



- PANELE
- DREWNO
- PŁYTKI
- IZOLACJA
- DACHY
- ELEKTRYKA
- SANITARIATY
- MASZYNY
- PARKIETY
- FARBY
- NARZĘDZIA
- DRZWI

NAJLEPSZE CENY DLA PRODUKTÓW WYSOKIEJ JAKOŚCI!

LICZNE PROMOCJE CO TYDZIEŃ



SKLEP OTWARTY

pon. - piąt. : 07.00 - 17.00

sob. : 08.00 - 13.00

KONTAKT

Tel. : 02 205 03 03

E-mail : info@bricomatkelly.be

ADRES

Chaussée de Louvain 700

1030 Schaerbeek

MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY BULLETIN MENSUEL GRATUIT

Wydawca / Editeur: PWB a.s.b.l.

🌐 : www.gazetka.be

✉ : info@gazetka.be

REDAKCJA / LA RÉDACTION:

Isabelle Fijałkowski
Tel: 0476 92 08 19
Beata Pokorska
info@gazetka.be

WSPÓŁPRACA / COLLABORATION:

H. Szofłysik, S. Maj, E. Wolna-Olczak,
S. Znyk, A. Albingier, A. Strzałka

Współpraca graficzna Collaboration graphique:

M. Klimek/Studio Corner

REKLAMA / PUBLICITÉ:

I.Fijałkowski (fr., pl., ang., nl.)
Tel: 0476 920 819

E. Gągorowska (pl., fr., ros.)
Tel: 0474 877 150 pon. – sob. (9h – 19h)

Ogłoszenia drobne (bezpłatne)

Petites annonces (gratuites)
Tel. 0472 31 44 65 (wyłącznie sms'y – seulement sms)
e-mail: info@gazetka.be

PRENUMERATA

Możliwa jest roczna prenumerata 10 numerów Gazetki (wyłącznie na terenie Belgii).

Prosimy o wpłacenie 30 EUR na nasze konto:
IBAN: BE66 0688 9793 0643, BIC: GKCCBEBB
(PWB asbl, 262A Bd Général Wahis, 1030 Bruxelles)
Na przelewie należy podać dokładne dane:
nazwisko, imię i adres.

ABONNEMENT

Pour s'abonner à Gazetka et le recevoir tous les mois par la poste (uniquement en Belgique), pendant un an (10 numéros), il suffit de verser la somme de 30 EUR sur notre compte:

IBAN: BE66 0688 9793 0643, BIC: GKCCBEBB
(PWB asbl, 262A Bd Général Wahis, 1030 Bruxelles).
En indiquant lisiblement sur le formulaire de virement: son noms, prénom, et adresse.

Redakcja oraz stowarzyszenie PWB a.s.b.l. nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam. La rédaction ainsi que l'a.s.b.l., ne sont en aucun cas responsables du contenu des annonces qui n'engagent que leurs auteurs.

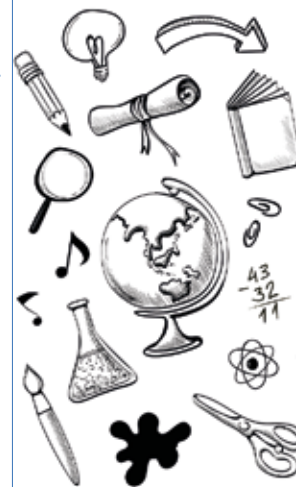
Reklamy wykonane przez Gazetkę stanowią jej własność wg ustawy o prawie autorskim. Wszelka reprodukcja identyczna lub zbliżona zabroniona pod groźbą sankcji prawnych. Les projets graphiques de publicités réalisées par Gazetka sont leur seule propriété. Toute reproduction identique ou s'en rapprochant est interdite. Tout contrevenant s'expose a des poursuites devant les tribunaux compétents de Bruxelles.



Gazetka.be

SPIS TREŚCI

- 4 Brèves
- 6 Wiadomości
- 8 Rok po reformie szkolnej
- 10 Śmiertelne upały
- 12 Dlaczego warto plotkować
- 16 Ten, który ruszył Ziemię
- 22 Śniadanie od szefa kuchni
- 24 Lalka jak ze snu
- 28 Neurografika
- 30 P jak porządek
- 34 Kalendarz imprez
- 36 Szlakiem cerkwi
- 44 Czym jest stawianie granic
- 46 Dostosowanie statusu spółek
- 48 Dwujęzyczności dzieci
- 54 Czas przetworów
- 58 Prawo w Polsce
- 60 ACV – rozliczenia
- 62 Humor
- 70 Przewóz osób i przesyłek



Tegoroczny lipiec był najgorętszym miesiącem w historii pomiarów – oceniają naukowcy NASA z Goddard Institute for Space Studies w Nowym Jorku. Od roku 1880 nie odnotowano na świecie wyższej średniej temperatury powietrza.

Lipiec 2023 r. był aż o 0,24°C cieplejszy niż każdy inny lipiec w historii pomiarów. W tym okresie było także cieplej o 1,18°C, niż wynosi średnia temperatura w lipcu w latach 1951–1980.

Powodem gwałtownego wzrostu temperatur jest oczywiście działalność człowieka, ale wpływ na to ma jeszcze jeden, cykliczny czynnik. Przewidywano, że El Niño nadejdzie w 2024 r., a przybył wcześniej. To zjawisko naturalne, w trakcie którego w strefie równikowej podwyższa się temperatura na powierzchni Oceanu Spokojnego.

•••

Mieszkańcy Belgii są najbogatszymi ludźmi na świecie – wynika z najnowszego raportu Global Wealth Report. Połowa dorosłych Belgów posiada majątek o wartości ponad 228 tys. euro. W Belgii mieszka 536 tys. milionerów, a na całym świecie jest ich 59 milionów.

Na drugim miejscu raportu na temat bogactwa na świecie znaleźli się Australijczycy, a na trzecim mieszkańcy Hongkongu.

•••

Belgowie spożywają znacznie więcej kalorii niż wynosi zalecane dzienne spożycie i są czwartą najcięższą (wg danych z raportu „Our World in Data” Uniwersytetu Oksfordzkiego). W 2020 r. przeciętny Belg spożywał 3824,21 kalorii dziennie, co plasuje go na czwartym miejscu – za Irlandią (3850,5 kcal), Stanami Zjednoczonymi (3868,28 kcal) i Bah-

rajnem (4012,45 kcal). Belgia znajduje się więc przed sąsiadami: Niemcami (3647 kcal), Luksemburgiem (3497 kcal), Francją (3581 kcal) i Holandią (3460 kcal).

Eksperti ds. zdrowia zalecają dzienne spożycie na poziomie około 2000 kalorii dla kobiet i 2500 dla mężczyzn. Obecna konsumpcja żywności w Belgii sprawia, że przeciętny obywatel zjada około 72% więcej niż wynosi zalecane spożycie.

Belgia od kilku lat boryka się z problemem szybko rosnącego poziomu otyłości. Obecnie około 59,5% Belgów ma nadwagę lub otyłość (mężczyźni osiągają gorsze wyniki). Jedno na czworo belgijskich dzieci i sześć na dziesięć dorosłych ma nadwagę. Według belgijskiej służby zdrowia nadwaga i otyłość są silnie powiązane ze statusem społeczno-ekonomicznym i wykształceniem, przy czym regionem najbardziej dotkniętym problemem jest Walonia.

•••

Bankructwa w UE osiągnęły rekordowy poziom, ponieważ przedsiębiorstwa na całym kontynencie walczą o utrzymanie się w czasach wysokich kosztów energii i inflacji.

Według danych Eurostatu liczba niewypłacalności w UE wzrosła w drugim kwartale tego roku o 8,4% w porównaniu z poprzednim kwartałem. Skok oznacza szósty kwartalny wzrost. Tym samym liczba bankructw w UE jest obecnie na najwyższym poziomie od czasu, gdy Eurostat zaczął zbierać dane w 2015 r. Wszystkie sektory gospodarki europejskiej odnotowały kwartalne wzrosty liczby bankructw, przy czym najbardziej ucierpiały sektory związane z zakwaterowaniem i usługami gastronomicznymi (23,9%), transportem

i magazynowaniem (15,2%) oraz edukacją, zdrowiem i działalnością społeczną (10,1%). W badaniu zauważono również, że tylko dwa sektory gospodarki europejskiej doświadczają obecnie wskaźnika upadłości niższego niż przed pandemią Covid-19, a mianowicie przemysł (-11,5%) i sektor budowlany (-2,7%).

•••

W Belgii w 2023 r. zbankrutowało już prawie 6,1 tys. firm. To o 8% więcej niż w tym samym okresie roku ubiegłego, ale o 7,1% mniej niż w 2019 r., czyli w ostatnim roku przed pandemią.

W wyniku upadłości ogłoszonych w Belgii w 2023 r. zlikwidowano jak dotąd ponad 17,5 tys. miejsc pracy – poinformował urząd Statbel. To aż o 33% więcej niż w 2022 r., ale minimalnie (-0,4%) mniej niż w 2019 r.

•••

Stopa bezrobocia w Polsce spada i jest jedną z najniższych w Europie. W czerwcu 2023 r. wg danych GUS wyniosła ona 5%. W porównaniu z poprzednim miesiącem spadła o 0,1 pkt proc, a rok do roku – o 0,2 pkt proc. W końcu czerwca 2023 r. w urzędach pracy było zarejestrowanych 783,5 tys. osób. Według danych Eurostatu stopa bezrobocia dla krajów członkowskich UE-27 w maju 2023 r. wyniosła 5,9%, co oznacza spadek o 0,1 pkt proc. w porównaniu z poprzednim miesiącem i spadek o 0,2 pkt proc. rok do roku. Zgodnie z wyliczeniami Labour Force Survey w tym czasie stopa bezrobocia w Polsce wyniosła 2,7%. Lepszy wynik osiągnęły tylko Czechy (2,4%). Najwyższe wskaźniki bezrobocia odnotowano w Hiszpanii (12,7%), Grecji (10,8%) i we Włoszech (7,6%).

REKLAMA

KINE MASAŻYSTA (CONVENTIONNÉ)
TOMASZ ŻIRALDO

ZABIEGI PRZECIWBÓLOWE

MASAŻ LECZNICZY
REHABILITACJA
ROZCIĄGANIE KRĘGOSŁUPA
KRIOTERAPIA
ELEKTROTHERAPIA
MAGNETOTERAPIA
ULTRADŹWIĘKI
MASAŻ UCISKOWY NÓG W RĘKAWACH
zespół ciężkich nóg, obrzęki, słabe krążenie

ZWROT Z MUTUELLE (80%)
(22.35€ z 28€ za pierwsze 9 zabiegów i 19.35€ z 25€ za kolejne zabiegi)

0486 216 210 (w jęz. pl.), 0476 663 598 (w jęz. fr.)



AutoBUZUN www.autobuzun.com

- specjalista AUDI-VOLKSWAGEN
- inne marki na zamówienie
- od pierwszego właściciela
- młode roczniki
- udzielanie kredytów i ubezpieczeń
- ceny atrakcyjne

SPRZEDAŻ SAMOCHODÓW OSOBOWYCH

Show room
**rue Vanderkindere 210
1180 Bruxelles (Uccle)**
(sur rendez-vous)
mówimy po polsku
Gsm: 0476 307 149
buzun.tomasz@belgacom.net




BigMat
BIEN PLUS QUE DES MATÉRIAUX
BRUXELLES (HAREN)



SKLEP BUDOWLANY

**ELEKTRYKA, HYDRAULIKA, PARKIETY, PŁYTKI, FARBY, MASZyny
UBRANIA ROBOCZE, DACHY, NARZĘDZIA**



**ODWIEDŹ NASZ NOWY
SHOWROOM**



CHAPE
MIESZANKA
250kg CEMENTU NA M³
53€
HTVA/TONNE



WIĘCEJ INFORMACJI? BEZPŁATNĄ WYCENĘ?
KONTAKT: MATEUSZ@BIGMATHAREN.BE
RUE ARTHUR MAES 100, 1130 BRUXELLES (HAREN)
N° TEL: 02 899 09 09

f BIGMAT HAREN @BIGMATHAREN

GODZINY OTWARCIA
PON.-PT. 6:30 - 18:00
SOB. 8:00 - 15:00
WWW.BIGMAT-HAREN.BE

POLSKA – WYBORY PARLAMENTARNE 2023

Wybory parlamentarne 2023 odbędą się 15 października br.

Zgodnie z konstytucją wybory parlamentarne zarządza prezydent nie później niż na 90 dni przed upływem 4 lat od rozpoczęcia kadencji Sejmu i Senatu. Obecna kadencja Sejmu i Senatu trwa od 12 listopada 2019 r. i zakończy się w dniu poprzedzającym pierwsze posiedzenie Sejmu następnej kadencji.

Po opublikowaniu postanowienia prezydenta o zarządzeniu wyborów w Dzienniku Ustaw formalnie ruszyła kampania wyborcza. Polacy w wyborach parlamentarnych wybiorą na czteroletnią kadencję 460 posłów i 100 senatorów.

18 sierpnia br. w Dzienniku Ustaw opublikowano Uchwałę Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 17 sierpnia 2023 r. o zarządzeniu referendum ogólnokrajowego w sprawach o szczególnym znaczeniu dla państwa. Datę przeprowadzenia referendum wyznaczono na 15 października 2023 r., w tym samym dniu co wybory.

Przewodniczący PKW Sylwester Marciniak wyjaśnił, że 15 października na wyborców w komisjach wyborczych będą czekały trzy karty głosowania: do Sejmu, Senatu i referendalna. Wyborca nie ma obowiązku pobrania wszystkich trzech kart, ale może zdecydować o udziale np. jedynie w wyborach do Sejmu i do Senatu (bez udziału w referendum); jedynie o udziale w referendum (bez udziału w wyborach do Sejmu i do Senatu); jedynie w wyborach do Sejmu (bez udziału w wyborach do Senatu Rzeczypospolitej Polskiej i w referendum). Jeżeli wyborca odmówi przyjęcia karty lub kart do głosowania, obwodo-

wa komisja wyborcza odnotuje to w spisie wyborców. Podczas głosowania wszystkie karty będą umieszczane w tej samej urnie.

Na obecną chwilę swój start w wyborach zapowiadają: Prawo i Sprawiedliwość, Koalicja Obywatelska, Lewica, Konfederacja, Trzecia Droga (PSL+Polska 2050 Szymona Hołowni) oraz mniejsze formacje, jak AGROUnia, Bezpartyjni Samorządowcy, Polska Liberalna – Strajk Przedsiębiorców. Nie wiadomo jeszcze, w jakiej formule wystartują politycy Porozumienia i Wolnościowcy.

Jak głosować za granicą?

Na stronie internetowej Państwowej Komisji Wyborczej wyjaśnione są wszystkie elementy procedury głosowania na terenie innego państwa. Prawo do głosowania ma każdy obywatel Polski, który mieszka na stałe bądź przebywa czasowo za granicą oraz:

- najpóźniej w dniu głosowania kończy 18 lat,
- nie został pozbawiony praw publicznych prawomocnym orzeczeniem sądu,
- nie został ubezwłasnowolniony prawomocnym orzeczeniem sądu,
- nie został pozbawiony praw wyborczych prawomocnym orzeczeniem Trybunału Stanu.

Na stronie PKW znajdzie się także wykaz wszystkich obwodowych komisji wyborczych, w których uczestnicy głosowania będą mogli się stawić, aby pobrać karty do głosowania i wrzucić je do urny.

Według kalendarza wyborczego **do 25 września** muszą zostać powołane obwodowe komisje wyborcze. Do tego dnia należy również podać do publicznej wiadomości informacje o numerach i granicach

obwodów głosowania utworzonych za granicą oraz siedzibach obwodowych komisji wyborczych.

Do 10 października wyborcy przebywający za granicą muszą złożyć wnioski o ujęcie ich w spisie wyborców w zagranicznych obwodach głosowania. To samo uczynić muszą wszystkie osoby, które chcą wziąć udział w głosowaniu, a w dniu wyborów znajdować się będą na polskich statkach morskich.

W zgłoszeniu o chęci głosowania za granicą podaje się:

- nazwisko i imię (imiona),
- numer PESEL,
- numer ważnego polskiego paszportu (zamiast paszportu można podać numer ważnego polskiego dowodu osobistego – dotyczy to państw członkowskich Unii Europejskiej oraz państw, na terytorium których można wjechać na podstawie polskiego dowodu osobistego),
- adres pobytu wyborcy za granicą,
- dane kontaktowe w zakresie adresu poczty elektronicznej lub numeru telefonu komórkowego.

Uwaga! Podczas tegorocznych wyborów, w przeciwieństwie do wyborów parlamentarnych z 2019 r., **Polacy za granicą nie będą mogli głosować korespondencyjnie**. Ponadto, po zmianie kodeksu wyborczego przez PiS Komisje w obwodach za granicą i na statkach będą miały **tylko 24 godziny na przesłanie wyników głosowania do Warszawy** – jeśli któraś z komisji się spóźni, wybory w danym okręgu **będą uznane za niebyte**.

Informacje: <https://pkw.gov.pl/>

Belgia przyjmuje ustawę przeciwko kobietobójstwu

To decyzja historyczna. 29 czerwca br. Belgia – jako pierwszy kraj w Europie – przyjęła ustawę o zwalczaniu kobietobójstwa.

Celem tej ramowej ustawy jest zapewnienie narzędzi prawnych do ochrony ofiar kobietobójstwa i oceny tych przestępstw przez wymiar sprawiedliwości. „To historyczny punkt zwrotny w walce z przemocą ze względu na płeć w Belgii” – czytamy w komunikacie prasowym Marie-Colline Leroy, sekretarz stanu ds. równości płci.

Co zawiera ustawa?

- Definicję kobietobójstwa i przemocy, która je poprzedza (przemoc seksualna, przemoc psychiczna i przymusowa kontrola).

- Rozróżnienie między czterema rodzajami kobietobójstwa:

- kobietobójstwo dokonane przez partnera,
- kobietobójstwo dokonane przez osobę trzecią (np. pracownica seksualna zabita przez klienta),
- pośrednie kobietobójstwo, występujące po aktach przemocy (np. przymusowa aborcja lub okaleczenie narządów płciowych),
- zabójstwo ze względu na płeć (transpłciowy mężczyzna, który umiera w efekcie przemocy ze strony partnera).

- Gromadzenie danych i dwie publikacje, w tym roczny raport zawierający statystyki dotyczące kobietobójstwa, charakterystykę ofiar, sprawców i relacji między ofiarą a sprawcą oraz raport jakościowy na temat kobietobójstwa i zabójstwa

na tle płciowym, podkreślający ich częstotliwość, wskaźniki skazań i skuteczność środków podjętych w celu wdrożenia Konwencji Stambulskiej;

- Lepszą opiekę nad ofiarami przemocy ze względu na płeć i szkolenia dla policji w celu lepszej identyfikacji przemocy poprzedzającej kobietobójstwo i ochrony ofiar.

Ustawa powołuje Komitet Naukowy ds. analizy zabójstw kobiet i zabójstw na tle płciowym, który będzie analizował je na podstawie indywidualnych przypadków.

Parlament docenił pracę oddolnych stowarzyszeń i twórców bloga Stop Féminicides, na którym jest prowadzony rejestr zabójstw kobiet. Od początku 2023 r. na blogu tym odnotowano co najmniej 17 zabójstw kobiet w Belgii.

BIURO ETTERBEEK

Cours St Michel 97
1040 Etterbeek
Tel.: 02 733 04 01
Gsm: 0492 976 800
Gsm: 0492 976 801
Gsm: 0492 976 832
pon.–pt.: 9.00–18.00
sobota: 9.00–15.00
W ostatni dzień miesiąca
czynne do godziny 19.00

BIURO ETTERBEEK

„LA CHASSE”

Chaussée de Wavre 709
1040 Etterbeek
Tel.: 02 681 17 94
Gsm: 0492 976 803
pon.–pt.: 9.00–18.00
sobota: 10.00–16.00
W ostatni dzień miesiąca
czynne do godziny 19.00

BIURO SAINT-GILLES

Avenue de la Porte de Hal 11A
1060 Saint-Gilles
Gsm: 0492 976 808
Gsm: 0492 976 804
pon.–pt.: 9.00–17.00
W ostatni dzień miesiąca
czynne do godziny 19.00

BIURO JETTE

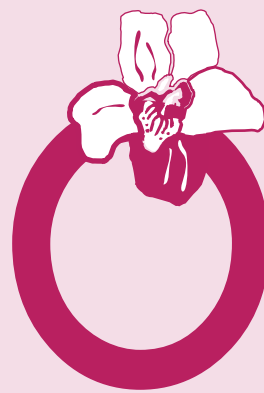
Avenue de Jette 218
1090 Jette
Gsm: 0492 976 805
pon.–pt.: 9.00–17.00

BIURO ANDERLECHT

Boulevard Sylvain Dupuis 264
1070 Anderlecht
Gsm: 0492 976 810
pon.–pt.: 8.00–17.00
sobota: 9.00–13.00

BIURO LEUVEN

Tervuursevest 15/2
3001 Heverlee
Tel.: 016 583 212
Gsm: 0492 976 806
pon.–wt.: 9.00–17.00
środa: 13.00–18.00
Ostatnia sobota w miesiącu:
9.00–15.00



Orchidea titres-services

WITAMY W NASZYM NOWYM BIURZE NA ANDERLECHT:

Boulevard Sylvain Dupuis 264 – 1070 Anderlecht
(naprzeciwko Westland Shopping, ring wyjście 14)

Witamy również w nowym biurze na Jette
Avenue de Jette 218 – 1090 Jette
(blisko place du Miroir)

Nasza firma oferuje:

- 14,90€ brutto dla osób z całym etatem (38 godzin)
- 14,48€ brutto powyżej 30 godzin
- 13,82€ brutto poniżej 30 godzin
- 13,45€ brutto dla osób od 13 godzin
- Dla osób ze stażem w titres-services powyżej 3 lat, minimalna stawka to 13,92€
- Bony żywnościowe w wysokości 7,50€ od pierwszego dnia pracy (minimalny wkład własny: 1,09€)
- Zwrot kosztów transportu 100% (również poza miastem)
- Płatny czas transportu między klientami
- Wynagrodzenie zawsze na czas
- Zaliczkę w połowie miesiąca
- Prezent i upominki świąteczne
- Komfortowe obuwie i praktyczne ubrania robocze
- Zwrot za koszty prania odzieży
- Płatne szkolenia zawodowe
- Płatne dni wolne podczas nieobecności klienta
- Miłą, zaufaną i profesjonalną obsługę po polsku
- Pomoc w sprawach administracyjnych (rozliczenia podatkowe, ubezpieczenia, bank, itp.)
- Stała współpraca ze związkami zawodowymi

Nie wymagamy podpisywania umów z klientami!

Nie wymagamy od klientów dodatkowych kosztów!

✉ e-mail: orchidea.ts@gmail.com

f www.facebook.com/orchidea.ts

Manager: Isabelle Fijalkowski, tel. 0476 920 819

ROK PO REFORMIE

ROK SZKOLNY 2022/2023 BYŁ W BELGII BARDZO NIETYPOWY. WTEDY WŁAŚNIE WPROWADZONO NOWY KALENDARZ SZKOLNY, CHOĆ TYLKO NA TERENIE BRUKSELI I WALONII. JAK WYGLĄDA SYTUACJA PO PIERWSZYM ROKU REFORMY?



NOWY ROK SZKOLNY

Dla przypomnienia – rok szkolny w szkolnictwie francuskojęzycznym został podzielony wedle zasady: siedem tygodni nauki i dwa tygodnie przerwy. Z wyjątkiem pierwszego i ostatniego okresu roku szkolnego – te liczą po osiem tygodni nauki. Daje to 14 tygodni wakacji równomiernie rozdzielonych w ciągu całego roku szkolnego, z zachowaniem liczby obowiązkowych dni szkolnych, czyli 182. I tak 900 tys. uczniów – począwszy od szkoły podstawowej, poprzez szkołę średnią, szkoły techniczne, zawodowe, artystyczne i specjalistyczne – w roku szkolnym 2022/2023 rozpoczęło naukę według nowego kalendarza szkolnego.

Najbardziej rzucającą się w oczy zmianą była rezygnacja z dnia 1 września jako tradycyjnego początku roku. Nauka rozpoczęła się już w ostatnim tygodniu sierpnia, a zakończyła później, bo w pierwszym tygodniu lipca. Wydłużeniu o tydzień uległy ferie na Wszystkich Świętych i karnawałowe oraz wiosenne. Ale za to z ferii przypadających w okresie Wielkanocy pozostał wolny tylko Poniedziałek Wielkanocny.

Pierwszy rok obowiązywania nowej reformy miał być rokiem przejściowym, w którym możliwe były różne modyfikacje, by przyzwyczaić wszystkich do zmian i zminimalizować trudności, jakie przyniesie zmiana kalendarza w szczególności dla wspólnot niefrancuskojęzycznych, czyli niderlandzko- i niemieckojęzycznych. Bo nowego systemu nie przyjęto na terenie całego kraju, ale tylko w Walonii oraz w Brukseli – przy czym w stolicy tylko w szkołach francuskojęzycznych.



ZAMIERZENIA REFORMY

Celem dokumentu wprowadzającego nowy kalendarz szkolny – Pacte pour un Enseignement d'excellence – było przywrócenie

równowagi pomiędzy czasem spędzonym przez uczniów w szkole a czasem odpoczynku. Minister edukacji Federacji Walonia-Bruksela Caroline Désir stwierdziła, że wprowadzenie reformy jest odpowiedzią na oczekiwania współczesnego społeczeństwa. Jej zdanie: „Nauczyciele i uczniowie mają czasami trudności w nadążaniu za rytmem zajęć, co sprawia, że bardzo szybko czują się przemęczeni” jest przedstawieniem celu reformy w pigułce.

Głównym powodem zmiany kalendarza szkolnego, a zwłaszcza wprowadzenia cyklicznych dwutygodniowych ferii, była potrzeba zmniejszenia stresu i zmęczenia uczniów. W zamierzeniu twórców reformy – po intensywnej nauce w czasie siedmiu tygodni następuje czternastodniowa przerwa, która ma być czasem odpoczynku, odciążenia się od źródła stresu szkolnego, czyli takiej regeneracji sił, która pozwoli na podjęcie kolejnych szkolnych wyzwań z nową energią i zapałem. Bardzo ważnym zamierzeniem było też przeciwdziałanie niepowodzeniom szkolnym, takim jak rezygnacja uczniów z nauki w ciągu roku szkolnego i niekończenie szkoły.

Dotychczas na początku roku szkolnego – zwłaszcza w wyższych klasach szkoły średniej – zdarzało się, że uczniowie nie pojawiali się już na lekcjach i tym samym często nie kończyli szkoły średniej. Aby zapobiec przedwczesnemu opuszczaniu szkoły (co skutkuje niepełnym wykształceniem), zaproponowano, by rok szkolny kończył się później, czyli na początku lipca, i zaczynał wcześniej – pod koniec sierpnia. Krótsze wakacje miały związać silniej uczniów ze szkołą, tak by nie pojawiła się myśl o rezygnacji z nauki. Zbyt długą przerwę letnią uważano bowiem za przyczynę tego problemu, więc logiczne dla twórców było jej skrócenie.

Dążono też do większej regularności. Założono, że taki właśnie rytm życia szkolnego

będzie najbardziej odpowiedni dla uczniów – pod względem nauczania, ale też zdrowia fizycznego i psychicznego uczniów. Biorąc pod uwagę ustalenia uczonych zajmujących się badaniami nad zegarem biologicznym człowieka, próbowano w praktyce zastosować ustalenia dotyczące dzieci i młodzieży.



JAK SOBIE PORADZILI RODZICE?

Rodzice uczniów wyrażali swoje niezadowolone jeszcze przed wprowadzeniem reformy – według sondażu 52 proc. ankietowanych uważało, że zmiana nie przyniesie nic dobrego ich dzieciom (dane według Camille – walońskiego biura ubezpieczeń rodzinnych). Rodzice podawali różne powody swojej niechęci. Stwierdzali, że dawny kalendarz im pasuje, i wyrażali obawy, w jaki sposób uda im się znaleźć opiekę do dzieci w czasie dwutygodniowych przerw w nauce. Niepokoili się, czy znajdą środki w budżecie domowym na kolonie i obozy. Uważali, że dzieci mniej skorzystają z letnich wakacji.

W pierwszym roku po wprowadzeniu reformy przyszło im się zmierzyć z obawami. Jedną z najtrudniejszych sytuacji jest ta, gdy jedno z rodzeństwa uczy się w szkole, w której obowiązuje stary kalendarz, a drugie w takiej, w którym stosuje się nowy. Terminy dni wolnych rzadko się pokrywają. Podobny problem mają np. nauczyciele, którzy mieszkają we Flandrii, a pracują w Brukseli lub w Walonii – ich dzieci mają wolne w innym terminie niż oni. To rodzi wiele problemów natury organizacyjnej. Wspólne rodzinne wyjazdy stają pod znakiem zapytania, bo aby były możliwe, ktoś musiałby być nieobecny w szkole.

Często belgijskie rodziny wyjeżdżały na wakacje pod koniec czerwca, bo wtedy ceny były niższe niż w czasie szczytu urlopowego. Teraz nie jest to możliwe, więc część

SZKOLNEJ



rodzin musi przenieść wyjazd na inny, droższy termin. To z kolei sprawia, że wyjazdy będą krótsze – albo trzeba będzie z nich zrezygnować. Ceny wakacyjnego wypoczynku spadają po 15 sierpnia, ale wtedy rodziny z dziećmi wolą być już w domu, by przygotować się do nowego roku szkolnego, tym bardziej że zaczyna się on dla wielu już w ostatnim tygodniu sierpnia. Trochę lepiej wygląda sprawa z wyjazdami w ciągu roku szkolnego – ferie karnawałowe i wiosenne przypadają w szkołach francusko- i niderlandskojęzycznych w różnych terminach, ceny wyjazdu i pobytu są więc bardziej przystępne.

Problemy napotkali także rodzice, którzy są rozwiedzeni i sprawują naprzemienną opiekę nad dzieckiem. Ponieważ teraz ferie trwają nie jeden tydzień, ale dwa, trzeba ustalić nowe zasady opieki tak między rodzicami, jak i w oparciu o sąd rodzinny. Co nierzadko powoduje dodatkowe rodzinne konflikty.



CO NA TO NAUCZYCIELE?

Nauczyciele też zgłaszali swoje obawy. Już w tym pierwszym roku szkolnym widać było pewne negatywne efekty zmian. Chociaż w zamierzeniu rok szkolny miał być podzielony na stałe okresy pracy i odpoczynku,

to w praktyce okresy nauki okazywały się albo zbyt krótkie (między końcem ferii bożonarodzeniowych a początkiem ferii karnawałowych), albo zbyt długie (po feriach majowych do końca roku szkolnego). W ostatnim tygodniu nauki było już mniej uczniów, gdyż niektórzy rodzice właśnie wtedy mieli urlop.

W wielu szkołach przypominano rodzicom, którzy jeszcze nie do końca przyzwyczaili się do nowego kalendarza, że obecność dziecka, jak i przystąpienie do egzaminów, są obowiązkowe. Inaczej uczeń może nie przejść do następnej klasy lub do szkoły średniej. Także wielu rodziców nie zgłosiło się w lipcu po odbiór *bulletin*, czyli dokumentu będącego rodzajem świadectwa.

Według słów nauczycieli uczniowie byli też niezadowoleni z przedłużenia roku szkolnego, bo często już pod koniec czerwca udawali się w odwiedziny do rodziny mieszkającej za granicą. Dwutygodniowe przerwy w nauce miały służyć odpoczynkowi, ale zdarzało się, że uczniowie wypadali wtedy z rytmu nauki na tyle skutecznie, że trudno im było na nowo odnaleźć się w szkolnej rzeczywistości.

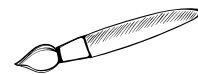
Okazało się również, że w przypadku kalendarza w nowej formie mają znaczenie

także kwestie pozamerytoryczne. Upały, które nawiedziły Belgię pod koniec czerwca i na początku lipca, bardzo utrudniły naukę. Trudno przecież wymagać skupienia, gdy sala lekcyjna zalana jest słońcem, temperatura oscyluje zaś w okolicach 35 st. Celsjusza – a niewiele placówek wyposażonych jest w klimatyzację.

A CO Z FLANDRIĄ?



W obecnym roku szkolnym znów będzie istniał podwójny kalendarz. Jak widać w zestawieniu, tylko ferie bożonarodzeniowe przypadną w całym kraju w tym samym terminie. Pozostałe przerwy w nauce różnią się mniej lub bardziej, a czasami nawet się nie zajądają. Uczniowie, rodzice i nauczyciele mają już doświadczenie, więc może będzie im trochę łatwiej. Nie wiadomo, czy i kiedy Flandria przyjmie taki sam kalendarz szkolny, choć pojawiają się głosy za przyjęciem nowego systemu, by ułatwić życie wielu rodzinom, które teraz mierzą się z problemami przerw w nauce w innych terminach. Natomiast społeczność niemieckojęzycznej nieśpiesznie do zmian.



Przez wiele lat uczniowie, rodzice i nauczyciele przyzwyczaili się do stałych dat ferii szkolnych. Trudno teraz się odzwyczaić i na nowo budować kalendarz rodziny. Ale każde zmiany rodzą opór czy niezadowolenie. Potrzeba czasu, by zobaczyć efekty wprowadzonych zmian.

Sylvia Maj

Kalendarz szkolny	Szkolnictwo francuskojęzyczne	Szkolnictwo niderlandskojęzyczne
Początek roku szkolnego	28.08.2023	1.09.2023
Ferie jesienne	23.10.2023 – 5.11.2023	30.10.2023 – 5.11.2023
Ferie zimowe	25.12.2023 – 7.01.2024	25.12.2023 – 7.01.2024
Ferie karnawałowe	26.02.2024 – 10.03.2024	12.02.2024 – 18.02.2024
Ferie wiosenne	29.04.2024 – 12.05.2024	1.04.2024 – 14.04.2024
Ostatni dzień szkoły	5.07.2024	30.06.2024
Wakacje letnie	6.07.2024 – 25.08.2024	01.07.2024 – 31.08.2024

ŚMIERTELNE UPAŁY

ZAGROŻENIE NIE TYLKO DLA TURYSTÓW

35°C w środku nocy, 50°C w południe – to rekordowe jednodniowe notowania na południu Turcji. W wielu miejscach normą były temperatury pomiędzy 35 a 40°C, które trwały przez cały tydzień, a nawet – przez kilka wakacyjnych tygodni. Mimo że odpoczynek wydaje się wtedy niemożliwy, wielu turystów w pełni korzysta wówczas ze słońca, basenów, morza i oferty *all inclusive*. Na efekty zbyt długiej ekspozycji na słońce nie trzeba czekać... W wielu przypadkach, na szczęście, wystarczy tylko odpowiednie schłodzenie organizmu oraz wentylacja otoczenia, aby przywrócić równowagę cieplną.

