłkę i inne gry wyłącznie w miejscach publicznych, „które zostały specjalnie do tego celu wyznaczone przez radę gminy”. Wnioski należy składać na piśmie z co najmniej 8-dniowym wyprzedzeniem. We wszystkich innych miejscach gra jest możliwa



tylko „za uprzednią pisemną zgodą” burmistrza i radnych.

Dodatkowo osoba „odpowiedzialna za wymagane środki bezpieczeństwa” musi przedstawić polisę ubezpieczeniową „pokrywającą wszelkie możliwe szkody”.

- W Arendonk mieszkańcy pod groźbą kary muszą niezwłocznie powiadomić radę miejską o obecności gaśienicy korowódki. Natomiast wędkarze ryzykują grzywnę GAS w wysokości 250 euro, jeśli odległość między nimi a wędką podczas łowienia przekracza 3 metry.

- W Sint-Niklaas nadal obowiązuje zakaz wspinania się na drzewa, w Deinze zabronione jest ponowne wyrzucenie zebranych konfetti w powietrze. W Ypres obywatele ryzykują grzywnę nie powiadamiając gminy, jeśli znaki drogowe „staną się nieczytelne lub niewidoczne”.

- Każdy, kto straszy widzów parady karnawałowej w Hasselt, naraża się na grzywnę GAS. W Lokeren idą o krok dalej: tam nie wolno nikogo straszyć.

- Mieszkańcy Evergem zobowiązani są zakładać psu kaganiec, jeśli rasa figuruje na liście zawartej w dekrete królewskim, który już nie istnieje. Liczne gminy nakładają kary GAS za niebezpieczne zwierzęta domowe. Komu nakładają, nie wiadomo.

- W Lokeren można być ukaranym za rzucanie śnieżkami, a w Hoeilaart za przyjmowanie groźnej postawy. Przy czym nikt tej postawy nie zdefiniował. W Grimbergen zabrania się umieszczania na drodze znaków niepokojących. Najlepiej wcześniej zapytać urzędnika GAS, co go niepokoi.

- W Hamme i Waasmunster trzeba bardzo uważać, kiedy hodowcy gołębi wypuszczają gołębie lub kiedy ptaki wracają do domu. Nie wolno wtedy wieszać

prania, uderzać przedmiotami, machać flagami ani ich wywieszać. Za to flagi mogą zawsze wisieć na budynkach użyteczności publicznej.

- Dilbeek jest jedną z wielu gmin, w których za obrazę kogoś grozi grzywna GAS. To, co dokładnie rozumie się przez zniewagę, pozostawia się mądrej ocenie urzędnika GAS.

- Gdy dziecko w wieku poniżej 12 lat wchodzi na cmentarz w Arendonk bez dorosłego opiekuna, grozi mu grzywna GAS w wysokości do 250 euro, zgodnie z regulaminem policji miejskiej. Nie jest jasne, jak można to pogodzić z ustawą o grzywnach GAS: minimalny wiek dla grzywnien wynosi 14 lat a maksymalna kwota, którą można obciążyć dzieci w tym wieku, to 175 euro.

Wielu burmistrzów stara się unikać śmiesznych i absurdalnych kar w swojej gminie. Bo jak i kogo ukarać np. w Wellen w czasie karnawału, kiedy urzędnik musi mieć w kieszeni taśmę mierniczą i nie tylko ustalić, czy konfetti używane przez uczestników zabawy jest biodegradowalne, ale też sprawdzić, czy ma maksymalną średnicę 10 milimetrów.

Jak widać, prawo nie zawsze nadąża za zmieniającymi się realiami życia zwykłego obywatela. Niestety nie można osobnym dekretem unieważnić wszystkich starych absurdów. Jest to niemożliwe, ponieważ granice absurdu nie zostały jeszcze oficjalnie wytyczone.

Bo być w zgodzie z prawem to jedno, a być w zgodzie ze zdrowym rozsądkiem, to drugie.

Anna Janicka

Źródła:

knack.be, demorgen.be, fansofflanders.be, nieuwsblad.be

Knauf MP 75

Knauf KZW 700
zbrojony

Bio flexo
biały / szary

Mapei
ultraplan

Knauf
fill & finish

Knauf
Betokontakt

Ceresit CT17
profiprimer

Papier tetra
50 m²



POLSKI SKLEP BUDOWLANY



GODZINY OTWARCIA

Poniedziałek - piątek 6.00 - 18.00

Sobota 6.00 - 16.00

Niedziela i święta - zamknięte

Tweemontstraat 62

2100 Deurne

BTW 0721.691.381



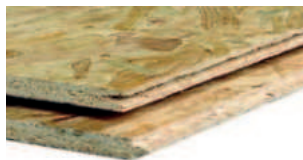
0484 137 895, 0496 138 360, 0465 309 956



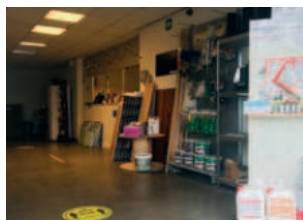
r_j_construct@hotmail.com



*Wszystkim naszym klientom życzymy spokoju,
ciepła i radości w Święta Bożego Narodzenia
oraz pomyślności i sukcesów w Nowym Roku*



OSB 12mm - 7€ netto 1pc
OSB 18mm - 9€ netto 1pc



www.niedziela.be

Portal Polaków w Belgii

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



Magia światła, magia Świąt

Najbardziej magiczny i rodzinny czas w roku zbliża się wielkimi krokami. Choć dni są coraz krótsze i każdego dnia zmierzch zapada wcześniej, ma to również swoje dobre strony.

Naturalnie więcej czasu można spędzić w domu przy kominku z kubkiem gorącej czekolady lub rozgrzewającej herbaty, oddając się lekturze książek lub oglądaniu filmów czy seriali. Ci jednak, którzy zdecydują się założyć czapkę, ciepły płaszcz i wyjść z domu, będą mogli nacieszyć swoje oczy magią światła, feerią barw i niezliczonymi wprost lampkami, które podczas licznych świetlnych parad i festiwali wprowadzą nas w magiczny świąteczny klimat.

Na szczególną uwagę zasługują popularne tzw. verlichte tractorstoet czyli świetne parady traktorów udekorowanych świątecznymi lampkami, które zachwycają zarówno pomysłowością, jak i wykonaniem. Powszechną tradycją jest, iż w przygotowaniach pokazu uczestniczą całe rodziny i wspólnie przystrajają pojazdy w możliwie finezyjny sposób.

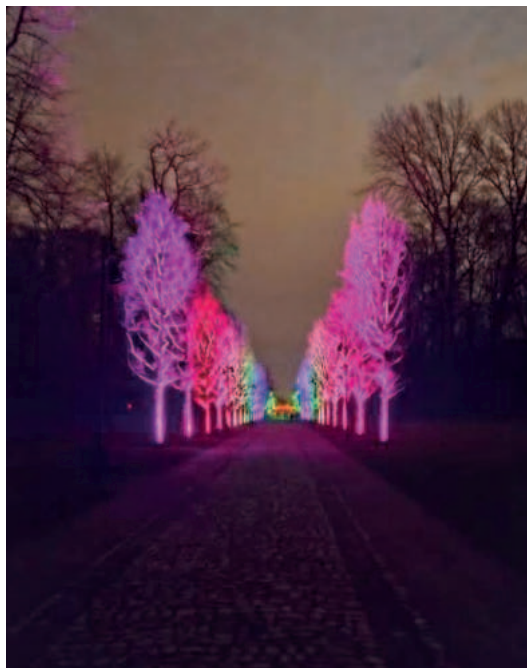


foto.: Sylwia Lichocka



foto.: Sylwia Lichocka

Nie zabraknie więc na pewno świętych Mikołajów, reniferów, choinek i wszystkiego, co kojarzyć się może ze Świątami.

Samej paradzie najczęściej towarzyszy też świąteczny jarmark i dodatkowe atrakcje dla dzieci. Nie dziwi więc nikogo, że cieszą się one ogromną popularnością i są szczególnie chętnie odwiedzane przez rodziny z dziećmi. W całej Belgii tylko w ciągu grudnia odbędzie się ich 41, z czego aż 39 we Flandrii. Jest więc z czego wybierać.

W najlepszej sytuacji są mieszkańcy Brabancji Flamandzkiej, ponieważ właśnie tu odbywa się najwięcej pokazów: chociażby w Bertem, Zoutleeuw, Aarschot, Bierbeek, Budingen, Gooik czy Kumtich. W regionie Antwerpii można się wybrać do Putte, Zoersel, Beerse, Geel, Turnhout czy Reet, zaś we Wschodniej Flandrii do Vrasene, Hamme, Oosterzele

lub Lede. Gdziekolwiek się udamy, na pewno oczaruje nas rodzinna i ciepła atmosfera, a świetne instalacje zachwycają zarówno dorosłych, jak i dzieci.

Jeśli jednak nie jesteś zwolennikiem huku ciągnikowych silników, ale chcesz w te jesienno-zimowe wieczory dać się oczarować magii światła, to bynajmniej nie jest to koniec atrakcji. W tym roku Flandria oferuje ich niezliczoną ilość i naprawdę jest z czego wybierać, bowiem ta imponująca lista obejmuje chociażby iluminacje w parkach miejskich lub zamkowych, instalacje w przestrzeni miejskiej, świetne aranżacje ogrodów botanicznych bądź zoologicznych, przedstawienia w zamkach, wioskę ognia czy magiczny świetlny szlak na wybrzeżu.

Jeżeli jakimś dziwnym trafem nie byliście jeszcze w Brugii, to festiwal Wintergloed jest ku temu świetną okazją. To urokliwe średniowieczne miasto do 7 stycznia będzie emanowało zimowym blaskiem i odwiedzającym oferuje świąteczne jarmarki, specjalny zimowy bar i zjawiskowo ozdobione lodowisko, obok którego trudno przejść obojętnie.

Jednak największą atrakcją miasta w świątecznej odsłonie będzie Aurora czyli 2,5 kilometrowej długości magiczna ścieżka wzdłuż 10 wyjątkowych instalacji. Zachwycające kompozycje inspirowane zorzą polarną zostały umieszczone w mniej popularnych i nieoczywistych miejscach, tak aby spacer dostarczał jak najwięcej wspaniałych przeżyć.

Jak co roku ogród botaniczny Meise pod Brukselą zaprasza na WinterFloridyllę w dniach od 21 grudnia do 7 stycznia. Na te kilkanaście wieczorów park i ogród zamieniają się w bajkową, magiczną przestrzeń, gdzie światło, obraz i dźwięk przenikają się wzajemnie, dostarczając zwiedzającym niezapomnianych przeżyć. Instalacje świetlne wykorzystują naturalne walory takich miejsc jak bambusowy las, ogród na wyspie czy szklarnie i przy wtórze niezwyklej muzyki, skomponowanej specjalnie na tę okazję przez Pieta Goddaera, dają 3,5 kilometrową magiczną podróż.

Ci, którzy wolą bardziej zwierzęta niż rośliny, mogą do 7 stycznia wybrać się do ZOO Plackendaal w Mechelen na widowisko „Dragons & Unicorns”. Sukces zeszłorocznego festiwalu przerósł

najśmielsze oczekiwania, dlatego misję tworzenia wydarzenia ponownie powierzono China Light Festival b.v. Mityczne stworzenia przeniosą nas w magiczny świat, gdzie w niezwyklej scenerii smoki i jednorożce będą na wyciągnięcie ręki.

Niezapomnianych wrażeń mogą się też spodziewać wszyscy, którzy w dniach 8-28 grudnia w ramach projektu Kerstmagie odwiedzą jeden z 6 zamków we Flandrii: Cleydael, d'Ursel, du Parc, Duras, van Laarne lub de Merode. Odwiedzający mają okazję odbyć magiczny spacer teatralny poprzez zamkowe sale, które obfitują w fantastyczne efekty świetlne i wspaniałe dekoracje. Bożonarodzeniowa historia opowiedziana w spektaklu wykorzystuje niezwykle scenografię zamku i wprowadza widzów w atmosferę tego wyjątkowego czasu.

Zaś ci, którzy chcą odpocząć po świątecznym zgiełku, mogą znaleźć wytchnienie podczas pięciodniowego festiwalu Winterlicht od 26 do 31 grudnia na terenie skansenu Bokrijik. Wioska ognia, pełna poetyckich instalacji i niezwykle postaci, stanie się naszym udziałem za sprawą teatru De Machienerie i ich wydarzenia „Papageno”. Podziwiać będzie

też można giganta z Kontich i kunszt jego wykonania, oraz oddać się nostalgicznym wspominkom i przenieść do dawnych czasów w jarmarcznej wiosce.

Zwolennicy morskich krajobrazów koniecznie muszą się wybrać na wybrzeże na „Koksijde by Light”. Pomędzy 16 grudnia a 7 stycznia to nadmorskie miasteczko zamienia się w przepiękną i urokliwą scenierię zapierającą dech w piersiach. Naprawdę warto pojechać i na własne oczy zobaczyć magię światła igrających na ratuszu, wziąć udział w interaktywnych instalacjach czy ożywić własną melodię w OLV ter Duinenkerk.

Zanim gorączka przedświątecznych zakupów pochłonie nas bez reszty, warto na chwilę spokojnie usiąść z mapą i kalendarzem, by zaznaczyć sobie ważne wydarzenia. W tym roku we Flandrii dzieje się naprawdę dużo, więc każdy wybierze coś idealnego dla siebie. Pozwólmy więc, by czas oczekiwania na wigilijny wieczór umiliły nam magiczne i zachwycające świetlne instalacje, parady, festiwale i oczywiście jarmarki. Wstęp na wiele wydarzeń jest bezpłatny.

Sylvia Lichocka





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

Jak wynająć mieszkanie lub dom i potem nie mieć kłopotów

W Antwerpii i okolicach nie ma większego problemu ze znalezieniem nieruchomości na wynajem, bo na rynku jest wiele mieszkań i domów. Większym problemem jest znalezienie mieszkania lub domu, którego cena wynajmu jest adekwatna do standardu.

Wielu najemców ma bardzo konkretne kryteria, które musi spełniać lokal, bo to w końcu ich dom, a właściciele lokali szukają odpowiedniego najemcy, który będzie regularnie płacił czynsz i będzie dbał o wynajmowany lokal. Zgodnie z przepisami możemy wynająć nieruchomość w dogodnej dla nas formie wynajmu – długoterminowego i krótkoterminowego.

Ale gdzie i jak szukać mieszkania lub domu do wynajęcia? Najłatwiej znaleźć lokal za pośrednictwem agencji nieruchomości, które na swoich stronach internetowych zamieszczają aktualne oferty. Innym sposobem jest wynajęcie mieszkania bezpośrednio od właściciela, do którego otrzymaliśmy kontakt od znajomych. Zdarza się, że na drzwiach wejściowych lub w holu budynków wielopiętrowych zamieszczone jest ogłoszenie o mieszkaniu do wynajęcia w tym budynku. Wielu właścicieli zamieszcza ogłoszenia w grupach tematycznych na Facebooku.

Dostępne są mieszkania o różnym standardzie, w nowoczesnych apartamentowcach albo starych kamienicach. Niektóre lokale są zupełnie puste a inne częściowo umeblowane, z reguły kuchnia jest urządzona w stopniu podstawowym i wyposażona w niezbędne sprzęty AGD jak lodówka, zmywarka, piekarnik, płyta grzewcza lub kuchenka gazowa. Zdarzają się oferty wynajmu, w których dom lub mieszkanie jest w pełni urządzone, np. w oknach wiszą firany i zasłony, na sofach poduszki i koce, na ścianach obrazy i inne dekoracje, w szafkach kuchennych naczynia, talerze, sztuce itd.

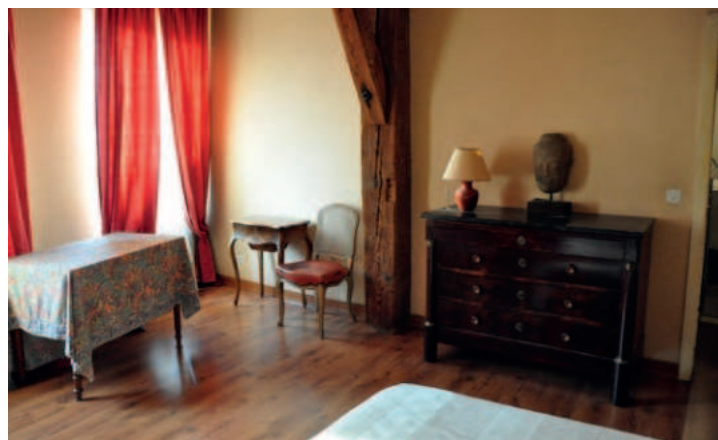
W takiej sytuacji często dodatkowym załącznikiem do umowy jest szczegółowy spis oraz zdjęcia wyposażenia i wszystkich rzeczy, które znajdują się w mieszkaniu.

Gdy znajdziemy już nieruchomość, którą chcemy wynająć, to kolejnym krokiem jest umówienie się na spotkanie i oglądanie lokalu, który nas interesuje. Zdarza się, że po pierwszej rozmowie

telefonicznej już wiemy, że to nie dla nas lokal, bo właściciel nie życzy sobie zwierząt w mieszkaniu, więc jeśli mamy zwierzęta domowe, to od razu nam podziękujecie za rozmowę.

Według belgijskiego prawa odmowa z powodu posiadania zwierząt domowych jest niedozwolona, bo jest to równoznaczne z nieposzanowaniem prawa najemcy do życia prywatnego, ale niestety takie sytuacje się zdarzają. Jeśli jednak właściciel stanowczo odmawia, to powinien podać powód i go uzasadnić np. alergią.

Czasem, mimo że jesteśmy bardzo zainteresowani, to niestety do spotkania też nie dojdzie, ale w rozmowie telefonicznej nikt nie powie nam, dlaczego nasza oferta została odrzucona. Na tym etapie z reguły powodem jest niechęć do obcokrajowców – gdy rozmówca słyszy obce nazwisko to w kulturalny sposób kończy rozmowę i mówi, że ogłoszenie jest już nieaktualne. Właściciele nieruchomości na wynajem mają swoje doświadczenia





To jest miejsce na
Twoją reklamę

Body Shape Pro *Izabela Olek*

- Skuteczna pomoc w utracie kilogramów i wymodelowaniu sylwetki
- Spersonalizowane plany żywieniowe oraz treningowe
- Suplementacja
- Treningi grupowe oraz indywidualne

BODY SHAPE | PILATES | ZUMBA

f BodyShape Pro Izabela Olek
 @ bodyshape_pro_izabela_olek
 bodyshapepro.izabela@gmail.com

Izabela Olek f i m

i poglądy, w oparciu o które podejmują decyzję, z kim podpiszą umowę najmu lokalu mieszkalnego.