Nieco inaczej sprawa wygląda w odniesieniu do mieszkańców gorących miast czy – rzadziej – wsi. Są oni narażeni na działanie wysokich temperatur dłużej niż turyści, a w dodatku muszą funkcjonować na co dzień aktywnie – w pracy, w komunikacji publicznej, w sklepach czy przychodniach. Niestety mieszkańcy największych nagranych aglomeracji nie mają zwykle wyboru i spędzają lato w mieście, skazując się tym samym na kilkutygodniowe przebywanie w skrajnie niesprzyjających organizmowi warunkach. Odnotowuje się wtedy najczęściej „nie spodziewanych” śmierci – często są one bezpośrednim skutkiem przegrzania, choć nieraz towarzyszą im przewlekłe choroby najważniejszych układów organizmu (przede wszystkim krążenia). W takich sytuacjach szanse na wygraną z udarem cieplnym są znikome. Przegrzanie to już nie tylko problem krajów śródziemnomorskich. Wraz z ociepleniem klimatu do północnej Europy również dotarły wysokie temperatury, które czasem przez kilkanaście dni utrzymują się na poziomie skrajnie zagrażającym zdrowiu i życiu. Są one niebezpieczne także dla osób w pełni sił witalnych – a nie tylko dla dzieci czy ludzi starszych i schorowanych.

„NADPROGRAMOWE” ZGONY

Według zeszłorocznych badań, ofiar fali upałów w całej Europie było ok. 62 tys. Lato 2022 r. było najgorętsze w historii pomiarów, a do „nadprogramowych” zgonów przyczyniły się właśnie temperatury. Najwięcej osób zmarło z tego powodu w drugiej

Z roku na rok na całym świecie obserwuje się coraz więcej skutków zmian klimatu. Do tych najbardziej niebezpiecznych dla ludzi należą wysokie temperatury. Stanowią one zagrożenie dla zdrowia, a nawet przyczyniają się do śmierci. Bieżące lato również nas nie oszczędzało – w wielu krajach na całym świecie odnotowano rekordowo wysokie temperatury. Wakacje w popularnych miejscach – na Rodos, Sycylii, Majorce czy w Turcji – zamiast zapewnić wymarzony odpoczynek w egzotycznej scenarii, często zamieniały się w koszmar z powodu temperatury.

połowie lipca, a w czółwce znalazły się Włochy (ok. 18 tys. zgonów), Hiszpania (ok. 11 tys. zgonów) i Niemcy (ok. 8 tys. zgonów). W Polsce zmarło ok. 800 osób. Co niestety pewne, sytuacja z roku na rok będzie się tylko pogarszać – według szacunków, jeżeli tempo wzrostu temperatury się utrzyma, a społeczeństwa nie będą podejmowały odpowiednich środków prewencyjnych, to liczba zgonów z powodu upałów w całej Europie za 20 lat zbliży się do 100 tys. A jeśli tempo ocieplenia się zwiększy?

PO PIERWSZE: ZAPOBIEGAĆ!

Środki prewencyjne nie są jednak tak oczywiste, choć w najbliższych latach to na nich powinny się skupić (zarządzający przeciw zdrowiem i życiem obywateli) politycy. W wielu nowoczesnych społeczeństwach działa już skutecznie system ostrzegający mieszkańców na poziomie lokalnym czy administracyjnym i można go zastosować do wielu klęsk żywiołowych oraz zagrożeń – w tym do informowania o wysokich temperaturach. Można też w ten sposób przekazać, jak uniknąć zagrożenia i jak reagować, gdy jednak się ono pojawi. Akcje edukacyjne, skierowane do różnych grup społecznych, pomogą minimalizować ryzyko wystąpienia skutków udaru cieplnego. Potrzebne będzie szeroko zaplanowane wsparcie społeczne – w różnych placówkach i branżach, które w okresach zagrożenia przegrzaniem powinny dostosować się do zmian w celu ochrony swoich pracowników, podopiecznych, klientów. Tu oczywiście pomocne będą też technologie, które wspomagają cyrkulację powietrza oraz wszelkie innowacje umożliwiające bezpieczny transport czy pracę w trakcie upalnych dni. A tych – co potwierdzają prognozy – z roku na rok będzie przybywać, podobnie jak rekordów wysokich temperatur.

PO DRUGIE: REAGOWAĆ!

Na razie najważniejsze są środki, które możemy podjąć we własnym zakresie. Oczywiście w miarę możliwości warto unikać najbardziej przegrzanych miejsc turystycznych w okresie letnim. Jeśli jednak funkcjonowanie w upałach jest koniecznością, warto pamiętać o kilku banalnych czynnikach: unikać słońca, wychodzić rano i wieczorem, a w ciągu dnia starać się nie przebywać w nagranych i parnych miejscach, dbać o wentylację mieszkania czy miejsca pracy z uwagą, by go nie przegrzać – warto zasłaniać okna, używać klimatyzacji lub wiatraków, ograniczyć emisję ciepła wewnątrz poprzez np. gotowanie czy używanie sprzętów generujących dużo ciepła. Obowiązkowe oczywistości to nakrycie głowy, przewiewny ubiór, minimum 2 litry wody dziennie.

Jednak w przypadku objawów udaru cieplnego (wysoka temperatura ciała, wymioty, dezorientacja, senność, osłabienie, spadek ciśnienia, przyspieszony oddech) najważniejsza jest natychmiastowa reakcja: schłodzenie otoczenia, chłodne i mokre okłady, nawadnianie. Gdy z poszkodowanym brak kontaktu lub pojawiają się też objawy neurologiczne (drgawki, zaburzenia mowy, śpiączka), koniecznie jak najszybciej trzeba skontaktować się z ratownictwem medycznym. Natychmiastowa pomoc w większości przypadków nagłego przegrzania organizmu jest w stanie zatrzymać pogarszanie się stanu zdrowia. Jeśli jednak pomoc udzielona jest zbyt późno lub złemu samopoczuciu towarzyszą choroby współistniejące – szanse na przeżycie drastycznie maleją; aż 40 proc. osób z objawami nie udaje się pomóc. Dlatego tak ważna jest świadomość, jak unikać przegrzania organizmu i jak reagować już przy pierwszych symptomach.

Ewelina Wolna-Olczak

Belgijska firma

Aaxe Titres-Services

**z 19-letnim doświadczeniem
zatrudni osoby do sprzątnia
(z własnymi godzinami lub bez)**



Niech ten nowy rok szkolny będzie dla Waszych dzieci pełen odkryć, sukcesów i wspaniałych spotkań!

Zapewniamy :

- Konkurencyjne wynagrodzenie na czas !
- Miłą, zaufaną i profesjonalną obsługę.
- Bony żywnościowe od pierwszego dnia pracy.
- Bon o wartości 35 euro na koniec roku.
- Eko czeki oraz upominki świąteczne.
- Premię na koniec roku.
- Świadczenia socjalne:
(emerytalne, płatny urlop wychowawczy / edukacyjny, itd.)
- Ubezpieczenie w razie wypadku w miejscu pracy i w drodze do pracy.
- Smartfon do użytku zawodowego.
- Praktyczną odzież roboczą.
- Pracę podczas nieobecności klienta.
- Szkolenia zawodowe oraz kurs francuskiego.
- Maksymalny ustawowy zwrot za transport.
- Zwrot za czas podróży między klientami.
- Pomagamy w sprawach administracyjnych (zeznanie podatkowe, ubezpieczenie, bank, itd).
- Współpracujemy ze związkami zawodowymi.

Nasze biura :

Square Montgomery

Avenue de Tervueren 124,
1150 Bruxelles
Tel : 02 770 70 68
Krystyna: 04 96 30 24 68
Agnieszka: 04 99 05 17 46

Molenbeek-Basilique

Boulevard du Jubilé 27,
1080 Bruxelles
Tel: 02 420 33 50
Dorota: 04 97 42 90 21
sobota: 9h00 - 13h00

Uccle-St.Gilles-Ixelles

Rue Vanderkindere 205,
1180 Uccle
Tel: 02 344 44 71
Aneta: 04 90 44 78 00

Woluwe-Duc

Rue du Duc 4,
1150 Bruxelles
Tel: 02 762 60 94
Jolanta: 04 95 25 99 84



Serdecznie zapraszamy do współpracy !

DLACZEGO WARTO PLOTKOWAĆ



Uczestnicy zabawy siadają w kręgu. Wspólnie wybierają osobę, która rozpocznie grę. Jej zadaniem jest wymyślenie słowa lub zdania, które szeptem na ucho kolejnej osobie, a ta, w taki sam sposób, przekazuje następnej to, co zrozumiała. Przekazywana wiadomość nie jest powtarzana; przekazujący wypowiada wyrażenie tylko raz. Ostatni uczestnik gry głośno powtarza to, co usłyszał. Z plotką jest trochę tak jak z głuchym telefonem. Pierwotne hasło jest stopniowo zniekształcane, a jego końcowe brzmienie na ogół całkowicie różni się od założonego.

**NAJSTARSZA
ROZRYWKA
ŚWIATA**

Plotka to nic nowego. Cofnijmy się w czasie. Już Teofrast, grecki filozof i uczeń Arystotelesa, w swoich „Charakterach” umieścił 30 negatywnych postaw ludzkich. Znalazło się tam miejsce m.in. dla pochlebcy, gaduły, chama, rozrabiaki, sknery, prostaka, tchórza, skąpca, oligarchy i plotkarza. Według Teofrasta plotkarstwo jest zestawieniem kłamliwych słów i zmyślonych faktów, których rozpowszechnianie ma plotkującemu dodać rangi. Plotkarz zaś to ktoś, kto nawet nieproszony raczy spotkanych jegomości strzępkami zasłyszanych rozmów czy niesprawdzonych informacji. Mimo nalegań

o dochowanie sekretu nie potrafi trzymać języka za zębami – już goni po polis, by rozpowszechnić newsa. Teofrast stworzył jedynie negatywne portrety literackie, redagując satyrę z przywar ludzkich. Niemniej – wbrew osądom greckiego uczonego – na imprezy towarzyskie zapraszano tych, którzy umieli dużo i ciekawie opowiadać nie tyle o sobie, co – przede wszystkim – o innych. Plotkarz cieszył się estymą.

Przenieśmy się w czasie do Polski w XVII wieku. Szlachcic tradycyjnie witał biesiadników otwartymi ramionami, trunkami i suto zastawionym stołem (przeto korpułentna figura stanowiła symbol przynależności do grup uprzywilejowanych). Uczty stawały się okazją do skosztowania cymesów, zademonstrowania swojej zamocności oraz do przerwania monotonii

dnia codziennego. Gościnność była niejako powinnością szlachcica. Szczególnie entuzjastycznie podejmowano gawędziarzy, znających dziesiątki anegdot, oraz plotkarzy, potrafiących powtórzyć wszystkie nowinki z okolicy i ze świata. Gość był partnerem do rozmowy, wymiany historii i poglądów.

Kolejna destynacja to Paryż z końca XIX wieku – *belle époque*, czyli okres od zakończenia wojny francusko-pruskiej w 1871 roku do wybuchu I wojny światowej. Czas dobrobytu, pokoju w Europie, rozwoju technologii i odkryć naukowych. Wspaniałe podłoże do rozkwitu sztuki, powstania arcydzieł literackich, tworzenia muzyki czy sztuk teatralnych. W takim anturażu pojawił się zawód „czternasty” – czternasty mężczyzna do towarzystwa (wierzone, że trzynastka przynosi pecha). Podczas kolacji „czternasty” miał za zadanie zabawiać łąkące uciech towarzystwo. Ot, taki lokalny plotkarz.

„Charaktery” Teofrasta, dzięki uczytym sarkazmowi czy oszałamiającym relacjom z saloonów paryskich to nie tylko skarbnica wiedzy dla historyków, ale także dowód na niezmienną ludzką słabość. Zwłaszcza do plotkowania.



Ciszkowski

SKLEP POLSMAAK JETTE

zaprasza pod nowy adres:

RUE LEOPOLD I 442

1090 Jette

tel. 02 426 54 42

wt.–sob. 9.00–19.00, nd. 9.00–15.00

Zapraszamy wszystkich do odwiedzania nas!

Sklep z większą powierzchnią, nowy i większy asortyment.

ŁAP OKAZJE

1070 ANDERLECHT
Place du Droit, 5
tel. 02 521 77 69
wt.–sob. 7.00–19.00
nd. 8.00–15.00

OFERTY PROMOCYJNE


1210 SAINT JOSSE
Rue Bonneels, 25
tel. 02 280 64 14
wt.–sob. 9.00–19.00
nd. 9.00–16.00

SUPER CENY

1050 IXELLES
Chée d'Ixelles, 311
tel. 02 644 03 70
wt.–sob. 9.00–19.00
nd. 9.00–16.00

Pierwsza polska piekarnia w Brukseli

www.polsmaak.eu

 Polsmak Brussels



FRESH LANE

TITRES-SERVICES

ZATRUDNIAMY!

Chcesz poznać Fresh Lane?

 0474 77 87 29

 info@freshlane.be

 0474 63 78 78

 www.freshlane.be

225, Chée de Waterloo - 1060 Saint-Gilles

Zapraszamy! Przyjdź na spotkanie we Freshlane!

Jesteśmy z Wami od 2008 roku.



Plotki mają różną wagę. Niektóre są dość niewinne i służą rozładowaniu napięcia; inne potrafią sporo namieszać.

„Wieść o mojej śmierci była przesadzona” – ponad 120 lat temu telegram o takiej treści przesłał z Europy do agencji Associated Press amerykański pisarz Mark Twain. Było to sprostowanie depechy o jego rzeckiej śmierci. Twain przeżył fake newsa jeszcze o 13 lat. Dziś gwiazdy show-biznesu również muszą dementować plotki o swoim przedwczesnym odejściu. Miley Cyrus, amerykańska piosenkarka i dawna gwiazda Disneya, kilkakrotnie padła ich ofiarą. Raz miała zostać potrącona przez kierowcę, który zbiegł z miejsca wypadku, a innym razem – zostać znaleziona martwą w wannie po przedawkowaniu leków na receptę. George Clooney także „odchodził” i, jak na macho kina przystało, zawsze w spektakularnych okolicznościach. Miał zginąć w katastrofie lotniczej prywatnego samolotu w Colorado, by kilka lat później spaść z morskiego klifu w Nowej Zelandii. Według kolejnej teorii spiskowej Kanye West nie żyje od lat, a jego miejsce zajmuje... klon. Bo jak inaczej wytłumaczyć nieprzewidywalne zachowanie rapera, który odwołał całą trasę koncertową i otwarcie zaczął popierać Donalda Trumpa? Artur Rojek na jednym z portali również przeczytał, że zginął w wypadku. Artysta złożył w tej sprawie zawiadomienie na policję i wystosował oświadczenie, kategorycznie sprzeciwiając się wykorzystywaniu mediów publicznych do publikowania nieprawdziwych i niepotwierdzonych informacji. Według Rojka złamaniem prawa jest także cytowanie rzekomej wypowiedzi innej osoby, która w danej sprawie nigdy nie zabrała głosu.

Korelacje gwiazd to także pożywka dla plotkarzy. Związek Maryli Rodowicz z Danielem Olbrychskim wywołał lawinę plotek. Jak wspominała piosenkarka, najbardziej krzywdzącą była ta o oddaniu w latach 70. ich niepełnosprawnego dziecka do placówki opiekuńczej prowadzonej na Podkarpaciu przez siostry

zakonne. Ponoć znaleźli się świadkowie, którzy widzieli owo dziecko w przytułku. Szli w zaparte, że z rzadka (ale jednak) odwiedza je sama Rodowicz. Pod górkę ma także para aktorska Cezary i Katarzyna Żakowie. W mediach nieustannie krążą plotki o kryzysie w ich małżeństwie i spekulacje o rychłym rozwodzie. Aktor za każdym razem podkreśla, że bujda kładzie cień na życiu rodziny. Cierpią zarówno dzieci, jak i rodzice (nadal szczególnie) małżonków.



Według naukowców z Yale University spędzamy co najmniej 60 proc. czasu na rozmowach o ludziach, którzy nie są z nami. Co ciekawe, kobiety spędzają na plotkowaniu średnio 52 minuty dziennie, podczas gdy mężczyźni aż... 76 minut. Tyle że faceci lubią obgadywać podczas przerwy na kawę, a kobiety w ten sposób organizują sobie czas wolny. O czym rozmawiamy? Plotki damskie i męskie mają cechę wspólną – zawsze dotyczą nieobecnych.

Dr Natascia Brondino zbadała wpływ plotkowania na mózg. Skąd ten pomysł? Zauważyła, że po plotkowaniu czuła większą bliskość z koleżanką. Chciała zatem sprawdzić, czy da się znaleźć potwierdzenie tych uczuć w reakcjach biochemicznych zachodzących w organizmie. W ramach eksperymentu wśród studentek puszczone plotkę o rzekomej ciąży jednej z dziewczyn na kampusie. W międzyczasie grupa kontrolna rozmawiała na temat kontuzji znajomej na nartach. Kogo rozmowa bardziej ekscytowała? Druga ekipa wyrażała zdecydowanie mniejsze zainteresowanie narzuconym tematem. Brondino dowiodła, że podczas plotkowania zwiększa się produkcja oksytocyny zwanej hormonem miłości i przywiązania, a jednocześnie obniża poziom hormonu stresu – kortyzolu. Jednak plotka plotce nierówna. Im bardziej emocjonujący jest news, tym wyższe stężenie hormonu i mocniejsza więź między rozmawiającymi.

Plotkowanie nie cieszy się dobrą sławą, a jednak badania naukowe wskazują, że plotka spełnia także kilka pożytecznych funkcji. Jest to narzędzie wzmacniające

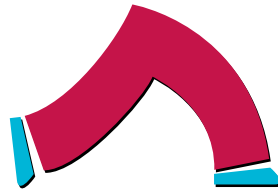
spoistość społeczeństwa. Niektórzy badacze twierdzą nawet, że język pojawił się właśnie po to, byśmy mogli plotkować i zacieśniać w ten sposób więzi. Wrodzona skłonność do omawiania życia innych osób często wynika z potrzeby przynależności. Wymieniając informacje, potwierdzamy swoje członkostwo w grupie. Plotkowanie dowodzi, że darzymy zaufaniem osobę, której streszczamy pogłoski.

Jeżeli wiemy, jak funkcjonuje plotka, to możemy ją wykorzystać na własny użytek. Scenariusz francuskiej komedii pt. „Plotka” („Le Placard”) w reżyserii Francisa Vebera, z Gerardem Depardieu, jest tego najlepszym przykładem. Księgowy François Pignon prowadzi monotonne życie. Opuszcza go żona, nastoletni syn odmawia kontaktu, a dla znajomych jest nieudacznikiem. Pewnego dnia dowiaduje się, że szef zamierza zwolnić go z pracy. Pasma nieszczęść sprawia, że zrezygnowany myśli o popełnieniu samobójstwa. Na ratunek przychodzi mu... plotka. Nowy sąsiad zza ściany, rezydent starszy pan, wymyśla intrygę, która ma pozwolić bohaterowi zachować pracę. Ma jedynie rozpuścić w firmie plotkę, że jest gejem. A kto chce być posądzony o dyskryminację? Gdy François decyduje się na ten krok, jego życie przewraca się do góry nogami. W oczach kolegów urasta do rangi bohatera. Wiadomość uruchamia ciąg nieprzewidywanych zdarzeń, a sam Pignon staje się obiektem zaletów jednej z koleżanek.

Plotkowanie to fenomen komunikacyjny. W dawnych plemionach wiedza była wspólną wartością, którą można było zachować jedynie w pamięci. Kto wtedy słyszał o internecie, komunikatorach, portalach społecznościowych, gazetach? Wszelkie informacje przetrwały jedynie przez usłyszane słowo. Wydarzenie z tamtych czasów, o którym człowiek milczał, odchodziło wraz z nim. Tak oto ukształtowały się zwyczaje dzielenia się zdobytymi informacjami z najbliższymi w rodzinie czy w plemieniu. Ten instynkt głęboko zapadł w ludzkiej naturze. Ludzie (w różnym stopniu) odczuwają swobodę wewnętrzną presję, by coś zasłyszane go powtórzyć kolejnej osobie. Tyle że plotka, niczym czarodziejska różdżka, zmienia życie. Dobrze więc jest zastanowić się nad zaklęciem, które chcemy powiedzieć.

simplyhelping

titres-services



15,05
€/h*

OD 14 LAT NASZEJ DZIAŁALNOŚCI:

- ✓ zawsze płacimy na czas,
- ✓ kładziemy nacisk, aby wypłata była zawsze poprawna,
- ✓ szczególnie przestrzegamy świadczeń socjalnych,
- ✓ czas oczekiwania przy rozliczeniu zredukowaliśmy do minimum,
- ✓ dla ułatwienia nasze biuro jest otwarte raz w miesiącu do 19h,
- ✓ dla waszego rozwoju inwestujemy w szkolenia zawodowe i językowe.

A gdyby tak zmienić biuro?

- chcesz zarabiać więcej?
- chcesz mieć zaufanego i uczciwego pracodawcę?
- chcesz mieć miłą i wydajną ekipę?

Biuro:

rue des Ménapiens 8A
1040 Etterbeek
(100m od metra Merode)


www.simplyhelping.be

Kontakt:

Tel. 02 646 23 03
Anna & Beata
anna.baginska@simplyhelping.be
beata.mliczek@simplyhelping.be

**PRZYJDŹ I PRZEKONAJ SIĘ,
ŻE TRAWA JEST JEDNAK BARDZIEJ ZIELONA U SĄSIADA!**

15,05* euro/h dla osób pracujących więcej niż 25h i posiadających swoich klientów



Ten, który ruszył Ziemię

ROZLEGŁE ZAINTERESOWANIA

Kopernika znamy najbardziej jako astronoma, którego dzieło zrewolucjonizowało naukę, ale przecież był także ekonomistą i matematykiem, lekarzem, prawnikiem, strategiem wojskowym i tłumaczem (znał łacinę, niemiecki – tym językiem mówiło się w Toruniu, grecki, włoski i prawdopodobnie polski – choć nie mamy na to żadnego dowodu „pisemnego”, bo zwykle pisał po łacinie), interesował się malarstwem, był nawet kanonikiem – ale bez święceń kapłańskich. Jak to możliwe, że jeden człowiek potrafił wykazać się na tylu polach?

Można powiedzieć, że miał ułatwiony start, ponieważ urodził się jako syn (prawdopodobnie najstarszy) Mikołaja Kopernika, zamożnego kupca i ławnika Starego Miasta Torunia, oraz Barbary z rodziny Watzenrode. Finansowo wiodło im się świetnie; posiadali kilka nieruchomości w Toruniu. Jego rodzina była skoligacona z największymi rodami patrycjuszowskimi ówczesnego Torunia. Łukasz Watzenrode, wuj ze strony matki, doszedł do wysokich godności – został biskupem warmińskim i zasiadał w senacie Królestwa Polskiego. Po śmierci ojca Kopernika przejął opiekę nad osieroconymi

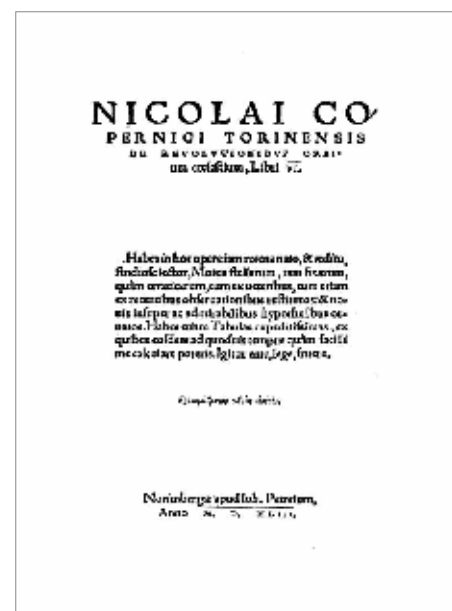
„Wstrzymał Słońce, ruszył Ziemię”, opracował i wystąpił do Rzymu projekt reformy kalendarza, leczył Krzyżaków i przepisywał im diety odchudzające, ale później, kiedy zaatakowali Olsztyn, dowodził obroną miasta. Mikołaj Kopernik był prawdziwym człowiekiem renesansu. Jego najwybitniejsze dzieło „O obrotach sfer niebieskich” wywołało jedną z najważniejszych rewolucji naukowych od czasów starożytnych, nazywaną przewrotem kopernikańskim.

siostrzeńcami – Mikołajem i jego bratem Andrzejem. Planując dla nich karierę w Kościele, zapewnił im odpowiednie wykształcenie – najpierw w szkole parafialnej, a następnie na Akademii Krakowskiej.

Mikołaj Kopernik studiował początkowo w Krakowie (1491–1495), a okres jego pobytu zbiegł się z rozkwitem krakowskiej szkoły astronomicznej. Uzyskał wykształcenie matematyczne, geometryczne, kosmograficzne oraz w zakresie konstruowania i stosowania tablic astronomicznych. Następnie udał się do Włoch (wyjazdy na włoskie uniwersytety były w tamtym czasie bardzo popularne), gdzie przygotowywał się do obowiązków administracyjnych kanonika kapituły warmińskiej, ale też pomagał jednemu z profesorów w prowadzeniu obserwacji astronomicznych. Studiował prawo w Bolonii (1496–1500) i medycynę w Padwie (1501–1503), a w Ferrarze w 1503 r. otrzymał tytuł doktora z zakresu prawa kanonicznego. Wreszcie wrócił do kraju, gdzie w Lidzbarku Warmińskim czekała już na niego posada osobistego sekretarza i lekarza jego wuja, biskupa Łukasza Watzenrode.

REWOLUCYJNE DZIEŁO

Uczony musiał być tytanem pracy, ponieważ oprócz zwykłych obowiązków znajdował jeszcze czas na rozwijanie pasji astronomicznej. Już w kraju opracował pierwszy szkic



nowej teorii budowy wszechświata, po czym przeniósł się do Fromborka, gdzie zaczął gromadzić odpowiednie narzędzia i książki, by stworzyć miejsce do obserwacji nieba. Na zapleczu swego domu zbudował płytę obserwacyjną, sam też sporządził przyrządy astronomiczne wzorowane na starożytnych – kwadrant, triquetrum i sferę armilarną. Co ciekawe, dokonał tego, korzystając z opisów w dziele Ptolemeusza, który był zdania, że w centrum wszechświata znajduje się Ziemia. Przeprowadził ok. 30 zarejestrowanych obserwacji astronomicznych, m.in. Marsa i Saturna oraz Słońca. To pozwoliło mu na dokonanie epokowego odkrycia – że Ziemia

2023 Rokiem Mikołaja Kopernika

Datę powiązano z rocznicą pięćset pięćdziesiątych urodzin i czterysta osiemdziesiątą rocznicą śmierci Mikołaja Kopernika.

Mikołaj Kopernik urodził się 19 lutego 1473 r. w Toruniu, zmarł 21 maja 1543 r. we Fromborku.

zaczynij
mówić
i rozumieć
po
francusku

0488 833 352



Kursy języka francuskiego

wieczorowe, poranne i weekendowe

Zapisy trwają ▶ Zajęcia grupowe i indywidualne

Kursy rozpoczynają się we wrześniu i październiku.

więcej informacji na:



Dorota Łapajska

www.francuski-bruksela.eu

szkolalabruuxelloise

labruuxelloise@onet.eu

0488 833 352

FIRMA REKLAMOWA

CHÉE. DE BOONDAEL 270, IXELLES

META4

ADVERTISING PARTNER



PROJEKTOWANIE GRAFICZNE



DRUK WIELKOFORMATOWY NA WSZYSTKICH POWIERZCHNIACH



NADRUK NA TEKSTYLIACH



KASETONY REKLAMY



REKLAMA NA SAMOCHODZIE

I DUŻO WIĘCEJ...



NAKLEJKI NA WITRYNY



WIZYTÓWKI UŁOTKI



PIECZĄTKI



ZDJĘCIA PLAKATY



FOLIE SAMOPRZYLEPNE

+32 (0)2 469 15 29 +32 497 487 467

info@meta4.be www.meta4.be meta4bxl



MKclean

Oferuje:

- bardzo dobre warunki pracy
- ekwiwalent bonów żywnościowych wypłacany od 4 godz.przepracowanych
- 100% zwrotu kosztów transportu
- płatność za przejazdy między klientami
- odzież ochronną i zwrot kosztów za pranie
- pomoc w załatwianiu formalności związanych z pracą oraz pobytem w Belgii
- profesjonalną obsługę

Place de Saint Antoine, 39
1040 Bruxelles

tel: 02 / 850 19 15

gsm: 0485 153 822 gsm: 0494 054 929

www.mkclean.be e-mail: info@mkclean.be

kręci się wokół nieruchomego Słońca. Teoria nie była nowa – znano ją już w starożytności – ale teraz zyskała potwierdzenie dzięki obserwacjom nieba i skrupulatnym wyliczeniom.

Słynny traktat pt. „De revolutionibus orbium coelestium” („O obrotach sfer niebieskich”), nad którym pracował już od 1514 r., ukończył prawdopodobnie 16 lat później, ale drukiem ukazał się on dopiero w 1543 r. w Norymberdze, krótko przed jego śmiercią. W tym czasie Kopernik z powodu choroby nie potrafił już mówić, choć rozumiał wszystko, co się wokół niego działo. Na szczęście jednak niemalże na łożu śmierci mógł się jeszcze cieszyć dziełem swego życia.



Kopernik zdawał sobie sprawę z tego, że jego teoria nie spotka się z łatwym przyjęciem. To tłumaczy, dlaczego nie wydrukował dzieła od razu, a kiedy w końcu się na to zdecydował, opatrzył je przedmową do papieża Pawła III. Nie obawiał się opinii innych uczonych, mając pewność, że potrafi udowodnić swe racje. Tak naprawdę przejmował się spodziewaną krytyką ze strony teologów i innych osób niezających się na astronomii, ślepo wierzących w obowiązującą wtedy teorię geocentryczną Ptolemeusza.

NA INDEKSIE

Pierwszy indeks „ksiąg zatrutych”, których katolicy nie powinni czytać, pojawił się w połowie XVI w. w związku z decyzją papieża Pawła IV, ale dzieło Kopernika wpisano na listę dopiero w 1616 r. Dlaczego tak późno? Najprawdopodobniej wcześniej traktowano treść książki jedynie jako hipotezę, a nie prawnocną teorię. Tymczasem jednak pojawił się Galileusz i tak przypominano sobie, że Kopernik pisał, będąc przekonany o swej racji. Galileusz miał wielu przeciwników

i kiedy wsparł swoje badania wnioskami toruńskiego astronoma, na powrót zwrócono uwagę na kilkudziesięcioletni już wtedy traktat. Włoski uczony otrzymał zakaz głoszenia teorii heliocentrycznej, natomiast „O obrotach sfer niebieskich” trafiło na indeks ksiąg zakazanych. Ogłoszono, że dopóki dzieło nie zostanie „poprawione”, nie może być czytane. I faktycznie – sam Galileusz „poprawiał”, czyli m.in. skreślał w swoim egzemplarzu niewygodne tytuły rozdziałów, ale robił to tak delikatną kreską, że bez problemu można było przeczytać oryginał. Dopiero w 1822 r. wycofano księgę z indeksu. Obecnie łaciński rękopis przechowywany jest w Bibliotece Jagiellońskiej. Dodajmy, że pierwszy polski przekład traktatu wydano dopiero w 1854 r.

ŁĘCZNIK CZYNU I WIELU TALENTÓW

Z pewnością ostatnie, o co można by podejrzewać Kopernika, to beczynność. Przez całe życie wykorzystywał wszystkie swe zdolności. Jako lekarz opiekował się wieloma znakomitymi osobistościami, udzielał porad zdrowotnych Krzyżakom, ale nigdy też nie odmawiał biedniejszym pacjentom. Zalecał higienę oraz doradzał w kwestiach diety, polecając m.in. wprowadzenie do jadłospisu ryb. Brał udział w życiu politycznym Prus Królewskich – znalazł się nawet w dość nieoczekiwanej roli dowódcy podczas obrony zamku w Olsztynie w czasie krzyżackiego ataku. Jako ekonom przygotował projekt reformy monetarnej w Prusach Królewskich i sformułował prawo o wypieraniu lepszemu pieniądza przez gorszy, czyli o mniejszej zawartości kruszcu. Przejmowały go nawet bezpodstawnie wysokie ceny chleba, postanowił więc opracować własny przepis i ustalić cenę za bochenek.

ANEGDOTY I PLOTKI

Kopernik był bez wątpienia geniuszem i być może dlatego tak łatwo przypisuje mu się też całkiem nieoczekiwaną zasługę – a mianowicie, że jako pierwszy wpadł na pomysł, by smarować pieczywo masłem... Ponoć zauważył, że główną przyczyną wybuchu zarazy w Olsztynie było jedzenie chleba, który spadł na ziemię. Posmarowanie pieczywa miało unaocznic ludziom, że tak naprawdę zjadają też brud, który przywarł do kromki. W ten oto sposób Kopernik miał się przyczynić do opanowania epidemii, tyle tylko, że wszystko to zostało wymyślone w ubiegłym wieku jako dowcip przez amerykańskich naukowców...

Kopernik, bo koper? Nie do końca!

Nazwisko rodowe astronoma wzięto się od łacińskiego słowa *coprum*, które oznacza miedź. Uważa się, że pochodzący z okolic Nysy i Krakowa przodkowie uczonego ze strony ojca zajmowali się handlem miedzią, której w tamtych okolicach było pod dostatkiem.

Mówi się również, że to Kopernikowi zawdzięczamy przywiezienie do kraju wiadomości o odkryciu Ameryki – w Krakowie wiedziano o tym już w 1506 r. To akurat może być prawda, bo podróże Kolumba i Vespucciego przypadały na okres pobytu uczonego we Włoszech.

A czy wiecie, że astronom... miał zgorzenie swoim nieobyčajnym prowadzeniem się? Posądzano go o romans z młodszą o ok. 25 lat Anną Schilling, która zostawiła swego męża rok po ślubie i została gosposią Kopernika. Mimo starań nigdy nie uzyskała rozwodu. Sam biskup próbował przemówić uczonemu do rozumu, ale nic nie wskórał.

PRAWDZIWA TWARZ UCZONEGO

Kopernik nawet wiele wieków po śmierci nie przestaje zaskakiwać. Prawdziwą sensacją było w 2005 r. odkrycie archeologów, którzy w katedrze we Fromborku znaleźli jego szczątki. Na podstawie czaszki udało się zrekonstruować jego wygląd w wieku 70 lat i, cóż, odbiega on dość mocno od tego, który znamy z podręczników. Za młodu bowiem Kopernik był przystojnym brunetem, mimo wydatnego orlego nosa i blizny na łuku brwiowym. W dzieciństwie uległ wypadkowi – o tym było wiadomo, ale po zbadaniu czaszki odkryto znacznie więcej urazów, m.in. złamany nos, którego lekarze nie potrafili „wprostować”.

Dla wielu jednak na zawsze pozostanie on postacią z obrazu Jana Matejki pt. „Astronom Kopernik, czyli rozmowa z Bogiem”. Na płótnie widzimy czarnowłosego mężczyznę, który z poruszeniem i przejęciem wpatruje się w niebo – zdziwiony i przestraszony zarazem. Być może właśnie dokonał przełomowego odkrycia, a może – dojrzał coś więcej, co wymyka się ludzkim możliwościom poznania?

Halina Szołtysik

AGATE RADZISZEWSKI
Avocat
au barreau de Bruxelles

- Prawo podatkowe (podatek od osób prywatnych, spółek, VAT, ...)
- Prawo nieruchomości, prawo mieszkaniowe, prawo budownictwa (umowy, spory między przedsiębiorcami, architektami, ...)
- Prawo windykacyjne (niezapłacone faktury)
- Prawo wykroczeń drogowych i odszkodowanie po wypadkach drogowych
- Prawo pracy

Avenue Louise, 207/13 (7 piętro)
1050 Bruxelles

Tel.: 0032 479 88 97 62
Fax: 0032 2 537 14 03
E-mail: a.radziszewski@avocat.be

Jolanta BOULBOULLE-KACZOROWSKA

JBK.avocat@belgacom.net

A D W O K A T

- ⇒ ponad 20 lat praktyki adwokackiej w Belgii
- ⇒ obsługa prawna przedsiębiorstw oraz osób prywatnych
- ⇒ sędzia zastępczy w sądzie pracy

Tel: 04/355.24.81 GSM: 0474/34.55.61 Fax: 04/355.24.82

JBK Cabinet d'Avocats

Quai de l'Ourthe, 44/1
4020 Liège

Avenue Louise, 65/11
1050 Bruxelles

Samuel AYDIN
ADWOKAT



Przykładowy zakres prowadzonych spraw:

- spory pomiędzy przedsiębiorcami, architektami i szefami budowy
- odzyskiwanie długów (niezapłacone faktury)
- spory z firmami ubezpieczeniowymi
- spory pomiędzy właścicielem a lokatorem
- kontrakty: wynajmu, sprzedaży
- rozwody i separacje
- wypadki drogowe

4 rue de la Presse
1000 Bruxelles

KONTAKT:

0484/27 87 88 (pl., fr.)

0475/22 83 61 (pl., fr.)

0477/36 04 09 (fr., ang.)

✉ aydinavocat@yahoo.fr



Allison
Blokowska

Avocat / Advocaat / Adwokat

Avenue Louise 131a | 0475 38 52 10
1050 Ixelles | Allison@b-lawfirm.com



JPS – ATN sprl

accounting & tax network

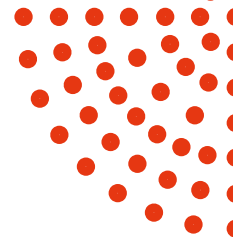
Expert Comptable & Conseil Fiscal

- prowadzenie księgowości
- doradztwo podatkowe
- deklaracje podatkowe firm i osób fizycznych
- rozliczanie TVA

Tel. +32 2 318 11 40 | e-mail: office@jpsatn.be

Kontakt w jęz. fr., nl., ang.





ZATRUDNIAMY

Chcesz pracować jako pomoc domowa? Jesteś we właściwym miejscu!

Dołącz do eko-odpowiedzialnej firmy z wieloletnim doświadczeniem w systemie titres-services.

Poznaj nasze wartości:

Niezawodność:

Gwarantujemy atrakcyjne i stabilne warunki zatrudnienia. Zapewniamy bony powitalne i rekomendacyjne dla nowych współpracowników.

Dynamiczność

Organizujemy warsztaty dla dzieci i dorosłych w naszym zaprzyjaźnionym **Centrum Kultury i Edukacji Polskiej Plus**. Proponujemy zniżki na wydarzenia kulturalne i rozrywkowe.

Zaangażowanie

Szkolimy naszych współpracowników w produkcji i stosowaniu naturalnych środków czystości, by dbać o nasze zdrowie i środowisko.

Opieka:

Oferujemy wsparcie naszym współpracownikom podczas trwania całej kariery zawodowej. Zapewniamy darmowe ćwiczenia prozdrowotne oraz zniżki na abonamenty 'Magabon'. Dzięki naszej grupie na Facebooku: **@Magabel ensemble-Naturellement!** pozostajemy w kontakcie z naszymi współpracownikami. Zapewniamy im wsparcie oraz dzielimy się nowościami i wiedzą.

Skontaktuj się z nami:

0474/39.68.06

02/211.40.40

job@magabel.be

Zgłoś swoją kandydaturę:



ŚWIADCZYMY USŁUGI

**Szukasz gospodyni domowej?
Jesteś we właściwym miejscu!**

W Magabel zapewniamy zaufany i wykwalifikowany personel oraz niezawodny i ekologiczny serwis.

Nasi klienci nie płacą dodatkowych kosztów administracyjnych!

Skontaktuj się z nami:

0474/39.68.06

02/211.40.40

info@magabel.be

Zostań naszym klientem:



SKORZYSTAJ Z NASZEJ PROMOCJI!

Każdy nowy klient mieszkający w regionie Brukseli otrzyma różnicę do 150€ za zakupione elektroniczne czeki usługowe! *

DLATEGO WARTO WYBRAĆ MAGABEL!

*Warunki promocji:



Madou



6/1 Place Madou
1210 Bruxelles

Anderlecht



143 Rue de la Procession
1070 Bruxelles

Etterbeek



170 Avenue d'Auderghem
1040 Bruxelles

Laeken



174 Rue Leopold I
1020 Bruxelles



'Naturalnie Twórcze' spotkania w Magabel - NOWOŚĆ

Zapraszamy na nasze pierwsze 'Naturalnie Twórcze' spotkanie w Magabel.

Naszym gościem będzie pani **Justyna z firmy JP Arome Candle**, która wprowadzi nas w fascynujący świat ręcznie robionych, naturalnych świec. Odkryjemy również kulisy procesu tworzenia tych magicznych źródeł światła. Jednak to nie wszystko! Będziemy mieli okazję samodzielnie wcielić się w rolę twórców i stworzyć swoją własną, spersonalizowaną świeczkę.

Kiedy: **niedziela, 24 września, godz. 13:00**

Gdzie: **174 rue Léopold I, 1020 Laeken**

Informacje i zapisy: **0474 69 86 30**

Zapisz się już dziś! Ilość miejsc ograniczona!



Aktywny wrzesień

Przypominamy, że w trosce o zdrowie naszych współpracowników **od 6 września wracają darmowe*** zajęcia 'Joga dla kręgosłupa' prowadzone przez **coacha-terapeutkę Małgorzatę Łuczak**, które nie tylko przyniosą korzyści zdrowotne, ale także umożliwią chwilę wytchnienia od codziennych obowiązków!

Kiedy: w **każdą środę, godz. 18:15**

Gdzie: **174 rue Léopold I, 1020 Laeken**

Informacje i zapisy: **0484 95 90 92**



Na pozostałe zajęcia prozdrowotne z Octava oferujemy abonamenty z **50% zniżką***

* tylko dla współpracowników Magabel



Dzień Sprzątania Świata

Jeśli lubisz łączyć aktywność fizyczną z troską o środowisko, potrzebujemy właśnie Ciebie! Zapraszamy **23 września, godz. 14:00** wszystkich, którym bliska jest idea dbania o naszą planetę. Dołącz do naszej ekipy i podejmij wyzwanie! **POSPRZĄTAJ Z NAMI ŚWIAT!**

Informacje i zapisy: **0474 39 68 39**

Dla wszystkich uczestników tego wydarzenia mamy **specjalne niespodzianki!**

Bądź na bieżąco, obserwując nas na Facebooku: **@MagabelTeam** oraz **@Magabel**



Dołącz do naszej społeczności Magabel na Facebooku, aby być na bieżąco ze wszystkimi firmowymi aktualnościami!



Okres pandemii przyzwyczaił nas do kupowania jedzenia na wynos. Chodzi o wygodę, czyli dostarczenie gotowego produktu pod nasz adres i cieszenie się jedzeniem w domowych pieleszach. A z drugiej strony – programy telewizyjne prowadzone przez szefów kuchni podsycały zainteresowanie kuchnią w wydaniu mistrzowskim u zwykłych zjadaczy chleba.

Śniadanie od szefa kuchni

Z DOSTAWĄ DO DOMU

Współcześnie bardzo popularne jest zamawianie potraw typu pizza czy kebab do domu. Okazuje się jednak, że coraz więcej osób zamawia także potrawy będące podstawą śniadań, obiadów lub kolacji. Powody są różne – nie mamy czasu na gotowanie, nie umiemy gotować, potrzebujemy dań dietetycznych lub odpowiednich przy uprawianiu sportu. Dla takich osób ofert w internecie jest po prostu zatrzęsienie. Dość nowy trend to dania przygotowywane przez uznanych szefów kuchni, którzy swoim wizerunkiem i nazwiskiem gwarantują nie tylko jakość zamawianych dań, ale też oryginalność przepisów oraz dbałość o wygląd i smak. A ponieważ nie zawsze mamy czas i sposobność, by pójść do ich restauracji czy ciastkarni, pojawiła się możliwość zrobienia u nich zamówienia – a dania same znajdują się na naszych domowych stołach.

PODRÓŻE MAKŁOWICZA

Właściwsze byłoby sformułowanie – podróże z Makłowiczem, a w zasadzie – podróże z kanapką od Makłowicza. Oczywiście to nie Robert Makłowicz przygotowuje i serwuje kanapki, które można kupić na jednej z polskich stacji benzynowych. Znany kucharz i obieżyświat jest pomysłodawcą. Kanapki te są przyrządzone według jego autorskiego przepisu, a na ich opakowaniu widnieje jego nazwisko i rysunek postaci. To pomysł jak najbardziej trafiony, gdyż w zamierzeniu zawartość kanapek jest inspirowana

smakami z różnych miejsc świata. Wybierać więc można pomiędzy kanapką krakowską i tunezyjską, londyńską czy nowojorską. Co kto lubi – bardziej swojsko czy też bardziej światowo. Ostatnio w ofercie sygnowanej nazwiskiem Roberta Makłowicza pojawił się też hot-dog. W nazwie ma alpejski, gdyż jego składnikiem jest sos serowy. Tak więc nawet w podróży możemy zjeść według przepisu mistrza kuchni, zjeżdżając po prostu na odpowiednią stację benzynową. A czy zjemy dobrze? O tym niech zadecyduje każdy z nas. Kanapki są droższe niż zwykłe sandwicze będące w ofercie sklepów, no ale przecież liczy się nazwisko.

PETIT PAIN OD GÉRARD

Mieszkańcy Belgii w ostatnim czasie w swoich skrzynkach pocztowych mogli znaleźć ulotkę o zachęcającym haśle – „Enjoy Gérard en peignoir”. O co chodzi? O zamówienie do domu śniadania z uznanej piekarni. Dania na początek dnia przygotowuje szef Sébastien Thiel. A co w menu? To wszystko, co Belgowie od zawsze jadają na śniadania, czyli bułeczki z czekoladą, serem lub rodzynkami i słodkie rogaliki. No i oczywiście różnego typu bagietki – tradycyjne lub z dodatkiem ziaren. Do wyboru są śniadania na każdy dzień tygodnia lub tylko na weekend. Słodkie produkty na śniadanie kupimy także w wersji bezglutenowej. Wystarczy wejść na link lub zeskanować kod QR, by zobaczyć pełną ofertę i zaabonować koszyczek śniadaniowy. Wprost od mistrza, wprost z piekarni – świeżutkie i ciepłe. Czego by chcieć więcej? A ponieważ belgijska pogoda często nie zachęca do wyjścia z domu, a nie każdy ma dobrą piekarnię tuż za rogiem, jest to rozwiązanie dla tych, którzy doceniają smak i jakość, a przy tym chcą miło i smakowicie

zacząć dzień. Słodkie bułeczki lub bajgle można także zrobić samemu, ale łatwiej je jednak kupić lub zamówić.

PODPowiedzi z internetu

Istnieje także inny sposób na śniadanie od szefa kuchni – bez wychodzenia z domu i całkiem gratis. Można poszukać przepisów – bardzo często w formie krótkich filmików instruktażowych – na wykwintne śniadanie, jakie serwują mistrzowie kuchni. Z przepisów lub filmików krok po kroku dowiemy się, jak wykonać smaczne danie wprost z najlepszej restauracji. Wystarczy tylko zrobić odpowiednie zakupy i mieć choćby małą smykałkę do gotowania, by przygotować u siebie i dla całej rodziny danie godne mistrza. Czasami także uznani szefowie zdradzają małe kuchenne triki, aby potrawa wyszła nam idealnie. Możemy też podpatrzeć, w jaki sposób dekorują danie na talerzu. To dobry sposób, by zainspirować się, gdy brakuje nam pomysłu na śniadanie czy obiad lub w lodówce nie mamy zbyt wielu produktów. Dodatkową zaletą takiego sposobu przyrządzania posiłków jest to, że sami się doskonalimy w kuchni. A danie smakują najlepiej przygotowane na świeżo i zjedzone od razu ciepłe niż podgrzewane.

Jak zawsze są osoby, które spróbują polecanych przez sławne nazwiska potraw – jedni się zachwycą pomysłem lub smakiem, a inni nie. Każdy z nas ma swoje kulinarne przyzwyczajenia i nawyki. Jedni lubią coś zmienić i doświadczyć czegoś nowego lub po prostu cenią sobie wygodę. Drudzy wolą sami działać w kuchni i ustalać menu według własnego widzimisię.

Sylwia Maj

**LICZNE PROMOCJE
KONKURENCYJNE CENY**

SUPERMARCHE

GROSZEK

BRUXELLES

PARKING GRATIS 1h

(wejście do sklepu
od galerii lub z parkingu)

**RUE DE LINTHOUT
RUE BÂTONNIER BRAFFORT 1
1200 WOLUWE-SAINT-LAMBERT**
(Passage Linthout 14-18)

Godziny otwarcia:

pon. nieczynne

wt.-sob. 9.00-20.00

niedz. 9.00-18.00

tel. 0487 60 73 05

groszetterbeek@yahoo.com

www.facebook.com/groszekshoppinglinthout

**RUE DE BIRMINGHAM 112
1070 ANDERLECHT**

Godziny otwarcia:

pon. nieczynne

wt. - niedz. 9.00 - 20.00

tel. 0487 60 73 05

groszекbirmingham@yahoo.com

www.facebook.com/groszекbirmingham

**CHAUSSÉE DE MONS 700
1070 ANDERLECHT**

Godziny otwarcia:

pon. - niedz. 9.00 - 20.00

wt. nieczynne

tel. 0488 27 86 37

malinkabruхelles@yahoo.com

www.facebook.com/groszекanderlecht

**RUE DE MONTIGNY 143 - 145
6000 CHARLEROI**

Godziny otwarcia:

pon. - sob. 9.00 - 20.00

niedz. 9.00 - 18.00, wt. nieczynne

tel. 0488 27 86 37

groszек.charleroi@yahoo.com

www.facebook.com/groszекcharleroi



Lalka jak ze snu

Ruth Handler, córka polskich emigrantów, stała się symbolem spełnienia amerykańskiego snu o sukcesie. Postanowiła zaryzykować, wprowadzając na rynek zabawek lalkę, która w niczym nie przypominała słodkookich, pucułowatych dzieciaczek w wiktoriańskich łaskach. Wielu osobom, także związanym z firmą Mattel, projekt zaprezentowany przez nieco ekscentryczną właścicielkę kojarzył się raczej z dziewczyną z ulicy, a nie zabawką dla małych dziewczynek. O jakiej lalczce mówię? Oczywiście o Barbie.

CHCĘ BYĆ NIA, KIEDY DOROSNĘ!

Na liczne pytania, dlaczego wybrała postać o talii osy, idealnym biuście, długich nogach i bardzo wyrazistym makijażu, Ruth zawsze odpowiadała tak samo: jej celem było danie dziewczynom ideału, do którego będą dążyć, oraz inspiracji, by swoje życie układać tak, jak same tego chcą: „Moja filozofia Barbie była taka, że każda dziewczynka może zostać, kimkolwiek zechce. Barbie zawsze pokazywała, że kobieta ma wybór”. Jak wiemy, mimo przeciwności losu i niepewności związanych z realizacją projektu, świat pokochał zabawkę firmy Mattel.

Ale jak Ruth przyszło do głowy, by dać do zabawy dzieciom „coś takiego”? Inspirujące okazały się obserwacje jej własnych dzieci. Córka Ruth – Barbara – uwielbiała bawić się z koleżankami wyciętymi z gazet papierowymi lalczkami, które matce wydawały się brzydkie, nieprawdziwe oraz dosłownie i w przenośni – płaskie. Zamarzyła więc sobie, że stworzy zabawkę o ludzkich (kobiecych) kształtach, dorosłą i taką, którą dzieci będą kochały. Kiedy w roku 1956 odwiedziła Szwajcarię, w jednym ze sklepów zobaczyła lalkę dla dorosłych mężczyzn Bild-Lili. Figurka była przedstawieniem

bohaterki jednego z tamtejszych komiksów, która osaczała i wykorzystywała bogatych mężczyzn. Handler uznała, że to jest to! Do Ameryki zabrała ze sobą kilka wersji Lili, która teraz żartobliwie nazywana jest „seksowną babcią lalki Barbie”.

BIG „BIZNES”

Kiedy Ruth wróciła do USA, rozpoczęła się dla niej walka z niedowiarkami. Kobieta zwerbowała do pomocy makijażystę Buda Westmore’a i projektantkę mody Charlotte Buettenback Johnson. Po trzech latach (1959 r.) intensywnej pracy Barbie zadebiutowała na targach zabawek i... nie zdobyła sobie wielu fanów. Firma Mattel, już znana na świecie, mogła pozwolić sobie na tę pierwszą porażkę. Zakasano rękawy i do pomocy wezwano znanego psychologa Ernesta Dichtera, który miał opracować plan kampanii reklamowej dla kontrowersyjnej lalki. Dichter podjął się zadania i rozpoczął badania naukowe na grupie 200 matek i córek, by przekonać się, jak widzą one Barbie. Zadawał respondentkom pytania: Czy Barbie jest miłą i lubianą przez wszystkich dziewczynką? Czy ma dobry gust? – i tym podobne. Okazało się dość szybko, że

dziewczynki pokochały zabawkę i w przyszłości chciałyby wyglądać, ubierać się i zachowywać jak ona, a matki nienawidziły jej z szewską pasją. Psycholog zdecydował, że należy w kampanii pokazać córki opowiadające mamom o tym, jak lalka uczy je zachowywać się z klasą, jak inspirować je, by ładnie i z klasą się ubierać.

Na badania i reklamy wydano miliony dolarów, wszyscy wstrzymali oddech, bo dni mijały, a zamówienia nie pojawiały się. Lawina ruszyła z początkiem wakacji. Dzieci i wtedy, i teraz właśnie w tym okresie oglądają więcej telewizji i przeglądają więcej gazet z reklamami, nic dziwnego więc, że właśnie wówczas woreczek się rozwiązał. Od tego momentu popularność zabawki jedynie rosła. Z czasem rozpoczęto sprzedaż przeróżnych gadżetów związanych z pięknoołą blondynką, dodano jej do kompanii przyjaciółki i kolegę – Kena (takie też imię nosił syn Ruth). Inwestycje zwracały się z nawiązką, a biznes kwitł.

Firma zdecydowała się na wyjście naprzeciw oczekiwaniom społecznym oraz realizację pierwotnego planu Ruth – zaczęto tworzyć lalki astronautki, lekarki, Barbie z niepełnosprawnością, zespołem Downa, Barbie odkrywczynie – i wiele innych. Dziewczynki nie

Zapewniamy atrakcyjne warunki oraz profesjonalną obsługę:

- oferujemy wynagrodzenie do 14,80€ za godzinę pracy
- możliwość stałego kontraktu od 1 dnia pracy
- bony żywnościowe
- świadczenia socjalne
- bonusy i premie pieniężne (szczegóły w biurze)
- upominki świąteczne
- w razie nieobecności klienta zastępstwo lub zasiłek z powodu braku pracy
- indywidualne szkolenia zawodowe w języku polskim
- możliwość odbioru czeków od pracownika poza biurem
- pomoc administracyjna przy zmianie biura

Zapraszamy do współpracy!

02 644 11 23

info@123-services.be

www.123-services.be

Nie czekaj, dotłącz do nas!

Chemin de La Maison du Roi 26b
1380 Lasne / Plancenoit



KRAKÓW POLSKI SKLEP

już wkrótce otworzy
dla Was swoje drzwi!

Zapraszamy do polubienia
naszej strony na Facebooku,
tam informacje będą
pojawiać się na bieżąco.

 Kraków Supermarket

Industrielaan 8, 1070 ANDERLECHT
(miejsce dawnej Biedronki)



były już teraz ograniczone do marzeń o byciu bogatą panią mieszkającą w różowej willi, ale faktycznie, jak sobie to zaplanowała projektantka – mogły wybierać, jaką lalką chcą się bawić, i wyobrażać sobie swoją przyszłość. Nie wszystkim jednak podobał i podoba się sukces Barbie, a powodów jest kilka.

DOBRA CZY ZŁA?

Najczęstszym powodem niechęci do Barbie (a przy okazji i do Kena) jest, tak jak na początku, wygląd – feministki, psychologowie i społecznicy zarzucają lalkom, że wbijają dzieciom do głowy niemożliwe do osiągnięcia ideały. Nie jest bowiem możliwe naturalne i zdrowe osiągnięcie ich proporcji; nawet mordercze treningi w większości przypadków nie są w stanie zmienić naturalnej budowy naszych ciał. Jeśli, tak jak ja, ma się dumne 156 cm wzrostu, to raczej na popularną lalczkę się nie załapię. Ken to także model o idealnych niemal kształtach, wylanych w chińskich formach produkcyjnych – bo ani jego mięśni, ani cech charakterystycznych twarzy skopiować się nie da. Udowadniają to tysiące osób, które poddają się setkom operacji plastycznych, by upodobnić się do zabawkowej pary. Jak wiemy, wszystko to z opłakanym skutkiem.

Dalej mówi się też o pustocie i naiwności bohaterów kreowanych przez następców Ruth i jej męża: pierwsze Barbie to modelki, bogaczki z wielką szafą i różowym luksusowym autem. Purystyczna i pruderyjna Ameryka musiała, wraz z rodzeniem się popularności lalek z zestawu, przełknąć bardzo gorzką

pigułkę. Bo skąd ta lalka ma na to wszystko pieniądze, a czemu mieszka sama, czy ona nie ma normalnych ubrań, co łączy ją z Kenem?! Wiele osób miało producentom za złe, że kreują w dzieciach jedynie potrzebę posiadania i bycia atrakcyjnym. Z czasem pojawiły się Barbie pracujące, uczące się, „inne” od wszystkich, takie nieco bardziej życiowe, które miały za zadanie inspirowanie małych istotek i pomaganie im w pokonywaniu przeciwności losu. Kreskówki o Barbie stały się nieco mniej cukierkowe, przesłodzone, nijakie i naiwne, ale prawdziwą bombą miał okazać się pełnometrażowy hollywoodzki film.

OŻYWIONA

Scenarzystka i reżyserka Greta Gerwig stworzyła obraz, który w założeniu miał być satyrą na stereotypy płciowe, miał ośmieszać bezsensowną wojnę męsko-damską i pokazywać, jak bardzo potrzebne jest współczucie, wzajemna pomoc, walka o równość i bezpieczeństwo. Plan był ambitny nie tylko ze względu na malejącą popularność kin i brak filmów, które pozostają w pamięci widzów i są w stanie na nich wpłynąć. Potencjalnych problemów mógł też przysporzyć wybór bohaterów i tematu. Z wszystkim tym Barbie sobie poradziła i chwala jej za to!

Niestety, dla wielu osób zupełnie niezrozumiałe były wybryki Kena i ich rozwiązanie przez społeczeństwo wszystkich lalek Barbie. Mężczyźni w Barbielandzie są jedynie atrakcyjnym dodatkiem do samorealizujących się kobiet, są, bo są. Po wizycie w prawdziwym

świecie towarzysz Barbie odkrywa, że mężczyźni są tam w o wiele lepszej sytuacji niż w jego rodzinnym „kraju” i postanawia to zmienić... Jak mu to wyszło i co z tego może wynikać dla nas? Musicie zobaczyć sami; powiem tylko tyle, że nikt na walce płci nie korzysta i nie ma w niej wygranych. Barbie udaje się do prawdziwego świata po to, by pomóc bawiącej się nią dziewczynce, która zaczyna mieć kłopoty, przestaje interesować się swoją zabawką, coraz częściej płacze, martwi się i smutnieje. Dzięki dorastaniu Barbie do takiego rzeczywistego świata, już nie całego w różu i uśmiechach, widz może zobaczyć w niej właśnie inspirującą i silną bohaterkę, która, tak jak zamierzyła to sobie Ruth, ma służyć bawiącym się nią dzieciom pomocą.

Film jest kasowy, ale wartym obejrzenia w każdym wieku. Nie jest też, jak wiele obrazów obecnie, nijaki, na siłę zabawny i usiłujący przymilić się każdemu. Dzieci będą miały frajdę i może nauczą się rozwiązywania swoich kłopotów w inny sposób niż zamykaniem się na świat, a dorośli zobaczą, że nieustannie obrażanie się i przeciąganie liny nie prowadzi do niczego dobrego. Barbie i Ken są i zawsze będą tandemem, nieważne jak bardzo się od siebie różnią.

Barbie przeszła długą drogę od „lampucery” i „pustej blondynki” do bohaterki, ikony popkultury, inspiratorki. Jeśli nie lubicie jej w formie pięknej modelki o nienagannym biuście, pokażcie dzieciom, że jest też Barbie astronautka, lekarka i artystka, bo z nią, z Barbie, każdy może być, kim chce.

Anna Albingier



fol. materiały z filmu



www.aaxe.be

Aaxe  **TITRES-SERVICES**

Aaxe Titres-Services **Molenbeek-Basilique**

Atrakcyjne warunki
Zaufanie i wszechstronna pomoc
Istniejemy dzięki Wam i dla Was

Boulevard du Jubilé 27
1080 Bruxelles

Dorota Radzajewska-Trykoszko
kom.: (+32) 0497 42 90 21
tel.: (+32) 02 420 33 50
e-mail: titres-services@aaxe.be

Biuro czynne
poniedziałek – piątek: 9:00 - 12:30 i 13:30 - 17:30
sobota: 9:00 - 13:00



www.aaxe-assurances.be

Aaxe-Assurance firma ubezpieczeniowa

Profesjonalni agenci ubezpieczeniowi są w stanie sprostać Państwu oczekiwaniom, to ich praca od 1986 roku.

Nie wahaj się, zadzwoń po poradę lub pomoc w zakresie wszystkich ubezpieczeń.

Dodatkowe informacje i spotkania w języku polskim pod numerem: **0489 06 80 00**

Aaxe-Assurances sprl - FSMA 063653 A
Av. de Tervueren 124 - 1150 Bruxelles
T 02 735 44 54 - F 02 735 26 23
www.aaxe-assurances.be


Aaxe-Assurances
Courtier agréé depuis 1986

Neurografika, czyli kreatywnie i terapeutycznie

Neurografika to metoda artystyczno-terapeutyczna, która została opracowana przez Pawła Piskarewa, rosyjskiego psychologa, artystę, mistrza tai chi i nauczyciela medytacji. W założeniu jest formą relaksu, sposobem na pobudzenie naszej wyobraźni i co za tym idzie – tworzenie nowej, lepszej rzeczywistości. Pomaga radzić sobie z różnymi problemami oraz uczy kontaktu ze sobą. Jest skutecznym, potwierdzonym naukowo narzędziem, zarówno terapeutycznym, jak i coachingowym, do pracy ze świadomością w celu rozwiązywania problemów i osiągania celów. Metoda łączy elementy psychologii, neurobiologii, sztuki i duchowości.

Do rozpoczęcia przygody z neurografiką nie potrzeba nam wiele. Wystarczy zaopatrzyć się w różnej grubości pisaki, kolorowe kredki i kartkę papieru oraz w porcję czasu tylko dla siebie. Nie miej obaw co do swoich umiejętności plastycznych. Każdy jest w stanie narysować obraz w stylu neuroart. Tak naprawdę nie chodzi o stworzenie dzieła sztuki, tylko o zbudowanie w naszym mózgu nowych połączeń neuronowych. To pozwala wygenerować psychiczną siłę i chęci do działania, które są większe od świadomego oporu przed zmianą.

Kluczowe jest zastanowienie się, co chcielibyśmy osiągnąć poprzez rysunek neurograficzny. Warto sprecyzować problem lub ustalić pragnienia, do których spełnienia dążymy. Myśli te można zanotować lub zapamiętać.

Weź do ręki cienki pisak i przez pięć sekund rysuj na kartce spontanicznie esy-floresy. Pozwól ręce kreślić linie i wzory bez udziału świadomości, bez oceniania. Ma to na celu wyładowanie emocji. Jeżeli jakaś linia kończy się pośrodku kartki, pociągnij ją do krawędzi. Kiedy linie przecinają się, tworzą cztery kąty. Ostre zakończenia sugerują konflikt i zdenerwowanie, dlatego należy je zaokrąglić, tak samo jak miejsca przecinania się linii. Dzięki temu na rysunku zaczną pojawiać się kształty przypominające komórki neuronowe.

Kolejnym krokiem jest dodanie tzw. linii uzmięających. Mają one na celu uświadomienie rysującemu, że ma kontrolę nad pracą. Mogą być falujące i kręte jak linia wody, przechodzące

w poprzek strony, z lewej na prawą, z góry do dołu albo po skosie. Ważne jest, aby każda linia miała swój początek lub koniec na krawędzi kartki – nie zostawiaj urwanych linii.

Na tym etapie można dodać kształty geometryczne: koło, kwadrat czy trójkąt. Kształtom nadajemy znaczenie w kontekście tematu, nad którym pracujemy. Na przykład, jeżeli chcemy poprawić relacje w rodzinie, możemy kołami oznaczyć członków rodziny. Zwróćmy uwagę na to, jak pod względem wielkości czy usytuowania na kartce różnią się koła. Do którego jest nam najbliżej, które jest najmniejsze, czy są koła, które wzajemnie się przecinają?

Spójrzmy na swój rysunek. Pojawiły się nowe kąty i linie przecięcia, które należy zaokrąglić. Pamiętajmy też o pogrubieniu wszystkich linii, aby nasz neurograficzny „szkielet” był harmonijny, spójny i estetyczny.

Ostatnim etapem jest pokolorowanie dzieła. Do tego celu można użyć kredek, pastelów, farb czy jakiegokolwiek innego środka. Wybór kolorów zależy od Ciebie. Jeżeli masz ochotę, aby zostawić jakiś element bez pokolorowania, nie ma w tym nic złego. Można bawić się cieniowaniem oraz mieszaniem kolorów. Ten etap rysowania jest bardzo odprężający i twórczy.

Gdy praca jest już skończona, przyjrzyj się jej z pewnej odległości. Co czujesz? Czy jesteś zadowolony z efektu? Czy proces tworzenia obrazu zrelaksował Cię? Co czujesz odnośnie do problemu, który założyłeś przed przystąpieniem do tworzenia?

Neurografika zyskuje coraz więcej zwolenników w różnych krajach. Można zapisać się na warsztaty z certyfikowanym neurografikiem, który będzie instruować, jakie kolejne etapy należy wykonać. Poza tym zada nam konkretne pytania, dzięki którym łatwiej będzie nam dojść do meritum problemu, z którym się borykamy, lub zwróci nam uwagę na emocje, które towarzyszyły nam podczas procesu twórczego.

Podczas rysowania, samoobserwacji i refleksji przeżywamy całą gamę emocji. Ważne jest, aby zapisać w swojej pamięci obraz szczęścia i harmonii w obranym przez nas wcześniej temacie. Jeśli uda nam się zmienić obraz danego tematu w naszej psychice, odczujemy wewnętrzny spokój i zrozumienie, a efektem tego będą zmiany w naszej rzeczywistości zewnętrznej.



Jeżeli nie chcesz wchodzić aż tak głęboko, a podobają Ci się obrazy w stylu neuroart, zacznij je tworzyć według powyższych wytycznych, ale bez rozważań psychologicznych. Najważniejsze, aby proces tworzenia relaksował Cię, a efekt końcowy dzieła sprawił radość.