Zjawiskiem, o którym wszyscy wiedzą, ale nie wszyscy mówią wprost, jest tzw. dyskryminacja mieszkaniowa, która niestety dotyka wielu osób. Najczęściej powodem dyskryminacji najemców jest pochodzenie etniczne, religia, czasem też wiek i płeć. Według badań we Flandrii najczęściej dyskryminacja mieszkaniowa dotyka mniejszości etnicznej, osoby niepełnosprawne i samotnych rodziców, a wynika ona z negatywnych doświadczeń właścicieli lokali. Istotną rolę odgrywają też stereotypy i rasizm.

Badania pokazują, że problem ten występuje we wszystkich miastach i gminach, częściej takie praktyki stosują osoby prywatne niż agenci nieruchomości. Oficjalnie nikt nie powie nic wprost, z

reguły są to raczej delikatne sugestie, bo dyskryminacja jest niedozwolona, a były i takie przypadki, że odmawiano wynajęcia mieszkania osobie palącej. Obecnie zapytanie potencjalnego najemcy czy jest palaczem jest niedozwolone, ale w umowie najmu właściciel może zaznaczyć, że w domu lub mieszkaniu obowiązuje zakaz palenia.

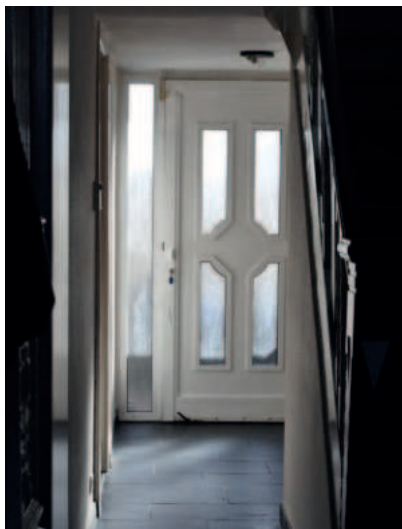
W ramach swobody zawierania umów można zaznaczyć, że najemca, który pali, musi odświeżyć pomieszczenia, w których palił, gdy będzie się wyprowadzał.

Jeśli już udało nam się umówić na spotkanie z agentem lub właścicielem, to powinniśmy się do tego spotkania przygotować, bo zgodnie z prawem mamy obowiązek podać niektóre informacje o sobie jak: imię i nazwisko, dane kontaktowe (e-mail i numer telefonu), dowód tożsamości, liczbę członków rodziny,

wysokość dochodu miesięcznego. Z reguły dostajemy obszerny formularz do wypełnienia, w którym często trzeba też podać nasz obecny adres zamieszkania, a jeśli ten lokal wynajmujemy to kontakt do właściciela.

Wbrew pozorom nie jest to tylko formalność, ale czasem ta właśnie informacja może przesądzić o tym, czy właściciel nam wynajmie lokal, czy nie. Dlaczego? To bardzo proste, bo w praktyce agent lub właściciel kontaktuje się z osobą, od której obecnie wynajmujemy lokal i pyta o opinię na temat obecnego najemcy, czyli o nas. W krótkiej rozmowie zapyta, czy wiążemy się z naszymi obowiązkami najemcy, jakie mamy relacje z sąsiadami, z właścicielem lub zarządcą nieruchomości, a opinia o nas może okazać się decydującym argumentem dla wynajmującego.





Bardzo często już podczas pierwszej rozmowy pada pytanie, dlaczego szukamy nowego domu lub mieszkania. Warto przygotować sobie zgrabną odpowiedź na takie pytanie, która będzie zgodna z prawdą, ale bez wielu zbędnych szczegółów. Nie opowiadajmy historii naszego życia, bo to nie jest czas, ani miejsce na takie rozmowy. Lepiej skupić się na oglądaniu lokalu, który chcemy wynająć. Pierwszy kontakt jest szczególnie ważny, bo to etap wstępnej weryfikacji najemcy nieruchomości, zwłaszcza gdy jest kilka osób zainteresowanych wynajmem.

Jest to też ważny etap dla potencjalnego najemcy, który może dokładnie obejrzeć lokal, w jakim jest stanie, bo czasem zdjęcia zamieszczone w ofercie nie oddają stanu faktycznego. Zgodnie z belgijskim prawem lokal musi spełniać minimalne wymagania jakościowe dotyczące zdrowia i bezpieczeństwa. Wszystkie urządzenia muszą być sprawne, ponadto powinien być całkowicie wolny od wad jak wilgoć pod tapetą, nieprawidłowa izolacja itp. Niestety zdarza się, że dopiero po wprowadzeniu się najemca odkrywa, że w mieszkaniu lub w domu są robaki, myszy a na ścianie za szafą jest grzyb.

Oglądanie mieszkania to dobry moment, aby zapytać o liczniki mediów, takich jak woda, gaz i prąd, bo nie każ-

de mieszkanie w Antwerpii ma osobne liczniki. Zdarza się, że w kamienicy pięciopiętrowej, w której na każdym piętrze znajduje się jedno mieszkanie, jest jeden główny licznik zużycia gazu. W takiej sytuacji nasza opłata miesięczna za gaz to stała kwota, ustalona z góry przez właściciela lub zarządcę budynku na podstawie wcześniejszego zużycia.

Jest to rozwiązanie kłopotliwe, bo w obecnej sytuacji kryzysu energetycznego nie mamy wpływu na nasze rachunki. Jeśli mieszkanie ma osobny licznik, możemy wybrać inną taryfę, a nawet zmienić dostawcę. W ten sposób kontrolujemy nasze wydatki. Czasem mieszkania w danej kamienicy mają wszystkie liczniki wspólne a czasem tylko jeden lub dwa. Warto o takie szczegóły dopytać, zanim zdecydujemy się wynająć mieszkanie.

W przypadku małych mieszkań typu studio zdarzają się sytuacje, że dwa mieszkania należące do tego samego właściciela są podłączone do jednego pieca gazowego, w ten sposób sąsiedzi mają wspólny piec i wspólny licznik. Razem też ponoszą koszt przeglądu technicznego pieca gazowego, bo jest to obowiązek najemcy. Na etapie wstępnym otrzymujemy też informację o wysokości wszystkich opłat dodatkowych, które obejmują utrzymanie i oświetlenie części wspólnych budynku (np. oświetlenie klatki schodowej, konserwacja windy, sprzątanie korytarzy i klatki schodowej).

Jeśli nasza oferta wynajmu zostanie przyjęta, to wtedy – zanim jeszcze podpiszemy umowę – warto wystąpić o

przeprowadzenie oględzin mieszkania przez zewnętrznego i niezależnego eksperta, który sporządzi raport (plaatsbeschrijving) w formie opisu ze zdjęciami. Jest to usługa dodatkowo płatna, a jej koszt ponoszą w równej części właściciel i najemca. To najlepszy sposób, aby zapobiec ewentualnym sporom z właścicielem, a gdy umowa najmu dobiegnie końca, ułatwia odzyskanie wpłaconej wcześniej kaucji.

Skoro mowa o kaucji, to nie jest ona obowiązkowa, ale z reguły wymagana przez właściciela. Jest ona wpłacana nie na prywatne konto właściciela, ale na osobne konto instytucji finansowej, która obsługuje sektor nieruchomości, jak Korfine. Ulokowanie kaucji na zewnętrznym koncie zabezpiecza obie strony umowy. Gdy podpiszemy już umowę i dostaniemy klucze do domu lub mieszkania, to jako najemca mamy określone obowiązki: jednym z najważniejszych jest wykupienie polisy mieszkaniowej czyli ubezpieczenia od ognia i innych zdarzeń losowych.

Od 1 stycznia 2019 r., ubezpieczenie od ognia jest obowiązkowe dla najemców we Flandrii. Prawo reguluje też zasady konserwacji urządzeń i drobnych napraw. Koszt większych napraw z reguły ponosi właściciel, ale najemca ma obowiązek natychmiast go poinformować, że coś wymaga naprawy. Jeśli nie zrobi tego od razu i powstaną dodatkowe szkody, to najemca ponosi za nie odpowiedzialność. Znajomość obowiązujących przepisów znacznie ułatwia życie codzienne i wzajemne relacje najemcy i wynajmującego.



Iwona Maculewicz

pilot wycieczek, przewodnik po Antwerpii,
dziennikarz, fotografik

Zapraszam na zwiedzanie ze mną Antwerpii.

Szczegóły i bilety: www.maculewicz.net

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**

Miło będzie Ciebie poznać!
Katty, Katelijck, Sylwia i Manuela

Mieszkasz w rejonie **Gent - Wetteren - Merelbeke - De Pinte - Deinze - Nazareth - Gavere - Waregem - Geraardsbergen - Ninove - Brakel - Zottegem - Oudenaarde - Eke - Nazareth...**

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

dienstencheques
polish@home

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.**
- **Poprawne i wiarygodne informacje.**
- **Pomoc administracyjną.**

Biura

09 292 75 21

Sint-Denijslaan 3 bus 202, 9000 Gent
Groteweg 59, 9500 Geraardsbergen
Beverestraat 92, 9700 Oudenaarde

info@polishathome.be
www.polishathome.be



Dabelle
Vastgoed

**Zakup bądź sprzedaż nieruchomości
mogą być proste**

Dabelle Vastgoed

BIV 516 743
BE 0751.510.171
BA en borgstelling via NV AXA Belgium Polis
nr: 730.390.160



0032 499 43 45 59
www.dabellevastgoed.be
david@dabellevastgoed.be

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.



autor: Par Arnaud 25; fr.wikipedia.org



autor: Thomon; commons.wikimedia.org

Kerststronk (fr. Bûche de Noël) – najslynniejsza rolada świata

Belgowie są znani ze swojej miłości do dobrego jedzenia. Każda okazja może być pretekstem do zastawienia stołu pysznymi smakołykami. Tak samo jest w Święta Bożego Narodzenia.

Po obfitym świątecznym obiedzie wprawdzie nikt już nie jest specjalnie głodny, ale bożonarodzeniowego deseru w kształcie polana drewna koniecznie trzeba spróbować. To tradycja, która jest nieodłączną częścią belgijskiej świątecznej kultury kulinarnej. Bez tego przysmaku Belgowie nie wyobrażają sobie Bożego Narodzenia.

Kerststronk (franc. Bûche de Noël) dosłownie znaczy bożonarodzeniowe polano. Według ankiety, przeprowadzonej przez Flamandzkie Centrum Marketingu Rolnictwa i Rybołówstwa (VLAM), ponad 6 na 10 Belgów co roku na Boże Narodzenie spożywa właśnie Kerststronk, mimo że inne desery bywa-

ją równie smaczne, tańsze czy bardziej oryginalne. Nie mniej niż 65% ankietowanych uważa, że ten deser jest częścią tradycyjnego świątecznego posiłku, a prawie 70% postrzega bożonarodzeniowe polano jako część belgijskiej tradycji.

Z drugiej strony 2 na 10 Belgów chciałoby, aby bożonarodzeniowy przysmak był bardziej współczesny, a 7 na 10 jest otwartych na nowe zaskakujące smaki, składniki, kształty i tekstury, na nową wersję klasycznej świątecznej „polana” z lodów lub ciastek.

Historia

Dawniej w wigilię Bożego Narodzenia (veille de Noël) w palenisku – które w tamtym czasie stanowiło centrum aktyw-



commons.wikimedia.org

ności każdej rodziny – spalano polano drewna (la bûche). Śpiewano kolędy, starsi członkowie rodu opowiadali różne historie, a w kominku płonął specjalnie do tego celu wybrany bardzo twardy pień drzewa owocowego. Zgodnie z tradycją ogień rozpałał najstarszy wraz z najmłodszym członkiem rodziny. Wierzono, że zapewni to dobre i obfite zbiory w nadchodzącym roku.

W zależności od regionu i różnych wierzeń kłodę posypywano solą lub polewano winem albo wodą święconą, co w ostatnim przypadku miało uchronić domostwo przed pożarem. A polewanie winem było sposobem zapewnienia obfitych zbiorów winogron w następnym roku.

Polano paliło się w Wigilię Bożego Narodzenia aż do 6 stycznia, do dnia Objawienia Pańskiego – razem dwanaście dni na oznaczenie dwunastu miesięcy w roku. Wierzono też, że aby zapewnić szczęście domostwu, polano zapalone w Wigilię Bożego Narodzenia powinno palić się przez co najmniej trzy dni, a najlepiej aż do Nowego Roku.

Zapraszamy do współpracy! Zadzwoń i sprawdź naszą ofertę



**WESOŁYCH I SPOKOJNYCH
ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA
ORAZ ŻEBY NADCHODZĄCY
ROK BYŁ LEPSZY
OD POPRZEDNIEGO!**

- 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 Kasia: 0484.29.28.27
janina@master-clean.be kasia@master-clean.be

Popiół ze spalonego polana miał chronić dom przed chorobami, złymi mocami i piorunami. Rozsypywano go także na polach i w winnicach, oraz posypywano nim krzewy i drzewa owocowe, by zapewnić sobie dostatek.

W XIX wieku, kiedy wielkie domowe paleniska zaczęły stopniowo zanikać, zaczął też zanikać zwyczaj palenia drewnianego polana. Ponieważ nie było już pośrodku izby paleniska, dla ciągłości tradycji na blatach kładziono mniejsze kłody kształtem przypominające drewniane polano. Było tylko kwestią czasu, kiedy jakaś pełna wyobraźni osoba uświadomi sobie, że o wiele przyjemniej byłoby zjeść kłodę niż ją oglądać.

I tak bożonarodzeniowe polano przeniosło się z paleniska na stół w formie zwiniętego ciasta biszkoptowego przełożonego pysznym kremem czekoladowym z nadzieniem, ozdobionego wiórkami czekolady i posypaną cukrem, aby wyglądało jak polano lśniąca płatkami śniegu. Krem w środku może mieć dowolny smak, np. waniliowy, orzechowy, kawowy czy likieru pomarańczowego.

Dla podkreślenia bożonarodzeniowego charakteru tego specjału według różnych receptur, oprócz podstawowych składników na cięcie biszkoptowym pojawia się też przyprawa korzenna, cynamon i starta czekolada.

Samo przygotowanie tego deseru nie jest specjalnie trudne, najważniejsze są jednak dekoracje. Ciasto ma przypominać polano płonące w kominkach naszych przodków w Wigilię Bożego Narodzenia. Dlatego umieszcza się na nim rozmaite drobne roślinne ozdoby o świątecznym charakterze: gałązki, listki, grzyby czy choinki. A ponieważ jest to



autor: Jebulon; en.wikipedia.org

ciasto świąteczne, dekoruje się je też figurką małego Jezuska lub św. Mikołaja. Są także krasnale czy elfy.

W ostatnich latach pojawiła się lodowa wersja Bûche de Noël i cieszy się tak dużym powodzeniem, że coraz częściej zastępuje polano z biszkoptowego ciasta. Podobny zwyczaj utrzymał się również we Włoszech, gdzie ciasto w formie polana nazywa się ceppo.

Znani cukiernicy lubią ze sobą rywalizować, tworząc przepiękne Bûche de Noël dostępne w wielu smakach i kolorach, zdobiące wystawy sklepowe już od pierwszych dni grudnia.

Jeśli w te Święta Bożego Narodzenia masz ochotę na obecność tutejszej tradycji przy stole, koniecznie musisz spróbować Kerststronk. Jedna rada: polanie winem lub posypanie solą na pewno wpłynie na jego smak, choć za wodę święconą nie możemy ręczyć. Polecam

Agnieszka Wojtysiak

Przez Boga opuszczeni

Belgijski Kościół mierzy się z historią przestępstw seksualnych

W Belgii trwa debata nad obcięciem dotacji dla Kościoła i zakończeniem transmisji niedzielnych mszy. Biskupstwa informują o wzroście wniosków o apostazje, a prace rozpoczyna nowa komisja parlamentarna ds. nadużyć seksualnych. Wszystko to w reakcji na serial dokumentalny, który pokazał ogrom cierpienia zadawanego przez duchownych i przypomniał ich do dziś nie rozliczone grzechy z przeszłości.

Mniej dotacji, więcej apostazji

Na same pensje i emerytury dla przedstawicieli wszystkich uznawanych tutaj religii (oraz bezwyznaniowej etyki) państwo belgijskie wydało w zeszłym roku 122 mln euro. Trzy-czwarte tej kwoty trafia do Kościoła katolickiego, choć identyfikuje się z nim w porywach połowa Belgów. Ten system to relikwium przeszłości, w której katolicy zdecydowanie dominowali i ludność danej parafii pokrywała się z liczbą wiernych. Dodatkowo samorządy zobowiązane są do składania się na utrzymanie budynków sakralnych, a kościołów, wprawdzie pustych, to jednak w Belgii nie brakuje.

Dzisiaj partie socjalistyczna i liberalna chcą, przy cichej aprobacie pozostałych ugrupowań, zmienić system i przykręcić kurek z finansowaniem. Równocześnie w październiku prezes flamandzkiego nadawcy publicznego VRT zaczął publicznie się zastanawiać nad celowością coniedzielnego nadawania mszy w radio i telewizji.

Choć oficjalne dane ukazą się dopiero w przyszłym roku, to już teraz biskupstwa w Antwerpii i Hasselt przyznały,



że sływa do nich więcej niż zazwyczaj wniosków o „odchrzczenie” – jak tu sugestywnie nazywa się akt apostazji. Złożonymi dokumentami chwala się w mediach celebryci, a właściciel baru w Sint-Niklaas wyklada na ladzie gotowe formularze, które po wypełnieniu przez klientów sam przesyła do kurii. Gest ważny, ale symboliczny, bo bez wpływu na przychody instytucji. Zgodnie z prawem kościelnym „odchrzcić” się nie da i zupełnie wymazać ze spisu parafian także nie.

Osobista opowieść o traumie

Fala niechęci do Kościoła Katolickiego wezbrała po emisji serialu dokumentalnego „Godvergeten” (niderl. „przez Boga opuszczeni”) w VRT we wrześniu

tego roku. To cztery niezwykle mocne odcinki, nie szczędzące szczegółów wykorzystywania seksualnego dzieci przez duchownych. Jak mówi zaangażowany w sprawę od lat psychiatra dziecięcy Peter Adriaenssens: – Wykorzystywanie seksualne to termin kliniczny. Nie przekazuje nic z dramatu, który się z tym wiąże. Tutaj chodzi o osobistą opowieść każdej ofiary i dopiero gdy poznajemy konkrety, zdajemy sobie sprawę z tego, co naprawdę się wydarzyło.

„Godvergeten” to opisy gwałtów, tortur, samobójstw. Lęku i wstydu pokrzywdzonych oraz bezkarności sprawców. Przed kamerami zgodziło się zasiąść kilkanaście ofiar, niektóre z nich publicznie opowiadały o cierpieniu po raz pierwszy, po kilkunastu latach od traumatycznych wydarzeń. Wstrząsające jest spotkanie krewnych chłopców, którzy odebrali sobie życie po tym, jak skrzywdził ich ten sam ksiądz – w odstępnie 20 lat.

Tragedie przeżywały kolejne pokolenia uczniów szkół z internatami prowadzonych przez księży i zakonników. Wyjątkowe nagromadzenie przemocy i okrucieństwa miało miejsce w placówkach dla niepełnosprawnych. Na to

nakładła się zмова otoczenia, naiwność lub wręcz odwracanie wzroku przez rodziców lub lekarzy, którzy nie chcieli widzieć np. śladów podduszeń u dzieci wracających na weekend do domu. Co przy tym istotne, w dzisiejszej dyskusji w Belgii nie stawia się znaku równości między molestowaniem i zbrodniami seksualnymi a pedofilią. Tak, pedofile niewątpliwie znajdują się wśród sprawców, ale winnych szuka się przede wszystkim w strukturze i relacjach władzy, w patologiach hierarchicznych instytucji, a nie ludzkiego organizmu.

Katolicka choroba i pycha

Absolutnie kluczową postacią w walce z bezprawiem i jego tuszowaniem w łonie Kościoła jest Rik Devillé, emerytowany proboszcz, obecnie aktywista. W 1992 r. wydał on „Ostatnią dyktaturę. W obronie Kościoła przed papieżem i biskupami”, która pod takim tytułem ukazała się w Polsce. Opublikowana dwa lata później „Katolicka choroba” nie doczekała się już polskiego przekładu, a to właśnie w niej po raz pierwszy znalazły się świadectwa ofiar. Devillé zaprosił ekipę „Godvergeten” do swojej piwnicy-archiwum, gdzie przechowuje setki dossier. Na ich podstawie wspólnie z ofiarami pisał do kurii i kardynałów. Odpowiedzi, o ile w ogóle nadchodziły, sprowadzały się do podziękowań za zgłoszenia i obietnicy modlitwy. W niektórych przypadkach Kościół sięgał po klasyczny repertuar przenoszenia do innych parafii, lub, co gorsza, na misje do Afryki i Ameryki Południowej, gdzie sprawcy wymykali się spod jakiegokolwiek kontroli.

Gdy Rik Devillé rozpoczął gromadzenie materiałów, w świadomości społecznej problem nie istniał. Dopiero w drugiej połowie lat 90., w trakcie głośnej na cały



świat sprawy Marka Dutroux, Belgowie i ich dzieci na wielką skalę usłyszeli o molestowaniu seksualnym i nauczyli się nazywać to, czego sami doświadczali. W tamtym czasie Kościół uruchomił telefon kontaktowy dla ofiar, ale był on obsługiwany w wybranych godzinach przez wyznaczone przez ten sam Kościół wolontariuszki. Na zarzuty o bezczynność ówczesny prymas Belgii Godfried Danneels odpowiadał, że „zawsze można zrobić więcej, gdyż dom możliwości jest olbrzymi”. Natomiast przełożony kongregacji Braci Miłosierdzia, do dzisiaj zarządzającej szkołami i ośrodkami wychowawczymi, podczas procesu jednego z zakonników przekonywał o „fantazjowaniu dzieci i ich rodziców”.

Arogancję duchowieństwa przyharmowały wydarzenia z 2010 r., gdy na okładkach wszystkich belgijskich gazet znalazł się Roger Vangheluwe. Ten biskup Brugii, przedstawiciel episkopatu w szeregu organizacji charytatywnych, przez kilkanaście lat wykorzystywał seksualnie bratanka. Teraz dorosła ofiara postanowiła rozliczyć przeszłość i nagrała swoją rozmowę z wujem i kardynałem

Danneelsem, który zasugerował, aby poczekać z tematem jeszcze rok – do czasu, gdy biskup przejdzie na emeryturę.

Operacja (pusty) Kielich

Zapis rozmowy trafił jednak do mediów i biskup Vangheluwe złożył wcześniejszą rezygnację. Na niedzielnym kazaniu księża odczytywali list o „kryzysie zaufania” do ich instytucji, a do komisji przywoływanego na wstępie psychiatry Peter Adriaenssens napłynęły setki nowych zgłoszeń. Wreszcie zainteresowała prokuratura. Telewizja pokazywała efektowne kadry z przeszukań i rekwirowania dokumentów w pałacu prymasowskim w Mechelen i domu samego kardynała Danneelsa (wtedy od paru miesięcy również już na emeryturze). Podążając za sensacyjnym tropem, śledczy zagłębili nawet do krypty zmarłego w 1926 r. prymasa Merciera, ale tam akurat nic nie znaleźli.

Spektakularnie rozpoczęte śledztwo równie gwałtownie stanęło w miejscu. Prawnicy Kościoła zdołali zakwestionować legalność przeszukań i doprowadzili do zwrócenia wszystkich skonfiskowanych akt. A ponieważ komisja Adriaenssens w międzyczasie się rozwiązała, to zgromadzone przez nią dokumenty również powędrowały do Kościoła. Dodatkowo w całym zamieszaniu setki plików, kto wie czy przypadkowo, zaginęły i dopiero potem odtworzono je z kopii.

Prokuratura nie zdążyła nawet przesłuchać ofiar, którym pozostawało teraz czekać na ustalenia kolejnej komisji, tym razem parlamentarnej. Powoli stawało się już jasne, że wszystkie rozpatrywane sprawy uległy przedawnieniu. Nowy prymas André Léonard udzielił wywiadu o „niehumanicznym szukaniu zemsty” na emerytowanych kapłanach. Poza tym



zasłaniał się własną niemocą i odsyłał poszkodowanych do Watykanu.

Ostatecznie Kościół zgodził się na wypracowany przez parlamentarny zespół cennik gwałtów, według którego ofiary mogły wnioskować o od 2,5 tys. do 25 tys. euro. Ponad tysiąc z nich zgłosiło się po wypłatę, podpisując przy tym zobowiązanie, że nie będą występować na dalszą drogę prawną. Wielu wciąż oczekiwało jednak autentycznej skruchy i partej działaniami obietnicy poprawy ze strony episkopatu. Próby oskarżenia samego Watykanu przed belgijskim sądem spetzły na niczym – Stolica Apostolska korzysta z immunitetu państwowego, co potwierdził w orzeczeniu z 2021 r. Europejski Trybunał Praw Człowieka.

Czas nie leczy ran

Gdy dziś media donoszą, że dożywający swych dni we francuskim klasztorze Roger Vangheluwe wysłał do papieża list z – prawdopodobną – prośbą o przeniesienie do stanu świeckiego, to jego bratanek przypomina, że już lata temu wysłał do Franciszka całą książkę. Opisywał w niej ze szczegółami swoją gehennę, a w odpowiedzi otrzymał jedynie życzenie, aby „Bóg obdarzył Cię pokojem i siłą, i błogosławił Ci swym wielkim sercem każdego dnia”.

Czy w 2023 r., po emisji „Godvergeten” poprawiły się widoki na realną i spr-

wiedliwą zmianę? Belgijski Kościół z mozolem czy się empatii. Widać to na przykładzie chętnie zapraszanego do mediów biskupa Antwerpii Johana Bonny’ego, walczącego i spierającego się z Watykanem m.in.

o prawa katolickiej społeczności LGBTQ lub zapłodnienie in-vitro. W pierwszym komentarzu na temat serialu Bonny postanowił przypomnieć o tym, ile już duchowni w tej sprawie zrobili, jak to spotykają się z brakiem wdzięczności, niezrozumieniem i dodał, że „nie po to zostawał księdzem, aby to sprzątać”. Dopiero reakcja opinii publicznej uzmysłowiła mu, iż ból ofiar jest znacznie głębszy i że w tym przypadku czas jednak nie leczy ran.

– W moim przypadku czyny się przedawniły, ale nie w mojej głowie. – mówi jeden z bohaterów serialu. Od 2019 r. przestępstwa na tle seksualnym wobec nieletnich nie podlegają już przedawnieniu, jednak prawo nie działa wstecz i w zgodzie z wcześniejszymi przepisami prowadzone mogą być jeszcze tylko te sprawy, w których najmłodsza ofiara w 2019 r. nie miała więcej niż 33 lata.

Bez happy endu

Z początkiem października parlament federalny zdecydował o powołaniu nowej komisji, a decyzja zapadła z rzadko spotykanymi w tej izbie jednomyślnością i zdecydowaniem. Dzisiaj Kościół nie ma już właściwie sojuszników w

belgijskiej polityce, a komisja otrzymała uprawnienia do przeszukań i przesłuchań świadków pod przysięgą. Raport ma przedstawić przed wyborami w czerwcu 2024 r. Ewentualne zmiany w finansowaniu Kościoła wymagałyby jednak korekty konstytucji przy poparciu dwóch-trzecich głosów w dwóch kolejnych kadencjach.

Tymczasem „Godvergeten” nie kończy się happy endem. Życie dopisuje scenariusz kolejnych odcinków, a Rik Devillé mówi, że nigdy nie zgłaszało się do niego tyle osób, co właśnie po emisji serialu. W niedawnym talk-show były już minister sprawiedliwości Vincent Van Quickenborne jakby mimochodem wyznał, że gdy ponad 30 lat chodził do jezuitckiego liceum z internatem, to metodą zakonników na diagnozowanie choroby było pełne rozbieranie i inspekcja nagich chłopców. Aplikowali im czopki jako lekarstwo na wszystko, łącznie z potłuczonym kolanem i tęsknotą za domem.

Jeszcze we wrześniu Bracia Miłosierdzia wystosowali list otwarty, w którym przepraszają, zapraszają do kontaktu i pytają, co mogą zrobić dla ofiar. Jedna z nich zgłosiła się na policję, która rozpoczęła postępowanie w sprawie molestowania sprzed 20 lat. Wezwany na przesłuchanie 66-letni Brat Miłosierdzia i nauczyciel zginął, rozbijając samochód na drzewie – śladów hamowania nie stwierdzono.

Pod numerem 1772 działa w Belgii niemieckojęzyczna, francusko- i angielskojęzyczna infolinia w sprawie przemocy, wykorzystania i znęcania się nad dziećmi.

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.





Polski sklep spożywczy w Belgii

STOKROTKA

Produkty prosto z POLSKI!

*Spokojnych i wyjątkowych Świąt Bożego
Narodzenia, niepowtarzalnej atmosfery
przy rodzinnym stole oraz spełnienia
marzeń, sukcesów i radości
w Nowym Roku!*

**ZAPRASZAMY NA ZAKUPY
ŚWIĄTECZNE!**

GALLIFORTLEI 39

2100 DEURNE

0485210082

Stokrotka.pl@hotmail.com



POL-BIZ Networking XXL: budowanie silnych relacji biznesowych to podstawa

Rozmowa z Sylwią Piątek, organizatorką cyklicznych spotkań POL-BIZ Networking oraz promotorką networkingu i budowania silnych relacji.

Wydarzenie POL-BIZ Networking XXL, 9 grudnia 2023, Kinepolis Antwerpen

To już dwa lata odkąd Centrum Rozwoju i Biznesu SLS otworzyło swoje drzwi w Merksem, stając się miejscem wsparcia i rozwoju dla polskich przedsiębiorców działających na terenie Belgii i Holandii. Ten jubileusz jest jednym z powodów, dla których Sylwia Piątek postanowiła zorganizować największe spotkanie networkingowe w Belgii – POL-BIZ Networking XXL.

Jako coach i mentor wspierasz przedsiębiorców w ich rozwoju poprzez działalność w Twoim Centrum Rozwoju SLS w Merksem. Jak naro-

dził się pomysł na wydarzenie POL-BIZ Networking XXL?

Mieszkam w Belgii od prawie 30 lat i od dłuższego czasu organizuję spotkania dla polskich przedsiębiorców działających w Belgii i Holandii. Chciałabym, aby wydarzenie było okazją do budowania silnych relacji biznesowych, a jednocześnie momentem celebracji tych przedsiębiorców, którzy już inwestują w rozwój siebie, jak i swojego biznesu. Tak powstał pomysł zrobienia czegoś, czego w Belgii jeszcze nie było.

Wydaje się, że to wydarzenie ma głębszy cel niż tylko networking. Jaka jest misja przyświecająca organizacji tego spotkania?

Głównym celem jest podkreślenie, że

bez współpracy, wsparcia i dzielenia się wiedzą nie będzie prawdziwego rozwoju. Z mojego doświadczenia i ludzi wokół wiem, że pomiędzy polskich przedsiębiorców wkrada się duża samotność. Brak wsparcia prowadzi do szybkiego wypalenia. Tym wydarzeniem chcemy przedstawić możliwości, jakie daje networking, czyli poznawanie nowych ludzi i budowanie z nimi silnych relacji.

Co sprawia, że to POL-BIZ Networking XXL jest wyjątkowy?

Jest to jedyne wydarzenie dla działającej tutaj Polonii w Belgii na taką skalę. Będzie dwunastu mówców z różnych dziedzin, którzy opowiedzą o swoich doświadczeniach budowania biznesu. Będą stoiska wystawowe w przepięknej



Kinepolis Antwerpen
Groenendaallaan 394
2030 Antwerp, Belgium
9 GRUDNIA 2023



Patrycja Kowalak
Sprzedaż



David Wisniewski
Nieruchomości



Żaneta Ukleja
Księgowość



Anna Diller
Rozwijalnia Kobiet



Sabina Mężyk
Marketing



Marysia Dąbrowska
eFaktura



Bożena Kubik
Naturopata



Agata Groń
FesMatka



Sylwia Piątek
Mentorka



Natalia Solovova
Podróże



DJ Bartek
VJ Maestro



Agnieszka Wołowska
Fitby Aga



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

scenerii największego kompleksu kinowego w Antwerpii. No i najważniejsze! Jest to spotkanie dla nas, Polaków.

Na wydarzeniu będą również autorzy książek pt. (Nie)gotowi na sukces vol.1 i vol.2. Opowiedzą o tym, jak współpraca przy projekcie książki popchnęła ich biznes do przodu oraz co osiągnęli dzięki budowaniu relacji z innymi przedsiębiorcami.

W jaki sposób to wydarzenie wesprze rozwijające się biznesy?

To wyjątkowe wydarzenie nie tylko umożliwi zdobycie cennej wiedzy, ale także otwiera drzwi do nowych kontaktów i inspiracji. W dzisiejszym świecie wielu przedsiębiorców, zwłaszcza tych działających w mniejszych branżach, może czuć się „zagubionych” w gąszczu internetu.

POL-BIZ XXL to miejsce, gdzie każdy uczestnik ma szansę wyróżnić się i poka-

zać, co ma do zaoferowania. Dzięki aktywnemu uczestnictwu i nawiązywaniu wartościowych kontaktów rozwijające się biznesy zyskują nową perspektywę oraz możliwości, co stanowi kluczowy element sukcesu każdej działalności gospodarczej.

Networking jest niezbędny, ale może być wyzwaniem. Jak ty i prelegenci wydarzenia pomożecie uczestnikom w pełni wykorzystać czas podczas tego spotkania?

Podczas spotkania odbędą się prelekcje Polaków-przedsiębiorców działających na różnych rynkach Europy. Podzielą się oni swoim doświadczeniem, dadzą wskazówki. Pokażemy też, jak się komunikować oraz wykorzystywać takie wydarzenia w stu procentach.

Uczestnicy tego spotkania będą mogli poczuć, że dzieli ich krok od przełomu w ich biznesie i w poczuciu własnej wartości.

Każdy będzie miał okazję odkryć swoją siłę i potencjał bez względu na to, czy uczestnicy prowadzą własną działalność, czy dopiero rozważają otwarcie własnego biznesu. POL-BIZ Networking XXL to okazja, by zbudować dumną tożsamość przedsiębiorcy i zdobywać wiedzę o międzynarodowych rynkach, a wszystko to dzięki wymianie doświadczeń z innymi, podkreślając tym samym siłę wspólnoty i współpracy. To właśnie te wartości sprawiają, że spotkania networkingowe są niezmiernie ważnym elementem w procesie rozwoju każdej działalności gospodarczej.

Zapraszamy serdecznie do wzięcia udziału w POL-BIZ Networking XXL. Kup swój bilet już dziś! Zeskanuj kod QR, aby dowiedzieć się więcej.

Rozmowę z Sylwią Piątek przeprowadziła Katarzyna Strażnikiewicz.



Szanowni Państwo!

Nasza firma przeszła ostatnio imponującą przemianę, przechodząc z tradycyjnego sklepu stacjonarnego, w którym sprzedawaliśmy polskie produkty i wyroby tradycyjne wysokiej jakości, do nowej roli dostawcy tych pyszności bezpośrednio pod Wasze drzwi.

To wielkie przeobrażenie wynikało z jednej głównej przyczyny - potrzeb naszych klientów, którzy coraz częściej nie mieli czasu na osobiste wizyty w sklepie.

W naszej ofercie znajdziesz szeroki wybór doskonałych wędlin, wyrobów garmażeryjnych domowej roboty, świeżych warzyw i owoców oraz aromatycznych ciast.

Wędliny z naszej oferty pochodzą z przydomowych masarni. Wytwarzane są z najwyższej jakości mięsa od lokalnych dostawców oraz przygotowywane według tradycyjnych receptur, przekazywanych z pokolenia na pokolenie. Dzięki temu możecie być pewni, że każdy ich kęs to prawdziwa uczta dla podniebienia. Stawiamy na najwyższą jakość i swojski smak.

Atutem naszych wyrobów garmażeryjnych jest to, że przygotowywane są one przez moją mamę. Dlatego ich wyjątkowy smak przywołuje wspomnienie rodzinnego domu.

Staramy się, aby proces składania zamówień był jak najbardziej wygodny dla Ciebie, dlatego przyjmujemy zamówienia zarówno telefonicznie, jak i przez komunikator Messenger.

Wierzmy, że nasza nowa usługa dostaw pozwoli nam jeszcze bardziej zaspokoić Wasze gusta i potrzeby. Ciesz się wygodą zamawiania naszych doskonałych produktów prosto do domu. Dbamy o wysoką jakość, autentyczne smaki i satysfakcję naszych klientów.

Anna Florczak

Wiejski Zakątek



**Radosnych, spokojnych i pełnych smacznych potraw
Świąt Bożego Narodzenia oraz wszelkiej pomyślności
w Nowym Roku**

życzy

Wiejski Zakątek

Już dziś zadbaj o swój świąteczny stół!

Zapraszamy do składania zamówień

- zadzwoń i dowiedz się więcej.

+32 486 315 703

Dzięki nam, te Święta będą wyjątkową ucztą dla podniebienia...

Z życia polskiej szkoły w Antwerpii



19 października 2023r., przedstawiciele grona pedagogicznego Naszej Szkoły wzięli udział w obchodach przygotowanych z okazji Dnia Edukacji Narodowej, które miały miejsce w Ambasadzie RP w Brukseli. Podczas uroczystości rozdano medale Komisji Edukacji Narodowej, przyznane przez Ministerstwo Edukacji i Nauki, kilkudziesięciu pedagogom oraz działaczom społecznym ze szkół polskich, polonijnych i sekcji polskiej Szkoły Europejskiej w Brukseli. Medal jest nadawany za szczególne zasługi dla oświaty i wychowania, w szczególności w zakresie działalności dydaktycznej, wychowawczej i opiekuńczej, twórczości dla dzieci i młodzieży oraz kształcenia i doskonalenia nauczycieli.