Anna Kata

Dołącz do
naszego
zespołu

HYGIENET

TITRES - SERVICES | DIENSTENCHEQUES

Naszym pracownikom gwarantujemy:

- | Atrakcyjne wynagrodzenie i wypłatę **ZAWSZE** na czas
- | Świadczenia socjalne i emerytalne
- | Stabilne zatrudnienie – wiemy że to obowiązkiem firmy jest zapewnić pracownikom klientów
- | Zwrot kosztów transportu
- | Odzież ochronną i zwrot kosztów za pranie
- | Grafik dostosowany do sytuacji życiowej pracownika
- | Płatne szkolenia zawodowe
- | Zaliczki dla pracowników gdy zajdzie taka potrzeba (wystarczy zadzwonić lub wysłać sms) – nie ma konieczności rozliczenia się za połowę miesiąca
- | Płatne dni wolne podczas nieobecności klienta (chômage économique) jeśli nie ma możliwości pracy na zastępstwie
- | Rozliczenie raz w miesiącu
- | Profesjonalną obsługę
- | W ostatni dzień roboczy każdego miesiąca nasze biura są otwarte do godziny 19h00
- | Pomoc administracyjną
- | W sytuacjach «awaryjnych» pracownik może się rozliczyć sms-em w ostatni dzień miesiąca

KONTAKT

AVENUE DE TERVUEREN, 145
1150 WOLUWE-SAINT-PIERRE
TEL.: 02.646.36.10
GSM : 0487.27.13.75

RUE DE LA VICTOIRE, 10
1060 SAINT-GILLES
TEL. : 02.538.67.04
GSM : 0484.77.03.76



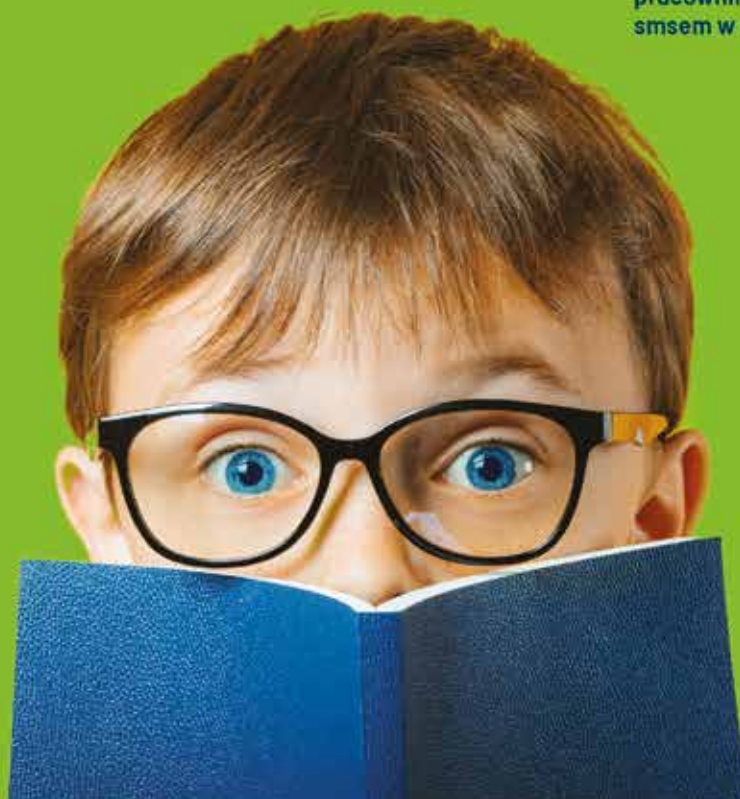
Hygienet
Titres Services



www.hygienet.be

Bądź na bieżąco
- Śledź nas!

Życzymy dobrego startu
w nowym roku szkolnym
uczniom i ich rodzicom:)





Mówią, że porządek w domu to porządek w głowie. Otwarte pozostaje pytanie, w którym momencie kończy się tzw. artystyczny nieład, a zaczyna bałagan. Stawiam na moment, kiedy na drodze z dużego pokoju do łazienki wkraczamy w pominięty na planie mieszkania tunel. Z reguły utworzony z plastikowych butelek po wodzie i jogurtach, wzmocniony kartonami po zakupionym przed laty sprzęcie gospodarstwa domowego i utwardzony suchą kocią karmą. Jeśli trenujesz lekkoatletykę lub skoki z przeszkodami – masz alibi. Jeśli jednak ślalom kłopotami przyprawia cię o ból stawów, czas rozprawić się z rozgardiaszem.

JAK PORZĄDEK

P JAK PLAN

Generalne porządki w domu to wyzwanie. Z odgracaniem przestrzeni jest trochę tak jak z wizytą w galerii handlowej – wiele spraw do załatwienia na dużej przestrzeni. Aby nie odpaść w przedbiegach, warto – wzorem list zakupów – stworzyć precyzyjny plan działania. Dlaczego? Bo to fizycznie niemożliwe, żeby uporządkować jednocześnie łazienkę, garaż i piwnicę. Plan powinien zawierać nie tylko punkty główne (np. kolejność sprzątnięcia pomieszczeń), ale także podpunkty w postaci doprecyzowania celów (np. rozmrożenie lodówki, posortowanie przypraw, przejrzenie ubrań). I, jak w przypadku zakupów, na bank pojawi się postscriptum, którego nie przewidzieliśmy przy pisaniu planu. Nie zawsze nieporządek widać na pierwszy rzut oka. Klamki, wyłączniki światła, pilot od telewizora – to przebiegłe lepy na bakterie. Taka domowa rewolucja wymaga czasu. Dobrze więc na porządki przeznaczyć kilka dni, a wyzwanie wpisać w kalendarz (najlepiej rodzinny).

Kolejność sprzątnięcia mieszkania może się różnić ze względu na powierzchnię, ale pewne wytyczne są niezmiennie. Zaczynamy od góry, czyli najwyższych pomieszczeń

w domu. Strych, pomieszczenie gospodarcze czy sypialnia na piętrze. W drugiej kolejności atakujemy schody i korytarz. W ten sposób kurz i brud z tych obszarów nie przedostaną się do innych, już posprzątniętych. Jak sprzątać? Najpierw na sucho. Usuwamy kurz, trzepiemy dywany, a firany i zasłony przygotowujemy do prania. Na swoje miejsce wrócą dopiero, gdy wszystko inne zostanie posprzątnięte. Teraz czas na mycie okien. Kiedy pozbędziemy się smug, możemy przejść do czyszczenia mebli. Zaczynamy od najwyższych elementów (podwieszanych szafek i półek), a następnie przechodzimy do tych niższych (komoda, bufet czy stół). To zabieg przemyślany. Taka hierarchia sprawia, że kurz z elementów położonych wyżej nie spadnie na już umyte powierzchnie. Dalej zajmujemy się podłogą. Aby nie zniweczyć wysiłków, najlepiej zacząć od najdalszych pomieszczeń w domu, a następnie stopniowo zbliżać się do drzwi wejściowych. Na samym końcu, niczym wisienki na torcie, pozostają najbardziej wymagające lokale – łazienka z toaletą i kuchnia. Co ważne, każde pomieszczenie wymaga wywietrzenia. W trakcie odkurzania filtry nie zatrzymują wszystkich zassanych zabrudzeń. Część z nich wyrzucana jest z powrotem.

Proces przebiegnie sprawniej, jeśli będziemy działać zgodnie z zasadą sprzątnięcia w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara. Wybieramy pokój w domu, a następnie

dowolny w nim kąt. Przecierając każdy napotkany mebel lub dekorację, stopniowo przesuwamy się w prawą stronę, tak by obejść pokój dookoła. Jeśli nasze zabiegi przerwie nieoczekiwany telefon, to po odbyciu rozmowy będziemy wiedzieć dokładnie, w którym miejscu praca została wstrzymana i co jeszcze wymaga dopucowania. Ta reguła zapobiega powtarzaniu i pomijaniu czynności.

P JAK POŻEGNANIE

Sylogomania jest zaburzeniem psychicznym polegającym na trudnościach w pozbywaniu się niepotrzebnych przedmiotów. Chory obsesyjnie gromadzi duże ilości bezwartościowych rzeczy (np. stare gazety, zużyte ubrania, zepsute sprzęty i narzędzia, reklamówki, śmieci), które stopniowo zagrają jego najbliższe otoczenie i uniemożliwiają normalne funkcjonowanie. Według szacunków patologiczne zbieractwo dotyczy od 2 do 5 proc. populacji, niemniej wizja przestrzeni życiowej wypełnionej kopcem „przydasi” powinna być dla każdego przestrożą. Kilka lat temu dwie badaczki z University of California w Los Angeles policzyły liczbę rzeczy w kilku amerykańskich domach. Wyniki okazały się szokujące nie



Memento Mori

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

Oleksiewicz Wojciech



**POGOTOWIE POGRZEBOWE
W BELGII 24H/24H**

tel. **+32 (0)487 10 37 78**

tel. **+48 509 251 831 Polska**

e-mail: **biuro@mementomori.podlasie.pl**



- Organizacja pogrzebów i kremacji na terenie Belgii
- Odbiór zmarłych z miejsca zgonu i przewóz do chłodni
- Pełna dokumentacja po stronie belgijskiej oraz polskiej
- Licencjonowany przewóz zmarłych z Belgii i Francji do Polski

FUNÉRARIUM D'UCCLE
Av. Oscar Van Goidtsnoen 6
1180 Uccle

FUNÉRARIUM DE WATERLOO
Chée de Bruxelles 532
1410 Waterloo

FUNÉRARIUM MOMMENS
Rue de Tervaete 35/A
1040 Etterbeek

FUNÉRARIUM SPRUYT
Bd de Smet de Naeyer 322
1090 Jette

**SOCIÉTÉ BRUXELLOISE
DE CRÉMATION**
Av. du Silence 57
1180 Uccle

**FUNÉRARIUM
DES STOCKELOISES**
Rue Blockmans 9
1150 Woluwe-Saint-Pierre

**FUNÉRARIUM
BOUVIN-COOMANS**
Petite rue des Loups 35
1070 Anderlecht



Nasze biura w Brukseli czynne od poniedziałku do piątku w godzinach: 8.00 - 16.00

ELIOX

ANTWERPIA

DIENSTENCHEQUES

Zatrudniamy również pracowników bez godzin!

Zatrudnimy każdego pracownika do pracy w systemie titres-services/dienstencheques (panie, panów w całej Belgii), którzy posiadają minimum 13 własnych godzin.

- ✓ Zapewniamy Atrakcyjne wynagrodzenia: ponad 13€/ godzinę
- ✓ Bony żywnościowe po 7€ od pierwszego dnia pracy
- ✓ Wszelkie świadczenia socjalne i emerytalne
- ✓ Zastępstwa bądź economische werkloosheid podczas nieobecności klientów
- ✓ Płatne zwolnienia lekarskie
- ✓ Pomoc administracyjna
- ✓ (min. w formalnościach związanych ze zmianą biura)
- ✓ Odzież i obuwie ochronne
- ✓ Biuro otwarte również w soboty
- ✓ Możliwość odbioru czeków z domu pracownika



03 283 88 95
0487 733 310

wiez sprawy w swoje ręce!



Biuro: Anselmostraat 85 87/001, 2018 Antwerpen

Tel: 03 283 88 95 - Gsm: 0487 733 310

Email: eliox.bvba@gmail.com



Godziny otwarcia: Pon - Wt - Czw Pt: 9.30-17.00

Środa i sobota: 8.00 - 12.00

www.eliox.be

tylko dla badaczek, ale także dla osób biorących udział w eksperymencie. Okazało się, że w najmniejszym z domów (90 m²) naliczyły aż 2290 przedmiotów. W pozostałych domach liczba przedmiotów nie była mniejsza niż 1000. Zarabiamy, wzbogacamy się, zbieramy przedmioty niczym trofea. Fajnie? Niekoniecznie. W końcu to one przejmują stery. I choć brzmi to jak kiepska fantastyka, to często nie potrafimy zapanować nad tym chaosem.

Durnostojki, kurzołapki... niewielkie przedmioty bez wartości użytkowej, ustawione gdzieś w mieszkaniu, żeby wypełnić lukę lub udekorować przestrzeń. Taka sztuka domowa, a jednak przekleństwo. Do podobnej kategorii zaliczają się wszystkie przyrządy, które w zamyśle miały usprawnić codzienne czynności, a po jednorazowym użyciu poszły w odstawkę. Istnieje nawet japońskie słowo (*chindōgu*) na określenie z pozoru przydatnych gadżetów codziennego użytku, mających zastosowanie w konkretnych sytuacjach. Tylko z pozorów. Praktyka pokazuje, że więcej z nimi ceregieli niż jakiegokolwiek ułatwienia.

Kluczem do perfekcyjnie zorganizowanej przestrzeni jest pozbycie się nadmiaru rzeczy. Na czas sprzątnięcia przygotujmy trzy pudła (lub worki na śmieci), których zawartość przeznaczymy do oddania, na sprzedaż i do wyrzucenia. Porządki zaczynamy od pozbycia się przedmiotów, które są zepsute (bez szans na naprawę), zniszczone, przeterminowane lub których nie używamy. W zależności od hospitowanego wnętrza kontroli podlegają kosmetyki, artykuły kuchenne i środki czystości. Przedmioty w dobrym stanie (nietrafione prezenty lub gadżety kupione pod wpływem impulsu) oddajemy lub sprzedajemy. W serwisach społecznościowych roi się od grup zwanych „śmieciarkami” lub „wymiankowymi”. Na czyszczeniu domu możemy też zarobić. Z miejsca pozbywamy się nieistotnych paragonów, starych wizytówek (szczególnie gdy nie kojarzymy osoby!), pustych słoików, instrukcji obsługi urządzeń (znajdziemy online), starych zaproszeń, wyschniętych mazaków, przeterminowanych leków i suplementów, nieużywanych zabawek (na grzyba nastolatkiwi grzechotka!), poźółkłych gazet i czasopism, puzzli ogołoconych z elementów, zdublowanych przedmiotów o tym samym przeznaczeniu (zostawiamy jeden), plastikowych reklamówek, zwietrzałych perfum i metalowych wieszaków z pralni.

Warto ograniczyć liczbę rzeczy pozostawionych na widoku. Przedmioty, które posiadamy w dużej ilości (np. sztuczce, naczynia, komplety kieliszków, roboty kuchenne) chowamy do szafki lub szuflady, by nie osiadał na nich kurz. Pozostałe (od sprzętu elektronicznego po domowe biuro) umieszczamy w pudełkach i koszach. Dzięki temu funkcjonalne przedmioty będą poza zasięgiem wzroku, ale w zasięgu ręki.

Zasady segregacji bibelotów są proste. W domu powinny być tylko przedmioty potrzebne, piękne lub o znaczeniu sentymentalnym.



P JAK POBOJOWISKO

Tragikomiczna wiadomość jest taka, że sprzątnięcie domu trzeba zacząć od... zrobienia bałaganu. Podczas generalnych porządków nie ma miejsca na niedokładność. Aby posprzątać szafę, trzeba wyjąć z niej dosłownie wszystko. Półka po półce, wieszak po wieszaku. Dobrze jest umyć wnętrze mebla wodą z detergentem. Ubrania, najlepiej zgromadzone na łóżku, dzielimy na trzy kategorie: „tak”, „nie” i „może”. Na uprzywilejowanym kopcu „tak” łądują te egzemplarze, po które sięgamy codziennie lub wystarczająco często, by nie głowić się nad ich przeznaczeniem. Ulubione spodnie, klasyczne koszulki (dobrego gatunku!), tradycyjny

kardigan. Stos „nie” zarezerwowany jest dla ubrań zniszczonych. Plamom, dziurom i przetarciom mówimy chóralnie nie! W podjęciu decyzji pomaga mierzenie każdej części garderoby przed dużym lustrem i próba zestawienia jednego elementu z drugim. Bo być może bluzka w odcieniu fuksji na wieszaku prezentuje się jak Versace, ale po przymiarce to co najwyżej „Tani Armani”. Pozbywanie się nowej konfekcji to nie grzech. W ramach rozgrzeszenia za nietrafione zakupy każdą rzecz można przekazać organizacji charytatywnej, odsprzedać (np. poprzez aplikację Vinted lub OLX) lub przekazać do recyklingu. W ten sposób dajemy okryciom nowe życie. Zdarza się, że pewnych tekstyliów nie potrafimy zakwalifikować do żadnej z dwóch kluczowych kategorii. Stos „może” przeznaczamy na ubrania z dylematem. Czy jeszcze założę tę sukienkę? Czy spódnico spodnie wrócą do łask? Mamy prawo do wahania. Ubrania, co do których nie jesteśmy zdecydowani, wkładamy do kartonu lub worka i chowamy na najwyższą półkę w szafie. Jeśli po roku (zakładając, że to garderoba na różne sezony) nie przyjdzie nam ochota sięgnąć po nie, to decyzja podejmie się sama.

Gromadzenie wciąż nowych rzeczy wcale nas nie uszczęśliwia. To pozytywne przeżycia i dobre wspomnienia wpływają na nasz dobrostan. Każda rzecz na nas działa. Uspakają, pobudza, raduje, drażni. Segregowanie przedmiotów, do których mamy stosunek emocjonalny (ubrania, pamiątki, dokumenty), powinno znaleźć się na końcu planu. Inaczej utknijemy, rozpamiętując wspomnienia związane z pamiątkami i osobistymi drobiazgami. Według japońskiej perfekcyjnej pani domu, Marie Kondo, na koniec wypada urządzić przedmiotom pożegnanie, dziękując im za „służbę”. To dowiedzie szacunku do nich.

Entropia jest jedną z wielkości opisujących stan układu termodynamicznego. Zgodnie z drugą zasadą termodynamiki, w układach izolowanych, podlegających wewnętrznym przemianom termodynamicznym, entropia zwiększa się z upływem czasu. Przekładając z polskiego nasze, nieuporządkowanie rośnie systematycznie. Zasady fizyki, jak pokazuje doświadczenie, mogą być z powodzeniem stosowane do każdego mieszkania. Niezwykłe, ale tylko bałagan robi się sam. Porządek – nigdy.

Sylvia Znyk



Pan Tadeusz

POLSKI SKLEP



Artykuły spożywcze, pieczywo, ciasta
swojskie wędliny, warzywa, owoce

PROMOCJE i ŚWIEŻE dostawy co tydzień!

Steenweg op Brussel 127
1780 WEMMEL
T. 0465 23 72 48

Godziny otwarcia:
wt. -sob. 10.00-20.00
niedz. 9.00-15.00

Pan Tadeusz

SUPER SMAAK

SKLEP POLSKI • ART. SPOŻYWCZE • DANIA DOMOWE

Świeże towary z Polski 3 razy w tygodniu.

CO TYDZIEŃ NOWE PROMOCJE!
Zobacz na naszym FB



Rabaty zakupy za 50€ - 10
dla klientów: zakupy za 100€ - 20

61, Chaussée de Merchtem – 1780 Wemmel

wtorek - sobota 09:00 - 20:00
niedziela 09:00 - 16:00

Tel: 02 460 08 06

/polskisklepsupersmaak/



MAGICZNE nożyczki

FRYZJERKA

T. 0495 45 79 53



PEDICURE MEDYCZNY

- pielęgnacja odcisków, wrastających paznokci itp.
- profilaktyka i zabiegi dla cukrzyków
- masaż stóp
- możliwy zwrot przez ubezpieczenie

BOŻENA
0474 83 79 98

USŁUGI Z DOJAZDEM DO DOMU

SYSTEMY SATELITARNE



Satservice.be



40 polskich programów
bez abonamentu i opłat

Doładowania
televizji na kartę

televizja
na kartę

nc+

Poczuj wolność
bez comiesięcznych
rachunków



tel. 0496 94 33 83 | www.satservice.be

Fairstep

Zajęcia taneczne

Hiphop Raggae Freestyle



Zapraszamy dzieci
i młodzież od 7 do 20 lat

Rue du Fort 35
1060 Saint Gilles

SPONSOR:

Aaxe TITRES-SERVICES

KONTAKT:

Leon Menżyński
0494 461 690

Polski sklep U IVONKI

zaprasza na zakupy



Szeroka gama produktów spożywczych
wędliny, nabiał, pieczywo, napoje, ciasta

CHEE D'ALSEMBERG 399
1180 UCCLE
T. 0470 01 98 89



pon. nieczynne
wt. - czw. 9.00 - 19.00
piąt., sob. 9.00 - 20.00
niedz. 9.00 - 15.00

KALENDARZ WYDARZEŃ

7.09 – 8.10

CIRQUE DU SOLEIL KURIOS CABINET DES CURIOSITÉS

Brussels Expo/Palais 12, 1020 Bruxelles
www.cirquedusoleil.com/kurios

8.09

LE MÉMORIAL IVO VAN DAMME

stadion Roi Baudouin, 1020 Bruxelles
brussels.diamondleague.com

8 – 10.09

BD COMIC STRIP / ŚWIĘTO KOMIKSU

Tour & Taxis, 1000 Bruxelles
www.visit.brussels/fr/visiteurs/agenda

12 – 30.09

BRUSSELS DESIGN SEPTEMBRER

www.designseptember.be

do 11.09

FESTIWAL RZEźB Z PIASKU

Bajki i baśnie, Middelkerke
www.zandsculpturenfestival.com

16 – 17.09

LES MÉDIÉVALES

L'abbaye de Villers, Villers-la-Ville
www.villers.be

16 – 17.09

HERITAGE DAYS 2021

Journées du patrimoine / Art Nouveau,
art for all Bruxelles
www.bruxelles.be/journees-du-patrimoine-bruxelles

17.09

DZIEŃ BEZ SAMOCHODU

Bruxelles
www.bruxelles.be/dimanche-sans-voiture

22 – 24.09

MADE IN ASIA

Brussels Expo, 1020 Bruxelles
www.madeinasia.be

28.09 – 1.10

EAT FESTIVAL

Tour & Taxis, 1000 Bruxelles
www.visit.brussels

30.09 – 1.10

BXLBEERFEST / FESTIWAL PIWA

Tour & Taxis, 1000 Bruxelles
www.bxlbeerfest.com

OGRÓD RÓŻANY

Jeśli kochasz róże, to musisz odwiedzić ten wspaniały ogród, uważany za jeden z najpiękniejszych w Europie.

Château de Coloma

Sint-Sebastiaansstraat 18/19, 1600 Sint-Pieters-Leeuw
Ogród jest zamknięty w każdy poniedziałek, z wyjątkiem dni świątecznych, od 1 kwietnia do 30 września otwarty od 10:00 do 20:00, a od 1 października do 31 marca do 17:00.

Wstęp bezpłatny.

www.natuurenbos.be/coloma

do 1.10

LABIRYNT DURBUY

www.labyrinth.be

LE SORTILÈGE 2023

Trassersweg 347, 1120 Neder-Over-Hembeek
www.sortilege.be

WYSTAWY

do 1.10

EXPÉDITIONS D'ÉGYPTE

Musée Art & Histoire, 1000 Bruxelles
www.kmkg-mrah.be

do 15.10

BUBBLE PLANET

Tour & Taxis, 1000 Bruxelles
www.bubble-planet.com

do 15.10

BACK TO NATURE 1900

Musée de la Ville de Bruxelles, 1000 Bruxelles
www.brusselcitymuseum.brussels

do 5.11

ANIMALIA. CHEMINS DE VIES, CHEMINS DE FER

Train World, 1030 Bruxelles
www.trainworld.be

do 7.01

ART NOUVEAU. HISTOIRES D'OBJETS D'EXCEPTION

Belvue, pl. des Palais 7, 1000 Bruxelles
www.belvue.be

IWONA KONDRACIUK

TŁUMACZ PRZYSIĘGLY

przy Sądzie Apelacyjnym w Brukseli

 FRANCUSKI

 POLSKI

 HISZPAŃSKI

gsm: 0494 61 96 52

e-mail: ikuradym@yahoo.fr

Karen Van Hoorick

Tłumacz przysięgły
polski-niderlandzki-włoski
przy trybunale
pierwszej instancji w Brukseli

SZYBKO I TANIO

Tel: 02 770 11 47

Faks: 02 770 11 47

Gsm: 0485 86 81 83

karenavh@hotmail.com

MATEUSZ KAPICA

tłumacz przysięgły
doradztwo dla firm



polski francuski

tel BE +32 475 31 18 58

tel PL +48 576 98 37 78

email: mateusz@kapica.be

www.kapica.be

Karina Rau

Tłumacz przysięgły
języka francuskiego

przy Sądzie Pierwszej Instancji
w Brukseli



gsm: 0475 442 883

rau.karina@capstan.be

Sprawy administracyjne, urzędowe

Jeśli masz problem
z językiem lub nie wiesz jak:
wynająć mieszkanie, kupić
lub sprzedać dom,
napisać lub przetłumaczyć list,
zredagować życiorys lub CV,
zarejestrować się w urzędzie,
otworzyć firmę, itp.,
polski, francuski,
angielski, włoski.

0493/60.90.41

Pomoc za przystępną cenę

POMOC W SPRAWACH URZĘDOWYCH

Masz problem z jęz. francuskim?
Zgłoś się do nas, a my Ci pomożemy!

Załatwiamy wszelkie formalności
w urzędach, szkołach, pomocy
społecznej, ubezpieczalniach, sądach,
bankach i na policji.

Sporządzanie rozliczeń podatkowych.
Redagujemy różnego rodzaju dokumenty
oraz oferujemy pomoc przy składaniu
wniosków o kredyty.

Miła obsługa
i profesjonalna pomoc
na terenie Brukseli i okolic.

Tel. 0493 15 00 51

e-mail: pwsu@live.be



USŁUGI I DORADZTWO ADMINISTRACYJNE

- kontakt z instytucjami administracji
belgijskiej i polskiej: urząd skarbowy,
urząd miasta, policja, bank, szkoła,
lekarz, ubezpieczenie, pracodawca,
kasa rodzinnego, konsulaty i inne...
- deklaracje podatkowe osób fizycznych;
- tłumaczenia wolne;
- wypełnianie dokumentów.

NAUKA JĘZYKA FRANCUSKIEGO
i konwersacje dla dzieci, dorosłych
przez SKYPE

Ewa Kupiszewska

tel: 0032 488 37 14 30

0048 500 308 453

kupiszewska.ewa@gmail.com



LA BRUYELLOISE
DOROTA JANIK KAPUŚKA SZKOŁA JĘZYKA FRANCUSKIEGO

PROFESJONALNE KURSY JĘZYKA FRANCUSKIEGO

oraz zajęcia indywidualne

Masz pytanie? Nie czekaj!
Zadzwoń lub napisz do nas!

GSM: 0488.833.352 TEL: 02 / 414 78 34
E-MAIL: labruyelloise@onet.eu
Rue Mommaerts 31, 1080 Bruxelles
Metro: Ribaucourt, Compté de Flandre, Bus 89, Tram 51

50 lat festynu Pukema Polska Strefa



**Wstęp
wolny!**

Sobota 16 września '23
Od godz. 13.30 do godz. 20.30
Niedziela 17 września '23
Od godz. 12.00 do godz. 19.00

W czasie festynu non stop potrawy polskiej
kuchni i polskie napoje
Występy Polskich zespołów tanecznych i muzycznych
Happy Hour w niedziela od godz. 15.00 do godz. 16.00

Niedziela o godz. 11.00

Uroczysta Msza Sw. W kościele Sw. Piotra z Polskimi
pieśniami z udziałem chórów z Puurs



Organizator: Towarzystwo Puurs-Sint-Amands z współpracą Urzędu Miasta Puurs-Sint-Amands i Debica
to miasta partnerskie od 1995, przyjacieli między miastami od 1900 roku



Kinga TWARDOWSKA
mgr filologii romańskiej

**TŁUMACZENIA
NIEPRZYSIĘGŁE
PISANIE TEKSTÓW
URZĘDOWYCH I INNYCH
LEKCJE JĘZYKA
FRANCUSKIEGO**

☎ 0489 69 17 93

✉ kinga.francuski@outlook.fr

ARCHITECTURE

info@d44.be www.d44.be

+32 (0) 497 458 154

Anna Chońska



tel. +32 489 26 95 61

e-mail: antiagrabowska30@wp.pl

Teaching Polish

filolog języka polskiego
ze specjalizacją nauczanie
języka polskiego
jako obcego udziela:

- lekcji obcokrajowcom
- lekcji online

profesjonalnie
i niedrogo



tel: 0479/333 506
www.halinaszoltysik.eu



Szlakiem cerkwi

NIEDOCENIANE SKARBY TURYSTYKI

fot. wikipedia/Henryk Bielamowicz

Urodziłam się i wychowałam na Lubelszczyźnie, i choć wiem, że wiele jest w Polsce innych zachwycających miejsc, to wracając tu, do domu, zawsze mam wrażenie, że nigdzie nie znajdę tylu pięknych i często ukrytych przed spieszącymi się turystami zakątków. Jednym z najciekawszych, a przy tym przepięknych szlaków, które wciąż jeszcze uykają uwadze promotorom Lubelskiego, jest tzw. szlak cerkiewny, na który z wielką przyjemnością państwa zapraszam. Nie będzie to podróż długa, ale taka, która ma narobić apetytu na więcej.

DO KARCZMY WCHODZĄ: RABIN, BATUSZKA, PASTOR I KSIĄDZ...

Przedwojenna Lubelszczyzna to prawdziwy tygiel kultur, religii i światopoglądów. Jak podają źródła, w 1921 r. region zamieszkiwało 2 087 951 osób, z czego 85 proc. stanowili Polacy, prawie 11 proc. Żydzi, 3 proc. Ukraińcy i 0,52 proc. Niemcy. Łatwo się zatem domyślić, że wierni nie byli jedynie wyznania rzymskokatolickiego – ci stanowili ok. 77 proc. społeczeństwa; kolejną grupą byli wyznawcy religii mojżeszowej, dalej prawosławia (ok. 7 proc.), a najmniej było ewangelików (0,7 proc.).

Pamiętam, że babcia zawsze z wielkim rozrzewaniem wspominała czasy przed wojną, kiedy sąsiedzi żyli ze sobą w zgodzie, a wielka polityka omijała wsie i miasteczka. Ze względu na duże mieszanie się społeczności, w wielu miejscach, zwłaszcza w gminach bogatszych, znaleźć było można i cerkiew, i kościół, i bożnicę. W ziemie, albo kiedy do świątyni własnego wyznania było daleko, zdarzało się, że katolicy chodzili do cerkwi, a prawosławni do kościoła. Respektowano święta, odpusty, posty i tradycje – małe społeczności żyły ze sobą w zgodzie, a na drugą osobę patrzono nie przez pryzmat tego, w jakiej świątyni się modli, tylko jakim jest człowiekiem.

Sytuacja diametralnie się zmieniła, kiedy pod strzechy zawitała wielka wojna, wielka polityka i wielcy

reformatorzy. Nagle okazało się, że ludzi da się podzielić innymi kategoriami niż dobry i zły człowiek, a trzeba pytać o wiarę, obywatelstwo, pochodzenie... Wszystko odtąd zmierzało ku upadkowi. W II Rzeczypospolitej rozpoczęto tzw. akcje rewindykacyjne, które wiązały się z powszechną wówczas rusofobią, a jej przejawem była m.in. chęć eliminacji prawosławia. Ziemie za Bugiem włączono w plan repolonizacji, który z dłuższymi i krótszymi przerwami realizowano do wojny i po niej, ale już w nieco innej formie. Cerkwie zajmowano i przerabiano na kościoły, te, które miały mniej szczęścia, albo zniszczono, albo anektowano jako „budynki użyteczności publicznej”, co przeważnie oznaczało magazyny.

Podróżując przez obszary wschodniej Polski, niemal bez problemu odróżnić można świątynie katolickie rezydujące w dawnych cerkwiach. Błyszczące w słońcu kopuły, przysadzista konstrukcja, oddzielna dzwonnica. Wiele zmieniono w ich wnętrzach, ale budynki pozostawiano zwykle w pierwotnym stanie. Gorszy los spotkał stare cerkwie, których katolicycy księża nie potrzebowali dla wiernych – te albo niszczone, albo zamykano i pozwalano im latami popadać w ruinę.

O kilku wspaniałych zabytkach chciałam dziś opowiedzieć z nadzieją, że znajdą państwo czas na wycieczkę w tamte rejony, by tak jak ja zakochać się w tych cudownych, magicznych i niedocenionych skarbach turystyki.

KNIAZIE I „ZIMNA WOJNA”

Za sprawą cudownego i bolesnego filmu „Zimna wojna” sławę na skalę można powiedzieć międzynarodową zyskała zniszczona, ale nadal majestatyczna cerkiew św. Paraskewy w Kniaziach. Świątynię ufundowali kniaziowie lubyccy, a budowy podjął się w latach 1798–1806 Szymon Tarnowski, który ostatecznie zaprojektował okrągły budynek na planie krzyża. W czasach świetności cerkiew zdobiły polichromie i ikonostas najwyższej próby. Niestety w czasie II wojny budynek ucierpiał – w 1941 r. został ostrzelany, a w 1944 spłonął. Po tych dramatycznych wydarzeniach społeczność nie zdecydowała się na odbudowę cerkwi.

Świątynia była z pewnością architektoniczną i artystyczną perełką. Nawet teraz, zniszczona, zdezastowana i pusta, napawa podziwem, spokojem i tchnie świętością. Bywałam w niej kilka razy; ten pierwszy pamiętałam doskonale: po długich poszukiwaniach trafiliśmy w końcu do ukrytej pomiędzy majestatycznymi drzewami cerkwi. Choć w opłakanym stanie, to nadal dumna, wspaniała i poważna w swoim smutku. Moja pierwsza wizyta wypadła jesienią, złote liście sypały się z osłaniających cichą teraz staruszkę drzew, niektóre gałęzie – nagie, czarne i powykrzywiane – sprawiały wrażenie potwornych palców wyciągających się ku bezbronnej, ale dzielnej cerkwi. Przytłaczający był ten obraz – jak musiały błyszczeć kiedyś, w czasach swojej świetności.

Podchodząc do wejścia, myślałam o dawnych wiernych spieszących na czuwania, nabożeństwa, śluby, chrzciny i pogrzeby. Kim byli ci ludzie? Jak wyglądało ich życie? Czy kochali swoją świątynię? Jakie słowa szeptał świętym w ciemności? Wtedy na ścianach można jeszcze było dostrzec ślady dawnych malowideł, cienie po obrazach. Wzrok przykuwało oczywiście smutne miejsce po ikonostasie,

dawniej najważniejszym elemencie wystroju cerkwi – dziś miejsce to ziało pustką. Obchodziliśmy miejsce, w które dało się jeszcze zajrzeć, z wielką uwagą, w skupieniu i z lekką nerwowością... Dlaczego? Bo po przekroczeniu progu świątyni poczuliśmy, jak się w późniejszych rozmowach okazało, jakby obserwowały nas czyjeś czujne, stróżujące oczy. Gra światła i cieni na ścianach, ogromna wyrwa w miejscu zarwanego dachu, ciche skrzywienie drzew i szelest liści – wszystko to niemal przygotowywało nas na moment, w którym nagle wybuchnie w tych ciężkich i osamotnionych murach jakaś religijna, podniosła pieśń.