Wśród pracowników Naszej Szkoły to wspaniałe wyróżnienie przyznano Paniom: Jolancie Bochenek-Demczak, Agnieszce Ghersin oraz Annie Piekut. Serdecznie GRATULUJEMY!

W dniu 19 października 2023 roku, nauczycielka naszej szkoły, Jolanta Bochenek-Demczak z rąk Ambasadora Rzeczypospolitej Polskiej w Brukseli Pana Rafała Siemianowskiego, otrzymała Medal „Pro Patria”.

Odnaczenie to jest nadawane za szczególne kultywowanie pamięci o walce o niepodległość Ojczyzny.

Gratulujemy!



„Umarłych wieczność dotąd trwa, dokąd pamięcią im się płaci” – Wisława Szymborska

Kolejny rok Nasza Szkoła poprowadziła akcję „Zapał znicz na polskiej mogile” przy współpracy z Ambasadą RP w Brukseli. Tradycyjnie do akcji dołączyli nauczyciele i uczniowie szkół polonijnych z różnych regionów Belgii.

Na terenie Królestwa Belgii znajdują się 22 polskie cmentarze wojenne. Największy i najsłynniejszy z nich jest w Lommel, przy granicy z Holandią. Spoczywa tam 257 żołnierzy, głównie generała Stanisława Maczka, którego 1. Dywizja Pancerna wyzwalała spod okupacji niemieckiej miasta w Belgii i w Holandii.

Nasi uczniowie w ramach akcji „Zapał znicz na polskiej Mogile” odwiedzili wraz nauczycielkami nekropolię Schoonselhof w Antwerpii, gdzie oddano cześć poległym polskim żołnierzom.

Pamięć i oddanie hołdu naszym rodakom, żołnierzom to obowiązek i potrzeba serca.



Nasza szkoła wzięła udział w świętowaniu 9. Polonijnych Dni Dwujęzyczności. Pokazywaliśmy uczniom jak ważna jest umiejętność posługiwania się dwoma i więcej językami i jak istotna jest dwujęzyczność dla Polonii.

Edukacja w języku ojczystym to otwarcie drzwi do pełnego uczestnictwa w życiu Polski i Polonii za granicą. Z kolei dzięki dwujęzyczności wychowujemy przyszłych ambasadorów polskości na całym świecie. Polonijny Dzień Dwujęzyczności, czyli Polish Bilingual Day obchodzony jest na całym świecie w każdy trzeci weekend października. Zapraszamy na krótką relację z wydarzenia, na naszej stronie internetowej.



Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia życzymy wszystkim uczniom naszej szkoły i ich rodzinom oraz naszym wiernym przyjaciołom samych radosnych przeżyć przy świątecznym stole, wewnętrznego spokoju, wytrwałości i radości oraz Błogostawieństwa Bożego.

Niech magia Świąt Bożego Narodzenia wypełnia ciepłem wszystkie mroźne zimowe dni, a Nowy Rok 2024 niech niesie ze sobą jedynie szczęście i pomyślność.

WESOŁYCH ŚWIĄT!

– Grono Pedagogiczne i pracownicy Szkoły Polskiej w Antwerpii



Słowo skierowane do Rodziców, których dzieci w przyszłości pragną przystąpić do I Komunii Świętej przy polskiej parafii pod wezwaniem św. Tereski od Dzieciątka Jezus.

Polski Episkopat 8 marca 2010 r. zatwierdził decyzję o nowych warunkach przygotowania dzieci do I Komunii Świętej. Do komunii przystępują dzieci z III klasy Szkoły Podstawowej, czyli 9-latkowie/10-latkowie.

Na terenie Belgii zmiany te wprowadzone zostały w Polskich Misjach Katolickich w latach poprzednich. W tym roku, w Antwerpii, rocznik pierwszych klas w polskiej szkole rozpoczął tryb trzyletniego przygotowania do I Komunii Świętej. To przygotowanie będzie trwało przez trzy lata tzn. dzieci przystąpią do I Komunii Świętej w roku szkolnym/katechetycznym 2025/2026 r.

I. Przygotowanie jest trz etapowe:

A. Przygotowanie dalsze rozpoczyna się w okresie wczesnego dzieciństwa i polega na wychowaniu religijnym w rodzinie, regulamym uczestniczeniu w niedzielnej i świątecznej Mszy Świętej, a następnie na uczęszczaniu na lekcje religii (katechezę) w szkole.

B. Przygotowanie bliższe polega na udziale dziecka w nauczaniu religii (katechezie szkolnej) oraz w katechezie parafialnej, przewidzianej na I i II klasę szkoły podstawowej,

stanowiącej wprowadzenie do katechez sakramentalnej.

C. Przygotowanie bezpośrednie:

1. Dokonuje się w III klasie i polega w dalszym ciągu na udziale w nauczaniu religii (katechezie szkolnej) oraz w parafialnej katechezie sakramentalnej.

Został przygotowany program, który obejmuje przyswojenie treści przez kolejne trzy lata, co się wiąże ze zmianą katechizmów. Zobowiązuje to rodziców do posyłania dzieci przez trzy lata na katechezę, (oczywiście każdy jest wolny w wyborze) i przygotowania swojego dziecka do tego sakramentu.

1. Obowiązkowe uczestnictwo w katechezie, w polskiej szkolnej oraz uczestnictwo we Mszy Świętej.

2. Dzieci, które mają przyjąć Komunię Świętą w parafiach belgijskich, są zobowiązane do uczestnictwa w katechezie szkolnej i spotkaniach przygotowujących w kościele.

- Dotyczy to również dzieci, które przystąpią do I Komunii Świętej w Polsce.

3. Program katechetyczny, obejmujący zakres wiedzy, jest dostosowany do wieku dziecka i zatwierdzony przez Ogólnopolski



Program Nauczania Religii, dlatego jest obowiązkowy.

Przygotowanie powinno mieć przede wszystkim charakter duchowy, zmierzający do zdobycia osobistego doświadczenia religijnego i włączenia się we wspólnotę wierzących. Istotą tego etapu przygotowania jest pogłębienie wiary w realną obecność Jezusa Chrystusa w Komunii Świętej i wzbudzenie pragnienia Jej przyjmowania. Dzieci, przygotowujące się do pierwszej spowiedzi i Komunii Świętej, powinny w miarę możliwości systematycznie uczestniczyć w niedzielnej Mszy Świętej oraz nabożeństwach związanych z rokiem liturgicznym (Różaniec, Roraty, Droga krzyżowa, Nabożeństwa majowe, itp.) oraz w spotkaniach tematycznych. Również ich rodzice/prawni opiekunowie powinni brać udział w spotkaniach formacyjnych w parafii.

Z poważaniem
s. Małgorzata Lubas Franciszkańka
Misjonarka Maryi (fmm) – katecheta

Być razem w czasie Świąt

Święta Bożego Narodzenia to magiczny okres, w którym szczególnie ważna jest rodzina. To okazja do celebracji, dzielenia się miłością i spędzenia czasu z bliskimi. To czas, kiedy tworzymy wspomnienia, które pozostają w sercach na zawsze. Dlaczego warto być razem z rodziną w tym wyjątkowym okresie?

Po pierwsze, podczas Świąt Bożego Narodzenia możemy oderwać się od obowiązków codziennego życia i poświęcić uwagę naszym najbliższym. To okazja do budowania więzi i wzmacniania relacji z rodziną. Często pracujemy, uczymy się lub prowadzimy zabiegane życie, ale w czasie świąt możemy skupić się na tym, co naprawdę ważne – naszych bliskich.

Po drugie, Święta Bożego Narodzenia przynoszą ze sobą magię i radość dziecięcego oczekiwania, która udziela się dorosłym, a którą najlepiej można przeżywać w towarzystwie rodziny. Wspólne dekorowanie choinki, pieczenie ciastek, przygotowywanie świątecznych potraw, wspólna kolacja i rozpakowywanie prezentów stają się jeszcze bardziej wyjątkowe, gdy jesteśmy razem z naszymi najbliższymi.

Po trzecie, warto być razem z rodziną w czasie świąt, ponieważ jest to okres refleksji i wdzięczności oraz przypomnienia nam o wartościach takich jak nadzieja, miłość, wzajemne wspieranie się w trudnych chwilach, wspólna radość z każdego, nawet najmniejszego sukce-



su, hojność i empatia. To doskonały czas, aby dzielić się z innymi, pomagać potrzebującym i uczestniczyć w działaniach charytatywnych razem z rodziną, co może stać się inspiracją dla młodszych pokoleń.

Święta Bożego Narodzenia są okazją do odkrywania i zachowywania tradycji rodzinnych. Każda rodzina ma swoje

zwyczaje i rytuały, które przekazuje z pokolenia na pokolenie. Dodatkowo nakrycie dla niespodziewanego gościa, sianko pod obrusem, śpiewanie kolęd, czytanie opowieści wigilijnych czy noszenie specjalnych strojów, tworzą atmosferę jedności i przynoszą radość z bycia razem.

Warto być razem z rodziną w czasie Świąt Bożego Narodzenia, ponieważ te wspólnie spędzone chwile zostają uwiecznione nie tylko na wspólnych fotografiach, pozostają w pamięci na zawsze. Uśmiech, rozmowy przy choince i wspólne świętowanie tworzą wspomnienia, które zachowamy przez całe życie.

Choć Święta Bożego Narodzenia wymagają przygotowań, co może przysporzyć zabiegania i stresu, kiedy już na niebie pojawi się pierwsza gwiazdka, na pewno stwierdzimy, że warto było. Przy świątecznym stole skupimy się na tym, co naprawdę ma znaczenie – miłości i bliskości z rodziną. Wspólnie stworzymy niezapomniane chwile, które pozostaną w sercach na zawsze.

Wesołych i rodzinnych Świąt!

*Zdrowych i radosnych Świąt Bożego Narodzenia
oraz szczęśliwego Nowego Roku!*

*Niech w Nowym Roku nie zabraknie Wam marzeń,
o które warto walczyć, radości, którymi warto się dzielić
i nadziei, bez której nie da się żyć.*

*Tego wszystkiego, i jeszcze więcej dobrego
życzy Czytelnikom redakcja Flandrii po polsku.*

PRZEWOZY OSÓB
- KRAJOWE I ZAGRANICZNE

WWW.OSKI-BUS.PL

Zdrowych, pogodnych, rodzinnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz spełnienia marzeń w Nowym Roku!

POLSKA WOJEWÓDZTWA:

mazowieckie • łódzkie • kujawsko-pomorskie • wielkopolskie

WYJAZDY:

- z Polski: sobota-niedziela, środa-czwartek
- z Belgii: poniedziałek, piątek

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



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 "przywitalne"** 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, **premie "za polecenie firmy"** - za polecenie naszej firmy i przyprowadzenie nowej osoby, która podejmie pracę w firmie Belgica oraz **premie za korzystanie z własnego samochodu**). 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.

0484 65 00 55 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

BELGICA

DIENSTENCHEQUES

Nasze biuro w Antwerpii:
Italiëlei 213, 2000 Antwerpen
Tel.: 0484 65 00 55

**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

8€





BELGICA

DIENSTENCHEQUES

Radosnych
Świąt Bożego Narodzenia
spędzonych w ciepłej, rodzinnej
atmosferze, samych szczęśliwych dni
w nadchodzącym nowym
roku 2024 oraz
szampańskiej zabawy
sylwestrowej życzy
Belgica



Historia choinki bożonarodzeniowej

Tradycja ustawiania i strojenia choinki na Boże Narodzenie ma długą i bogatą historię. Jej korzenie sięgają wielu kultur i czasów, aż w końcu stała się nieodłączną częścią obchodów tych wyjątkowych świąt.

• **Początki w Europie:** Zwyczaj dekorowania drzewa zimowego datuje się na wiele wieków wstecz. Już starożytni Rzymianie i Egipcjanie ozdabiali drzewa podczas zimy jako część swoich obrzędów religijnych. Jednak to w Europie tradycja ta stała się bardziej znaną i popularną.

• **Święty Bonifacy i drzewo Donara:** Jedną z legend związanych z początkiem choinki jest opowieść o świętym Bonifacym, misjonarzu chrześcijańskim, który w VIII wieku przybył do Niemiec. Według legendy, podczas misji nawracania pogańskich Germanów świętemu Bonifacemu ukazał się wielki dąb, który poganom służył jako miejsce kultu. W akcie symbolizującym triumf chrześcijaństwa święty Bonifacy ściął ten dąb. Kiedy drzewo upadło, za nim ukazała się mała choinka, która stała się symbolem chrześcijańskiej miłości i nadziei.

• **Niemcy i pierwsza choinka:** Tradycja ustawiania choinek jako symbolu Bożego Narodzenia rozwinęła się w średniowiecznych Niemczech. Pierwsza znana choinka bożonarodzeniowa była wystawiona w Strasburgu (obecnie w Alzacji, Francja) w 1605 roku. Potem zwyczaj ten zaczął się rozprzestrzeniać po Europie.

• **Przybycie do Ameryki:** Niemieccy imigranci przynieśli tradycję choinki bożonarodzeniowej do Ameryki w XVII wieku. W ciągu następnego stulecia tradycja ta zyskała popularność i stała się znakiem rozpoznawczym obchodów Bożego Narodzenia w Stanach Zjednoczonych.

Choinkowa tradycja:

Choinka jest ważną częścią świątecznych przygotowań. Symbolizuje piękno i nadzieję związaną z Bożym Narodzeniem.

• **Wybór choinki:** Proces rozpoczyna się od wyboru drzewa. Wielu ludzi preferuje prawdziwe choinki ze względu na ich naturalny zapach i wygląd, ale sztuczne choinki są również popularne ze względu na trwałość i wygodę w użyciu. Wybór jest zazwyczaj rytuałem, wiele rodzin udaje się na plantacje lub do specjalnych punktów sprzedaży drzew.

• **Ustawienie choinki:** Wybrana choinka jest ustawiana w odpowiednim miejscu w domu. Najpopularniejszymi miejscami są salon lub pokój dzienny, gdzie można podziwiać ozdoby. Drzewo powinno być stabilne i bezpiecznie ustawione.

• **Ozdabianie:** Ozdabianie choinki jest radosnym wydarzeniem. Tradycyjnie używane są różnorodne ozdoby, takie jak bombki, łańcuchy, dzwonki, anielskie figury, a także łańcuchy ze słodkich cukierków.

• **Gwiazda lub anioł na szczycie:** Na samym szczycie choinki umieszcza się zazwyczaj gwiazdę lub anioła, symbolizujące Gwiazdę Betlejemską, która prowadziła Trzech Króli do miejsca narodzin Jezusa.

• **Światelka:** Choinka jest również ozdabiana światłkami, które nadają jej magicznego blasku. Symbolizują światło Chrystusa i nadzieję.

• **Ozdoby:** Tradycyjne bombki są zazwyczaj szklane i dostępne w różnych kształtach i kolorach. Na choince można umieszczać inne, np. naturalne ozdoby: jabłka, suszone śliwki, szyszki czy gałązki świerku. To może nadać drzewu rustykal-

nego uroku. Wszystko zależy od inwencji dorosłych i dzieci.

• **Rodzinne ozdoby:** W wielu rodzinach przechowuje się rodzinne ozdoby, które były używane przez pokolenia. To dodaje choince osobistego znaczenia i wartości emocjonalnej.

• **Wspólna praca:** Strojenie choinki to często wspólna praca całej rodziny. Dzieci i dorośli razem ozdabiają drzewko. To nie tylko kreatywny proces, ale także czas spędzony razem, co tworzy niezapomniane, spędzone razem chwile.

Ostatecznie, choinka bożonarodzeniowa jest symbolem miłości, nadziei i jedności rodziny. Wnosi radość, która tworzy atmosferę świąt i przypomina nam o istotnych wartościach Bożego Narodzenia: miłości, nadziei i spokoju.

Podczas całego procesu strojenia choinki pojawia się oczekiwanie na nadchodzące święta i poczucie wspólnoty. To nie tylko ozdabianie drzewa, ale także tworzenie atmosfery, która buduje więzi rodzinne. To czas, w którym każda ozdoba ma swoje znaczenie i symbolizuje naszą radość i wdzięczność za te wyjątkowe święta.



Ewa Janik

Spotkanie z Mikołajem!

Serdecznie zapraszamy na niezwykle spotkanie z Mikołajem, które poprowadzi Pani Katarzyna Znosko.

Dzieci będą miały okazję otrzymać paczkę słodczy oraz upominek od firmy Belgica. Będzie także możliwość zrobienia pamiątkowych zdjęć, które na długo zachowają wspomnienie tego wyjątkowego dnia.

Wszystkich rodziców serdecznie zapraszamy na pyszną kawę, herbatę i ciasto. Podczas tego czasu dzieci będą miały szansę wziąć udział w konkursie "Pokoloruj obrazek", którego wyniki ogłosi osobiście Mikołaj.

Kiedy?

09 grudnia
16.00 – 19.00

Gdzie?

Italiëlei 213,
2000 Antwerpen

Na spotkanie mogą przyjść wszyscy! Dzieci pracowników Belgica otrzymają słodkie niespodzianki zupełnie za darmo! Pozostałe dzieci mogą także skorzystać z paczek i upominków po wcześniejszym zapisaniu się i dokonaniu wpłaty 5 euro na konto z dopiskiem "Mikołaj":

Izabela Karbowskiak
BE78 0019 5051 3786

Zapisy na spotkanie mailowo do 6 grudnia:
iza.karbo@gmail.com.

Katarzyna Znosko, z doświadczeniem w handlu i pasją do kontaktu z ludźmi, z Polski przeniosła się do Belgii, gdzie angażuje się w organizację różnorodnych wydarzeń i atrakcji dla dzieci. Oferuje szeroki zakres usług, od malowania twarzy po organizację różnych imprez. Aktywnie uczestniczy w akcjach charytatywnych, zwłaszcza w ramach WOŚP, wspierając dzieci. Jest nieustannie w ruchu, rozwijając swoje umiejętności i poszerzając horyzonty kulturowe. W relacjach biznesowych i osobistych ceni lojalność i szczerść.

*Katarzyna
Znosko*



Sita inspiracji

Siądźna edycja

Kiedy?

27 stycznia 2024
16.00 – 19.00

Gdzie?

Italiëlei 213,
2000 Antwerpen

Joanna Kamińska opowie Wam o różnych metodach wyznaczania celów. Na pewno słyszeliście o mapie marzeń. Jest jeszcze wiele innych metod jak np. zasada 1%, czy metoda asocjacji-dysocjacji. Podczas spotkania wykorzystamy praktycznie jedną z metod (pomyślcie o swoich celach i marzeniach już przed spotkaniem). Pani Joanna przybliży Wam również, czym zajmuje się coach zawodowy i dlaczego nasze nastawienie jest połową sukcesu.

Joanna
Kamińska

Barbara Rosik, fryzjerka z 30-letnim doświadczeniem, podzieli się wiedzą na temat pielęgnacji i regeneracji włosów. Ponadto, będziecie mieli Państwo okazję zobaczyć na własne oczy, w jakiej kondycji jest skóra waszej głowy.

Barbara
Rosik

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

Praktyka (nie)Uważności

Kiedy bliżej przyjrzymy się naszym myślom, to w zasadzie prawie zawsze okazuje się, że albo dotyczą one naszej przeszłości, albo naszej przyszłości.



Martwimy się, zastanawiamy, planujemy, rozpamiętujemy, analizujemy, rozpatrujemy, układamy nasz wewnętrzny świat w najróżniejsze scenariusze i jakimś dziwnym sposobem jesteśmy osadzeni to w zaszłości, to znów wokół spraw, które dopiero mają się wydarzyć. I tak nasze ciało pozostaje w jednym miejscu, a głowa w zupełnie innym.

Lubimy też pomartwić się na zapas „w razie gdyby”. I karmimy głowę szerokim nieprzerwanym strumieniem myśli, skutecznie uniemożliwiając doświadczanie momentu i chwili, w której właśnie się znajdujemy. Przeciążamy i tak już spracowany umysł zamiast przybliżając się do upragnionego spokoju, coraz bardziej się od niego oddalając. Żyjemy w niekończącym się stresie, w myślowym „matriksie” wytwarzanym przez naszą głowę.

I nie można nawet powiedzieć, że nie przykładamy do tego umysłowego zamętu ręki. Otóż przykładamy, dotykając (według opublikowanego w „Insider” badania) ekranu telefonu średnio 2.617

razy na dobę i spędzając z telefonem w ręku przeciętnie trzy godziny i piętnaście minut dziennie. Czy te liczby nie są przerażające? Nie chcę nawet myśleć o tych wszystkich, którzy telefon mają praktycznie przyklejony do dłoni. A znam takich osób wiele.

Żyjemy, a tak naprawdę to jesteśmy w naszym własnym życiu wiecznie nieobecni. Mamy coraz większe problemy z dobrym jakościowo i ilościowo snem, ratujemy się w związku z tym sztucznymi stymulatorami, które jeszcze bardziej rujną nasz spokój i koncentrację. A skoro jesteśmy przy koncentracji, to ta zdolność również nam znacząco spada. Znajdujemy się w błędnym kole z jednej strony zaatakowani przez technologię, a z drugiej przez nasze własne myśli.

Żyjemy w nadmiernej przewadze części współzulnej Autonomicznego Układu Nerwowego, z podniesionym poziomem kortyzolu, adrenaliny, trochę jak przyczajone zwierzę, które cały czas rozgląda się wokół siebie i sprawdza, czy

gdzieś nie czai się niebezpieczeństwo. Odpowiedzmy sobie uczciwie na pytanie ilu z nas tak właśnie funkcjonuje? Jak wielu z nas natłok myśli nie pozwala się skupić skutecznie odciągając od tego, czego doświadczamy tu i teraz? A teraz pomyślimy, że ta wyczerpująca i bezładna wędrówka myśli odbywa się w naszych głowach nieustannie i automatycznie. Taki stan rzeczy nie napawa zbytnim optymizmem.

Tymczasem badania naukowe jasno wskazują, że tym, co w wymiernym zakresie obniża nasz poziom stresu, napięcia emocjonalnego, jest doświadczanie chwili, w której aktualnie każdy z nas jest, bycie w stanie przepływu, czyli głęboko skoncentrowanej uwagi. Takie proste i tak trudne zarazem. Bycie w świadomym kontakcie z tym, co tu i teraz nam się przydarza. Powracanie i koncentrowanie uwagi na tym, co aktualnie widzimy i słyszymy. To też umiejętność osłabienia niekorzystnych dla nas automatycznych reakcji i zachowań.

To, że jesteśmy, żyjemy, oddychamy, jest dla każdego z nas tak oczywiste, że aż się nad tym nie zastanawiamy. A gdybyśmy spróbowali, to zobaczyli- byśmy, jak trudno jest na przykład przez pięć minut skupić się jedynie na swoim oddechu. Nic więcej, tylko oddech. Z własnego doświadczenia w i e m , jakie to trudne. I jak du-



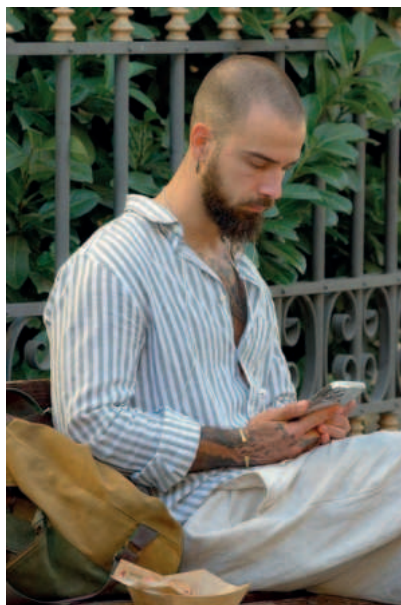
zym wysiłkiem jest odsunięcie od siebie wszystkich atakujących głowę myśli.

Mitem jest zatem, że bycie tu i teraz jest dla nas czymś oczywistym i nie wymaga trenowania. Wymaga, ale – tak jak w przypadku wielu korzystnych dla nas aktywności – trudność polega na braku świadomości i niechęci do angażowania się w systematyczne ćwiczenia. Zamiast tego podporządkowujemy się przyzwyczajeniom, które skutecznie odrywają nas od tego, co tu i teraz, kreując w naszym umyśle nieustający chaos.

Systematyczny trening uważności powoduje zmiany anatomiczne w naszym mózgu. Co ciekawe, dotyczy to obszaru odpowiedzialnego za proces reagowania na silny stres. Krótko mówiąc im bardziej jesteśmy obecni w naszym życiu, im bardziej żyjemy świadomie, tym lepiej sobie radzimy z akceptowaniem stresujących wydarzeń, ale też i szybciej nasz umysł wraca do stanu równowagi. Jeśli w sytuacjach trudnych potrafimy się urealnić, czy też inaczej przywołać do rzeczywistości, działamy efektywniej, bardziej twórczo i z mniejszymi stratami.

Bycie tu i teraz uczy wylapywania pierwszych komunikatów płynących z ciała i umysłu umożliwiając podjęcie decyzji o zdrowym czyli adekwatnym do zdarzenia działaniu. Nasza kondycja psychiczna (zupełnie jak ta fizyczna) wymaga jednak regularności w treningu. Inaczej głowa wraca do stanu wyjściowego.

Ale czy urealnienie, czy bycie tu i teraz oznacza, że mamy stanąć w bezruchu, zamknąć oczy i tak trwać? Bo jeśli tak, to zaraz ktoś krzyknie, że na takie „glupty” nie ma czasu. Otóż jeśli chcemy spokojnie rozwiązywać życiowe problemy i mieć choć czasami spokojną głowę, to urealnienie jest niczym innym jak niewytracaniem energii na przeżywanie wirtualnej rzeczywistości (bo nasze myśli są w naszej głowie i tylko tam).



Zwróćcie Państwo uwagę, jak wiele cierpienia i problemów ze sobą bierze się stąd, że nasze ciała żyją gdzieś w świecie, który tworzy nasz umysł, a który de facto nie istnieje, jest światem wirtualnym zamkniętym w naszej głowie. Praktykowanie uważności nie służy izolowaniu się od życia i jego problemów, nie prowadzi do niemyślenia czy oderwania od rzeczywistości. Jest dokładnie przeciwnie, zmniejsza ono nawykową tendencję do unikania doświadczenia, szczególnie u osób z zaburzeniami emocjonalnymi. Zmniejsza lęk i obniża skłonność do zamartwiania się.

Mamy w świecie nauki zaawansowane techniki i aparaturę, które umożliwiają dokładne zbadanie naszych reakcji fizjologicznych na to, co sobie wyobrażamy. Okazuje się, że gdy człowiek leży i oddycha głęboko, jego ciało się uspokaja. Spowalnia się rytm serca, spada ciśnienie, zmienia się biochemia mózgu, mięśnie się

rozluźniają. Ale gdy tak samo leży i wyobraża sobie stresującą sytuację, wszystkie parametry się zmieniają. Oddech się sptyca, ciśnienie wzrasta, serce szybciej bije, mięśnie są spięte.

Gdy stwarzamy sobie piekło w umyśle, nasze ciało żyje w tym piekle naprawdę. Kiedy tysiące razy przywołujemy w myślach trudny moment z przeszłości – nasze ciało przeżywa to tysiące razy tak, jakby się to działo w rzeczywistości. Tracimy w ten sposób cały ogrom energii oraz odporność, co niejednokrotnie doprowadza organizm do choroby.



Bycie tu i teraz, trenowanie uważności nie jest oczywiście magicznym panaceum na wszystko i nie należy go tak traktować, ale jak pokazują badania naukowe, z dużą skutecznością może poprawić jakość naszego funkcjonowania. Pamiętajmy o tym, że jesteśmy tym, co praktykujemy, a to, co praktykujemy, ulega wzmocnieniu. I tylko od nas zależy, czemu poświęcimy swoją uwagę.

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

III Festiwal Piosenki Polskiej w Gandawie

W sobotę, 21 października br., w ramach Polonijnych Dni Dwujęzyczności, pod honorowym patronatem Ambasady RP w Brukseli, odbył się III FESTIWAL PIOSENKI POLSKIEJ W GANDAWIE, którego organizatorem i gospodarzem po raz kolejny był Instytut Języka i Kultury Polskiej w Gandawie.



W Festiwalu wzięło udział aż 55 młodych polskich artystów z Gandawy, Brukseli, Antwerpii, Leuven, Mons.

Uroczystość oficjalnie otworzyły: p. Eliza Reis-Kawka – dyrektor Instytutu, p. Dagmara Jasińska – Konsul RP w Brukseli oraz p. Jolanta Ruts-Ratajczak – członek zarządu Rady Polonii Świata.

Konferansjerami Festiwalu byli uczniowie Instytutu: Lisa, Oliwia, Julia, Radek i Gabriel.

Skład jury:

- Ala Tracz – gość specjalny Festiwalu, finalistka programu The Voice Kids,

laureatka Szansy na Sukces i reprezentantka Polski na Eurowizji Junior w 2020 roku

- Barbara Bajor-Szewczyk – pianistka
- Małgorzata Wilk – dyrektor Dom Polski EWSPA oraz Pełnomocnik Europejskiej Wyższej Szkoły Prawa i Administracji w Brukseli
- Joanna Krysiak – wicedyrektor i wieloletni nauczyciel muzyki w Szkole Podstawowa im. Władysława Stanisława Reymonta w Gołębiewku, w województwie łódzkim
- Płk Tomasz Kołodziejczyk – reprezentant Korpusu Lotnictwa Polskiego oraz Stałego Przedstawicielstwa RP przy NATO

Jury przyznało następujące nagrody i wyróżnienia:

GRAND PRIX PUBLICZNOŚCI i Nagroda Specjalna:

Anna Ewa Vantomme – „Dziś prawdziwych Cyganów już nie ma”

GRAND PRIX 6-9 lat:

Alan Sałek – „Kundel bury”

Wyróżnienia:

- Stefania Passanisi – „Gdzieś ponad tęczą”
- Inez Człapińska – „Meluzyna”
- Antoni Zakrzewski – „Jak rozmawiać trzeba z psem”
- Alan Ładyżyński – „Kinderki”

GRAND PRIX 10-13 lat:

Adela Wójtowicz – „Sztorm”

Wyróżnienia:

- Blanka Maria Salonon – „Jesienna zaduma”
- Filip Kawka – „Czarny Alibaba”
- Evi Grabowski – „Troszeczkę ziemi, troszeczkę słońca”
- Stella Neels – „Radość najpiękniejszych lat”

GRAND PRIX 14-18 lat:

Julia Romanowska – „Szary świat”

GRAND PRIX Zespoły:

Zespół DoNa – „Zwierzogród”

Wyróżnienia:

- Duet Monika Wińska i Karolina Kielbasa – „Ostatnia nadzieja”
- Brukselska Drużyna Harcerska – „Krajka”

Gościem specjalnym i członkiem jury III Festiwalu Piosenki Polskiej w Gandawie była Ala Tracz – wspaniała, utalentowana i przemiła polska wokalistka.

Ala ma 13 lat. Jest finalistką programu The Voice Kids, laureatką Szansy na Sukces i reprezentantką Polski na Eurowizji Junior w 2020 roku. Brała udział w wielu koncertach telewizyjnych. Nagrała piosenkę „Jesteś” z zespołem „Małe TGD”. Ma na swoim koncie kilka własnych piosenek, które można znaleźć na kanałach YouTube lub Spotify.

Na III Festiwalu Piosenki Polskiej w Gandawie usłyszeliśmy 3 piosenki w jej wykonaniu:

„Gdzie jest mój dom” – własny singiel Ali,

„I'll be standing” – piosenka, którą wykonała na Eurowizji Junior,

„Udało się” – cover z bajki „Księżniczka i żaba”.

Gratulujemy laureatom i wszystkim wspaniałym uczestnikom.

Dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do organizacji Festiwalu, Radzie Pedagogicznej Instytutu Języka i Kultury Polskiej im. Polskich Lotników w Gandawie, niezawodnej Radzie Rodziców i wszystkim zaangażowanym osobom oraz publiczności, która ciepło i z wielkim entuzjazmem przyjęła występ młodych utalentowanych artystów.

Serdecznie dziękujemy
i zapraszamy za rok!





ZOSTAŃ BOHATEREM

Zgłoś się już teraz

- ✓ **Interesujące stawki**
- ✓ **Czeki żywieniowe**
- ✓ **Prezenty Van Osta & inne dodatki**
- ✓ **Dodatkowe wynagrodzenie za telefon i kilometry**
- ✓ **Pieniądze wakacyjne & premia koncoworoczna**
- ✓ **Zwrot kosztów za ubrania robocze**
- ✓ **Naliczanie emerytury**

- 📍 **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 Stekene**
Dorpsstraat 10 - dominika@vanosta.net - 0484 56 67 08



**POETSDIENST
VAN OSTA**




www.van-osta.be/apply

STAŁA WYPŁATA

+ €150

*WYNAGRODZENIA NETTO NA MIESIĄC

ŚREDNIO PRZY PEŁNYM ETACE



Kto czuwa nad prawami pracowników w miejscach pracy?

Wybory związkowe 2024

W okresie od 13 do 26 maja 2024 r. w wielu przedsiębiorstwach w Belgii zostaną przeprowadzone wybory, w których pracownicy wybiorą swoich przedstawicieli związkowych do rad zakładowych oraz komitetów do spraw prewencji i ochrony w miejscu pracy. Wybrane osoby będą pełniły funkcję rzeczników pracowników w swoich przedsiębiorstwach. Będą reprezentowały swoich kolegów w dialogu społecznym z pracodawcą w swoim przedsiębiorstwie.

Wybory do rad zakładowych (w przedsiębiorstwach zatrudniających 100 lub więcej pracowników) oraz do komitetów do spraw prewencji i ochrony w miejscu pracy (w przedsiębiorstwach liczących 50 lub więcej pracowników) odbywają się co 4 lata.

Dlaczego warto wziąć udział w wyborach do rad zakładowych?

W obronie praw pracowników

Wybrane osoby będą reprezentowały przed pracodawcą wszystkich pracowników zatrudnionych w firmie. Będą kluczowymi postaciami, biorącymi czynny udział w podejmowaniu decyzji w przedsiębiorstwie, oraz będą reprezentowały pracowników w negocjacjach układów zbiorowych pracy.

Będą osobami pierwszego kontaktu dla swoich kolegów, którzy mają problemy w pracy. Ich zadaniem będzie zbieranie skarg, sugestii i pytań kolegów, by następnie omawiać je z pracodawcą i



szukać konstruktywnych rozwiązań. Będą walczyć o bezpieczniejsze miejsce pracy, lepsze warunki zatrudnienia, mniejszy stres w miejscu pracy oraz o więcej możliwości do łączenia życia zawodowego z rodzinnym. Jednocześnie będą dążyły do utrzymania lub rozszerzenia obecnego zatrudnienia, lepszych i uczciwych wynagrodzeń, równych szans dla kobiet i mężczyzn oraz zapewnienia większej możliwości rozwoju i promocji.

Przedstawiciele związkowi są bardziej wrażliwi na sytuację kolegów, którzy muszą pracować w trudnych warunkach lub którzy są zagrożeni utratą pracy. Walczą o równe płace za tę samą pracę oraz o jednakowe możliwości doksztalcenia zawodowego dla wszystkich pracowników, również dla starszych, zatrudnionych w niepełnym wymiarze godzin oraz dla słabo wykształconych. Szukają rozwiązań w porozumieniu z pracodawcą, a jeśli trzeba, również z pracownikami związków zawodowych. Ich obecność w przedsiębiorstwie ma zapewnić pozostałym kolegom pewność i bezpieczeństwo pracy.

Rada zakładowa

Składa się z jednakowej liczby członków delegacji pracodawcy oraz członków delegacji pracowników, wybranych w wyborach związkowych. Pracodawcę reprezentują przedstawiciele kadry kierowniczej, a pracowników – przedstawiciele związkowi. Rada zakładowa ma kompetencje związane z rozwojem zatrudnienia w przedsiębiorstwie oraz uprawnienia

do podejmowania decyzji w kwestiach ekonomiczno-finansowych. Raz do roku, kwartalnie lub okazjonalnie dyrekcja firmy musi informować radę zakładową o stanie i ewolucji zatrudnienia w firmie. Wszelkie zmiany dotyczące organizacji pracy muszą być uprzednio omówione i skonsultowane z radą zakładową.

Rada zakładowa ma również prawo doradzać oraz podejmować decyzje dotyczące m.in. urlopów wypoczynkowych, zastępczych dni świątecznych, szkoleń i zmian kwalifikacji pracowników, urlopów edukacyjnych, zamknięcia lub restrukturyzacji przedsiębiorstwa, urlopów wychowawczych, monitoringu itd. Raz na rok, raz na kwartał lub okazjonalnie rada zakładowa musi być informowana o ekonomiczno-finansowej sytuacji przedsiębiorstwa. Inwestycje w innowacje technologiczne muszą być z nią uprzednio omówione.