Romantycy byliby zachwyceni tajemniczością i surowym pięknem tego niezwykłego miejsca. Nic dziwnego zatem, że skradło także serce Pawła Pawlikowskiego, reżysera nominowanej do Oscara „Zimnej wojny”. Otoczenie budynku, drzewa, dzwonnica, stary, zapadający się powoli w ziemię cmentarz i sama zrujnowana cerkiew pobudzają wyobraźnię i stanowiąc mogą, co udowodnili twórcy filmowego hitu, tło dla wielu artystycznych działań. Takich oczywiście, które pokażą piękno kompleksu i oddadzą mu hold. Mieszkańcy maleńkich Kniaz wielokrotnie starali się o pomoc w ożywieniu cerkwi i swojej pięknej wsi. Pomogła popularność filmu, ale przydałoby się i inwestorzy, i turyści.



fot. Piotr Maciuk

OCALAŁA ZE ŚWIĘTYM DUCHEM

Kolejną godną uwagi cerkwią jest ta w Chłopiatach (gmina Dołhobyczów), dumnie wznosząca swe drewniane kopuły. Dziś użytkowana jako kościół katolicki, kiedyś stanowiła jedną z najważniejszych świątyni unickich regionu. Pierwsze wzmianki o istnieniu w miejscowości cerkwi można odnaleźć już w roku 1531, ale budynek w obecnym kształcie zbudowano w latach 1863–1864. Wspaniała drewniana konstrukcja to prawdziwy popis umiejętności snycerskich, a cudem zachowane oryginalne wyposażenie

napawa podziwem dla kunsztu dawnych artystów i wycucia konserwatorów. Tę dawną cerkiew unicką warto odwiedzić z kilku powodów: przede wszystkim dlatego, że jako jedna z niewielu zachowała swoją dawną piękność zawartą w rokokowych, późnobarokowych i dziewiętnastowiecznych ikonach, obrazach oraz wyposażeniu ołtarza. Kiedy odwiedziłam świątynię pod wezwaniem Zesłania Ducha Świętego po raz pierwszy, w oczy kłuły szare, agresywne blachy okrywające (szpecące) trzy wspaniałe kopuły, na szczęście w latach 2008–2009 podczas remontu obiektu przywrócono mu dawne gontowe poszycie.

Budynek nie rzuca się w oczy: ma pociemniałą drewnianą elewację, a otaczające go drzewa sprawiają, że niemal wtapia się w tło. Kiedy jednak przekroczy się ciężkie drewniane drzwi, można dostać zawrotu głowy od przepychu i wspaniałości schowanych w tak niepozornej skorupie wnętrza. Błękit i szarości wydobywają z ociekających złotem ikon nierzeczywisty niemal blask. Czerwienie szat świętych wprost płoną na tle delikatnego tła. Niesamowicie, jak bogato zdobione jest to miejsce: gdziekolwiek spojrzymy – ikona, obraz, kunsztowny drewniany pajak, zdobiona rama w stylu barokowym. Chwilami nie do końca wiadomo, na co patrzeć w pierwszej kolejności – na przepięknie napisany ikonostas czy galerię nad głównym wejściem, a może babiniec albo ołtarze. To wielka radość widzieć, jak dawna cerkiew unicka, zmieniona na kościół, zachowała swój niepowtarzalny urok i dawny blask. Warto świątynię odwiedzić zwłaszcza w dniu odpustu: drugi dzień Uroczystości Zesłania Ducha Świętego – Matki Kościoła.

O wspaniałych, zapomnianych, mniej lub bardziej opustoszałych cerkwiach Lubelszczyzny można by pisać długo, ale

lepiej wsiąść do samochodu i zobaczyć te cudernka na własne oczy – i zakochać się w nich tak, jak mnie to przypadło w udziale.

DOŁHOBYCZÓW, CZYLI JAK TO SIĘ POWINNO ZAŁATWIAĆ

To, jak zatroszczono się o przywrócenie świetności oraz pierwotnego przeznaczenia, doskonale pokazuje przykład cerkwi pod wezwaniem Symeona Słupnika i cmentarz w Dołhobyczowie.



fot. wikipedia/Henryk Bielamowicz

Świątynia w stylu bizantyjskim wzniesiona została z wielkim rozmachem i dbałością o wystrój w 1910 r. Najstarsi mieszkańcy nadal pamiętają wspaniałe żyrandole zdobiące złożony sufit, wielkie dzwony wzywające wiernych na modlitwę i święte ikony zapełniające ściany. Po wojnie, podczas akcji wysiedleńczej ludność ukraińska opuściła te rejony, zabrawszy ze sobą wszystko, co dało się zapakować i ocalić. Na miejscu, dumna i nieustraszona, pozostała jedynie sama cerkiew. Dzwony, świece i święci wyjechali wraz z tymi, których zmuszono do ucieczki.

Po wojnie ta perła architektury została zdegradowana do miana magazynu, co przewrotnie ją ocaliło. Przechowywane w niej materiały budowlane, cement i stare meble wymagały odpowiednich warunków – zadbano więc o to, by dach nie przeciekał, okna były szczelne, a drzwi zamknięte przed wandalami. Aż żal bierze na myśl, że właśnie to mogło ocalić i inne piękne świątynie, a nie stało się tak jedynie przez głupie przypadki i niefortunne zbiegi okoliczności.

Kiedy państwo zrzekło się praw do budynku, a z wnętrza wyniesiono starocie, okazało się, że trudniej jest panować nad ludźmi złej woli i oportunistami – rozkradziono piec, zerwano posadzki. Cerkiew popadała w ruinę i była o krok od podzielenia losu innych swoich sióstr. W 2006 r. władze gminy Dołhobyczów porozumiały się z władzami cerkwi i wystąpiły z prośbą o dofinansowanie remontu do Funduszu Norweskiego i kilku organizacji państwowych. Po czterech latach prac świątynię ponownie uroczyście otwarto i można podziwiać jej odnowione oblicze. Dawnego blasku i świetności staruszka nie odzyska, ale nie będzie już traciła nic ze swojej współczesnej wspaniałości.

Anna Albingier

Oferujemy:



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



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



Atrakcyjne dodatki pieniężne do wynagrodzenia (**premie "przywitane"** dla osób rozpoczynających pracę, które dołączyły do naszej firmy z własnymi klientami; **premie "motywacyjne"** za stuprocentową frekwencję w pracy dla osób pracujących na pełny etat, **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.



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.

Zatrudniamy zmotywowane osoby, również bez własnych godzin!

Nie pobieramy od klientów dodatkowych kosztów!

NASZE BIURA:

✦ 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

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

PRASOWALNIA:

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



www.belgicaservices.be



Bądź na bieżąco!
Polub nas na Facebooku
BelgicaServices

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

8€

**Szukasz pracy
w titres-services /
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



Warsztaty rodzinne!

Szukasz pomysłu na weekend- spędź kreatywnie czas, ze swoim dzieckiem!

Serdecznie zapraszamy na zajęcia plastyczno-techniczne w Cinema Rix dzieci w wieku od 4 do 12 lat wraz z opiekunem (rodzicem, pełnoletnim rodzeństwem lub dziadkami).

Podczas zajęć razem z dziećmi będziecie mieli okazję bawić się tworząc, malując i rysując. Będzie też czas na przygotowanie pysznej przekąski. Istnieje również możliwość zakupu napojów w barze Barix na miejscu.

Zapraszamy na kreatywnie spędzoną niedzielę z dziećmi i w miłym towarzystwie.

Kiedy?

24 Września
14.00 – 17.00

Gdzie?

**Cinema
Rix**

**Wstęp
2€**

Temat
warsztatów:
Piraci i robienie
hot dogów

Zapisy u animatora zajęć:

lza.karbo@gmail.com

0486/16.44.72

Zajęcia odbywają się w domu kultury i są otwarte dla wszystkich narodowości po wcześniejszym zapisie.

Wydarzenie odbywa się przy współpracy z miastem Antwerpia i wsparciu firmy Belgica.



Sita inspiracji

Trzecia edycja
Art&Wine

Cykl spotkań z ciekawymi ludźmi organizowany i prowadzony przez Panią Iza Karbowskią we współpracy z firmą Belgica.

Witam mam na imię Karolina i od jakiegoś czasu organizuję warsztaty **Art&Wine**: malowanie przy winie.

Jest to workshop którego głównym założeniem jest kreatywne spędzenie czasu, poznanie nowych ciekawych osób i zrelaksowanie się... Pij, jedz, maluj to główne motto tego wydarzenia. W czasie 2-3 godzin uczestnicy mają do dyspozycji różne materiały do malowania jak również dla rozluźnienia wino i przekąski typu tapas. Nie musisz być artystą aby wziąć udział w moich warsztatach.

Ja osobiście jestem osobą bardzo kreatywną. Uwielbiam urządzać wnętrza i projektować meble. Również dla relaksu maluję choć nie mam na to niestety wiele czasu.

Zawodowo pracuję w biurze architektonicznym. Serdecznie zapraszam na moje warsztaty. Kto wie jaki talent w was drzemie... 😊
Pozdrawiam

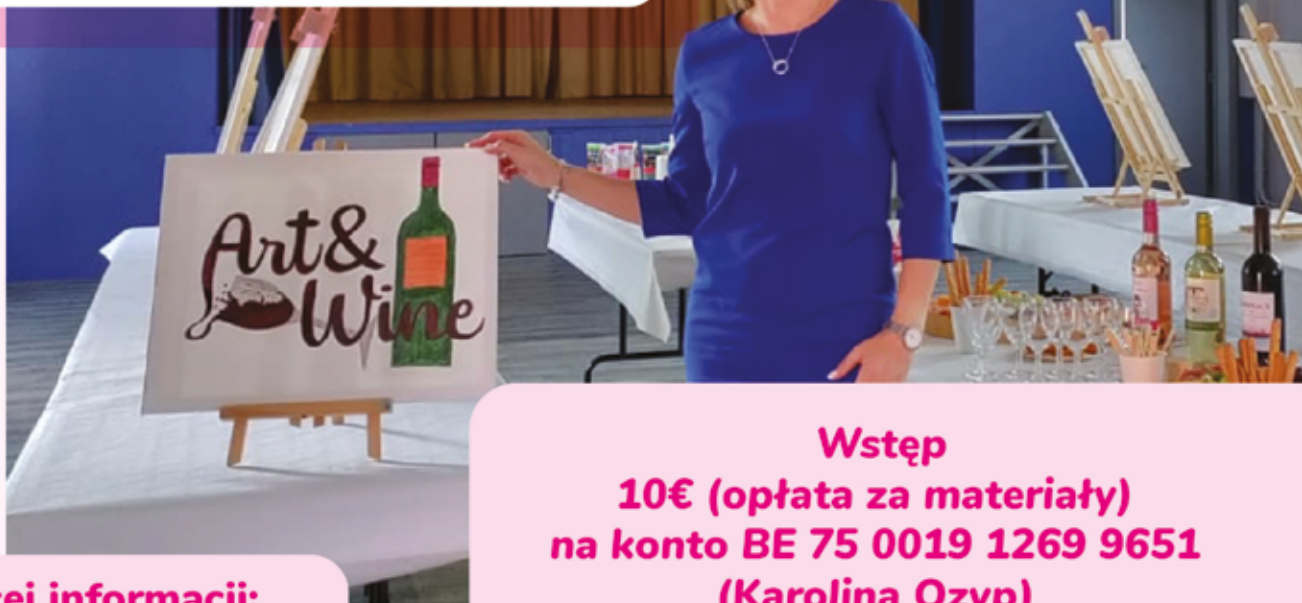
Kiedy?

30 Września
16.00 – 19.00

Gdzie?

Italiëlei 213,
2000 Antwerpen

Karolina
Ożyp

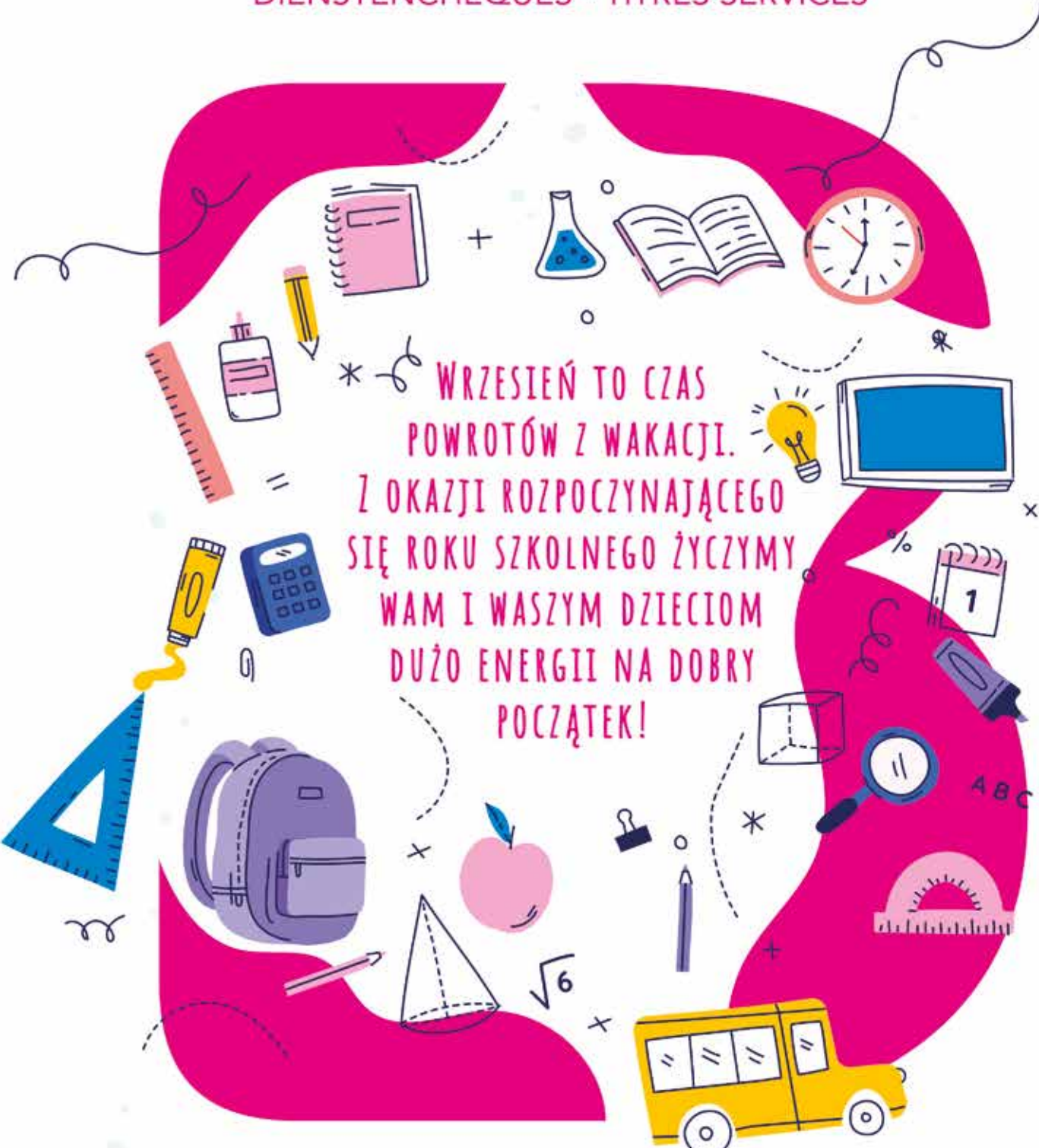


Więcej informacji:
iza.karbo@gmail.com
0486 16 44 72

Wstęp
10€ (opłata za materiały)
na konto BE 75 0019 1269 9651
(Karolina Ożyp)
zapisy: artandwine23@gmail.com
liczba miejsc ograniczona

BELGICA

DIENSTENCHEQUES • TITRES-SERVICES



WRZESIEŃ TO CZAS
POWROTÓW Z WAKACJI.
Z OKAZJI ROZPOCZYNAJĄCEGO
SIĘ ROKU SZKOLNEGO ŻYCZYMY
WAM I WASZYM DZIECIOM
DUŻO ENERGII NA DOBRY
POCZĄTEK!

Tel.: 0488 01 20 00

Magdalena Kotomska

Kinésithérapeute

Tel: 0470 30 57 22 (PL-FR-EN)

Centre Paramédical Upsilon
Avenue de Tervueren 138B
1150 Woluwe-Saint-Pierre
(Rondo Montgomery)



Zwrot z ubezpieczenia

Rehabilitacja pourazowa, ortopedyczna, pooperacyjna,
neurologiczna, oddechowa,
ból głowy, kręgosłupa, bioder, kolan, nadgarstków,
drenaż limfatyczny manualny

Rehabilitacja

Chińska Terapia Iglami



Patryk Sokolowski

T. 0485 86 56 36
p.sokolowskine@gmail.com
Place Général Meiser 3
1030 Schaarbeek

Joanna Doroszczyk

PSYCHOLOG
PSYCHOTERAPEUTA



joannadoroszczyk.terapia@gmail.com

tel. +32 486 13 49 18

POLSKIE SPECJALISTYCZNE CENTRUM DENTYSTYCZNE

- leczenie dzieci i dorosłych
- aparaty ortodontyczne
- protezy szkieletowe i akrylowe
- implanty i protezy na implantach
- aparaty wybielające
- korony i mosty (stomatologia estetyczna)



BRUKSELA: 493 rue Vanderkindere - 1180 Uccle
Gsm: 0488 24 83 75
zapraszamy od poniedziałku do soboty

TECHNIK PROTEZ DENTYSTYCZNYCH

noc – dyżur napraw
19-22h na telefon



naprawy
protezy akrylowe i metalowe

rue Edouard Deknoop 25/8
1140 Evere / Schaarbeek
TEL. 0488 083 617

<https://www.ravenstein.solutions/>



Biorezonans

holistyczne podejście
dla twojego zdrowia

alergia, redukcja bólu, grzyby
allergy, pain reduction, fungi

REHABILITANTKA KINÉSITHÉRAPEUTE

Katarzyna Pająk

• Rehabilitacja:

- pourazowa
- ortopedyczna

• Nastawianie kręgosłupa, stawów

• Gimnastyka korekcyjna

• Drenaż limfatyczny

Krażenie, obrzęki, zespół ciężkich nóg

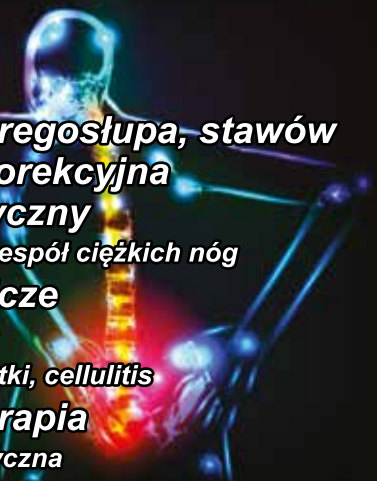
• Masaże lecznicze

• Endermologia

Modelowanie sylwetki, cellulitis

• Mikrokinezyterapia

Terapia bioenergetyczna



35 lat praktyki Zwrot z mutuelle

Tel: 0496 502 742 (PL, FR)


1190 Bruksela (Forest)

POLSKA KLINIKA STOMATOLOGICZNA I LEKARSKA

POLSCY SPECJALIŚCI

- » chirurg twarzowo-szczękowy
- » chirurg plastyczny
- » chirurg ręki
- » lekarze dentyści
- » lekarz ogólny i rodzinny
- » psycholog
- » psychoterapeuta
- » kardiolog



Place du Roi Vainqueur 15
1040 Etterbeek (Thieffry) 
tel. +32 488 787 141 (PL, FR, EN)

Czym jest stawianie granic i dlaczego warto to robić

Stawianie granic w związku jest ważnym aspektem zdrowej dynamiki i komunikacji między partnerami. Oznacza to określenie swoich osobistych potrzeb, oczekiwań, wartości i ograniczeń, aby zbudować zdrową i zrównoważoną relację. Stawianie granic pomaga zapobiegać nieporozumieniom, konfliktom oraz nadmiernemu stresowi, który może pojawić się w związku, gdy partnerzy nie wiedzą, czego od siebie oczekują.

Oto kilka kluczowych aspektów dotyczących stawiania granic w związku:

- 1. Samoświadomość:** Zanim będziesz w stanie jasno wyznaczyć swoje granice, musisz zrozumieć swoje potrzeby, pragnienia, wartości i to, co jest dla Ciebie ważne.
- 2. Komunikacja:** Kluczowym elementem jest otwarta i uczciwa komunikacja z partnerem. Wyrażanie swoich myśli, uczuć i granic w sposób empatyczny i szanujący jest istotne.
- 3. Zrozumienie granic partnera:** Równie ważne, jak wyznaczanie swoich granic, jest szanowanie granic partnera. Warto słuchać uważnie, gdy partner wyraża swoje potrzeby i ograniczenia.
- 4. Konsekwencje:** Ważne jest, aby określić, jakie konsekwencje będą wynikać z przekroczenia granic. To może pomóc w utrzymaniu ich poszanowania.
- 5. Zmieniające się granice:** Granice w związku nie są stałe. Mogą się zmieniać wraz z rozwojem relacji. Ważne jest, aby na bieżąco komunikować swoje zmieniające się potrzeby i oczekiwania.
- 6. Samoopieka:** Stawianie granic jest również związane z troską o siebie. Dbając o swoje granice, chronisz swoje zdrowie psychiczne i emocjonalne.

Przykłady stawiania granic w związku mogą obejmować:

- » Określenie osobistego czasu dla siebie i przestrzeganie go.
- » Wyznaczenie granic dotyczących intymności i seksualności.
- » Określenie, co jest akceptowalne w komunikacji a co nie.
- » Wyrażanie potrzeb dotyczących wsparcia emocjonalnego i komunikowania się w trudnych chwilach.
- » Wyznaczenie granic dotyczących finansów i podziału obowiązków w domu.

Stawianie granic w związku to proces, który wymaga pracy, komunikacji i wzajemnego szacunku. Gdy obie strony respektują granice partnera i starają się zrozumieć jego potrzeby, relacja ma większą szansę na zdrowy rozwój i trwałość.

TRUDNOŚCI W STAWIANIU GRANIC – PRZYCZYNY

Istnieją pewne czynniki, które mogą utrudniać stawianie granic w związkach:

- 1. Brak wiary w siebie:** Kobiety o niskiej samoocenie mogą mieć trudności w wyrażaniu swoich potrzeb i w stawianiu granic, obawiając się, że ich opinia nie zostanie zaakceptowana lub zostaną odrzucone.
- 2. Przemoc lub nadużycia w przeszłości:** Osoby, które doświadczyły przemocy fizycznej, emocjonalnej lub psychicznej w przeszłości, mogą mieć trudności ze stawianiem granic z obawy przed konfrontacją lub odrzuceniem.
- 3. Wychowanie i społeczne oczekiwania:** Społeczne normy i oczekiwania mogą wpłynąć na to, jak kobiety postrzegają swoją rolę w relacjach. W kulturach, w których oczekuje się od kobiet, by były podporządkowane innym, stawianie granic może być trudniejsze.
- 4. Troska o dobro innych:** Kobiety często kierują się troską o innych ludzi, co może prowadzić do poświęcania



NIEBIESKA LINIA +32 466 901 702

swoich potrzeb i zapominaniu o sobie. Stawianie granic wobec partnera czy dzieci staje się dla nich wyzwaniem.

- 5. Lęk przed odrzuceniem:** Obawa przed utratą miłości, akceptacji czy opieki partnera lub dzieci może powodować trudności w wyrażaniu swoich granic.
- 6. Brak umiejętności komunikacyjnych:** Nieumiejętność skutecznej komunikacji może utrudnić wyrażanie swoich potrzeb i oczekiwań w relacji.
- 7. Przywiązanie emocjonalne:** Silne przywiązanie emocjonalne do partnera czy dzieci i stawianie ich w hierarchii ponad sobą może wpłynąć na zdolność do stawiania granic.

CZY MOŻNA POPRAWIĆ UMIEJĘTNOŚĆ STAWIANIA GRANIC?

Poprawianie zdolności do stawiania granic wymaga pracy nad własną samoświadomością, komunikacją i umiejętnościami interpersonalnymi. Oto kilka kroków, które mogą pomóc w wzmocnieniu tej umiejętności:

- 1. Zrozumienie swoich potrzeb i wartości:** Przemyśl, czego naprawdę potrzebujesz i czego oczekujesz w relacjach. Określ swoje wartości i przekonania, które będą stanowić podstawę twoich granic.
- 2. Samorefleksja:** Zastanów się nad sytuacjami, w których miałaś trudności ze stawianiem granic. Przeanalizuj, co mogło wpłynąć na te trudności i jakie emocje były za nimi ukryte.
- 3. Utrzymywanie zdrowych granic:** Zdefiniuj, jakie granice chcesz wyznaczyć

w różnych aspektach życia, takich jak praca, rodzina, przyjaciele, partner. Upewnij się, że twoje granice są realistyczne i oparte na twoich potrzebach.

4. **Ćwiczenia asertywności:** Asertywność to zdolność wyrażania swoich potrzeb i opinii w sposób szanujący zarówno siebie, jak i innych. Ćwicz wyrażanie swoich myśli i uczuć bez agresji ani uległości.
5. **Komunikacja:** Ucz się wyrażać swoje potrzeby i granice w jasny i spokojny sposób. Unikaj agresji, gdy komunikujesz bliskim swoje potrzeby. Pamiętaj, agresja rodzi agresję w drugiej osobie.
6. **Umiejętność mówienia „nie”:** Naucz się odmawiać, gdy czujesz, że wyrażenie na coś zgody mogłoby skutkować narażeniem twojego zdrowia psychicznego czy fizycznego.
7. **Rozwijanie pewności siebie:** Pracuj nad budowaniem swojej pewności siebie. Im bardziej będziesz wierzyć w siebie i swoje wartości, tym łatwiej będzie ci bronić swoich granic.

8. **Zrozumienie konsekwencji:** Zastanów się, jakie mogą być konsekwencje przekroczenia twoich granic oraz z jakimi korzyściami wiąże się ich przestrzeganie.

9. **Ćwiczenia relaksacyjne:** Zrelaksowane umysł i ciało mogą pomóc w lepszym reagowaniu na sytuacje wymagające stawiania granic.

10. **Terapia:** Jeśli masz trudności ze stawianiem granic, terapia indywidualna lub terapia partnerska może być pomocna. Terapeuta może pomóc ci zidentyfikować korzenie tych trudności oraz dostarczyć narzędzi do poprawy tej umiejętności.

11. **Uczenie się od innych:** Obserwuj osoby, które radzą sobie dobrze ze stawianiem granic. To pomoże ci zrozumieć, jakie zachowania są skuteczne.

12. **Cierpliwość:** Poprawa umiejętności stawiania granic wymaga czasu i wysiłku. Bądź cierpliwa wobec siebie i pamiętaj, że małe kroki mogą prowadzić do dużych zmian.

Pamiętaj, że poprawa tej umiejętności będzie wymagać pracy nad sobą, ale może znacząco poprawić jakość twoich relacji oraz twoje zdrowie psychiczne i pozytywnie wpłynąć na twój stan emocjonalny.

Dobrą okazją do poprawienia swojej zdolności do stawiania granic i nauczenia się dbania o swoje potrzeby są organizowane warsztaty WENDO łączące techniki samoobrony z coachingiem psychologicznym.

Centrum Antyprzemocowe Elles pour Elles wraz z Brukselskim Klubem Polek zapraszają na **warsztaty WenDo**. Skierowane są one do kobiet, które doświadczyły lub doświadczają przemocy emocjonalnej, słownej lub fizycznej w domu, w pracy, w miejscu publicznym i chcą przestać czuć się bezradne i bezbronne wobec tych ataków.

Dwa warsztaty weekendowe (jeden weekend do wyboru) odbędą się: **7–8 października** dla kobiet w wieku 18–24 lub **14–15 października** dla kobiet z doświadczeniem przemocy. **Zapisy na stronie Facebook Elles pour Elles poprzez link i opłatę 10 euro za cały weekendowy warsztat.** Liczba miejsc ograniczona.

Jeżeli doświadczasz przemocy i potrzebujesz porady zapraszamy na bezpłatne konsultacje prawnicze i psychologiczne. Prowadzimy je w każdy poniedziałek w godz. 9:30 – 13:00 na Rue de Commerce 44 w Brukseli.

WAŻNE: Ze względu na duże zainteresowanie prosimy o rezerwację terminu z wyprzedzeniem poprzez naszego maila: epe.bruksela@gmail.com.

Pamiętaj, jesteśmy tutaj dla Ciebie.

Konsultacje są finansowane w ramach projektu „Elles pour Elles – Kobiety dla kobiet – Przełam ciszę” i są otwarte dla obywateli Ukrainy i Polski.

Osoby posługujące się wyłącznie językiem ukraińskim proszone są o przybycie z tłumaczem mówiącym po francusku, polsku lub angielsku.

Alternatywnie można opisać sprawę mailowo – wówczas udzielimy pisemnej porady (dotyczy to wyłącznie porady prawnej); zaleca się jednak kontakt osobisty przynajmniej podczas pierwszej konsultacji.

BEZPŁATNE KONSULTACJE PSYCHOLOGICZNE I PRAWNE

PONIEDZIAŁKI 9:30 - 13:30

Adres: Rue de Commerce 44, Bruksela

ZAKRES KONSULTACJI PSYCHOLOGICZNYCH:



stres posttraumatyczny



zaburzenia / stany lękowe



depresja



porady rodzicielskie

ZAKRES KONSULTACJI PRAWNYCH:



przemoc w rodzinie



przemoc seksualna / mobbing



prawo rodzinne / opiekuńcze



mediacja w sprawach zadłużenia



prawo karne (związane z przemocą)



prawo spadkowe



podział majątku



Dostosowanie statusu spółek – masz czas do końca roku

Przedsiębiorcy mają czas do 31 grudnia 2023 r., aby dostosować swoje statuty do nowego prawa spółek. Poniżej wyjaśniamy, w jaki sposób obowiązkowa zmiana statutów pozwoli zoptymalizować i zabezpieczyć przyszłość twojej spółki.

1. Chcesz prowadzić swoją firmę jak najdłużej... ale chciałbyś też, żeby pewnego dnia przejęli ją twoi następcy

W miarę powiększania się rodziny możesz być zmuszony do zakupu nowego samochodu lub do zamiany mieszkania na większe. To samo dotyczy firmy. W przypadku gdy syn miałby przejąć pewnego dnia jej stery – konieczna jest modyfikacja statutu, który stanowi podstawę prawną zmiany. Dzięki nowym zasadom wielu przedsiębiorców może rozwijać i kształtować swoją spółkę praktycznie bez ograniczeń. Dotyczy to firm, w których jedno z dzieci (lub partner) jest zaangażowane w działalność, a inne nie. Dzięki nowym zasadom możesz decydować, jaką wysokość dywidendy przypisujesz do akcji. Dzięki temu możesz przekazać większość akcji swoim dzieciom, zachowując większość zysków dla siebie. Innym rozwiązaniem jest przekazanie różnych praw do dywidendy dzieciom aktywnie pracującym w firmie w porównaniu z dziećmi, które w niej nie pracują, czyli są tzw. akcjonariuszami pasywnymi.

Oprócz zmodyfikowania i dostosowania statutu notariusz może doradzić akcjonariuszom w kwestiach związanych z prawem spadkowym. To zupełnie zrozumiałe, że akcjonariusze-dzieci mogą mieć pytania dotyczące wartości swoich akcji i wpływu na dziedziczenie, jeśli istnieją akcje z różnymi prawami do dywidendy. Aby uniknąć przyszłych sporów, notariusz może proponować uregulowanie tego za pomocą umowy sukcesyjnej. Zasiadając do rozmów, każdy z akcjonariuszy może sprawdzić, czy wszyscy zostali potraktowani w sposób równy, aby uniknąć sporów po śmierci rodzica-przedsiębiorcy.

2. Chcesz uczynić swoje przedsiębiorstwo silnym

Jako przedsiębiorca wkładasz w swoją firmę całe serce i poświęcasz jej czas, ale los bywa nieprzewidywalny – może zdarzyć się choroba, wypadek, nawet śmierć. Sukcesja przedsiębiorstwa jest często trudnym tematem, który ma nierzadko dramatyczne konsekwencje, jeśli nie zostanie osiągnięte żadne porozumienie dotyczące przejęcia schedy po zmarłym szefie firmy.

Przedsiębiorca często chce przekazać firmę swoim dzieciom, zachowując pewną kontrolę. Dziś, dzięki zmianom prawnym z 2019 r., jest to już możliwe. Na przykład przedsiębiorca może przekazać udziały z zastrzeżeniem prawa użytkowania, natomiast dzięki nowym przepisom dotyczącym prawa spółek nie zawsze trzeba tego dokonywać poprzez darowiznę. Można – poprzez zmianę swojego statutu – odłączyć udziały od praw głosu. Na przykład można przekazać udziały niektórym dzieciom, nie nadając im prawa głosu. Osoby, które naprawdę potrzebują prawa do podejmowania decyzji, mogą uzyskać udziały



o wielokrotnym prawie głosu. Notariusz może doradzić, która metoda oferuje najwięcej możliwości w twoim przypadku.

Ale co się dzieje, jeśli jeden z akcjonariuszy SRL chce się wycofać i sprzedać swoje udziały? To kolejny krytyczny moment dla trwałości przedsiębiorstwa. Jeśli statut nie jest zmieniony, obowiązują stare zasady: udziały są nieprzenoszalne, chyba że współudziałowcy się zgodzą. Nowe prawo spółek łagodzi ten surowy sposób postępowania i pozwala na inne rozwiązania oraz na swobodne przekazywanie udziałów. SRL jako „spółka z ograniczoną odpowiedzialnością” może więc stać się bardzo elastyczna, jeśli chodzi o przenoszenie udziałów, pod warunkiem że statut zostanie dostosowany do nowych przepisów. To może być istotne – wystarczy pomyśleć o przypadku, gdy prezes spółki chce wprowadzić osobę z zewnątrz, niezależnie od udziałów swoich dzieci, aby ta nowa osoba wspierała je strategicznie. Może również nie chcieć przekazywania udziałów, ponieważ takie rozwiązanie mogłoby zagrozić przyszłości firmy. Dla przykładu wyobraźmy sobie, że praca razem ze wspólnikiem idzie ci bardzo dobrze, świetnie się rozumiecie i uzupełniacie, ale wiesz, że będzie on mniej skłonny to konstruktywnej współpracy z twoimi dziećmi, gdy już nie będziesz pracować. To również można przewidzieć, wprowadzając odpowiednie zapisy do statutu.