Komitet do spraw prewencji i ochrony w miejscu pracy

Podobnie jak rada zakładowa, komitet składa się z jednakowej liczby przedstawicieli delegacji pracodawcy oraz przedstawicieli delegacji pracowników, pełni ważną funkcję w dążeniu do poprawy warunków pracy w przedsiębiorstwie. Czuwa nad bezpieczeństwem pracy, ergonomią, dba o sprzyjające zdrowiu warunki pracy i minimalizację poziomu stresu w miejscu pracy. Ma zapobiegać sytuacjom zwiększającym ryzyko wypadków przy pracy i chorób zawodowych. W razie wystąpienia wypadku przy pracy musi zbadać jego przyczyny oraz zadbać o prawa pracownika, który uległ wypadkowi. Pracodawca ma obowiązek konsul-

tacji z komitetem wszystkich projektów oraz zmian w przedsiębiorstwie, które mogą mieć wpływ na bezpieczeństwo i zdrowie pracowników.

Kandydaci do rad zakładowych oraz komitetów

Kandydatem może być każdy pracownik przedsiębiorstwa między 18 a 65 rokiem życia, zrzeszony w związku zawodowym, który nie jest pracownikiem kadry zarządzającej i ma minimum 6 miesięcy stażu pracy w przedsiębiorstwie. Kandydaci na przedstawicieli młodocianych pracowników muszą mieć ukończone 16 lat, ale nie mogą przekroczyć 25 roku życia. Osoby, które zgłoszą się jako kandydaci, są chronione przed zwolnieniem z pracy lub przed zmianą funkcji od 65 dni przed datą wyborów w przedsiębiorstwie (w tym przypadku okres ochrony zaczyna się od 14 do 27 stycznia 2024 roku) i trwa aż do kolejnych wyborów związkowych (czyli 4 lata) nawet w przypadku, kiedy dany kandydat nie został wybrany jako przedstawiciel delegacji związkowej.

Pracownicy związków zawodowych poszukują pracowników, którzy chcą reprezentować swoich kolegów w konsultacjach z pracodawcą i którzy sądzą, że potrzebne są zmiany w ich przedsiębiorstwie; pracowników pragnących współdecydować o wynagrodzeniach, warunkach pracy, odzieży roboczej, kosztach transportu, szkoleniach itd.

Aby wspierać nowych kandydatów i osoby już wybrane, związki zawodowe zapewniają szereg środków pomocniczych: odpowiednie szkolenia, na których kandydat lub osoba wybrana poznaje swoje prawa i obowiązki, uczy się, jak negocjować oraz jak wypowiadać się na zebraniach. Takie osoby otrzymują również wsparcie, doradztwo ekspertów, czasopisma i broszury, pomoc ze strony personelu, np. prawników, kontakt z doświadczonymi działaczami.

Związki zawodowe tworzą listy kandydatów w poszczególnych przedsiębiorstwach. Liczba osób, które mogą być wybrane na przedstawicieli pracowników, zależy od liczby pracowników w danym przedsiębiorstwie.

Listy kandydatów do rad zakładowych oraz komitetów do spraw bezpieczeństwa i prewencji w miejscu pracy muszą zostać opublikowane przez pracodawców w okresie od 24 marca do 6 kwietnia 2024. Listy te muszą dotrzeć do wszystkich pracowników, np. drogą elektroniczną, lub muszą zostać wywieszane w przedsiębiorstwie w miejscach ogólnodostępnych dla wszystkich zatrudnionych.

Osoby zainteresowane kandydowaniem mogą kontaktować się z ACV-CSC przez e-mail:

- j.niderlandzki
socialeverkiezingen@acv-csc.be
- j.francuski
electionssociales@acv-csc.be
- j.angielski socialelections@acv-csc.be
- j.niemiecki sozialwahlen@acv-csc.be

Kto może głosować?

Prawo głosu mają wszyscy pracownicy związani umową o pracę lub umową szkoleniową z przedsiębiorstwem. Warunkiem jest, aby pracownicy byli zatrudnieni w przedsiębiorstwie przez co najmniej trzy miesiące.

Prawo do głosowania mają również pracownicy zatrudnieni przez interim, pod warunkiem, że przepracują w przedsiębiorstwie minimum 32 dni (z przerwą lub bez) w okresie od 1 listopada 2023 do 31 stycznia 2024.

Statystyki

Dialog społeczny i obecność związków zawodowych w przedsiębiorstwach mają duże znaczenie. Rada zakładowa oraz komitet ds. bezpieczeństwa i ochrony w miejscu pracy mają znaczący wpływ

na warunki pracy i płac w przedsiębiorstwach.

Badania naukowe, poparte oficjalnymi rocznymi raportami i bilansami przedsiębiorstw, dowodzą, iż w przedsiębiorstwach, w których obecne są delegacje związkowe, średnia płaca pracowników jest wyższa niż płace pracowników w przedsiębiorstwach bez delegacji związkowych. Więcej też inwestuje się w kształcenie i szkolenie personelu. Różnica ta waha się w niektórych sektorach od 10% do nawet 30%.

W firmach, w których wybiera się przedstawicieli pracowników, wzrasta bezpieczeństwo zatrudnienia, wzrasta liczba umów na czas nieokreślony a spada liczba umów tymczasowych. Według danych Funduszu Wypadków przy Pracy ryzyko wystąpienia wypadków jest w takich przedsiębiorstwach o wiele mniejsze, ponieważ poświęca się dużo uwagi bezpieczeństwu w pracy. Statystyki sądów pracy dowodzą, że aż 75% postępowań prawnych, wszczętych przez ACV-CSC, toczy się przeciwko pracodawcom-firmom, w których nie ma delegacji związkowych. Wiele nieporozumień i konfliktów można rozwiązać szybciej – i często bez sądu pracy – w przedsiębiorstwach, w których są obecne związki zawodowe.

Więcej informacji można znaleźć na stronach ACV-CSC:

- w języku niderlandzkim:
www.hetacv.be/sociale-verkiezingen
- w języku francuskim:
www.lacsc.be/elections-sociales
- w języku niemieckim:
www.dieesc.be/sozialwahlen
- w języku angielskim:
www.acvcsc.be/social-elections-2024/

Z kroniki wydarzeń szkolnych

9 września Polska Szkoła im. Marii Skłodowskiej-Curie w Leuven, po 10 latach istnienia, rozpoczęła kolejny rok szkolny. Był to bardzo wyjątkowy dzień dla tych, którzy ze szkołą są związani od samego początku a i takich mamy w szeregach naszej kadry pedagogicznej. Parę rodzin reemigrowało do ojczyzny, a my z dumą czekamy na wieści od nich, jak przebiega adaptacja w ich nowej polskiej szkole. Nie ma chyba większej satysfakcji dla nauczyciela niż wiedza, że dzięki jego staraniom uczeń pewnie włada językiem polskim zarówno w mowie, jak i w piśmie.



Choć rok szkolny rozpoczął się 9 września, nie mogliśmy pominąć naszego wkładu w coroczne wielkie polonijne wydarzenie, jakim jest Narodowe Czytanie. W tym roku, podczas 12-tej edycji, wybranym dziełem było Nad Niemnem autorstwa Elizy Orzeszkowej. Reprezentantką naszej szkoły na uroczystości Narodowego Czytania w Ambasadzie RP w Brukseli była nasza wieloletnia nauczycielka historii Pani Anna Skrzypek. Na załączonej fotografii widzimy ją razem z Panią Lidią Zabrocką, naszą byłą nauczycielką, która obecnie jest dyrektorką Polskiej Szkoły im. Jana Brzechwy w Courcelles.

Kolejnym ważnym dla nas wydarzeniem były uroczystości na cmentarzu wojskowym w Lommel. Tam mieliśmy okazję pochylić się nad losem żołnierzy generała



Stanisława Maczka, który 79 lat temu poświęcił swoje życie dla wyzwolenia Belgii spod niemieckiej okupacji. Było to niezwykle wzruszające oraz łączące belgijską Polonię wydarzenie. Otoczeni 257 grobami, razem z naszymi uczniami złożyliśmy wiązanek kwiatów, aby uhonorować oddanie życia przez naszych rodaków. W naszej szkole staramy się kłaść duży nacisk na poznanie nie tylko dziejów naszego narodu, ale i wielkich polskich bohaterów, którzy zapisali się na kartach także belgijskiej historii.

Jak w każdej szkole nie mogło zabraknąć obchodów dnia nauczyciela. W tym roku nasza kadra została doceniona potrójnie. Najpierw zostaliśmy zasypani tym, co dla każdego belfra najważniejsze, czyli życzeniami od samych uczniów. Piękne laurki, kwiaty czy czekoladki umiliły ten dzień w szczególny sposób.



Najbardziej cieszy to, co uczniowie sami dla nas zrobią. Dodatkowo każdy został osobno obdarowany przez władze szkoły upominkiem. A na koniec Ci, co mogli, uczestniczyli w obchodach Dnia Edukacji Narodowej w Ambasadzie RP w Brukseli.

W trzeci weekend października jak co roku świętowaliśmy dzień dwujęzyczności. Tym razem obchodziliśmy to bardzo kreatywnie w postaci warsztatów plastycznych z wykorzystaniem jesiennych liści. Dzieci tworzyły flagi i plakaty przedstawiające różne kraje. Dyskutowały także na temat tego, jak to jest posługiwać się dwoma lub więcej językami, jakie to daje im możliwości i szanse. W naszej szkole lubimy powtarzać: „Dwujęzycznie podwójnie fantastycznie!”



Z racji tego, że jesteśmy bardzo otwarci na inne kultury, świętujemy w naszej szkole także Halloween. W tym roku zorganizowaliśmy szkolny konkurs na najpiękniej wydrążoną dynię. Dzieci pracowały nad jednym z najważniejszych symboli tego święta w domach, po czym jury, składające się z samych uczniów, demokratycznie głosowało na te, które w ich ocenie zasługiwały na podium. Zaskoczyła nas pomysłowość oraz entuzjazm dzieci do pracy wykonywanej także w domu.

Wiele się dzieje w naszej szkole, a ile jeszcze przed nami! Niedługo Mikołajki oraz rozstrzygnięcie świątecznego konkursu literackiego na temat polskich



tradycji bożonarodzeniowych. Jak co roku w grudniu organizujemy warsztaty świąteczne, na których uczniowie mają okazję robić kartki, ozdoby choinkowe a nawet dekorować pierniczki. Początek roku 2024 zaczniemy pięknym przedstawieniem Jasełek na początku polskiej mszy świętej, w drugą niedzielę stycznia. Zapraszamy więc wszystkich, którzy tęsknią za tym pięknym polskim zwyczajem, oraz lubią śpiewać polskie kolędy,

do Kościoła Św. Lambertusa w Heverlee. Z pewnością będziemy na Was czekać!

Aleksandra Wojtczak

Uznany w Belgii psycholog kliniczny (visum nr. 326343) i psychoterapeuta współpracujący z brukselską kliniką „Grand Roi” oraz Polską Szkołą im. M. Skłodowskiej-Curie w Leuven, gdzie także prowadzi gabinet prywatny.

aleksandra.voidchuck@gmail.com

www.wojtczakaleksandra.com

Tel. +32 (0) 491 919 368



Kontakt:

gsm: 0484/79 03 92

email: srasson@outlook.com

fax: 03/289 73 54



Adwokat

polskojęzyczny belgijski adwokat w Antwerpii

Sylwia Rasson

Dane kancelarii:

Britselei 28, 2000 Antwerpia

kancelaria aktywna na terenie całego kraju

Spod Husarskiego Skrzydła

Dziękujemy Wam Polacy!

„Breda przeżywa w sposób nie do opisanie swe pierwsze chwile wolności. Istny karnewał – ulice zapchane wiwatującymi mieszkańcami, kwiaty i festyny, a wystawy sklepów oblepione napisami w języku polskim: „Dziękujemy Wam Polacy”. Entuzjazm osiąga swój szczyt, gdy wprowadziłem do ratusza dawnego burmistrza V. Stolbe, który ukrywał się tak długo przed Niemcami!”

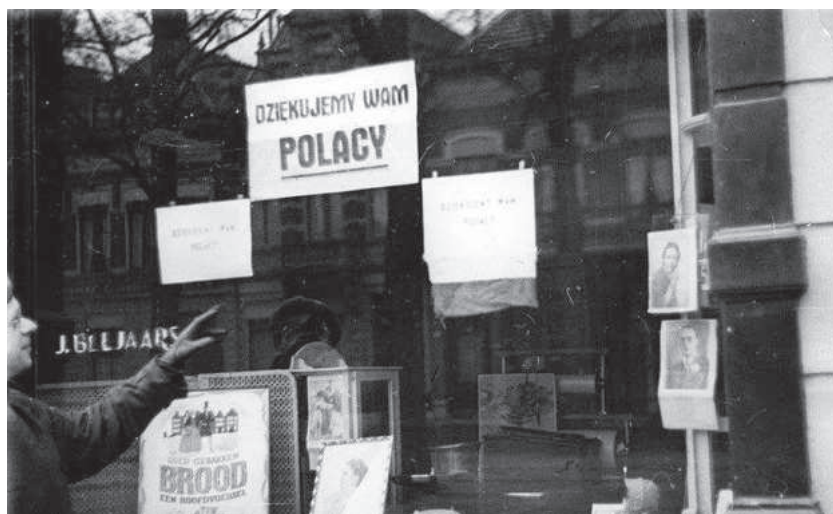
Tak wspomina moment wyzwolenia miasta Breda dowódca Pierwszej Polskiej Dywizji Pancerniej generał Stanisław Maczek.

Holenderskie miasto Breda – stolica Brabancji Północnej zostało wyzwolone przez wojska Pierwszej Polskiej Dywizji Pancerniej 27 października 1944 roku.

Operacja „Breda”, jak nazwał ją dowódca dywizji gen. Maczek, rozpoczęła się 22 października od ataku na Ternauzen i Axel, i trwała do 9 listopada. W tym czasie toczyły się między innymi walki o Bredę. Niemcy byli przygotowani na odparcie ataku od zachodu, zgodnie z kierunkiem ofensywy alianckiej, natomiast Polacy obeszli Bredę łukiem i 10 Brygada Kawalerii Pancerniej zaatakowała miasto od wschodu, gdzie nikt się tego nie spodziewał.

W tym samym czasie 3 Brygada Strzelców atakowała miasto od południowego zachodu, przez co Polacy wzięli przeciwnika w kleszcze. Dzięki temu manewrowi oskrzydłającemu polska dywizja uzyskała efekt kompletnego zaskoczenia. Niemcy nie byli w stanie stawić oporu i – pomimo że Breda była obsadzona przez aż trzy niemieckie dywizje – miasto uniknęło krwawych walk.

Dzięki genialnemu posunięciu dowódcy Polskiej Dywizji oraz rozpoczęciu walk bez wsparcia artylerii, miasto Breda praktycznie nie ucierpiało, uniknięto strat w



nl.m.wikipedia.org

zabytkowej architekturze miasta i – co najważniejsze – nie było ofiar wśród ludności cywilnej.

30 października zostały zlikwidowane ostatnie punkty niemieckiego oporu i Breda była wolna. Żołnierze Pierwszej Polskiej Dywizji Pancerniej defilowali przez Bredę wśród wiwatujących mieszkańców miasta. To było prawdziwe święto radości wolności oraz przyjaźni polsko-holenderskiej i – jak się okazało – połączyło to Polaków i Holendrów na lata.

W toku „operacji Breda” 1 Dywizja Pancerna straciła 69 oficerów i 876 szeregowych (zabitych, rannych i zaginionych). Niemcy w tym samym czasie ponieśli straty w wysokości 53 oficerów oraz 2892 szeregowych.

Polacy z 1 Polskiej Dywizji Pancerniej byli otaczani wielkim szacunkiem i wdzięcznością przez mieszkańców Bredy, a w całym mieście widać było napisy w języku polskim „Dziękujemy Wam Polacy”.

Wszyscy, którzy brali udział w walkach o wyzwolenie Bredy, otrzymali honorowe obywatelstwo miasta. W uznaniu zasług Pierwsza Polska Dywizja Pancerna została odznaczona najstarszym i najważniejszym odznaczeniem Królestwa Niderlandów – Orderem Wojennym Wilhelma, a na wniosek mieszkańców miasta honorowe obywatelstwo Holandii otrzymał dowódca Dywizji generał Stanisław Maczek.

Holandia obok Belgii stała się po wojnie nowym domem dla wielu polskich żołnierzy.

To właśnie tam postanowili zostać ci, którzy obawiali się prześladowania ze stron komunistycznych władz polski. Zakładali mieszane rodziny polsko-holenderskie, tam pracowali i tam również umierali. Dzisiaj potomkowie tych polskich bohaterów dbają o pamięć oraz propagują chlubną przeszłość swoich ojców.

„Mimo tak wielkiej różnicy w uosobieniach i zwyczajach, nieznanomości języka holenderskiego, żołnierz polski witany był z radością i entuzjazmem, przewyższającym wszystko, co go spotkało nie tylko we Francji, ale i gościnnej Flandrii; poczuł się jakby we własnym kraju i płacił za wszystko prawdziwym uczuciem i poświęceniem, gdy było trzeba”.

– wspominał gen. Maczek.

Na polskim honorowym cmentarzu wojennym w Bredzie spoczywa 162 Polaków poległych w kampanii holenderskiej, a w 1994 roku na swoje wyraźne żądanie dołączył do nich dowódca Dywizji, generał broni Stanisław Maczek.



Polski Honorowy Cmentarz Wojskowy w Bredzie, autor: Miho; pl.wikipedia.org



Maczek Memorial Breda autor: Wanda Smigielski; pl.wikipedia.org

Na tym cmentarzu co roku w ostatni weekend października odbywają się główne uroczystości upamiętniające wyzwolenie Bredy. Obecne są władze miasta, przedstawiciele polskiej ambasady, liczne delegacje polonijne oraz przedstawiciele Wojska Polskiego. Mieszkańcy miasta są do dziś bardzo wdzięczni za wyzwolenie i bardzo entuzjastycznie podchodzą do widoku polskich oficerów, którzy co roku licznie przybywają na tę podniosłą uroczystość.

W 2019 roku, w 75 rocznicę wyzwolenia Bredy, w uroczystościach na cmentarzu przy grobie generała Maczka udział wziął Król Niderlandów Wilhelm-Aleksander oraz Prezydent RP Andrzej Duda.

Walki o wyzwolenie Bredy zostały upamiętnione na Grobie Nieznanego Żołnierza w Warszawie napisem: „BREDA 29-30 X 1944”.

Wielkim dowodem wdzięczności mieszkańców miasta jest muzeum gen. Maczka „Maczek Memorial Breda”, które znajduje się przy Polskim Honorowym Cmentarzu Wojennym w Bredzie.

Ettensebaan 17a 4812 XA Breda
E-mail: info@maczekmemorialbreda.nl

Muzeum można zwiedzać:
Środa: 13.00 – 17.00
Sobota: 11.00 – 17.00
Niedziela: 11.00 – 17.00

Chwała i Cześć Bohaterom!

W. Romaniak



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
GLAMOUR

Schoonheidssalon-Kapper-Nagels-Permanente make up

Zdrowych, radosnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz szczęśliwego
2024 roku!

MAKIAŻ
PERMANENTNY
spod igły
mistrzynie Polski!
(2018 ROK)

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

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

Odkryj, dlaczego praca jako pomoc domowa to coś dla Ciebie !



Praca z najlepszymi benefitami:



bogaty pakiet wynagrodzeń



miły pracodawca



samochód służbowy lub
rower elektryczny



modna odzież robocza



bony żywnościowe



szkolenia i coaching



elastyczne godziny



blisko domu



ubezpieczenie zdrowotne



dostęp do platformy korzyści



Aplikuj teraz przez
work.poetsbureau.be/pl

Chcesz uzyskać więcej informacji?
Skontaktuj się z nami bez zobowiązań.

*Życzymy
wesółych
świąt i
szczęśliwego
roku
2024!*

HET POETSBUREAU WIJNEGEM

Turnhoutsebaan 408 - 2110 Wijnegem
wijnegem@poetsbureau.be - 03 353 30 23
Godziny otwarcia można znaleźć na poetsbureau.be



HET POETSBUREAU

Czym jest trychologia i na czym polega praca trychologa?

Trychologia (gr. trikhos – włos i logos – nauka) to dziedzina zajmująca się tematyką włosów, owłosionej skóry głowy i różnych zaburzeń ich funkcjonowania, w tym kwestią wypadania włosów. Jej prekursorem w Europie jest dr Francis Law. Już 100 lat temu założył on szkołę Collage of Diseases of the Hair. Potem w różnych krajach, także w Polsce, ta wiedza się popularyzowała.

Międzynarodowy zasięg zapewnił jej David Salinger, który w latach 1974-75 opracował program dydaktyczny dotyczący trychologii na University of South California. W 1974 roku, w Kalifornii (USA) Salinger założył organizację Association of Trichologists (IAT). Wkrótce zdobyła ona zasięg międzynarodowy i szkoli studentów z trychologii na całym świecie, m.in. w Chinach, Rosji czy Australii.

W związku z coraz szybszym rozwojem wiedzy także Trycholog powinien zgłębiać aktualną wiedzę z zakresu medycyny ogólnej, psychologii, endokrynologii czy dietytyki.

Trycholog podczas wizyty przeprowadza wywiad i wykonuje badanie trychoskopijne skóry głowy specjalistyczną kamerą, która w zależności od badanego problemu posiada 60, 100 lub 200-krotne przybliżenie.

Intensywne wypadanie włosów dotyka dzieci, młodzieży, osób dorosłych i osób w wieku dojrzałym. Jest ponad 100 różnych przyczyn wypadania włosów np.: stres z powodów takich jak utrata bliskiej osoby, pracy, rozstanie, rozwód itd.

Przyczyną może być też gorączka, zła dieta, narkoza, odstawienie jak i branie niektórych leków, przewlekłe i krótkotrwałe choroby, zmiany hormonalne, trauma itd.

Człowiek ma na głowie od 100 do 150 tysięcy włosów. Dziennie wypada nam od 20 do 150 włosów. Jeśli liczba zazwyczaj wypadających włosów wynosi 20 dziennie, lecz następuje zwiększenie tej liczby do 100, mówimy już o intensywnym wypadaniu. Nasze włosy znajdujemy dosłownie wszędzie: na ubraniu, na podłodze, na poduszce, na fotelu samochodu, w jedzeniu, na sitku pod prysznicem lub w wannie.

Każdy z nas ma inną dzienną normę ilości wypadających włosów i w tym zakresie nie powinniśmy się porównywać do innych osób. Jeśli nasilone wypadanie włosów trwa dłużej niż 2 miesiące i nie ustępuje samoistnie, jest to moment, kiedy należy się udać na wizytę do trychologa, który zaleci odpowiednie postępowanie dotyczące włosów i skóry głowy.

Wielu z nas doświadcza łysienia androgenowego, które dotyka zarówno mężczyzn, jak i kobiet, a w ostatnich latach również młodzieży. Łysienie androgenowe rozkłada się na lata i z upływem czasu nasila się. Jest inne u kobiet i inne u mężczyzn, ale występuje według pewnych wzorców. Bywa podstępne i nie musi się wiązać z intensywnym wypadaniem włosów. U panów zaczyna się przez po-



wstanie zakoli lub przerzedzanie włosów na górnej części głowy albo obydwoma elementami na raz.

U kobiet łysienie androgenowe wygląda nieco inaczej; przerzedzenie można zauważyć na przedziałku, to znaczy, że w części przedziałka skóra zaczyna być bardziej widoczna i z czasem przedziałek w wyniku zmian androgenowych staje się coraz szerszy.

Coraz częściej problem łysienia androgenowego występuje u ludzi młodych, jednak w ich przypadku pozytywne rezultaty kuracji są najszybciej zauważalne. W łysieniu androgenowym można uzyskać dużą poprawę i zagęścić włosy, wszystko jednak zależy od tego, który jest to etap zmian. W celu wiarygodnej oceny wskazana jest trychoskopia i wiedza trychologiczna.



Często myli się łysienie plackowate z łysieniem androgenowym. Łysienie plackowate to choroba autoimmunologiczna. Ten rodzaj łysienia łatwo rozpoznać, ponieważ utrata włosów następuje w kształcie koła lub rozlanych większych plaszczyn, na których następuje tymczasowa całkowita utrata włosów. Jest to proces odwracalny, często również ustępujący samoistnie po okresie 3 miesięcy od utraty włosów. Utrata jest nagła, ponieważ dochodzi do zmian w przeciągu 2 tygodni. Warto jednak udać się na wizytę do trychologa, by ocenić etap choroby i stopień jej zaawansowania.

Trychologia zajmuje się nie tylko wypadaniem włosów, nieodłączną częścią trychologii są problemy skóry głowy. Te najbardziej powszechne to intensywne przetłuszczanie, łojotokowe zapalenie skóry głowy, łuszczyca, łupież, atopowe zapalenie skóry głowy, nadmierna wrażliwość skóry. Same choroby skóry głowy

dzielią się na odwracalne i nieodwracalne. Trycholog, po rozpoznaniu nieprawidłowości w badaniach, ewentualnie przekierowuje osobę do odpowiedniego lekarza specjalisty, który może zlecić np. wykonanie biopsji skóry głowy.

Nie powinniśmy bagatelizować kondycji skóry głowy i tego, co na niej się dzieje. Często próbujemy rozwiązać problem na własną rękę lub korzystamy z porad czy zabiegów osób, które z trychologią nie mają nic wspólnego. Trychoskopia zawsze pokaże nam stan faktyczny.

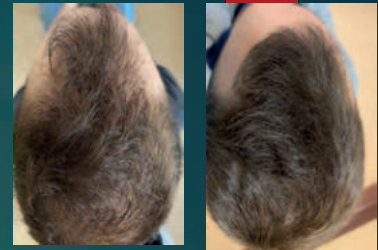
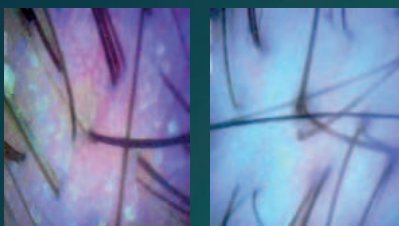
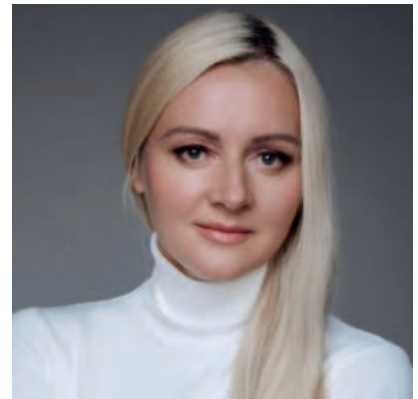
Zaniedbania w tym zakresie mogą doprowadzić do ciężkich stanów na skórze głowy wraz z nieodwracalną utratą włosów – nie warto ryzykować.

Jedne z głównych błędów popełnianych przy pielęgnacji skóry głowy:

- Używanie zbyt agresywnych, źle dobranych szamponów.

- Nadmierne używanie szamponów przeciwłupieżowych.
- Niemycie głowy gdy skóra jest przetłuszczona i powoduje świąd.
- Liczenie na cudowną tabletkę, która spowoduje odrost włosów i zahamuje ich wypadanie.
- Upinanie włosów na fryzurę typu bunny.

Dominika Stengert
Trycholog



TRYCHOLOG

Dominika Stengert

Międzynarodowa Certyfikacja IAT

7 letnie doświadczenie

Diagnostyka i leczenie:

- intensywnego wypadania włosów,
- łysienia androgenowego kobiecego i męskiego,
- przedwczesnego łysienia młodzieży,
- wypadania włosów po Covidzie,
- wypadania włosów u dzieci,
- intensywnego przetłuszczania się skóry głowy, łupieżu, atopowego zapalenia skóry, łuszczycy



ANTWERPIA, TEL. +32487854044

Ból – III stopień drabiny analgetycznej

Postępowanie z bólem ewoluowało od czasów starożytnych po model współczesny, charakteryzujący się multidyscyplinarnym podejściem i tworzeniem specjalistycznych centrów leczenia bólu.

Wyraz ból pochodzi od łacińskiego słowa poena, co oznacza karę.

W celu poprawy leczenia bólu utworzono w 1973 roku Międzynarodowe Stowarzyszenie Badania Bólu, a w Polsce w 1990 r. Polskie Towarzystwo Badania Bólu. Natomiast w 1986 WHO zdefiniowało drabinę analgetyczną. W poprzednich numerach poznaliśmy jej dwa stopnie, teraz czas na trzeci – ostatni szczebel drabiny analgetycznej. Stopień III obejmuje leki takie jak morfina, fentanyl oraz metadon.



nym – w 15 minut, natomiast podanie doustne przynosi ulgę dopiero po 30 minutach. Średni czas przeciwbólowego działania morfiny wynosi 5 godzin. Metabolizowana jest w wątrobie a wydalana z moczem i kałem.

Działania niepożądane: zaburzenia widzenia, nadmierne poty, nudności, wymioty, zaparcia, suchość w jamie ustnej, trudności w oddawaniu moczu, kolka nerkowa, zaburzenia oddychania, skurcz oskrzeli, senność, spowolnienie pracy serca, zawroty głowy.

Morfina

Morfinę po raz pierwszy wyizolował z opium niemiecki farmaceuta Friedrich Sertürner w 1804 roku. Odkrytej przez siebie substancji przypisał właściwości nasenne i przeciwbólowe, nazwał ją morfiną od imienia boga snu Morfeusza. Przedwojennych narkomanów najczęściej nazywano morfinistami lub kokainistami, a samo zjawisko morfinomanią.

Opium wytwarza się przez wysuszenie soku wydobywającego się z niedojrzałych makówek maku lekarskiego. Środek ten jest jednak znany ludzkości już od starożytności. Cesarz Marek Aureliusz pił przed snem napar z jego dodatkiem. W późniejszym okresie mak i sposób produkcji opium dotarły do Iranu i Indii, a w VIII wieku do Chin. W Państwie

Środka po raz pierwszy zaczęto używać opium jako substancji odurzającej. W XVII wieku Chińczycy zaczęli palić tzw. madak (mieszkankę opium z tytoniem). W późniejszych latach udało się im znaleźć sposób na palenie czystego opium.

Na początku XVIII wieku wynalazek Chińczyków dotarł do Europy i Ameryki Północnej, jednak przyjemność odurzania się mieli jedynie przedstawiciele kręgów arystokratycznych oraz świata przestępczego. Popularny alkoholowy wywar z domieszką ziół i opium – laudanum znany był na Starym Kontynencie już od XVI wieku.

Początek działania morfiny po podaniu doustnym następuje w 2 minuty. Po podaniu domięśniowym czy podskór-

Po raz pierwszy został otrzymany w Belgii pod koniec lat 50. XX wieku, a wprowadzony do lecznictwa w latach 60. Odkryty w 1959 przez dr Paula Janssena, 10 lat później dopuszczony do użytku medycznego w Stanach Zjednoczonych.

Działa 100 razy silniej niż morfina. Taka zależność wynika z tego, że lek gromadzi się w tkance tłuszczowej, z której jest stopniowo uwalniany do krwi, oraz łatwiej niż morfina przekracza barierę krew-mózg i przedostaje się do ośrodkowego układu nerwowego.

Po podaniu dożylnym działanie następuje już po 30 sekundach i utrzymuje się do 30 minut. Fentanyl przechodzi do mleka matki. Metabolizowany jest w wątrobie i wydalany z moczem; występuje

Fentanyl



w postaci iniekcji dożylnych, plastrów przezskórnych, aerozolu do nosa, tabletek podjęzykowych.

Działania niepożądane – senność, zawroty i bóle głowy, zaparcia, uspokojenie, nudności, wymioty, halucynacje, zaburzenia smaku, zaburzenia równowagi, zwiększona potliwość, omamy czuciowe, brak kontaktu z rzeczywistością.

Od lat fentanyl jest sprzedawany na czarnym rynku. Obecnie uznawany za jeden z najniebezpieczniejszych narkotyków na świecie. Bywa sprzedawany w formie lizaków. Według badań uzależnienie od fentanylu następuje szybko i to w aż 80 proc. przypadków. U osoby, która przyjęła zbyt dużą porcję fentanylu, mogą wystąpić następujące objawy: spowolnienie czynności serca, problemy z oddychaniem, poszerzenie źrenic i obniżenie ciśnienia.

Metadon

Metadon otrzymali w 1937 r. Max Bockmühl i Gustav Ehrhart. Leczenie metadonem rozpoczęto w latach 60. XX wieku w USA. W Polsce pierwszą terapię z użyciem metadonu przeprowadził Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, w 1992 roku.

Metadon działa po podaniu doustnym po około 45 minutach, utrzymuje się do 8 godzin i ma szereg działań niepożądanych: przyrost masy ciała, zaparcia, pocenie, ślinotok, zaburzenia apetytu,

euforia, nadpobudliwość, wymioty, zatrzymanie moczu. Metadon jest 10 razy silniejszy niż morfina.

Aby zmaksymalizować efekty procesu leczenia bólu, powinno się włączyć również niefarmakologiczne metody leczenia, do których należą m.in.:

- akupunktura – pochodząca z Chin metoda, która m.in. łagodzi ból. Znana jest w Polsce od lat siedemdziesiątych XX w. NFZ refunduje zabiegi akupunktury, jeśli są wykonywane w poradniach leczenia bólu. Zabiegi akupunktury polegają na wkłuwaniu cieniutkich metalowych igieł w tzw. punkty akupunkturalne na skórze. Lokalizacja punktów stymulacji pokrywa się z miejscami, w których można stymulować nerwy. Zabieg powoduje uwalnianie neuroprzekazników i endogennych opioidów oraz serotoniny. Przeciwwskazania to: choroby psychiczne, ciąża, stymulator serca oraz zaburzenia krzepności lub używanie leków przeciwkrzepnych.

- Techniki relaksacyjne – czyli ćwiczenia oddechowe i rozluźniające mięśnie.
- Aromaterapia.
- Akupresura to metoda stymulowania punktów przez ucisk. Nadmierne lub nieumiejętne stosowanie akupresury może powodować np. biegunkę czy kołatanie serca.
- Elektroterapia czyli TENS – przezskórna elektrostymulacja nerwów. Jest to metoda prosta i bardzo skuteczna. Aż u 60% pacjentów zmniejsza dolegliwości bólowe.
- Kinezyterapia to leczenie ruchem, czyli zapobieganie przykurczom oraz zanikom mięśniowym w obrębie

narządu ruchu, a co za tym idzie, zmniejszanie bólu. Obejmuje ćwiczenia ruchowe: bierne, czynne wspomagane, w odciążeniu czy z obciążeniem.

- Kinesiotaping – polega na przyklejaniu specjalnych plastrów na określone okolice ciała. Plastry, zwiększając przestrzeń dla przepływu krwi, wpływają na poprawę napięcia mięśniowego i redukują dolegliwości bólowe.
- Termoterapia. Ciepło oddziałujące na tkanki powoduje rozszerzenie naczyń, poprawę ukrwienia i szybsze usuwanie produktów przemiany materii, obniża napięcie mięśniowe. Termoterapia to: gorące okłady, kompresy, parafina, poduszka elektryczna, ultradźwięki oraz promienie podczerwieni. Przeciwwskazania to np.: zaburzenia krążenia, stymulator serca, metalowe implanty w ciele oraz zaburzenia krzepności krwi.
- Krioterapia to metoda łagodzenia bólu przy zastosowaniu zimna, które wywołuje spowolnienie przewodzenia w nerwach obwodowych, zmniejszenie napięcia mięśniowego i działa rozkurczowo.

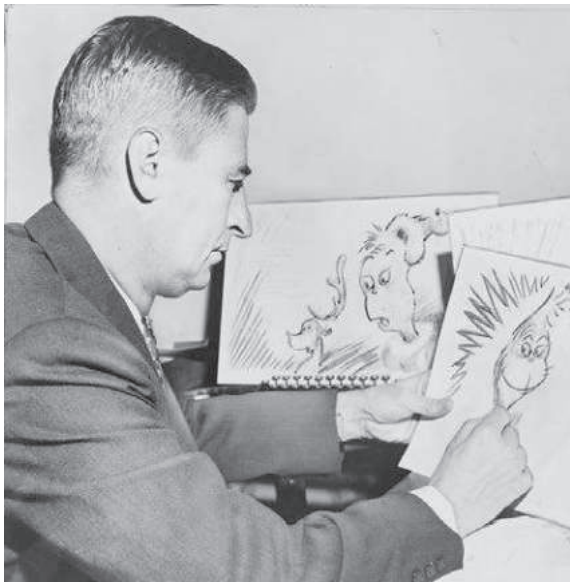
Wszystkim Czytelnikom życzę zdrowych (oczywiście bez bólu), pełnych miłości i radości świąt Bożego Narodzenia oraz bliskości wszystkich, których kochacie.

Ewelina Szermińska,
magister pielęgniarstwa
AZ Rivierenland Rumst



Książka na dziś

O Grinchu, który chciał ukraść Boże Narodzenie



Dr. Seuss podczas rysowania Grincha, autor: Al Ravenna; pl.wikipedia.org

Dr Seuss, a właściwie Theodor Seuss Geisel (1904–1991), absolwent Lincoln College na Uniwersytecie w Oksfordzie, to autor książek dla dzieci. Wiele z nich weszło do kanonu literatury należącej do tego gatunku.

Zadebiutował opowieścią „Sam to wszystko widziałem na ulicy Morwowej”, która pod względem wartości dla literatury dziecięcej porównywana jest do „Alicji w Krainie Czarów” Lewisa Carrolla. Zanim jednak książka została wydana i odniosła sukces, odrzuciło ją niemal trzydzieści wydawnictw.

Autor opowiadał później, że któregoś dnia, wracając do domu po kolejnym nieudanym spotkaniu z agentem, chciał już spalić manuskrypt i powrócić do dobrze płatnej pracy w reklamie. Wtedy jednak spotkał kolegę ze studiów, a ten przedstawił go redaktorowi z wydawnictwa Vanguard Press. Kiedy książka

wreszcie została wydana i trafiła na półki, niemal natychmiast stała się hitem.