A co z większymi przedsiębiorstwami? Prezesa, którzy kierują SA, mają również obecnie więcej opcji. W przeciwieństwie do wcześniejszych uregulowań SA może działać z jednym administratorem. Może on sobie zapewnić ochronę przed odwołaniem poprzez statut. Ponadto statut może również wskazywać następcę w przypadku śmierci, co jest rozwiązaniem bardzo pragmatycznym i zapewnia bezpieczeństwo obrotu prawnego.

Jeśli przychodzisz do notariusza w celu zmiany statutu, może to być idealna okazja do omówienia, kto czym się zajmie w firmie w przypadku choroby lub czasowej niedyspozycji administratora. Można to uregulować za pomocą umowy pozasądowej, ale umowa oraz statut spółki muszą być zgodne, aby uniknąć wszelkich dyskusji. Ty jako prezes najlepiej znasz swoją spółkę oraz osoby współpracujące, więc to tobie będzie najłatwiej wskazać osobę, która w razie potrzeby może cię zastąpić w prowadzeniu firmy.

3. Wykonujesz wolny zawód

Przed reformą spółka partnerska (SC) była atrakcyjną formą dla wolnych zawodów, np. adwokatów. W przeciwieństwie do spółki z ograniczoną odpowiedzialnością (SRL) istniała elastyczna opcja wyjścia wspólnika ze spółki partnerskiej. Ze względu na nowe przepisy firmy zrzeszające przedstawicieli wolnych zawodów nie mogą już organizować się jako SC. Obecnie SC jest zastrzeżone wyłącznie dla form przedsiębiorstwa, w których partnerstwo spółdzielcze ma centralne znaczenie, czyli np. kooperatywy rolnicze. Przedsiębiorstwa zrzeszające wolne zawody muszą przekształcić się w inną formę spółki – w tym przypadku SRL jest najbardziej oczywistym wyborem. Ale nie martw się: możliwość elastycznego wchodzenia do przedsiębiorstwa i wychodzenia z niego dotyczy obecnie również SRL. Po zmianie statutu przedstawiciele wolnych zawodów mogą opuścić przedsiębiorstwo, płacąc odpowiednią sumę pieniędzy. Akcjonariusz nie może wycofać się przez pierwsze trzy okresy rozliczeniowe (w celu ochrony przedsiębiorstwa), ale poza tym sprawy mogą być załatwione swobodnie. W statucie wspólnicy mogą wydużyć ten okres i określić warunki obliczania kwoty wyjścia.

4. Odzyskaj swój kapitał zakładowy

Należy zaznaczyć, że dostosowanie statutu może przynieść ci znacznie więcej korzyści niż kosztów z tą zmianą związanych. Czy wiesz, że zmiana statutu pozwala ci również odzyskać część wniesionego kapitału? SRL nie ma już kapitału (minimalnego), więc dopóki w przedsiębiorstwie pozostaje wystarczająco zasobów, aby utrzymać działalność, możesz ponownie „udostępnić” część swoich niedostępnych wcześniej aktywów.

5. Konsekwencje niedostosowania statutu do 31 grudnia 2023 r.

Jeśli przedsiębiorcy nie dostosują swoich statutów na czas, ich spółki zostaną automatycznie przekształcone w formę prawną przewidzianą przez nowe przepisy, począwszy od 1 stycznia 2024 r. Następnie w ciągu sześciu miesięcy od przekształcenia będzie konieczne zwołanie walnego zgromadzenia w celu dostosowania statutu do nowej formy prawnej. Ponadto zarząd będzie także ponosił odpowiedzialność, jeśli spółka nie wypełni swoich zobowiązań. W przypadku spółek jednoosobowych ta odpowiedzialność zostanie bezpośrednio przeniesiona na jedynego akcjonariusza. Ci, którzy posiadają SCRL (spółki prawa handlowego), będą mieli problemy w przypadku automatycznego przekształcenia, ponieważ niektóre SCRL będą musiały stać się SRL, a inne mogą pozostać SCRL. Bez zmiany statutu ich sytuacja będzie niepewna.

Spółki komandytowo-akcyjne, które mają obecnie wielu administratorów, staną się niezdolne do zarządzania, ponieważ w przypadku automatycznego przekształcenia mogą zachować tylko jednego administratora.

Jeśli ten artykuł dotyczy także twojej firmy, nie czekaj – zapraszamy do kontaktu.

Agnieszka Sità
prawnik w ASBL Trampolina,
współpracownik Kancelarii Notarialnej w Brukseli



**ELLES
POUR
ELLES**
CENTRUM
ANTYPRZEMOCOWE

NIEBIESKA LINIA DLA CIEBIE



PRZEŁAM Z NAMI SWOJĄ CISZĘ:

Poniedziałek	prawniczka (pl., en.)	9.30 – 10.30
	psycholożka (pl., fr.)	20.00 – 21.00
Wtorek	psycholożka (pl., en.)	20.00 – 22.00
Środa	prawniczka (pl., en.)	22.00 – 23.00
Czwartek	psycholożka (pl., en., nl.)	8.00 – 10.00
Piątek	psycholożka (pl., fr.)	9.00 – 10.30
	psycholożka (ukr., en.)	14.00 – 16.00

+32 466 901 702

epe.bruksela@gmail.com

Stowarzyszenie TRAMPOLINA asbl.

Zakres usług:

- sprawy związane z **przemocą domową** (konsultacje prawne oraz psychologiczne bezpłatne w ramach **projektu Elles pour Elles**)
- **rozwoły, opieka nad dziećmi** (we współpracy z kancelariami na terenie całej Belgii)
- **tłumacz przysięgły** języka francuskiego (sąd, podział majątku, komisariat, prawo jazdy, itp.)
- **tłumaczenia przysięgłe pisemne** (akty stanu cywilnego, medyczne, dyplomy, itp.)
- pośrednictwo **notarialne** (spadki, pełnomocnictwa, rozdzielność majątkowa, nabycie/sprzedaż nieruchomości)
- sprawy **rentowo-emerytalne**
- **mediacja długów**, sprawy komornicze
- **psycholog** (dzieci, młodzież, dorośli)



Umawianie konsultacji odbywa się przez stronę:

www.trampolina.be

lub pod numerem 0495 28 98 24

czynne pon.–pt. 8.00–17.00

Rue des Confédérés 138, 1000 Bruxelles

Misio, dog i chat

czyli o dwujęzyczności naszych dzieci



– Kto jest na twojej koszulce? – pytam synka.
– Misio, *dog* i *chat* – odpowiada rezolutnie trzylatek. Bilingwizm czy nawet trilingwizm to nasz chleb powszedni. Decyzja o mieszkaniu w obcym kraju niesie ze sobą konsekwencje: wychowanie dzieci w tych warunkach i zapewnienie im edukacji w obcym języku. Kształtowanie dzieci w dwujęzyczności i dwukulturowości jest wielkim wyzwaniem dla rodziców i opiekunów. Jednak, jak podkreślają pedagodzy i lingwiści, to ogromna szansa dla dzieci.

DAR LOSU CZY PRZEKLEŃSTWO?

Dwujęzyczność, inaczej bilingwizm, to umiejętność płynnego posługiwania się dwoma językami. To myślenie w dwóch językach, umiejętność wyrażania w nich swoich emocji i osadzenie w dwóch kulturach.

Logopedia wyróżnia cztery strategie uczenia się języków. Pierwsza z nich to strategia osoby – gdy matka i ojciec komunikują się z dzieckiem różnymi językami. Druga to strategia miejsca – w domu rodzina używa jednego języka, a dziecko w szkole uczy się drugiego. Trzecią jest strategia czasu – w określonych dniach lub porach dnia otoczenie dziecka posługuje się drugim językiem. Ostatnią strategią jest przemienność – kiedy okres posługiwania się danym językiem jest dłuższy (na przykład rok).

Badania wykazują, że dzieci dwujęzyczne często później zaczynają mówić w porównaniu z rówieśnikami. Zdarza się, że na wczesnych etapach rozwoju miewają problemy z odmianą i konstrukcjami gramatycznymi. Częstym zjawiskiem u dzieci z tej grupy jest mieszanie leksyk, tworzenie

słów czy zwrotów zaczerpniętych z dwóch kultur. Jest to jednak nieszkodliwe i z czasem dziecko zaczyna odróżniać dwa języki. Używanie słów pochodzących z jednego języka podczas mówienia w drugim określa się terminem *code switching*. Dziecko szybko potrafi dopasować się do otoczenia i w sytuacji, gdy pozostałe osoby mówią tylko jednym językiem (na przykład dziadkowie podczas wakacji w Polsce), dostosowuje się do nich. Ono utożsamia język z osobą. Trzeba zaakceptować fakt, że ma przejściowe problemy, spowodowane między innymi proporcjonalnie rzadszym kontaktem z każdym z języków. Zdarza się, że dzieci dwujęzyczne używają mniejszej liczby słów niż ich koledzy. Tak naprawdę jednak jedno słowo liczy się u nich za dwa – znają przecież dwa określenia na jeden przedmiot. Przy tym ilość informacji, którą muszą przetworzyć, jest o wiele większa!

CZY UCZYĆ, ŻEBY NAUCZYĆ?

Zdarzają się nadgorliwi rodzice, którzy samodzielnie wdrażają w życie dziecka drugi język, choć dla nich samych jest on obcy. Badania pokazują jednak, że rezygnacja z języka ojczystego w kontaktach rodzice – dzieci nie jest dobra. Używając obcej

leksyki (nawet na bardzo dobrym poziomie), nie jesteśmy w stanie przekazać wszystkich emocji czy choćby niuansów językowych. Naturalne jest wyrażanie przez rodziców swoich uczuć do dziecka w języku, który znają od urodzenia, w którym myślą, liczą, śnią, marzą... Podobnie jest ze znajomością piosenek czy rymowanek – te z własnego dzieciństwa pamiętamy doskonale, ale czy znamy je w języku, którego chcemy nauczyć swoje dziecko? Dodatkowym utrudnieniem może być niedoszlifowany akcent czy błędne używanie struktur gramatycznych, a w takim przypadku już na wstępie przekazujemy nieperfekcyjną wiedzę.

Zasada jest prosta – trzeba pamiętać o tym, że rodzice tak naprawdę nie uczą dzieci mówić. Dziecko samo przyswaja nowe umiejętności – pierwszy krok, gest, minę, uśmiech.

Sam kontakt z językiem ma miejsce podczas zabawy, słuchania piosenek, oglądania bajek czy czytania książek, ale to dialog z żywą osobą, reagującą na różne sytuacje i wchodzącą w relacje z dzieckiem, daje możliwość nauki. I nie chodzi tu o kurs językowy czy prywatne korepetycje. Podczas lekcji nie nauczymy dziecka



**Polskie Centrum Kształcenia
im. Jana Pawła II w Brukseli**

Centre d'Enseignement Polonais Jean-Paul II ASBL

*„Nie ma większego bogactwa
w narodzie nad światłych obywateli“*

św. Jan Paweł II

- Oddział przedszkolny dla dzieci pięcioletnich – przygotowanie do nauki czytania i pisania.
- Klasy szkoły podstawowej I – VIII oraz przygotowanie do Pierwszej Komunii Świętej w klasie trzeciej.
- Język angielski dla dzieci.
- Język francuski dla dorosłych


Zajęcia odbywają się :

Collège Roi Baudouin
Avenue Félix Marchal 50
1030 Bruksela

- w **środe** od 13:30 - 17:15
- w **sobote** od 9:00 - 12:45

Kontakt :

- **Dyrektor :** Teresa Arszagi vel Harszagi
- **tel.:** 0486/38 40 07 - 02/705 61 18
- **e-mail:** info@szkola.be

 www.szkola.be

 facebook.com/szkola.be



WWW.POLSKASZKOLALEUVEN.EU
WWW.POOLSESCHOOLLEUVEN.EU

ZAPISY NA ROK SZKOLNY 2023/2024

**Polska Szkoła w Leuven im. W. Szymborskiej
ZAPRASZA DZIECI W WIEKU 2,5-14 LAT!**

OFERTA:
*przedszkole
*zerówka
*szkoła (klasy 1-7): język polski,
przedmioty uzupełniające: historia, chemia,
geografia, matematyka...)
*religia
(z przygotowaniem do Komunii Świętej -
we współpracy z Polską Misją Katolicką)
*zajęcia dodatkowe
*NOWOŚĆ: logopedia, psycholog
i biblioteka szkolna

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY
NA DARMOWE LEKCJE PRÓBNE!**

www.polskaszkolaleuven.eu
Pytania? Napisz lub zadzwoń!
szkolawleuven@gmail.com

0489305905 - przedszkole 0472286925 - szkoła



Zapraszamy dzieci od lat 3 na zajęcia sobotnie!

Polska Szkoła EduGandawa
Poolse School EduGandawa

Szkola z sercem!

Zapisy na rok szkolny 2022/2023

Edukacja przedszkolna
Edukacja wczesnoszkolna
Język polski
Historia
Geografia
EduPlus*

Zajęcia dodatkowe
Religia
Angielski
Kółko artystyczne
Kółko sportowe

6 lat!

* dla dzieci słabiej mówiących po polsku

Szczegółowe informacje: edugandawa@gmail.com oraz www.szkola.edugandawa.be

drugiego języka w takim stopniu, jak języka ojczystego. Musi mieć ono swobodny i niewymuszony dostęp do języka; musi być nim „osaczone” tak, by czuło przymus komunikacji. Potrzeba dialogu i porozumienia z otoczeniem sprawi, że dziecko przyswoi sobie język lub dwa języki, w zależności od środowiska, w którym się wychowuje. To działa w warunkach rzeczywistych, nie sztucznych!

DWIE STRONY MEDALU

Rodzice na emigracji, posyłając swe pociechy do przedszkola czy szkoły obcojęzycznej, często mają obawy, czy ich malec sobie poradzi i czy przebywanie w warunkach, gdzie mówi się na co dzień dwoma różnymi językami, będzie dla niego problemem. Prawda jest taka, że dla dzieci, tym bardziej w wieku przedszkolnym, nie jest to takie wyzwanie, jak dla dorosłych. Używanie różnych języków jest dla nich jeszcze jedną różnicą wśród ludzi. Dzieci są znakomitymi słuchaczami – bezbłędnie wyłapują dźwięki, rozróżniają intonacje. Nie należy się obawiać, że malec nie nauczy się języka kraju, w którym mieszka. Dzieci kreują sobie swoisty podział – wiedzą, że dom wiąże się na przykład z językiem polskim, a otoczenie z inną leksyką (to metoda nauki dwóch języków, tzw. *MLAH – minority language at home*). W każdym przypadku – gdy rodzice posługują się różnymi językami lub jednym, ale przebywają na emigracji – warto wspierać dziecko, by opanowało zasoby słów na równych poziomach. Warto podsuwać bajki, książki czy organizować spotkania z rówieśnikami, aby usprawnić proces komunikacji. Nasze zaangażowanie sprawi, że stosowanie różnych języków nie będzie dla dziecka krępujące.

Sytuacja jest nieco inna, jeśli mamy dziecko w wieku szkolnym. Uczeń spędza bardzo dużo czasu z rówieśnikami, posługując się drugim językiem chętniej i bardziej spontanicznie niż językiem rodziców. Gdy ma młodsze rodzeństwo, częściej zwraca się do niego w języku otoczenia, jak również opowiada w nim o wydarzeniach w szkole. Nigdy jednak nie krytykujemy za to dziecka! Idealnie, gdy mieszkamy w mieście, gdzie odbywają się popołudniowe lub weekendowe zajęcia w naszym języku ojczystym. Tu nasza rola

sprowadza się do uświadamiania dziecku tożsamości narodowej. Nie dopuścimy, by język polski poszedł w odstawkę, nie wypieramy z domu swoich korzeni! Przekazujemy tradycje narodowe, opowiadamy o świątecznych zwyczajach, historii, bohaterach naszego dzieciństwa. Niech nasze dziecko wie, dlaczego mówi się, że Kazimierz Wielki zastał Polskę drewnianą, a zostawił murowaną, i jakie dzieła stworzył Mickiewicz. Opowiedzmy mu legendę o Smoku Wawelskim, a przy okazji wakaacji w Polsce zabierzmy na wycieczkę do Krakowa. Pokażmy na YouTube śpiewającego Czesława Niemena i sprawdźmy, czy rozpoznaje Mazurek Dąbrowskiego. Zachęcajmy dzieci do rozmów po polsku, poprawiamy błędy, podsuwajmy ciekawe programy telewizyjne czy czasopisma, organizujemy wspólne pobyty w Polsce i dbajmy o jego regularne, choćby telefoniczne, kontakty z rodziną w kraju. Dajmy dziecku poczucie przynależności. Aby wspierać uczniów dwujęzycznych, potrzeba dużej determinacji, cierpliwości, akceptacji i przede wszystkim konsekwencji.

CZYM SKORUPKA ZA MŁODU NASIĄKNIE

Wszyscy są zgodni co do jednego – dzieci dwujęzyczne cechuje większa tolerancja, otwartość i łatwość w przyswajaniu języków obcych. Wielokulturowość wzbogaca i poszerza horyzonty. Dzieci wielojęzyczne są bardziej kreatywne i elastyczne, co jest wynikiem umiejętności łatwiejszego przetwarzania informacji w dwóch różnych językach. Badania wykazały również, że u osób dwujęzycznych statystycznie o cztery lata później ujawniają się objawy demencji starczej, a także choroby Alzheimera. Nauka kolejnych języków także przychodzi im łatwiej. O jednym przedmiocie potrafią myśleć w wieloraki sposób, zwracając uwagę zarówno na jego kolor, formę, jak i zastosowanie. Co ważne, nazewnictwo ma dla nich mniejsze znaczenie – wiedzą, że do jednego przedmiotu może być przypisanych kilka słów.

Kiedy mój syn wskazuje kolory, mówi: czerwony, *white* i *bleu*. Nie poprawiam go, nie wytykam błędów. Tylko zazdroszczę, że już na starcie dostał dar od losu. I życzę sobie cierpliwości i wiedzy, żeby ten dar pomóc mu wykorzystać jak najlepiej.

Będąc rodzicem dwujęzycznego dziecka:

- ✓ nie ucz – bądź naturalny i obracaj wszystko w zabawę,
- ✓ nie wyolbrzymiaj zagadnienia dwujęzyczności, ale tłumacz zastosowanie języków,
- ✓ nie poprawiaj, tylko powtarzaj słowo poprawnie,
- ✓ nie proś dziecka o popisanie się przed znajomymi, ale chwal je, jeśli samo będzie chętnie prezentować umiejętności lingwistyczne,
- ✓ nie mieszaj języków – twój spójny system językowy pozwoli dziecku czuć się bezpiecznie,
- ✓ nie polegaj tylko na nagraniach – sam mów i śpiewaj do dziecka,
- ✓ nie bądź nieśmiały – używaj swojego języka publicznie,
- ✓ nie rzucaj dziecka na głęboką wodę – w nowe środowisko językowe wdrażaj je powoli, na każdym kroku tłumacząc, co się dzieje,
- ✓ nie chroń dziecka przed drugim językiem – im wcześniej się z nim oswoi, tym łatwiej dla całej rodziny.

Aby wspierać rozwój języka ojczystego:

- ✓ znajdź dziecku grupę rówieśników – dzieci w każdym wieku najlepiej uczą się same od siebie, a ty masz okazję poznać innych rodziców dzieci dwujęzycznych,
- ✓ czytaj dziecku książki lub proponuj filmy i zachęcaj do rozmowy o nich,
- ✓ śpiewaj piosenki – maluch szybciej zapamięta tekst z linią melodyczną,
- ✓ wykorzystuj zainteresowania dziecka – może się okazać, że ulubiony bohater z kreskówki mówi różnymi językami,
- ✓ znajdź opiekunkę, która mówi w twoim języku,
- ✓ jak najczęściej odwiedzaj swoją ojczyznę i zachęcaj dziecko do podtrzymania kontaktu z rodziną w kraju,
- ✓ bądź optymistą, ciesz się z każdego słowa!

Sylwia Znyk




POLSKA SZKOŁA W LEUVEN

IM. MARII SKŁODOWSKIEJ-CURIE

ZAPISY 2023-2024

ŚRODA 14-18 | SOBOTA 10-14

FORMULARZ ZAPISOWY



FORMULARZ ZAPISOWY

★

PRZEDSZKOLE

2,5-5/6 LAT

★★

ZERÓWKA

5-6 LAT

★★★

SZKOŁA

OD 7-16 LAT

WWW.DASKALIA.EU TERVUURSTEENWEG 295 LEUVEN-HEVERLEE 0486 23 14 32

tworzone do Celostojniorkaan 30 nabawienia bramki

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!!



Polska Szkoła im. Janusza Korczaka Brukseli

ogłasza zapisy na rok szkolny 2023/2024

- przedszkole
- klasa 1
- zerówka
- klasa 2
- klasa 3

Więcej informacji:

Tel: 0499 507171 skolakorczaka@pmsz.be





Zadzwoń! Napisz!
Czekamy właśnie na Ciebie!

Instytut Języka i Kultury Polskiej im. Polskich Lotników w Gandawie

to promocja języka polskiego oraz historii, tradycji i kultury polskiej na terenie Belgii, a także możliwość nauki i pogłębiania mowy ojczystej przez polskie dzieci i młodzież.

DOLĄCZ DO NAS
instytutgent.be



SZKOŁA POLSKA

PRZEDSZKOLE od 3 lat
ZERÓWKA
KLASY 1 - 7
KLASA VIP 13+
KLASA "Język polski od podstaw" 7 - 10 lat

Uczeń na pierwszym miejscu!
U nas rozwijane są aktywność i spełnianie marzenia!

Zajęcia dodatkowe:
język angielski
język francuski
zajęcia artystyczne
zajęcia sportowe
religia



EMAIL: sekretariat@instytutgent.be TELEFON: 0486 34 25 34 KOD QR: ZNAKIMAJ MIĘDZIE

www.bruksela.orpeg.pl

SZKOŁA POLSKA IM. JOACHIMA LELEWICKI

Pracujemy w Ambasadzie Rzeczypospolitej Polskiej w Brukseli



ZAPRASZAMY DO ZAPISU!
ROK SZKOLNY
2023-2024

- ODDZIAŁ DZIECIĘCY
- NAUKA JĘZYKA POLSKIEGO
- GEOGRAFIA POLSKI
- HISTORIA I POLSKIE TRADYCJE
- DARMOWE PODRĘCZNIKI
- BEZPŁATNE NAUCZANIE

- LABORATORIA PRZYSZŁOŚCI
- KONKURSY TEMATYCZNE
- SPOTKANIA Z LUDŹMI KULTURY I SZTUKI
- KONKURSY I OLIMPIADY
- WYCIECZKI I IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE
- DODATKOWE LEKCJE RELIGII

+32 (0) 27 72 35 80 @ sekretariat.bruksela@orpeg.pl

MarmoSole

luksusowe panele ściienne



- Naturalne minerały, podstawą jest w 70% kamień marmurowy
- 100% wodoodporne, idealny do łazienek
- Opatentowana powierzchnia klasy 32 HI-TECH
- Stabilne wymiarowo, można ustawić bez wentylacji
- Unikalne projekty, szeroka gama motywów
- Pełna kolekcja w sklepie, dostępne od 1 sztuki
- Druk cyfrowy, mniej powtórzeń
- Wyprodukowane w Europie
- Do 30 lat gwarancji
- Unikalny format 2800 x 1230 x 4 mm
- Dopasowane akcesoria dla idealnego wykończenia: masa szpachlowa i silikon w dopasowanych kolorach, klej i profile wykończeniowe

Woluwelaan 141 B
1831 Machelen

info@marmosole.be
+32 (0)2 256 92 36

Mark +32 470 79 14 14
Rafał +32 479 25 73 02

mark@rbbuilders.be
rafal@rbbuilders.be

Więcej informacji: www.marmosole.be

Sklep firmowy marki Ceresit

Specjalizacja – fasady od A do Z

- izolacje, krepki, kleje, siatki, mozaiki (na bazie żywicy), kamienie
- w sprzedaży narzędzia oraz taśmy marki Bleu Dolphin
- nieograniczona gama kolorów mieszanych na miejscu
- mieszanie kolorów farb marki Sigma
- sprzedaż parapetów, karniszy
- wyginanie profili kolorowych



Ceresit
www.rbuilders.be

visage



WYKONUJEMY OCIEPLENIA FASAD

- kompleksowa gama systemów ociepleń zewnętrznych (ETICS)

Wysoka jakość produktów
i usług w dobrej cenie!



Dwozimy towary ciężarówką z dźwigiem

**U NAS NIGDY NIE MA PROMOCJI!
U NAS ZAWSZE SĄ NAJLEPSZE CENY!!!**

141B, Woluwelaan - 1831 Diegem

Godziny otwarcia:
od poniedziałku do piątku: 6.30 – 18.00
sobota: 7.00 – 14.00

Tel. 02 256 92 36
Fax. 02 256 92 96
E-mail: info@rbuilders.be

+32 (0) 479 25 73 02 Rafal
+32 (0) 487 27 42 92 Mariusz

www.rbuilders.be



Czas przetworów

JAK PRZETWARZAĆ OWOCE I WARZYWA, CZYLI PASTERYZACJA

Przetwarzać i pasteryzować można właściwie wszystkie owoce i warzywa. Zrobimy z nich przepyszne dżemy, marmolady, leczo, kiszonki. Zaprawiać można również owoce egzotyczne – brzoskwinie lub pomarańcze. Jest więc w czym wybierać.

Najpopularniejszym sposobem jest pasteryzacja – czyli zagotowywanie przetworów w słoikach w wysokiej temperaturze przez około 10–20 min. Jeszcze do niedawna najbardziej popularne do przetworów były tak zwane weki, czyli szklane słoiki, na które nakładano gumkę, przykrywano szklaną pokrywką i dociskano specjalną sprężyną. To właśnie od nazwiska wynalazcy, Johanna Wecka, pochodzi termin wekowanie.

Obecnie do konserwowania owoców i warzyw używamy najczęściej słoików typu twist, które są zamykane metalowymi zakrętkami. Zakrętki pokryte są od wewnątrz cienką warstwą tworzywa, które nie reaguje z zawartymi w żywności kwasami i solami.

Aby słoiki nie popękały podczas pasteryzacji, dno garnka wykładamy cienką ściereczką i zalewamy wodą do około 3/4 wysokości słoików. Długość pasteryzacji zależy od rodzaju produktu i podawana jest w konkretnych przepisach. Dzięki pasteryzacji nie zmienia się smak produktów, a rozwój zawartych w nich drobnoustrojów zostaje zahamowany.

Zapach smażonego dżemu, zaprawianych kompotów z wiśni czy truskawek albo szarlotki z jabłek prosto z sadu to chyba najmiłsze wspomnienia z dzieciństwa dla osób, które wakacje spędzały na wsi. Obecnie mało kto z nas ma możliwość stania przez cały dzień nad garnkami i pilnowania, aby śliwki na powidła się nie przypaliły. Warto jednak trochę poeksperymentować i przygotować kilka słoików własnych zapasów na zimę. Smak tych wyrobów będzie niepowtarzalny. I co ważne – to wcale nie musi być takie czasochłonne!



MROŻENIE

Jeśli chcemy w zimie delektować się deserami z malin czy jagód, znacznie lepiej takie owoce zamrozić w zamrażalniku niż kupować świeże, ale poza sezonem. Mrożone warzywa i owoce zachowują świeżość i wszystkie wartości odżywcze, dlatego ten sposób przechowywania żywności uważany jest za jeden z najlepszych. Odpowiednio wybrane, zdrowe produkty należy mrozić na początku w najniższej temperaturze, luźno rozłożone na tacce, a po całkowitym zamrożeniu przechowywać zapakowane w woreczki. Przed przygotowaniem potraw takich jak sałatki produkty warto stopniowo rozmrozić w lodówce – zachowają wtedy swój pierwotny kształt. Jeśli robimy zupy lub zapiekanki z mrożonek, nie ma konieczności rozmrażania warzyw. Wystarczy wysypać je bezpośrednio do gotującej się wody lub – jeszcze lepiej – ugotować na parze.

KISZENIE

Jednym z najstarszych sposobów na przechowywanie żywności jest kiszenie. To najzdrowszy i chyba najłatwiejszy sposób na przygotowanie wartościowych warzyw na zimę. Proces kiszenia opiera się na przetworzeniu cukrów prostych zawartych w warzywach w kwas mlekowy. Odpowiednia temperatura pomieszczenia jest najważniejsza,



by proces ten zaszedł prawidłowo. Kiszonki to źródło witamin i minerałów wspierających naszą odporność, kiedy brak nam świeżych warzyw. Najczęściej wybiera się tutaj ogórki i kapustę, ale warto też spróbować zakisić paprykę, cukinię, buraki, pomidory czy dynię. Co odważniejsi próbują kiszenia owoców, np. jabłek, gruszek czy śliwek.

SUSZENIE

Nie wszystkie warzywa uda nam się wysuszyć w warunkach domowych – nie nadają się do tego np. pomidory ze względu na swą dużą wilgotność. Jednak suszenie to jeden z lepszych sposobów na konserwację i zachowanie wartości odżywczych oraz smaku i zapachu produktów. Popularnie wykorzystuje się tu wiele owoców i warzyw – gruszki, jabłka, śliwki, morele, włoszczyznę, fasolę, selery...

Suszyć można w specjalnych suszarkach do artykułów spożywczych, ale też na słońcu lub w piekarniku. Najpierw dokładnie oczyszczamy warzywa lub owoce, najlepiej bez moczenia, i kroimy na odpowiednio duże kawałki. Musimy pamiętać o tym, że podczas suszenia zmniejszą one swoją objętość. Jeśli korzystamy z piekarnika, ustawmy temperaturę na 50 stopni i pozostawmy drzwiczki lekko uchylone. Co jakiś czas należy kawałki przemieszać, aby nie przywarły do blachy. Suszki należy przechowywać w szczelnie zamkniętym pojemniku, słoju lub w torbach z folii aluminiowej – zawsze w pomieszczeniu przewiewnym, suchym i bez dostępu światła. Owoce do wigilijnego kompotu z suszu będą jak znalazł!

MUS JABŁKOWY

Jeśli chcemy w prosty sposób zachęcić dzieci do zabaw w kuchni, warto zacząć od... musu jabłkowego. Owoce obieramy ze skórki, dzielimy na mniejsze części i przekładamy do garnka. Na 1 kg obranych jabłek dajemy 1/2 szklanki wody i 6 łyżek cukru. Wszystko gotujemy aż do miękkości. Następnie powstałą papkę przecieramy przez gęste sito. Gotowy mus jabłkowy możemy doprawić cynamonem. Mus można jeść od razu po przygotowaniu lub przełożyć do słoiczków i pasteryzować.



DŻEM Z BRZOSKWIŃ

Dżemy można wykonać praktycznie z każdego owocu. Wyjątkowo pyszny jest ten z soczystych brzoskwiń. Najważniejsze to dokładnie umyć owoce i drobno je pokroić. Następnie brzoskwinie zasypujemy cukrem w proporcji 1:2 (na 2 części owoców 1 część cukru), odstawiamy i czekamy, aż puszczą sok. Następnie całość gotujemy tak długo, aż masa zacznie gęstnieć. Zawsze warto dodać soku z cytryny dla wydobycia smaku. Jeszcze gorący dżem przekładamy do małych słoiczków, zakręcamy i odwracamy do góry nogami na minimum 10 min. lub do wyciągnięcia się zakrętki.



JAK WYBIERAĆ PRODUKTY?

Przy robieniu przetworów należy dobrze się przyjrzeć owocom i warzywom i wziąć pod uwagę ich jakość. Najlepsze są oczywiście te uprawiane w sposób naturalny, bez użycia nawozów chemicznych. Trzeba zwrócić uwagę na ich wygląd – muszą być świeże i nieuszkodzone. Użycie uszkodzonych owoców może nam zepsuć wszystkie dżemy, a choćby lekko nadpsuty ogórek może sprawić, że będziemy musieli wyrzucić cały słoik. Produkty dokładnie oczyścimy, a jeśli do słoików wkładamy będziemy cząstki owoców lub warzyw, starannie wybieramy i odrzucamy pestki.

W STYLU RETRO

Własnoręcznie wykonane zapasy to nie tylko zdrowy dodatek do obiadu czy smaczna przekąska – domowe dżemy i powidła coraz częściej stają się prawdziwą ozdobą

kuchennego blatu. Dodatkowo fantazyjnie zapakowane i pieczołowicie opisane mogą być oryginalnym prezentem. Jeśli już wykonamy własny dżem, warto taki słoik wyeksponować i zadbać o to, aby miał niepowtarzalny charakter. Możemy kupić już gotowe osłonki na pokrywki z papieru bądź z tkaniny. Takie ozdoby łatwo również wykonamy własnoręcznie – wycinając z ozdobnego papieru lub materiału i przymocowując klejem lub przewijając sznureczkiem i rafią. Ich kolor oraz wzór możemy dobrać według naszych upodobań albo też miejsca, w którym będą przechowywane. Innym pomysłem jest dopasowanie osłonek do zawartości słoika. Przetwory z truskawek staną się bardziej smakowite, gdy na osłonkach znajdzie się czerwony akcent. Żółte śliwki czy gruszki idealnie skomponują się z zielonym dodatkiem. Uroku dodają także nalepione na słoiki z przetworami naklejki – koniecznie własnoręcznie opisane. To prosty i szybki

sposób na stworzenie ze słoika z dżemem dekoracji w stylu retro, dzięki czemu przywołamy wdzięk i czar dawnych spiżarni!

SPİZARNIA

Kuchenne spiżarnie na nowo powracają do łask. Nie są to już głęboko ukryte piwniczki czy zakamuflowane komórki. Obecnie, ze względu na inny typ zabudowy mieszkań, miejsce do przechowywania zapasów znajduje się w kuchni. Podstawą są w tym przypadku pojemne półki – w formie wyeksponowanych regałów lub szaf wnękowych. Najważniejsze, aby były pojemne i funkcjonalne, ale również dekoracyjne, by dobrze komponowały się z wnętrzem. Nie muszą być nawet zbyt duże – raczej nie będziemy przecież zaprawiać stu słoików. Jedno jest pewne – nawet kilka ładnie prezentujących się słoiczków będzie ozdobą naszej kuchni!

Agnieszka Szotylik

MARYNOWANA FETA

Przetwarzać można również sery, a najlepsza do tego jest grecka feta. Ser kroimy w kosteczkę i przekładamy do słoika, który uzupełniamy suszonymi pomidorami, oliwkami, zębkiem czosnku, piórkami cebuli. Całość doprawiamy ziołami: majerankiem, oregano, odrobiną chili, a następnie całość zalewamy oliwą z oliwek. Tak przygotowany ser odstawiamy na tydzień do lodówki, aby wszystkie składniki dokładnie sobą porzeczowały. Marynowaną fetę należy zużyć w ciągu miesiąca, pilnując, by oliwa zawsze przykrywała ser.

AJWAR

Jeśli mamy ochotę na coś nietypowego ze słoika, warto wykonać ajwar. Jest to bałkański przysmak w formie pasty z papryki i bakłażanów. Całe papryki i bakłażany nakłuwamy i opiekamy w piekarniku w temperaturze 220 stopni, aż ściemnieją. Następnie warzywa obieramy i wydrążamy, a potem, pokrojone na kawałeczki, miksujemy na gładką masę. Pastę przekładamy na patelnię i smażymy z zeszkłą cebulą. Doprawiamy oliwą, cytryną, a następnie solimy i pieprzymy. Po przestudzeniu pastę można pasteryzować.



ZJEDZ JESZCZE TROCHĘ
KOTLECIKA I WARZYW, ŻEBYŚ MI
ZARAZ NIE BYŁ GŁODNY.



1. Zaspakajanie potrzeb dziecka według własnego uznania bez uszanowania jego odczuć.

NIE MA CZASU NA PODWÓRKO,
PO POŁUDNIU MASZ ANGIELSKI, PIANINO
I TRENING PIĘKI NOŻNEJ.



2. Planowanie i kontrolowanie czasu wolnego dziecka bez pozostawiania mu przestrzeni na odpoczynek, odkrywanie siebie, podążanie za zainteresowaniami.

SPRAWDZAŁAM W ZESZYTACH,
CZY NA PEWNO NIE MASZ
PRACY DOMOWEJ DO ZROBIENIA
I TAKIE LIŚCIKI Z KOLEGAMI
TAM ZNALAZŁAM.



3. Przewidywanie i eliminowanie wszelkich zagrożeń kosztem naruszania sfery prywatności dziecka i jego praw osobistych.

NO NIE SMUĆ SIĘ JUŻ TAK!
ZJEDZ KAWAŁEK CZEKOLADY,
OTRZYJ EŻY I UŚMIECHNIJ SIĘ
SZYBKO DO TATY.



4. Przejmowanie odpowiedzialności za emocje dziecka i ich regulację bez zostawiania mu przestrzeni na ich doświadczenie i oswojenie.

JUŻ JA POROZMAWIAM Z RODZICAMI
TEGO MAĆKA, NIKT MI NIE BĘDZIE
DENERWOWAŁ MOJEGO SYNKA!



5. Chronienie dziecka przed zwykłymi wyzwaniem rozwojowymi na miarę jego wieku i rosnących możliwości w radzeniu sobie z nimi.

Jak wygląda nad- opiekuńczość?

MASZ TU UBRANIE PRZYGOTOWANE,
SPAKOWANY PLECAK NA JUTRO,
A W PIÓRNIKU NOWY OŁÓWEK,
BO POPRZEDNI SIĘ JUŻ KOŃCZYŁ.



6. Wyręczanie dziecka we wszystkich czynnościach i ograniczanie możliwości zdobywania samodzielności życiowej.

O KTÓREJ DOJECHAŁŚ
DO SZKOŁY?

POWIEDZIAŁŚ
„DZIEŃ DOBRY”
WOŹNEMU?



PODZIĘKOWAŁŚ PANI ZA POMOC
W ZNALEZIENIU KSIĄŻKI?

7. Radzenie sobie z własnym lękiem poprzez nadmierną kontrolę tego, gdzie jest dziecko i jak się zachowuje.



8. Założenie, że świat jest złym i niebezpiecznym miejscem do życia.

PON.-PIĄT.: 6.30-17.30
SOB.: 7.00-13.00

Brico Mat Gabriel



Brico Mat Gabriel

Materiały budowlane

Materiały elektryczne

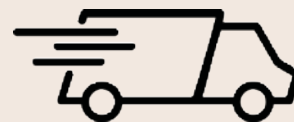
Parkiet - Płytki

Farby

Narzędzia

Ogrzewanie - Sanitarny

Weiveldlaan 6,
1930 Zaventem
info@bricomatgabriel.be
www.bricomatgabriel.be
02.342.42.22



Bezpłatna
dostawa
w promieniu
10 km



Fundacja rodzinna, zmiany w prawie spadkowym

- ✎ W polskim prawie spadkowym pojawiła się nowa instytucja w postaci **fundacji rodzinnej**. Została wprowadzona na mocy ustawy o fundacji rodzinnej, która weszła w życie 22 maja 2023 r. Celem ustawy jest stworzenie instytucji pozwalającej na sprawną sukcesję pokoleniową w przedsiębiorstwach rodzinnych, ochronę majątku rodzinnego przedsiębiorstwa i zarządzanie nim zgodnie z wolą określoną przez fundatora w statucie, unikanie transferu majątku do analogicznych instytucji funkcjonujących poza granicami Polski oraz stworzenie mechanizmów pozwalających na dalszą akumulację kapitału. Podobne instytucje funkcjonują od lat w innych państwach europejskich.
- ✎ Ustanowienie fundacji rodzinnej ma sprzyjać akumulacji majątku rodzinnego w ramach wspólnego przedsięwzięcia biznesowego oraz zapobiec jego rozdrobnieniu w przypadku spadkobrania, a w konsekwencji nierzadko doprowadzenia do zaprzestania prowadzenia danej działalności gospodarczej. Sytuacja taka mogłaby się zdarzyć, gdyby podział majątku spadkowego doprowadził na nadmiernego rozdrobnienia kapitału bądź spadkobiercy zostaliby zmuszeni do spłaty zachowku na rzecz osób uprawnionych pominiętych w testamentie przez spadkodawcę (założyciela fundacji), zaś spłaty takie przekraczałyby ich możliwości finansowe, zmuszając spadkobierców do sprzedaży firmy.
- ✎ Podkreślić przy tym należy, że członkami fundacji rodzinnej nie muszą być osoby ze sobą spokrewnione lub spowinowacone. Wymogiem jest, aby została ona utworzona przez jedną lub więcej osób fizycznych mających pełną zdolność do czynności prawnych. Beneficjentami fundacji mogą być osoby fizyczne lub organizacje pozarządowe. Beneficjentami są osoby, które zgodnie ze statutem mogą otrzymać świadczenie od fundacji rodzinnej lub mienie w związku z jej rozwiązaniem; nie są oni zobowiązani do aktywnego uczestnictwa w działalności firmy.
- ✎ Beneficjenci mogą wykorzystać majątek i dochody generowane przez fundację rodzinną na kilka sposobów. Środki można

przeznaczać zwłaszcza na koszty utrzymania, leczenia i edukacji. Z kolei organizacje pozarządowe będące beneficjentami wykorzystują środki fundacji do realizacji swoich celów statutowych.

- ✎ Konstrukcję fundacji rodzinnej zaprojektowano tak, aby sprzyjała tworzeniu i kontynuacji danego przedsięwzięcia rodzinnego.
- ✎ Fundacja rodzinna ma osobowość prawną utworzoną przez fundatora, co oznacza m.in., że dysponuje własnym majątkiem. Fundacja działa na rzecz swoich beneficjentów poprzez gromadzenie mienia, zarządzanie nim oraz spełnianie świadczeń na rzecz beneficjentów.
- ✎ Inaczej niż w przypadku spółek osobowych i kapitałowych, **nie ma tu wspólników**, co pozwala uniknąć ryzyka zbycia lub utraty praw majątkowych do firmy. Fundacja działa poprzez swoje organy: zarząd, radę nadzorczą oraz zgromadzenie beneficjentów.
- ✎ Wraz z nowymi przepisami doszło też do zmian w prawie spadkowym. Wszystko po to, by uregulować **zasady wypłaty zachowku po śmierci założyciela fundacji**. Spadkobiercy zobowiązani do zapłaty zachowku uzyskali nowe prawa w postaci możliwości żądania odroczenia terminu płatności zachowku, rozłożenia na raty, a w wyjątkowych przypadkach obniżenia zachowku, przy uwzględnieniu sytuacji osobistej i majątkowej uprawnionego do zachowku oraz obowiązanego do zaspokojenia roszczenia z tytułu zachowku. Rozwiązanie to ma zastosowanie do wszystkich obowiązanym i uprawnionym do zapłaty zachowku. Zaś beneficjent, który jest jednocześnie uprawniony do zachowku, będzie mógł otrzymać tylko jedno z tych świadczeń.
- ✎ Zasadnicza zmiana w przepisach spadkowych dotyczy obliczania majątku spadkowego uprawnionemu do zachowku. **Fundusz rodzinny nie będzie wliczany do spadku**, jeśli od jego wniesienia do fundacji upłynęło więcej niż 10 lat od otwarcia spadku, chyba że fundacja jest spadkobiercą. Na poczet zachowku danego beneficjenta będą natomiast zaliczane świadczenia, które otrzymał od fundacji.
- ✎ Przy obliczaniu zachowku należnego małżonkowi nie dolicza się do spadku funduszu założycielskiego fundacji rodzinnej i mienia w związku z rozwiązaniem fundacji rodzinnej przekazanych przed zawarciem małżeństwa ze spadkodawcą.
- ✎ Z uwagi na to, że fundacja rodzinna jest instytucją nową w polskim porządku prawnym, dopiero najbliższe lata pokażą, czy stanie się popularnym rozwiązaniem wśród przedsiębiorców poszukujących alternatywnych sposobów akumulacji majątku. Potencjalnie fundacja rodzinna może przynieść szereg korzyści dla długoterminowego funkcjonowania firmy oraz zapewnienia bezpieczeństwa finansowego całej rodziny.

Agnieszka Hajdukiewicz
radca prawny

KANCELARIA PRAWNA

Agnieszka Hajdukiewicz
Białystok, Warszawa

Kancelaria świadczy usługi na terenie Polski, swoje biura posiada w Białymstoku i Warszawie. Zajmujemy się pełną obsługą prawną osób fizycznych i prawnych, w szczególności:



- reprezentacją przed sądami i urzędami
- pomocą w rozwinięciu działalności gospodarczej w Polsce
- odszkodowaniami
- windykacją należności
- rozwodami i separacjami
- alimentami
- spadkami
- podziałami majątku
- nieruchomościami

Potrzebujesz opinii lub porady prawnej, zadzwoń lub napisz:

e-mail: biuro@kancelariahajdukiewicz.com

tel/fax: 0048 85 875 47 93

tel: 0048 504 078 866, 0048 519 159 677, 0048 506 455 273

www.kancelariahajdukiewicz.com

POLSKI PRODUCENT

RUSZTOWANIA

NA RYNKU EUROPEJSKIM

SPRZEDAŻ I WYNAJEM RUSZTOWANIA
Montaż – Demontaż – Transport

VENTE ET LOCATION D'ECHAFAUDAGES
Montage – Demontage – Transport

**WYCENA
GRATIS!**



Tel: 05 247 99 19
gsm: +32 493 07 58 16
mail: office@delta-echafaudages.be
TVA: BE 0523.924.813

Représentant de la société en Belgique:
Tel: +32 493 07 23 15
mail: piotr.kolota@delta-echafaudages.be
www.delta-echafaudages.be

173, Brusselsesteenweg - Merchtem 1785

Rozliczenia podatkowe dla nierezydentów

Nierezydenci podatkowi w Belgii to osoby, które swoje stałe miejsce zamieszkania lub centrum interesów gospodarczych mają poza Belgią. Status nierezydenta nie ma związku z obywatelstwem podatnika. W ustalaniu statusu fiskalnego istotny jest wpis podatnika do krajowego rejestru mieszkańców/obcokrajowców, czyli zameldowanie.

Osoby, które przebywają w Belgii ze względów zarobkowych, mają obowiązek zgłoszenia swojego pobytu w urzędzie gminy, na terenie której mieszkają. W zależności od okresu, na jaki dana osoba jest zatrudniona w Belgii lub na jaki została oddelegowana do Belgii z innego kraju, gmina wyda odpowiednie dokumenty pobytowe. W przypadku osób zatrudnionych lub oddelegowanych do Belgii na okres do 3 miesięcy zostanie wydane zaświadczenie o zgłoszeniu pobytu. Osoby, które ze względów zarobkowych przebywają w Belgii dłużej niż 3 miesiące, otrzymają kartę pobytu na 5 lat. Otrzymanie karty pobytu wiąże się z wpisem do krajowego rejestru obcokrajowców/mieszkańców i nadaniem belgijskiego numeru identyfikacyjnego (*rijksregisternummer/numéro national*), który jest odpowiednikiem polskiego numeru PESEL. Osoby, które posiadają belgijski numer identyfikacyjny, automatycznie traktowane są jako belgijscy rezydenci podatkowi, a co za tym idzie, są automatycznie przypisane do urzędu skarbowego dla rezydentów.

NIEREZYDENCI PODATKOWI

W ustalaniu statusu fiskalnego podatnika oprócz wpisu do krajowego rejestru mieszkańców istotną rolę odgrywają też inne kryteria, takie jak miejsce zamieszkania (ośrodek interesów życiowych) oraz ośrodek interesów gospodarczych.

Zgodnie z umową o unikaniu podwójnego opodatkowania podpisaną między Belgią i Polską, miejsce zamieszkania podatnika jest tam, gdzie mieszka jego rodzina (współmałżonek i dzieci). Jeśli podatnik przebywa w Belgii ze względów zarobkowych dłużej niż 3 miesiące i został wpisany do krajowego rejestru mieszkańców, ale jego rodzina przebywa w innym kraju (Unii Europejskiej, np. w Polsce), może ubiegać się o status nierezydenta w Belgii. Pracownicy sezonowi oraz osoby pracujące i przebywające w Belgii krócej niż 183 dni również mogą być traktowani jako nierezydenci podatkowi.

Należy pamiętać, że podatnik musi mieć oficjalne zameldowanie pod tym samym adresem, co jego rodzina (w kraju, w którym ona przebywa). Belgijski urząd skarbowy może wymagać udokumentowania posiadania meldunku podatnika wraz z rodziną.

Również w przypadku gdy podatnik zarządza swoim kapitałem (środkami finansowymi, nieruchomościami itp.) z innego kraju niż Belgia, jego rezydencja podatkowa może znajdować się w tym (innym) kraju.

Osoby oddelegowane do pracy w Belgii, zarówno pracownicy najemni, jak i osoby prowadzące działalność gospodarczą, mogą być traktowane jako nierezydenci podatkowi w Belgii, nawet jeśli przebywają na jej terenie dłużej niż 183 dni. W takiej sytuacji istotne jest, w którym kraju podatnik ma miejsce zamieszkania (ośrodek interesów życiowych) lub ośrodek interesów gospodarczych.

Nierezydentami podatkowymi są często również pracownicy placówek dyplomatycznych (konsulatów, ambasad) oraz niektórych organizacji międzynarodowych.

ZEZNANIA PODATKOWE NIEREZYDENTÓW

Nierezydenci podatkowi w Belgii składają zeznania podatkowe jesienią. W roku 2023 formularze zeznań będą wysyłane do podatników w drugiej połowie września. Termin składania zeznań upływa 24 listopada 2023. Należy pamiętać, iż podatnik ma prawo do minimum 1 miesiąca na wypełnienie i wysłanie zeznania. Nierezydenci podatkowi mają obowiązek składania zeznań podatkowych również w kraju swojej rezydencji podatkowej, czyli tam, gdzie mieszka rodzina podatnika, np. w Polsce.

Osoby, które po raz pierwszy rozliczają się w Belgii jako nierezydenci, same powinny zgłosić się do urzędu skarbowego dla nierezydentów o wysłanie formularza do zeznania podatkowego. Dane kontaktowe można znaleźć poprzez link: <https://financien.belgium.be/nl/particulieren/belastingaangifte/niet-inwoners/aangifte>

Od 2016 r. w Belgii są trzy urzędy skarbowe dla nierezydentów. Każdy z urzędów obsługuje zeznania podatkowe w innym języku. Główne siedziby działów niderlandskojęzycznego i francuskojęzycznego, znajdują się Brukseli. Urząd niemieckojęzyczny ma swoją siedzibę w Eupen. Od 2016 r. każdy podatnik (nierezydent) sam wybiera, w którym z trzech urzędów chce złożyć zeznanie (ze względu na język).

ZASADY OPODATKOWANIA NIEREZYDENTÓW

W przypadku nierezydentów podatkowych Belgia ma prawo opodatkować tylko te dochody, które zostały osiągnięte w Belgii, tzn. dochody z pracy zarobkowej wykonywanej na terenie Belgii, dochody pochodzące z nieruchomości położonych na terenie Belgii oraz inne dochody pochodzące ze źródeł położonych w Belgii.

Podatnik ma obowiązek wykazania w zeznaniu podatkowym dochodów uzyskanych w innych krajach UE, np. płacy uzyskanej na terenie Polski, dochodów osiągniętych w wyniku prowadzenia działalności gospodarczej lub rolniczej w innym kraju UE (lub poza jej granicami). W przypadku nierezydentów ich dochody pochodzące z innych krajów wewnątrz Europejskiej Wspólnoty Gospodarczej nie podlegają opodatkowaniu w Belgii, ale muszą być wykazane w celu ustalenia, czy podatnik ma prawo do ulg i korzyści podatkowych w Belgii.

Jeśli w danym roku podatnik osiągnął dochody zarówno w Belgii, jak i w innym kraju/krajach, sprawdza się, czy dochód osiągnięty w Belgii wyniósł min. 75% całego rocznego dochodu. Jeśli tak, to podatnik ma prawo do ulg podatkowych na dzieci na utrzymaniu, które przebywają w innym kraju, do tzw. ilorazu małżeńskiego, jeśli ich współmałżonkowie przebywający w innym kraju osiągnęli niskie dochody, do niektórych odliczeń podatkowych w związku z zaciągnięciem w Belgii lub innym kraju Unii Europejskiej/Europejskiej Wspólnoty Gospodarczej kredytu hipotecznego, wydatkami na żłobek, przedszkole czy świetlicę dzieci do 14. r.ż. oraz do innych odliczeń wynikających z belgijskiej ordynacji podatkowej. Rodzaj oraz wysokość niektórych ulg i odliczeń podatkowych zależy od tego w którym regionie Belgii (Flandria, Walonia, Bruksela) podatnik wykonuje pracę lub z którego otrzymuje świadczenia socjalne na podstawie uprzedniego zatrudnienia lub wykonywania działalności gospodarczej.

Jeśli jednak podatnik w danym roku podatkowym osiągnął w Belgii mniej niż 75% swojego całkowitego rocznego dochodu, nie ma prawa do większości ww. ulg.

Więcej informacji na temat statusów fiskalnych oraz rozliczeń podatkowych można znaleźć na stronie internetowej ministerstwa finansów lub uzyskać je bezpośrednio w urzędzie skarbowym dla nierezydentów podatkowych.



Aldona Kuczyńska

Kontakt:

tel. 03/222 71 50, 03/222 71 64

e-mail: acv.ne@acv-csc.be

Publikacja ma charakter informacyjny i nie jest wykładnią prawa.

SPRZEDAŻ I MONTAŻ
STOLARKI OKIENNEJ I DRZWIOWEJ

PRZEŁOM W TERMOIZOLACJI
OD WEWNĄTRZ!


Chassis Andre

AERO-THERM

- PVC – aluminium – drewno
- Bramy garażowe
- Systemy przeciwsłoneczne firmy SELT
- Żaluzje fasadowe
- Rolety
- Moskitiery
- Markizy
- Refleksole

*Wybiła już ta wrześniowa godzina,
Gdy rok szkolny się zaczyna.
Znów dni przyjdą pracowite
Nad szkolną książką i nad zeszytem.
Życzymy Wam zatem
Na początek nowego roku szkolnego
Wyłącznie samych piątek!
Firma Chassis André*

AERO-THERM to nanotechnologia. Nowatorska, termoaktywna masa szpachlowa, w której zastosowano unikatowe połączenie mikrosfer szklanych oraz aerożelu. Można ją nakładać na podłogi, ściany, sufity. Wszędzie tam, gdzie jest potrzebna wysokiej klasy izolacja przy małej utracie miejsca.

- Wystarczy 1 mm zamiast 10 cm tradycyjnego materiału izolacyjnego
- Zapobiega kondensacji wilgoci i rozwojowi pleśni
- Oszczędność energii do 40%
- 100% niepalny RF
- Dozwolony także w sektorze medycznym i gastronomicznym



WYŁĄCZNY DYSTRYBUTOR NA BELGIĘ

rue Reimond Stijns 96/1
1080 Molenbeek Saint-Jean

☎ +32 2 324 82 92
☎ +32 477 88 53 04

✉ info@chassisandre.eu
🌐 www.chassisandre.eu



**JESTEŚ W GAZETCE
JESTEŚ WIDOCZNY!**

REKLAMA
tel. 0476 92 08 19
tel. 0474 87 71 50
info@gazetka.be

Rozmawia dwóch kolegów:

- Mam najwyższe stanowisko w firmie.
- Moje gratulacje, jakie?
- Operator żurawia wieżowego.

• • •

Kobieta do mężczyzny:

- Znamy się już kilka lat, może porozmawiamy o naszej przyszłości?
- Myślę, że sztuczna inteligencja zyska na znaczeniu, upowszechnią się wycieczki w kosmos...

• • •

Idzie mama ślimak z swymi dziećmi. Jedno z nich chce przejść przez ulicę.

Mama mówi:

- Nie przechodźcie! Za sześć godzin przejeżdża tędy autobus.

• • •

Pacjent u dentysty:

- Ile kosztuje wyrwanie zęba?
- Sto złotych.
- Słucham?! Za kilka minut pracy?!
- Ok, będę wrywać powoli.

• • •

Pewien facet poszedł do psychiatry, ponieważ twierdził, że jest myszą. Po kilku miesiącach, w ramach wdzięczności, przyszedł zadowolony do lekarza z butelką koniaku.

- Panie doktorze, jestem już w 100% zdrowy, dziękuję panu!
- Nie ma za co, przecież to moja praca – odparł lekarz.

Po jakimś czasie, ten sam facet przychodzi na wizytę kontrolną. Z przerażeniem w głosie mówi do lekarza:

- Panie doktorze, widziałem kota!
 - No tak, ale to przecież nic takiego.
- W końcu wie pan już, że nie jest pan myszą.
- Dobrze, ale czy kot wie?

• • •

Do apteki wchodzi blondynka i rozgląda się niepewnie. W końcu pyta aptekarza:

- Czy są testy ciążowe?
- Tak, są.
- A trudne maja pytania?



• • •

Na stacji kolejowej facet kupuje bilet:

- Poproszę bilet.
- Ale dokąd? – pyta kasjerka.
- A co to panią obchodzi.
- Ale ja muszę wiedzieć dokąd pan jedzie.
- Dobrze. Powiem pani – jadę do szwagra na imieniny.

• • •

- Co otrzymamy dzieląc osiem na pół? – pyta się pani od matematyki Jasia.
- To zależy jak podzielimy. – odpowiada uczeń
- Jeśli w poprzek, to otrzymamy dwa zera, a jeśli pionowo, to dwie trójki.

• • •

- Idzie zajączek przez las i mówi:
- pomyłone misie, pomyłone misie... Wychodzi miś zza krzaków
- A zajączek:
- pomyliło mi się, pomyliło mi się...

• • •

Dlaczego w „Titanicu” obsadzili w głównej roli Di Caprio? Bo Chuck Norris wszystkich by uratował.

• • •

- Mężczyzna spacerujący po plaży spotyka dumną i uśmiechniętą blondynkę.
- Z czego się pani tak cieszy?
 - Bo mam bardzo zdolnego chłopaka, dopiero wczoraj nauczył się pływać, a dziś już od godziny bez przerwy nurkuje...

• • •

- Blondynka dzwoni do operatora sieci:
- Nie mogę się połączyć z Internetem!
 - Czy poprawnie wpisała pani hasło?
 - Tak, widziałam jak robił to mój kolega.
 - A jakie jest to hasło?
 - Pięć gwiazdek...

• • •

Pacjent na oddziale intensywnej terapii:

- Nie wiem dlaczego tu jestem. Ostatnie co pamiętam to, że żona weszła do przymierzalni i krzyknęła «za wąska». I ją zapytałem czy sukienka czy przymierzalnia.

• • •

Auto przejechało kurę.

- Kierowca zatrzymuje się aby zapytać nadchodzącego Jasia:
- Jasiu to wasza kura?
 - Nie, takich płaskich nie mamy.

• • •

Ciemna, deszczowa noc listopadowa.

- Do pubu na wsi w Anglii wchodzi dwóch dżentelmenów. Jeden pyta barmana:
- Czy w tej wsi jest duży czarny pies z białą obrozą?
 - Nie
 - A może w tej wsi jest duży czarny kot z białą obrozą?
 - Nie
- Pytający mówi do kolegi:
- Wiesz co John, chyba jednak przejechaliśmy pastora.

• • •

- Dzisiaj taki piękny dzień, środek tygodnia, słońce, woda, złoty piasek...
- Nie filozofuj tylko napełniaj betoniarkę!

• • •

- Słyszałem, że się ożeniłeś.
- Tak jakoś wyszło.
- Powiedz, do kogo jest podobna Twoja żona?
- Wszyscy mówią że do Matki Boskiej.
- Serio? Pokaż jej zdjęcie.
- Patrz.
- O Matko Boska!!!



OMNITEC

VENTILATION ■ CHAUFFAGE ■ SANITAIRE

Profesjonalna obsługa w służbie profesjonalistów



Omnitec to szeroka gama urządzeń sanitarnych, kotłów, grzejników i HVAC w bezkonkurencyjnej cenie. Do zobaczenia w jednym z naszych czterech sklepów w Brukseli.

Wentylacja



Ogrzewanie



Akcesoria sanitarne



WWW.OMNITEC.BE



JETTE

Rue Léopold 1, 402
1090 Jette

Tel: 02 426 74 24

Tel: 0488 25 59 40

Mail: jette@omnitec.be

FOREST

Chée de Neerstalle, 83
1190 Forest

Tel: 02 219 53 34

Tel: 0486 63 12 13

Mail: forest@omnitec.be

SCHAERBEEK

Chée de Louvain, 675
1030 Schaerbeek

Tel: 02 726 15 11

Tel: 0489 45 36 84

Mail: schaerbeek@omnitec.be

IXELLES

Chée de Boondael, 315-317
1050 Ixelles

Tel: 02 344 24 92

Tel: 0491 88 54 41

Mail: ixelles@omnitec.be

SAINT-GILLES

Chée de Forest, 83
1060 Saint-Gilles

Tel: 02 538 62 14

Mail: saint-gilles@omnitec.be

Umieszczanie ogłoszeń drobnych w „Gazetce” jest bezpłatne.

UWAGA! Przyjmujemy wyłącznie ogłoszenia przesyłane mailem na adres info@gazetka.be lub SMS-em pod numer 0472 31 44 65.

Można je również zamieścić (ze zdjęciem) na naszym portalu www.gazetka.be

Redakcja nie będzie kontaktować się z osobami umieszczającymi ogłoszenia, prosimy więc o czytelność i jasność.

Ogłoszenia komercyjne (oferowane usługi, działalność gospodarcza itp.) są zamieszczane wyłącznie w formie reklamy płatnej!

Uwaga! Ogłoszenia drobne do rubryki „Wiadomości osobiste” są przyjmowane wyłącznie jeżeli numer wysyłający i ten podany w sms-e się zgadzają.

Codziennie na www.gazetka.be nowe ogłoszenia!

■ Sprzedam

■ Posiadam do sprzedania różne książki polskie w świetnym stanie, po symbolicznej cenie. Zainteresowanych proszę o kontakt T. 0498 189 444

Do sprzedania firma przeprowadzkowa z dobrą bazą klientów, działająca od 14 lat. W firmie są dwie nowe windy oraz samochód ciężarowy.

Nie przegap swojej szansy!
T. 0496 911 142

■ Praca: szukam

■ Podejmę pracę w budownictwie (tynki, szpachlowanie, regipsy, malowanie, itp.), independent, Bruksela i okolice.
T. 0467 768 952

■ Dekarz dachy płaskie, 20 lat doświadczenia. Pilnie szuka pracy.
T. +32 456 558 029

■ Elektryk szuka pracy. T. 0491 736 559

■ Szukam pracy jako pomocnik.
T. +48 573 853 335

■ Szukam pracy pomoc domowa, sprzątanie, od września, Bruksela.
T. +48 781 102 292

■ Poszukuję pracy jako kierowca z prawem jazdy kategorii B. Mogę pracować w dzień jak i w nocy, posiadam swój samochód osobowy, mogę jeździć po całej Europie.
T. 0495 354 022

■ Mieszkanie: wynajmę

■ Mieszkania do wynajęcia Anderlecht +- 70m2, wolne od 1 października, rue Emile Versé w pobliżu stadionu i Westland Shopping Center. Pierwsze piętro –jadalnia, 2 sypalnie, kuchnia wyposażona, łazienka, duży taras, piwnica. Ogrzewanie indywidualne. Wynajmujemy mieszkania dla spokojnej rodziny (maksymalnie jedno dziecko) lub pary. Cena 820€ + opłaty: woda 30€ za osobę + prąd klatka: 10€, dwa miesiące gwarancji. Właściciel rozmawia po polsku.
T. 0475 615 524, mail: engleo@hotmail.be

■ Wynajmę umeblowany pokój, z oddzielnym wejściem, łazienka, wc, kuchnia wyposażona. Dla osób pracujących lub stażystów. Spokojna dzielnica, 5 min do metra lub tramwaju, cena 550€ miesięcznie, opłaty w cenie. T. 0495 135 618

■ Wynajmę mieszkanie na Bockstael, blisko metra, cena 600€. T. 0486 844 569

■ Praca: zatrudnię

Aktualne ogłoszenia biur pracy znajdziesz na naszej stronie www.gazetka.be

■ Entreprise générale spécialisée en rénovation située dans le sud de BXL recherche: 1 responsable / chef de chantier (salarié et/ou indépendant), parlant français et ayant une bonne expérience générale dans le bâtiment, avec de préférence des accès à la profession. Minimum 10 ans d'expérience, permis B, les connaissances élémentaires en informatique (Internet, Word et Excel) sont requises. Disponibilité, régularité, autorité, propreté, honnêteté et ne buvant pas d'alcool sont des atouts indispensables pour la fonction. Veuillez envoyer un CV à l'adresse mail suivante: olivier@miseajour.be ou me contacter au 0479 877 862 pour tout renseignement complémentaire.

■ Entreprise générale spécialisée en rénovation située dans le sud de BXL recherche: 1 ouvrier polyvalent (salarié et/ou indépendant) ayant une bonne expérience générale dans le bâtiment. Minimum 5 ans d'expérience. Disponibilité, régularité, autorité, propreté, honnêteté

Kompservis.com

- NAPRAWA KOMPUTERÓW I TELEFONÓW - SERWIS TELEWIZORÓW LCD, LED
- SPRZEDAŻ LAPTOPÓW
- NAWIGACJE: MAPY, SERWIS

DELL HP f KOMPSERVIS

Radosław Tomaszewski
GSM: 0 486 80 90 42
Rue de l'Etoile Polaire 29
1082 Berchem-Sainte-Agathe
tram 19 bus 20, 87

11h30-19h00

SERVICE
GSM 02 720 72 07

SERWIS
NAPRAWY I SPRZEDAŻY
(codziennie od 2003 roku)

SMARTPHONY
SERWIS APPLE
TABLETY

KOMPUTERY PC & MAC
GPS, KONSOLE GIER
(naprawiamy prawie wszystko)

RUE DES MENAPIENS 44
1040 ETTERBEEK (MERODE)
info@gsm-service.be

Romuald Mowiński

INFORMATYK - naprawa, instalacja
komputery, smartfony,
telewizja bez anteny sat.
w każdym telewizorze i
... smartfonie

zescanuj mnie

GSM
0497.41.82.23
(WhatsApp, Viber)

KUBSON IT

PROFESJONALNY
SERWIS
KOMPUTERÓW
i LAPTOPÓW

CO OFERUJE DOŚWIADCZENIE JAKOŚĆ UCZCIWA CENA

SERWIS ORAZ SPRZEDAŻ LAPTOPÓW
i KOMPUTERÓW STACJONARNYCH
TWORZENIE STRON WWW
REKLAMA CYFROWA i DRUKOWANA
PROMOCJE! INFO ZAWSZE NA FB

+32 487 54 61 38
Kubson - Informatyk Belgia

TORO SCAFF

RUSZTOWANIA

**SPRZEDAŻ – WYNAJEM
MONTAŻ – DEMONTAŻ**

www.toro-scaff.be

- Atrakcyjne ceny dla polskich firm
- Dyplomowani monterzy

0488.93.27.27 (jęz. fr)
0488.93.27.25 (jęz. pl)

toroscaff@hotmail.com

Avenue Voltaire 181/1
1030 Bruxelles

SYSTEMY ALARMOWE I MONITORING
Bezprzewodowe i przewodowe alarmy z powiadomieniem na GSM

IDEALNE DO ZAPEZPIECZENIA

- domu → terenu budowy
- sklepu → biura

SYGNALIZACJA

- włamania → pożaru → napadu → utraty zasilania

www.sat-service.be

tel. 0496 94 33 83 e-mail: satelite77@hotmail.fr

FIRMA FASAD4YOU

- TWÓJ PARTNER W TERMOMODERNIZACJI BUDYNKÓW
- WSPÓŁPRACA Z POLSKIMI FIRMAMI
- WYKONANIE ELEWACJI NA PODSTAWIE UMOWY PODWYKONAWCY

0487 89 75 51

Mycie okien / Ruitenwasser

Mycie: okien, rolet, paneli słonecznych, rynien, elewacji budynków, tarasów, werand, kostki brukowej

Sebastian Kosicki

☎ **0489 11 19 71**

✉ sebastian.kosicki89@gmail.com

📷 [sk_cleaning_](https://www.instagram.com/sk_cleaning_)

BE 0750.980.433

POLSKA SZKOŁA IM. JANA BRZECHWY w Courcelles

ZAPRASZA

Oferujemy naukę w następujących grupach wiekowych:

PRZEDSZKOLE (3-5lat)
ZERÓWKA (5-6lat)
SZKOŁA

Klasa 1 (6-7lat)
Klasa 2 (7-8lat)
Klasa 3 (8-9lat)
Klasa 4 (9-10lat)
Klasa 5 (10-11lat)
Klasa 6 (11-12lat)
Klasa 7 (12-13lat)

5 godzin lekcyjnych jeden raz w tygodniu
SOBOTA 9.00 – 13.00

DODATKOWO:
Religia (z przygotowaniem do sakramentu i Komunii Św.), rytmika, harcerstwo, zajęcia artystyczne i sportowe, konkursy polonijne, logopedia, pedagog, kursy językowe dla rodziców

ADRES SZKOŁY:
Ecole Communale Fondamentale du Trieu
Place Roosevelt, 3
6180 Courcelles

☎ Tel: 0487 53 77 73

Passion & Rénovation
LOCATION et service NACELLE

- wynajem z operatorem 70€ za pierwszą godzinę •
- wynajem bez operatora • niezbędne badania OCB •

Idealny do prac: podcinanie i wycinka drzew

- naprawy rynien, malowanie fasad • naprawy i mycie dachów, rozbiórka kominów, tubage • montaż reklamy i oświetleń

wysokość robocza 16m, 20m, 24m

e-mail: zwierzpol@op.pl Tel. 0497 93 65 64 Marcin

et ne buvant pas d'alcool sont des atouts indispensables pour la fonction. Veuillez envoyer un CV à l'adresse mail suivante: olivier@miseajour.be ou me contacter au 0479 877 862 pour tout renseignement complémentaire.