Dr Seuss napisał czterdzieści cztery książki dla dzieci i każdą z nich samodzielnie zilustrował. Łącznie jego opowieści zostały sprzedane w ponad 200 mln egzemplarzy, a kilka z nich doczekało się adaptacji filmowej. Grinch, Lorax, Horton i Kot Prot – to bohaterowie, którzy przeszli z kart powieści na wielki ekran.

W listopadzie tego roku miała miejsce pierwsza polska premiera książki „Jak Grinch ukraść Świąta” w doskonałym tłumaczeniu Michała Rusinka.

Przygody zielonego stwora

Opublikowana w 1957 roku książka obrazkowa „Jak Grinch ukraść świąta” opowiada historię żyjącego w odosobnieniu zielonego zrzędliwego potwora, który za towarzysza ma jedynie psa Maksa. Grinch oprócz tego, że jest wyjątkowo brzydki, to na dodatek jest wiecznie niezadowolony. Nie lubi niczego i nikogo, a już najbardziej denerwują go ludzie.

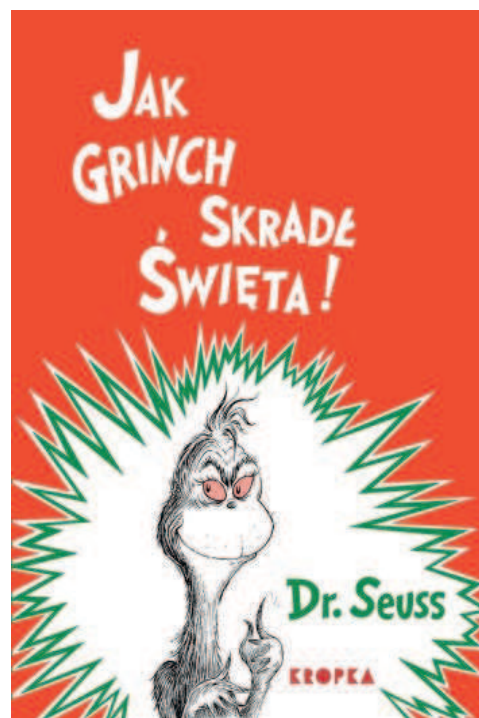
Ponurak prawie nigdy nie zpuszcza się do znajdującego się nieopodal miasteczka Ktosiowa,

a z jaskini na szczycie góry wychodzi tylko wtedy, gdy kończy mu się jedzenie.

Co roku mieszkańcy Ktosiowa starają się zrobić wszystko, aby kolejne święta Bożego Narodzenia były piękniejsze od poprzednich. Pani burmistrz postanowiła właśnie nadać tegorocznym świętom wyjątkową rangę: więcej choinek, więcej światełek, więcej prezentów i więcej świątecznej życzliwości.

A Grinch nie cierpi świąt. Wzmożony ruch w sklepach i kupowanie prezentów napawają go obrzydzeniem, dlatego postanawia raz na zawsze sprawę załatwić i ukraść Ktosiom święta.

Swoje złowieszcze zamiary Grinch realizuje w noc wigilijną. Wszak skoro Mikołaj daje radę dostarczyć prezenty w ciągu jednej nocy, to dlaczego on w ciągu



tej samej nocy miałyby nie dać rady ich ukraść? Przebrany za świętego Mikołaja, z psem udającym renifera, rozpoczyna realizację swojego niecnego planu. Czy Grinchowi uda się uciszyć gwarne świąteczne Ktosiowo?

Pierwsza książka opowiadająca o Grinchu, który nienawidzi świąt, powstała w latach 50. ubiegłego wieku. Po latach zdecydowano stworzyć jej kontynuację i przedstawić dalsze losy zrzędliwego stwora. Organizacja opiekująca się spuścizną pisarza wraz z wydawnictwem Random House Children's Books ogłosiła, że druga książka będzie nosiła tytuł *How the Grinch Lost Christmas* (Jak Grinch utracił święta). Anglojęzyczna premiera książki miała miejsce we wrześniu 2023 roku.

Ekranizacje

Grinch jest nie tylko bohaterem książki, ale i licznych jej ekranizacji. 23 grudnia 1966 roku stacja CBS wyemitowała krótką historyjkę „Jak Grinch ukradł święta”. Jest to do dziś najwyżej oceniana ekranizacja którejkolwiek z powieści Dr. Seussa. Ta rozpoznawalna na całym świecie animacja wprowadziła przebiegłego zielonego stwora do panteonu dziecięcych kreskówek.

Grinch – z jednej strony ponury i odrzucający, z drugiej, na swój sposób sympatyczny – wzbudza u widzów pozytywne odczucia. Rok po roku amerykańska telewizja emituje tę bajeczkę w okresie przedświątecznym. Oglądają ją wtedy całe rodziny – ci duzi, ci mali, ci więksi i najmniejsi. I ponoć nigdy im się ona nie nudzi.

Pierwszą „współczesną” ekranizacją opowieści o zielonym stworze jest „Grinch: Święta nie będzie” z 2000 roku. Seuss długo sprzeciwiał się przeniesieniu na ekran swojej opowieści. Dopiero po jego śmierci w 1991 roku Audrey Geisel, wdowa

po pisarzu, zgodziła się na sprzedaż praw autorskich, ale pod kilkoma warunkami. Trzeba było za nie zapłacić 5 milionów dolarów, a reżyser lub scenarzysta musieli mieli na swoim koncie film, który zarobił co najmniej milion dolarów.

W roli Grincha musiał wystąpić aktor „o randze porównywalnej do Jacka Nicholsona, Jima Carreya, Robina Williamsa i Dustina Hoffmana”. W końcu prawa trafiły do Universal Pictures, wytwórnia zapłaciła za nie 9 milionów dolarów. Tytułowego bohatera zagrał Jim Carrey, który doskonale poradził sobie z rolą Grincha.

Słynny komik był nie do poznania w nagrodzonej Oscarem charakteryzacji. Trzeba ją było nakładać każdego dnia ponad 2 godziny, a jej zmywanie zajmowało kolejną godzinę.

Film otrzymał także dwie nominacje do Oscara (kostiumy i scenografia). Zarobił 345 milionów dolarów, stał się szóstą najbardziej dochodową produkcją 2000 roku i drugim po filmie *Kevin sam w domu* najbardziej dochodowym filmem bożonarodzeniowym w historii kina. Jednak po premierze otrzymał mie-



szane recenzje. Chwalono kreację Jima Carreya. Pisano, że wręcz urodził się do tej roli, ale to niestety nie wystarczyło, aby uratować dzieło. Krytycy dawali do zrozumienia, że lepiej jest obejrzeć animację z 1966 roku.

W 2018 ukazał się pełnometrażowy bardziej nowoczesny film animowany *Grinch* (The Grinch). Twórcom zależało, aby pokazać klasyczną historię Grincha nowemu pokoleniu, pozostając wiernym oryginałowi. Poza całą warstwą komediową „Grinch” to przecież uniwersalna pełna nadziei opowieść o sile przebaczenia i miłości.

Grinch pojawił się także w krótkometrażowych filmach animowanych *Halloween is Grinch Night* (1977) oraz *The Grinch Grinches the Cat in the Hat* (1982), gdzie spotyka drugiego z bohaterów Seussa – Kota Prota. Scenariusze do obydwu filmów napisał sam Dr. Seuss i dwukrotnie otrzymał za nie Nagrodę Emmy.

Grinch doczekał się też musicalu, który był wystawiony w wielu miejscach przez kilku twórców, po raz pierwszy w 1994, potem 1998 a następnie od 2006-2011. W jednym z nich grała znana z serii „High School Musical” Vanessa Hudgens w roli Cindy Lou Who.

Zielony stwór jest też bohaterem kreskówek, gier, koszulek, kubków i innych gadżetów, którymi możemy się obdarowywać nie tylko od święta.

Znana na całym świecie opowieść o Grinchu to historia dla każdego. Jest też świetnym przypomnieniem, co w Święta jest naprawdę ważne: nie prezenty, choinka i masa jedzenia na stole, ale obecność najbliższych.

Polecam,

Agnieszka Buniowska

Słowo o byle czym

Symbole są obecne wszędzie: w tradycji, społeczeństwie, nauce, filozofii itd. W religiach dotyczą też narodzin, życia i śmierci, ale ich głębia jest coraz bardziej spływająca i wielu ludzi tak naprawdę nie wie, co akurat się święci i dlaczego.

Jest święto choinki, dziadka Mroza, święto czerwonego serduszka, czekoladowego baranka i malowanego jajka czy płonącego znicza. Zawsze jest coś do świętowania i powód do zakupów w sklepach ozdobionych odpowiednimi symbolami.

Listopad już za nami, a przy całym szacunku tak naprawdę w grudniu świętuje się Narodziny Człowieka, który ma umrzeć w mękach na krzyżu. – Że co? Że święta? Że ma być wesoło i jak najdalej od eschatologii?

Przepraszam, lecz w tej chwili najpewniej jest albo przed świętami, albo już po świętach. Spytajmy, co Najwyższemu jest bardziej miłe: czy nasza radość z wydarzeń radosnych, czy smutek z powodu wydarzeń smutnych, czy może pracowita codzienność w poszanowaniu siebie samego, człowieka drugiego i chleba powszedniego?



Radość z naszych narodzin w bólu jest objęta amnezją dziecięcą. A gdzie jest radość z własnego istnienia? Dlaczego nie wszyscy szanują dar, jakim jest życie?

Śmierć jest wydarzeniem smutnym, ale umierającemu czasem przynosi ulgę, bywa oczekiwana a nawet radosna. Każdy człowiek kiedyś skłoni głowę przed jej majestatem, więc wszyscy chcą iść do nieba, lecz nikt nie chce umierać.

Przemilczanie śmierci to udawanie, że jej nie ma. Dawniej śmierć była czymś oczywistym. Nawet pomieszanie smutku i radości nie bulwersowało ludzi – „Umarł król, niech żyje król”. Obecnie śmierć akceptuje się głównie wtedy, kiedy umiera ktoś bliski, na pogrzebie czy w hospicjum.

Dorostłość a dojrzałość

Temat śmierci to dla dzieci element gry na kompie (im więcej żyć, tym lepiej), dla młodzieży nuda i zwapniała herezja (młodość jest nieśmiertelna), a dla dorosłych...

Tu warto potrząsnąć dorostłością, co jest trudne, gdyż dorośli zawsze przeżywają młodość: jak nie drugą, to czwartą. Człowiek niechętnie przyznaje się do starości i to jest pół biedy. Gorzej, kiedy nie przyznaje się do dojrzałości, która powinna podążać za dorostłością.

Dorostłość widać w kalendarzu i w lustrze, a dojrzałość widać w zachowaniach i w słowach. Człowiek pełnoletni podlega literze prawa, dojrzałość natomiast może być oce-

niona przez zwykłego zjadacza lub starego wyjadacza psychiatrę, który zdecyduje, czy i gdzie zamknąć przerośniętego zbira z umysłem dziecka.

Jak na ironię dorosłości sprzyja starzenie się. Upływ czasu nie zawsze jednak wiedzie ku dojrzałości. Może dlatego mało kto akceptuje przybliżanie się do końca swojego czasu, choć to, co żyje, musi kiedyś... przeminąć, bo po co byłby potrzebny czas, który jest jak lustro: albo potwierdza młodość i jest cacy, albo jej zaprzecza i wtedy jest be.

Pogarda śmierci

Kiedy zakuty w zbroję rycerz chował na sercu nałęczkę od swojej wybranki, z pogardą dla śmierci wyruszał na wojnę. Stawał naprzeciwko drugiego człowieka i obaj nie zawsze wiedzieli, dlaczego są wrogami. Ale wiedzieli to ich panowie. Wystarczyło więc ukatrupić iluś tam Bogu ducha winnych bliźnich, aby wrócić jako bohater do swojej damy i władcy, który bohatercko padł na zawal w alkierzu, kiedy wymachiwał gorsetem kurtyzany.

Słodko i zaszczytnie jest umrzeć za ojczyznę
– Z pieśni Horacego

Współczesny rycerz walczy na froncie stanu na koncie. Za zbroję ma kuszę marynareczkę i obcisłe spodnie-rurki, żeby nie skrywały jego mocnych punktów. – Że co? Że moda? A dla kogo? Może dla dam, żeby na własne gały widziały, że toć to rycerz jest a nie jego garderobiana.

Nie jeden taki jeden wtyka do kieszonki poszetkę, do kieszeni jednorazową

chusteczkę, pilniczek do paznokci i wypachniony wyrusza na wyprawę po zwycięstwo nad swoją słabością i depresją. Ale zamiast gardzić własną śmiercią, gardzi cudzą starością, którą uważa za nieestetyczną i w złym tonie, co raczej biało-głowym przystaje, kiedy drzwi do alkierza uchylają.

Czy człowieczeństwo nadąza za postępem?

Niektóre kultury mają więcej szacunku dla ludzi starszych, niż nasza, zachodnia, gdzie starość to temat wstydlivy i zawada na drodze postępu, choć starsi patrzą i widzą dalej, a młodość jest krótkowzroczna. Dlatego gdzieniegdzie powołuje się rady starszych.

Za eufemizmami: jesień życia, wspaniały wiek, sędziwy wiek, leciwy człek, człek wiekowy czy pejoratywami: stary piernik, zgrzybiały dziad, stara baba, zramolały staruch, kryje się człowiek i jego zwyczajna naturalna starość.

A może człowiek stary sam powinien ocenić swoją społeczną przydatność i w razie mierniej opinii, zamiast psuć statystyki i kraść tlen na oddychanie, samemu godnie odlecieć do krainy wiecznej szczęśliwości?

Kapsuła czy pigułka?

Kiedyś Spartanie zbędnych starców przymusowo zrzucali ze skały. Teraz funkcjonuje dobrowolna eutanazja, której formy stają się coraz bardziej „przyjazne”, a warunki ułatwiają utrudnienia i akceptują nieuleczalną chorobę o nazwie mamtego-dość.

Narodziny i śmierć są tak oczywiste, jak oddychanie, dlatego trwają prace, aby można było bez zgody lekarza odlecieć w odlotowej lśniącej kapsule do eutanazji o nazwie Sarco, w której naciśnięcie guzika uwalnia azot i... po sprawie.

Niderlandzkie Stowarzyszenie na rzecz Dobrowolnego Zakończenia Życia (NVVE) idzie jeszcze dalej i chce wprowadzenia „pigułki ostatniej woli” do wolnej sprzedaży bez recepty. Celem jest „umożliwienie odebrania sobie życia bez czekania na eutanazję za zgodą lekarza”. Hmm...

Emeryci! Popiejujcie partię czynem, umierajcie przed terminem!

– Kiedyś to był żart, ale teraz żarty się skończyły.

Śmierć a umieranie

Wrzucenie do jednego wora umierania i śmierci zniechęca do tych tematów, a są to dwa różne pojęcia.

- **Umieranie** to proces, w którym ustaje funkcjonowanie ciała fizycznego, co boli mniej czy bardziej albo wcale, lub nie zdąży zboleć.
- **śmierć** to stan poza czasem, po zakończeniu biologicznego życia. Dlatego śmierć już nie boli.

Śmierć może być np.: pojedyncza, grupowa, masowa, tragiczna, kliniczna, a także:

- **pozytywna** – męczeńska, bohaterska,
- **negatywna** – morderstwo, zbrodnia, kara śmierci,
- **„przypadkowa”** – wypadek, katastrofa, kataklizm,
- **samobójcza** – uważana za grzech lub śmierć honorową (harakiri, seppuku). Sam Sokrates wołał puchar z cykuta niż rezygnację z własnych poglądów.

Strach

Tanatofobia (z gr. thanatos – śmierć i phobos – strach) – strach przed śmiercią.

Główne powody:

- Strach przed bólem fizycznym i psychicznym, czasem jako „propozycja nie do odrzucenia” czyli środek szantażu i zastraszenia.
- Lęk i strach przed nieznanym: co jest po drugiej stronie?
- Perspektywa rozstania się ze wszystkim, co ktoś miał na tym padole płaczu: rodzina, przyjaciele, wrogowie, układy, wiedza, emocje, stan świadomości i wszystko to, co materialne. Ponadto jest wola życia i instynkt przetrwania, co nieraz wyzwalalo u ludzi nadludzkie moce i nieprawdopodobne czyny.

Oswajanie śmierci

Powszechne są też perspektywy wiecznej szczęśliwości:

„Tam jest nasz dom i do niego wracamy”, „powrót na łono Abrahama”. A tutaj jest „nicość i pogoń za wiatrem”, „marność nad marnościami”. Tu jest jakieś matriksowe życie, a tam jest to właściwe życie. Itd.

Ludzie boją się śmierci, a mnie coś podpowiada, że jest to najpiękniejszy moment życia. – Jan Grzegorzcyk, Niebo dla akrobaty

W historii stosunek do oczywistości starości oscylował pomiędzy prawami natury a względami moralnymi. Poglądy się zmieniały, odchodziły i wracały ale... Nie ma co udawać, że tematu nie ma, chyba że się jak struś wetknie w wydmnę łeb na Łebie. Ale ja tylko tak, o byle czym.

Michał Nowacki





ZAPRASZAMY NA KRĘGI KOBIET



ZAPISY POD ADRESEM EPF.BRUKSELA@GMAIL.COM

KRĘGI ODBYWAJĄ SIĘ ONLINE W PONIEDZIAŁKI I WE WTORKI.

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

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

JK ELEKTRO bvba

usługi elektryczne

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



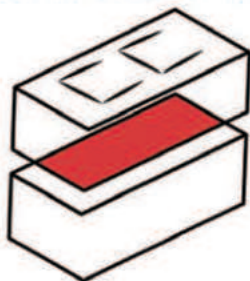
jk.elektro@hotmail.com
Meierhoek 31
2170 Merksem
btw. BE 0688.886.278

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



MATERIAŁY BUDOWLANE

oferujemy trwałe i wysokiej jakości materiały!



STUCKERS

BOUWMATERIALEN



TYNK SILIKONOWY BARANEK 1,5MM W ATRAKCYJNYCH CENACH!

W ofercie naszego sklepu znajdziesz nie tylko tynk silikonowy
ale także wysokiej jakości farby fasadowe,
dedykowane do ochrony i dekoracji elewacji budynków.

Zabarwienie i wymieszanie w dowolnie wybranym przez Ciebie kolorze!

ZAPRASZAMY!



Levelit



Chcesz dowiedzieć się więcej? Zajrzyj na naszego Facebooka! [/stickers.bouwmaterialen](https://www.facebook.com/stickers.bouwmaterialen)

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

KONTAKT:

kom. +32 468 17 04 56
mail stickersbvba@gmail.com
[f /stickers.bouwmaterialen](https://www.facebook.com/stickers.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