■ Entreprise générale spécialisée en rénovation située dans le sud de BXL recherche: 1 électricien, 1 plombier. Salarié avec diplôme ou indépendant avec accès à la profession.

Disponibilité, régularité, autorité, propreté, honnêteté et ne buvant pas d'alcool sont des atouts indispensables pour la fonction. Veuillez envoyer un CV à l'adresse mail suivante: olivier@miseajour.be ou me contacter au 0479 877 862 pour tout renseignement complémentaire.

■ Ready Construct, jesteśmy firmą budowlaną, która od lat prężnie działa na rynku belgijskim. W związku z naszym rozwojem poszukujemy osób na stanowisko: murarz, operator dźwigu, zapraszamy do współpracy firmy podwykonawcze. Miejsce pracy: Belgia. Twoje zadania: tworzenie elementów konstrukcyjnych budynków (fasad, murów, filarów, kominów, gzymsów, sklepień itp.) z klinkieru, ytonga, porothermu, silka...operowanie dźwigiem cattaneo lub arcomet, czytanie rysunku technicznego. Oferujemy: pracę na długi okres, bezpłatne mieszkanie, możliwość dostosowania umowy do rodzaju współpracy (polska umowa o pracę / działalność gospodarcza-A1), atrakcyjne wynagrodzenie w euro (w zależności od posiadanych kwalifikacji), stabilne godziny pracy.

Więcej informacji pod numerem telefonu: biuro czynne od pon. do pt. w godzinach 8:00-16:00 +48 730 699 100.

Zainteresowane osoby prosimy o przesyłanie aplikacji wraz z klauzulą o ochronie

danych osobowych na adres: Praca Ready-Construct.com

■ Firma poszukuje pracownika, który dołączy do ich zespołu przy przenoszeniu wysokiej jakości ekskluzywnych mebli. Dla nich liczy się przede wszystkim wydajność i humor. Szukamy kogoś, kto może wykrzesać nie tylko swoje mięśnie, ale także poczucie humoru, aby uspokoić naszych klientów i świadczyć usługi z uśmiechem. Oczywiście nie będziesz musiał pchać mebli po schodach, ale będziesz pracować z winda drabiniasta. Robiąc to z uwagą, aby ze meble dotarły do miejsca docelowego w idealnym stanie.

Nasze oczekiwania: dobra kondycja fizyczna, prawo jazdy kategorii B, motywacja do pracy, umiejętność pracy w zespole, zmysł techniczny, doświadczenie w montażu / demontażu mebli. Oferujemy: fajny zespół, w którym nigdy się nie nudzisz i przyjemne zajęcia poza godzinami pracy: wieczór spaghetti, impreza na koniec roku, dużo ruchu, możliwości rozwoju w firmie, atrakcyjne wynagrodzenie 14.16 euro/h+ bony żywnościowe, dodatek na dojazd do pracy. ubezpieczenie na wypadek hospitalizacji, możliwości rozwoju, takie jak: kursy szkoleniowe, uzyskanie prawa jazdy kategorii C. Po udanym okresie przejściowym czeka na Ciebie stały kontrakt. Kontakt: Jobs@jobtalent.be

■ Nasz klient - duża piekarnia zaopatrująca w pieczywo wiele sklepów w okolicy poszukuje doświadczonych pracowników. Do swojego zespołu, firma poszukuje zmotywowanych i doświadczonych piekarzy. Zakres obowiązków: pracujesz zgodnie z ustalonymi instrukcjami pracy, uwzględniając wszystkie wytyczne dotyczące bezpieczeństwa i jakości, zapewniasz porządek w miejscu pracy, przygotowanie produktów i dodatków do produkcji, wałkowanie ciasta, ręczna produkcja croissantów, ciast, ciastek, monitorowanie maszyn, pilnowanie pieca.

Wymagania: ok. 2 lata doświadczenia w pracy w piekarni, mile widziane doświadczenie w branży spożywczej, praca w bezpieczny, jakościowy i higieniczny sposób, otwartość do współpracy i komunikowania się jasno i skutecznie, chęć pracy w nietypowych, nocnych godzinach, dobra znajomość języka angielskiego. Oferujemy: atrakcyjne wynagrodzenie na podstawie belgijskiej umowy w zależności od doświadczenia 16-18€ brutto, bonusy: 13stka,

pieniądze wakacyjne, kilometrówka, zasiłek rodziny, ubezpieczenie zdrowotne i wypadkowe, stała pomoc polskojęzycznych koordynatorów, zakwaterowanie niedaleko miejsca pracy, zwrot kosztów za pierwszy przyjazd do Belgii, możliwość wyrabiania nadgodzin. Kontakt: Jobs@jobtalent.be

■ Firma jest największą palarnią kawy w Belgii i ważnym graczem na europejskim rynku kawy private label. Produkuje szeroką gamę produktów kawowych: kawę ziarnistą, paloną i mieloną, pady oraz szeroką gamę kapsulek. Fabryka produkuje kapsułki do kawy (nespresso). Poszukuje: operatora maszyn pakujących. Twój zakres obowiązków: ustawianie maszyn pakujących, wykrywanie i usuwanie usterek, rozwiązywanie problemów, naprawianie maszyn., mile widziana osoba, która już pracował na maszynach pakujących, ponieważ zna cały proces, a szkolenie nie trwa długo. Nasze wymagania: masz min. 2 lata doświadczenia w pracy w środowisku produkcyjnym, dobra znajomość języka angielskiego, lubisz aktywną, dynamiczną pracę, zdolność technicznego myślenia nad usuwaniem usterek/awarii maszyn, pracujesz w bezpieczny, jakościowy i higieniczny sposób, lubisz współpracować i komunikować się jasno i skutecznie, chcesz pracować w systemie 2-zmianowym.

Oferujemy: atrakcyjne wynagrodzenie 11850 zł/brutto miesięcznie + 750 zł / miesięcznie czeki żywnościowe, stabilną pracę z możliwością przejścia na stały kontrakt, bonusy: 13stka, pieniądze wakacyjne, kilometrówka, zasiłek rodziny, ubezpieczenie zdrowotne i wypadkowe, płatne święta, zwrot kosztów za pierwszy przyjazd do Belgii, zakwaterowanie niedaleko miejsca pracy. Kontakt: Jobs@jobtalent.be

■ Nieruchomości

■ Działka 4800m, pod Warszawą, do zabudowy, może być podzielona na dwie działki, doskonałe położenie. T. 0472 430 044

■ Różne

■ Polski chór z Namur zaprasza do współpracy. Śpiewaj z nami! Kontakt: Jerzy Lejman (dyrygent). T. 0470 920 414

HIGIENA NASZYM PRIORYTETEM!

Specjalista w zwalczaniu Pluskw

One Shot DEZYNFEKCJA 20 LAT DOŚWIADCZENIA

One Shot gwarantuje rezultaty, które spełniają oczekiwania, niezależnie od rodzaju problemów:

PLUSKWY • SZCZURY • MYSZY • KARALUCHY
OSY • MUCHY • MRÓWKI • KORNIKI • GRZYB • ITP.

ZWALCZANIE SZKODNIKÓW

Wyceny gratis • Bardzo szybki serwis
Dokładność i dyskrecja • Ceny przystępne

☎ 0475 94 06 07 ☎ 0485 04 05 53
f oneshot.pcs 🌐 www.oneshot-pcs.be

ARCHITEKT

C & K ARCHITECTS S.A.R.L

PROJEKTY DOMÓW JEDNORODZINNYCH
PRZEBUDOWY, REGULARYZACJE
PODZIAŁ DOMÓW JEDNORODZINNYCH
PROJEKTY DOMÓW WIELORODZINNYCH
BUDYNKI BIUROWE
PORADY BUDOWLANO-KONSTRUKCYJNE
WIZUALIZACJE
NADZÓR BUDOWLANY
UZYSKIWANIE DOTACJI
POMIARY GEODETY
POMOC W WYKUPIE MURÓW "MITOYEN"
OPRACOWYWANIE "ETAT DES LIEUX"



0497142818
architects.ck@gmail.com

Wykonuję
SCHODY DREWNIANE
na beton i samonośne



tel. +48 604 162 539
ekodom.kryczka@interia.pl



Multi Chauffage

Przeгляdy, montaż i naprawa pieców gazowych oraz odbiory nowo zainstalowanych.

Montaż instalacji gazowych - certyfikat CERGA.

Wszelkie prace hydrauliczne.

☎ 0476 77 00 97
✉ info@multichauffage.be

USŁUGI HYDRAULICZNE

- usuwanie awarii
- płukanie instalacji centralnego ogrzewania
- odkamienianie piecy
- naprawy i przeróbki przeróbki hydrauliczne
- modernizacja kotłowni



szybko i solidnie
Tel. 0496 15 53 37

SCHODY DREWNIANE SAMONOŚNE



tel. 0 488 250 712
stolmar12@gmail.com

SCHODY DREWNIANE I METALOWE



tel. +48 508 745 876 tel. +32 473 694 107
e-mail: info.stolarnia@gmail.com

LIFT SERVICE

Usługi winda: • materiały budowlane • przeprowadzki

0487 32 57 03

BATI-ZYGI S.P.R.L.



28m³

tel. / fax. 02 347.20.55 bati-zygi@skynet.be

LIFT SERVICE

7/7 dni

0496/91.11.42

2 NOWE LIFTY
I 3 SAMOCHODY
DO DYSPOZYCJI

PRZEPROWADZKI
WYWÓZ GRUZU
WYWÓZ STARYCH MEBLI
DLA KAŻDEGO BUDŻETU

NON STOP

Tel. 0496 91 11 42 Sławek

USŁUGI TRANSPORTOWE

⇒ PRZEPROWADZKI
⇒ PRZEWÓZ MEBLI,
MATERIAŁÓW BUDOWLANYCH
⇒ WYWÓZ GRUZU

WINDA

CENY DOSTĘPNE

Kontakt
0485 93 47 21 Antoni



10m³




22m³

LIFT • PRZEPROWADZKI TRANSPORT

Lift, przeprowadzki osób prywatnych, biur, wywóz gruzu, przewóz materiałów budowlanych itd. Transport rzeczy - 30m³ oraz laweta.



0477315651

CEZAR & PAWEŁ Tel. 0485 978 543

KREW DAREM ŻYCIA

Czy wiesz, że Twoja krew
może uratować aż trzy życia?

Nie musisz być lekarzem by pomóc.

Oddając krew, pomagasz i ratujesz życia!

Odwiedzając nową stronę na facebooku

KREW DAREM ŻYCIA-BELGIA

możesz dowiedzieć się gdzie znajdują się
najbliższe punkty krwiodawstwa.

Odwiedź, dowiedz się i do ataku!

Grupa ACA (DDA/DDD) «Nadzieja»

Wspólnota mężczyzn i kobiet,
którzy wyrosli w otoczeniu,
gdzie miały miejsce
uzależnienia lub dysfunkcje.

Spotkania we wtorki o godz 19-stej

Adres: Petite Rue des Loupes 68 A,
1070 Anderlecht
Tel. 0484 08 51 49

Grupa Al-Anon „Misja”

zaprasza na spotkania wszystkich,
którym bliski jest problem alkoholowy.

Czwartek godz. 20.00,

Grupa Misja: Rue Emile Feron 153, 1060

Saint-Gilles. T. 0487 696 426

Chcesz pomóc sobie i innym? Przyjdź,
posłuchaj, zobacz.

Terapia grupowa DDA

Dla wszystkich identyfikujących się z syndromem DDA, osób dorastających w rodzinach alkoholowych. Grupa DDA to skuteczna forma terapii, pozwala odbudować poczucie własnej sprawczości i samoakceptacji. Jeśli zmagasz się z zagubieniem, poczuciem osamotnienia i niepewności, możesz sobie pomóc. Spotkania grupowe prowadzone są przez terapeutkę uzależnień w piątki 19:30 - 21:00, 2440 Geel.

Zapisy: terapiadda.geel@gmail.com

MASZ PROBLEM Z PICIEM

Polskojęzyczna Wspólnota

Anonimowych Alkoholików

Antwerpia zaprasza na spotkania

Niedziela godz. 18-20, czwartek godz.
19:30-21, sobota godz. 18-20

Lange Beldeekensstraat 18,

tel. (+32) 0484 931 102

Jeśli masz bliską Ci osobę, której picie powoduje poważne problemy. Powitamy Cię serdecznie na naszych spotkaniach grupy „Światło”.

Tu dzielimy się doświadczeniem, siłą i nadzieją.

Nasze spotkania odbywają się w każdy poniedziałek o 20h.

Petit rue des Loups 68a, 1070 Anderlecht. Tel. 0032 485 866 445

MITINGI ANONIMOWYCH NARKOMANÓW

«WOLNI I WYZWOLENI»

w każdą niedzielę, 20h30-22h30
Lange Beeldekenstraat 18

2060 Antwerpia

tel.: +32 489 897 856

email: wolniwyzwoleni@gmail.com

Pomożemy Ci w znalezieniu drogi w
życiu bez narkotyków.

On lub ona pije? Nie radzisz sobie?

Przyjdź do nas, dzielimy się swoim doświadczeniem, siłą i nadzieją. Mitingi są we wtorki od 19.30 do 21.00: Sterlingerstraat 4. 2140 Borgerhout.

Tel. 0483 67 48 26

Bardzo serdecznie zapraszamy!

Intergrupa AA „ARDENY” w Belgii

informuje że uruchomiliśmy stacjonarne spotkania Anonimowych Alkoholików.

ZAPRASZAMY na bezpłatne spotkania dla tych, którzy chcą zerwać z nałogiem lub osób które chcą wiedzieć czy problem uzależnienia ich dotyczy.

Spotykamy się po to, żeby rozwiązać problem z nadużywaniem alkoholu.

Mamy sprawdzone rozwiązanie poparte świadectwem milionów ludzi.

W ten sposób Anonimowi Alkoholicy walczą z uzależnieniem.

Aby uzyskać pomoc w AA wystarczy, że skontaktujesz się z kimś z nas.

Możesz to zrobić korzystając z infolinii na terenie Belgii: +32 488 080 063

Możesz również przyjść na mityng który odbywa się w Brukseli:

GRUPA ODNOWA 2006: poniedziałek godz 20.00, Schaerbeek 1030, rue d'Anethan 19

GRUPA QUO VADIS: wtorek godz. 20.00, Bruxelles 1000, rue Le Corrière 19

GRUPA JAK TO DZIAŁA: piątek godz. 20.00 Saint Gilles 1060, rue Emile Feron 153

Informacje na stronie internetowej: www.aaintergrupaardeny.eu

Spotkania AA -Anonimowych

Alkoholików w Antwerpii zapraszamy na
spotkania grup polskojęzycznych AA:

- Grupa „Krok po Kroku”

czw. godz. 20.00-22.00,

- Grupa „Nadzieja”

sob. godz. 18.00-20.00,

- Grupa „Victoria”

niedz. godz. 18.00-20.00

Adres: 2600 Antwerpia,

Langebeeldekenstraat 18.

Tel.: +32 484 93 11 02

e-mail: antwerpen.aa@gmail.com

ANONIMOWI HAZARDZISCI

Informacje na temat uzależnienia od
hazardu oraz zdrowienia
pod numerem; +32 485 869 003

Grupa ACA (DDA /DDD) – Exodus

Wspólnota mężczyzn i kobiet, którzy wyrosli w otoczeniu, gdzie miały miejsce uzależnienia lub dysfunkcje.

Poniedziałek godz. 20.00, Rue Jourdan 80, 1060 Saint Gilles, E-mail: dda.exodus.bruksela@gmail.com

(grupa spotyka się stacjonarnie)

AMBASADA RP W BRUKSELI

Rue Stevin 139, 1000 Bruxelles
tel: +32 (0) 2 736 18 81
tel: +32 (0)2 739 01 01
fax: +32 (0)2 736 18 81
www.bruksela.msz.gov.pl

WYDZIAŁ KONSULARNY AMBASADY RP W BRUKSELI

Rue des Francs 28, 1040 Etterbeek
Zapisy na spotkanie:
http://www.e-konsulat.gov.pl
tel: +32 (0)2 780 45 02
fax: +32 (0)2 736 04 64
www.bruksela.msz.gov.pl
tel. alarmowy: +32 (0) 492 727 405
(po godz. pracy urzędu) wyłącznie
w nagłych wypadkach / zagrożenie życia
(zgon, wypadek, narażenie życia)

SZKOŁA POLSKA IM. J.LELEWELA PRZY AMBASADZIE RP W BRUKSELI

Adres do korespondencji:
rue du Bemel 29, 1150 Woluwe Saint-Pierre
Siedziba szkoły: bd de la Woluwe 22-24
1150 Woluwe Saint-Pierre
tel/fax: 02 772 35 80
e-mail: sekretariat.bruksela@orpeg.pl
www.bruksela.orpeg.pl

SZKOŁA POLSKA IM. JANA PAWŁA II PRZY PWK

rue d'Angleterre 43, 1060 Bruxelles
tel: 0473 74 38 54
e-mail: sekretariat.pwk@orpeg.pl
www.pmk.orpeg.pl

SZKOŁA POLSKA IM. GEN. S.MACZKA PRZY AMBASADZIE RP W BRUKSELI Z SIEDZIBĄ W ANTWERPII

Siedziba: Jodenstraat 15, 2000 Antwerpen
tel: +32 3 226 92 12
tel: +32 475 965 158
sekretariat: 0032 489 377 714
www.antwerpia.orpeg.pl

POLSKIE CENTRUM KSZTAŁCENIA IM. JANA PAWŁA II W BRUKSELI

Ecole Notre-Dame de la Paix
av. Félix Marchal 50, 1030 Bruxelles
tel: 02 705 61 18
tel: 0486 38 40 07
e-mail: teresa@arszagi.eu
www.szkoła.be

POLSKA SZKOŁA IM. JANA BRZECHWY W SOIGNIES

Pl. Van Zeeland, 33 7060 Soignies
tel: (+32) 491 33 49 80
e-mail: sekretariat@szkolasoignies.be
www.szkolasoignies.be

POLSKA SZKOŁA W LEUVEN im. MARII SKŁODOWSKIEJ-CURIE przy Stowarzyszeniu DASKALIA

przedszkole – zerówka – szkoła – biblioteka
tel: 0468 485 005
tel: 0486 231 432
e-mail: przedszkole@daskalia.eu
e-mail: szkola@daskalia.eu
www.daskalia.eu

POLSKA SZKOŁA W LEUVEN im. WISŁAWY SZYMBORSKIEJ

tel: (+32) 0472 286 925 / szkoła
tel: (+32) 0489 305 905 / przedszkole
e-mail: szkolawleuven@gmail.com
www.polskaszkolaleuven.eu

POLSKA SZKOŁA EDUGANDAWA

Freinetmidschool, Offerlaan 3, 9000 Gent
tel: (+32) 484 691 801
e-mail: edugandawa@gmail.com
www.szkoła.edugandawa.be

INSTYTUT JĘZYKA I KULTURY POLSKIEJ IM. POLSKICH LOTNIKÓW W GANDAWIE

Sint-Josefstraat 7, 9041 Gent
tel: 0486 34 25 34
e-mail: dyrektor@instytutgent.be
www.instytutgent.be

POLSKA SZKOŁA POLAK MAŁY W HASSELT

Zajęcia odbywają się: Scholen Kindsheid Jesu
Kempische Steenweg 400, 3500 Hasselt
tel: 0470 52 42 06
e-mail: polskaszkolahasselt@gmail.com

PUNKT KONSULTACYJNO- INFORMACYJNY W BRUKSELI

rue d'Angleterre 43, 1060 Bruxelles
(porady psychologa, logopedy,
pedagoga i asystenta socjalnego)
tel: 0475 397 514

PUNKT KONSULTACYJNO- INFORMACYJNY W ANTWERPII

Sint Jan Berchmanscollege,
Jodenstraat 15, 2000 Antwerpen
(porady psychologa, logopedy i pedagoga)
tel: 0471 711 269
czwartek, godz. 18.00 - 20.00
(wizyty tylko na umówione spotkanie)

POLSKA MISJA KATOLICKA

Rue Jourdan 80, 1060 Saint-Gilles
tel: 02 538 30 87
www.pmkbruksela.com

POLSKA MISJA KATOLICKA NA SCHAERBEEK

Kościół Św. Elżbiety
Rue Portaels 24, 1030 Schaerbeek
tel: 02 242 56 50

POLSKA PARAFIA PRAWOSŁAWNA PW. NARODZENIA BOGURODZICY W BRUKSELI

Rue de la Floraison 35, 1070 Bruxelles
tel: +32 489 86 91 16
e-mail: xpawelcecha@gmail.com
www.orthopol.be

POLSKI KOŚCIÓŁ EWANGELICZNY

Avenue Huart Hamoir 143, 1030 Bruxelles
tel: 0497 75 82 22
e-mail: churchofgodbe@gmail.com
www.polskikosciol.be

CENTRUM ANTYPRZEMOCOWE ELLES POUR ELLES/ KOBIECY DLA KOBIEC „PRZEŁAMAĆ CISZĘ”

tel: +32 466 90 17 02
e-mail: epe.bruksela@gmail.com

PRZEMOC W RODZINIE

tel: 0800 30 030 / bezpłatny
Pomoc w jęz. fr. i ang. dla osób,
które są ofiarami przemocy domowej.
tel: 1712 / bezpłatny
Pomoc w sytuacjach przemocy, znęcania się
i wykorzystywania dzieci, w jęz. nl. i ang.

PRZEMOC MIĘDZY PARTNERAMI

Malwina: 0471 01 23 40,
malwinabelgia@gmail.com
Telefon zaufania: 106/107

SZTAB POMOCY BELGIA

tel: 02 315 41 86
e-mail: info@helpcentre.be
FB sztabpomocybelgia

POGOTOWIE POGRZEBOWE 24h/24h

tel. 0487 103 778, W. Oleksiewicz

SZPITAL CHU Hopital Saint Pierre CHU

Rue Haute 322, 1000 Bruxelles
tel: 02 535 31 11
tel: 02 535 43 60 / pogotowie dzieci
tel: 02 535 40 55 / pogotowie dorośli

WAŻNE TELEFONY ALARMOWE

Europejski numer alarmowy: 112
Policja: 101
Child Focus: 116 000
Centre de prévention suicide: 0800 32 123
Centrum toksykologiczne: 070 245 245
Dyżur dentystyczny: 02 426 10 26
Dyżur lekarzy: 02 201 22 22
lub: 02 513 02 02
Taxi Bleus: 02 268 00 00

ŚWIĘTA I DNI WOLNE W BELGII W 2023 r.

9 kwietnia	niedziela	Wielkanoc / Pâques / Pasen
10 kwietnia	poniedziałek	poniedziałek Wielkanocny / lundi de Pâques / Paasmaandag
1 maja	poniedziałek	Święto Pracy / Fête du travail / Feest van de Arbeid
18 maja	czwartek	Wniebowstąpienie Pańskie / Ascension / O.L.V. Hemelvaartsdag
28 maja	niedziela	Zielone Świątki / Pentecôte / Pinksterdag
29 maja	poniedziałek	poniedziałek po Zielonych Świątkach / lundi de Pentecôte / Pinkstermaandag
21 lipca	piątek	Święto Narodowe Belgii / Fête nationale / Nationale feestdag
15 sierpnia	wtorek	Wniebowzięcie NMP / Assomption / O.L.V. Hemelvaart
1 listopada	środa	Wszystkich Świętych / Toussaint / Allerheiligen
11 listopada	sobota	Zawieszenie Broni / Armistice / Wapenstilstand
25 grudnia	poniedziałek	Boże Narodzenie / Noël / Kerstmis

WAKACJE SZKOLNE 2023 – 2024 r.

	Walonia / Bruksela	Flandria
Ferie karnawałowe:	20.02 – 3.03.2023	20.02 – 25.02.2023
Ferie wiosenne:	1.05 – 12.05.2023	3.04 – 14.04.2023
Wakacje letnie:	8.07 – 28.08.2023	3.07 – 31.08.2023
Ferie jesienne:	23.10 – 3.11.2023	30.10 – 3.11.2023
Ferie zimowe:	25.12.23 – 5.01.2024	25.12.23 – 5.01.2024

PRZEWOZY PASAŻERSKIE

Piotr PUZAN

Wyjazd z Polski:
sobota, niedziela (rano)
tel. 85 655 29 88
606 342 083
694 302 739

Wyjazd z Belgii:
niedziela, poniedziałek,
wtorek
tel. 0496 90 26 42
0476 31 78 26

8m

Wyjazdy ekologiczne. Bus 9 i 16 miejsc
FAKTURY VAT

TRANSPORT AUT NA LAWECIE

WYJAZDY Z POLSKI

środa, piątek
sobota, niedziela
tel. 508 530 452
888 743 616

WYJAZDY Z BELGII

czwartek, piątek, niedziela
poniedziałek, wtorek, środa
tel. 0489 764 566

Białystok
Białsk Podlaski
Brańsk

Przewóz osób **MARIUSZ**

TRANSPORT MATERIAŁÓW BUDOWLANYCH

klimatyzacja
DVD
w standardzie

BELGIA-HOLANDIA-NIEMCY

Marcin Białystok - Podlasie

Wyjazdy z Belgii: poniedziałek,
środa, czwartek, sobota, niedziela
gsm: 0484 92 97 28

Wyjazdy z Polski: wtorek,
środa, piątek, sobota, niedziela
tel.: 0048 790 818 292
085 741 69 57

- przewóz osób
- przeprowadzki
- dostawa materiałów budowlanych
- przewóz paczek, przesyłek
- dowóz z adresu na adres
- komfortowa podróż: DVD, WiFi
- atrakcyjne ceny



Przewozy krajowe
i międzynarodowe

BELGIA - NIEMCY - HOLANDIA

Odbiór pasażerów i przesyłek ze wskazanego adresu
i dowóz pod ustalony adres

z Polski
sobota, niedziela, środa
+48 602-664-771
+48 85 747-00-01

z Belgii z Holandii z Niemiec
poniedziałek, wtorek, piątek, niedziela
+32 485-466-625

www.jumper-bus.pl

LICENCJONOWANY PRZEWÓZ OSÓB

SIEMIATYCZE-BIAŁYSTOK

"Daniel"
Daniel Boratyński

Wyjazdy z Polski
wtorek, środa
0602 173 007

Wyjazdy z Belgii
środa, czwartek, piątek
0497 329 097 non stop

Dvd
Klimatyzacja

TRANSPORT MATERIAŁÓW BUDOWLANYCH, AUT
PRZEPROWADZKI TIREM

Krzysztof Skowroński

Bruksela/Antwerpia-Białystok/Brańsk
Przewóz materiałów budowlanych

Mercedes Sprinter
KLIMATYZACJA • TV • DVD

PRZEWÓZ OSÓB
BELGIA - POLSKA

Białsk Podlaski i Ciechanowiec



wyjazd z Polski:
sobota
tel.: 0048 85 73 94 179
0048 0606 37 99 66

wyjazd z Belgii:
niedziela, poniedziałek
base: 0495 712 781
proximus: 0475 851 455

MIREK
WOROBIEJ

PRZEWÓZ OSÓB

Polska Belgia

wyjazdy z Polski:
środa

wyjazdy z Belgii:
piątek

T. 604 644 653 Polska
T. 0484 866 526 Belgia



Mirek

POLSKA NIEMCY HOLANDIA BELGIA

KAROL

PRZEWÓZ OSÓB



Wyjazdy z Polski - środy, czwartki
Wyjazdy z Belgii - piątki, soboty

Tel. Belgia: 0489 33 50 91
Tel. Polska: 500 301 836, 517 987 915

Przewóz osób **Belgia - Holandia - Niemcy**

Jarosław MARKOWSKI

Wyjazd z Polski:
sobota
tel. dom: (085) 73 76 300
tel. kom: 0606 336 751

Wyjazd z Belgii:
niedziela, poniedziałek
mob: 0495 49 34 55



AUTO-HOLOWANIE + WYSTAWIANIE FAKTURY VAT

GAZETKA

TWOJA REKLAMA TUTAJ?

Skontaktuj się z nami:

0474 87 71 50 od poniedziałku do soboty
0497 19 86 11 w godzinach 9.00 - 19.00

info@gazetka.be
gagorowskaedyta@gmail.com

Etka i Warmia/Mazury →

Postój: Hotel des Monnaies, sobota 18.00-19.00

Zbigniew Stańczuk

Wyjazdy z Polski
piątek rano
Tel/fax: (087) 620 14 83
Kom: 0 603 190 615

Wyjazdy z Belgii
sobota 19.00
Niemcy: 0049 178 364 1241
Belgia: 0 478 985 415 gsm

ŻWIREK

telefony Polska
692 451 106
085 656 06 93

telefony Belgia
base. 0488 57 83 76

TV
DVD



Wyjazdy z Belgii wtorek, środa, czwartek Wyjazdy z Polski niedziela, poniedziałek

POLSKA - BELGIA



Marek Sadowski

wyjazdy z Polski
WTOREK, ŚRODA
tel. 608 264 049

wyjazdy z Belgii
CZWARTEK godz. 19.00,
PIĄTEK, SOBOTA
tel. 0484 122 163

DVD
klimatyzacja

Odbiór z domu - podwóz pod wskazany adres

Mariusz Boratyński

PRZEWOZY PASAŻERSKIE

WYJAZD Z POLSKI WTOREK, ŚRODA
WYJAZD Z BELGII CZWARTEK, PIĄTEK
+48 519 820 450 +32 498 061 599

transport paczek, przesyłek, materiałów budowlanych, przeprowadzki woj. podlaskie, mazowieckie, łódzkie, wielkopolskie, lubuskie
Siemiatycze - Białystok

RADEK PRZEWÓZ OSÓB BIAŁYSTOK I OKOLICE

wyjeżdżamy w każdy dzień tygodnia

wyjazdy z Polski T. +48 882 144 879
wyjazdy z Belgii T. 0485 022 558

Przewóz osób BRUKSELA - BIAŁYSTOK

Wojtek i Łukasz Borowik



MERCEDES SPRINTER
VIDEO + KLIMATYZACJA

Do Państwa usług od 1993 roku

Wyjazdy z Belgii
SOBOTA
wyjazd po południu
tel: 0495 48 79 15
tel: 0472 48 43 79

Wyjazdy z Polski
CZWARTEK
tel: (085) 66 13 778
tel: 0604 355 395

Jarosław Pochodin Międzynarodowy Przewóz Osób



Wyjazdy z Białegostoku: piątek, sobota
+48 603 199 420
Wyjazdy z Brukseli: sobota, niedziela
+32 495 478 987

TRANSPORT AUT NA LAWECIE Jarosław Pochodin

Przewóz osób i przesyłek Bruksela-Białystok

Grzegorz Baworski



z Brukseli:
NIEDZIELA, PONIEDZIAŁEK,
WTOREK, ŚRODA,
CZWARTEK, PIĄTEK
tel. 0495-737-565 Base
tel. 0495-333-404

z Polski:
SOBOTA, NIEDZIELA,
PONIEDZIAŁEK, WTOREK,
ŚRODA
tel: 85-746-45-16
kom. 602-176-530



klimatyzacja i DVD

Faktura VAT
DVD
KLIMA



Wyjazdy z Belgii
niedziela, poniedziałek
Tel: 0479 505 504

Wyjazdy z Polski
sobota, niedziela
Tel: 608 805 446
tk73@op.pl

PODLASIE I PRZY TRASIE A2
BELGIA, HOLANDIA, NIEMCY

ŁUKASZ

Z POLSKI
NIEDZIELA, ŚRODA
T. +48 790 487 473

Z BELGII
PIĄTEK, PONIEDZIAŁEK
T. +32 477 24 49 53

PRZEWÓZ OSÓB, PACZEK, TOWARU, MEBLI ITP.

PRZEWÓZ OSÓB Białystok - Bruksela

Przeprowadzki



"Gustaw"
Gaiński Gustaw

Przesyłki

Wyjazd z Białegostoku:
środa, sobota
tel. (085) 663 34 13
kom. 608 536 788

Wyjazdy z Belgii:
piątek, niedziela,
poniedziałek
Prox: 0476-606-932
Base: 0486-247-720

WYJAZD Z POLSKI - PIĄTEK ok. 18.00 WYJAZD Z BELGII - NIEDZIELA ok. 11.00

MAZURY - ELK

TRANSPORT OSÓB I PACZEK

ZAKUPY SPOŻYWCZE NA ZAMOWIENIE



MARMAT TRANS
TRANSPORT POLSKA-NIEMCY-BELGIA

+48 509 503 788 (PL) +32 471 87 09 77 (BE)

Leszek Łapy
LECHU-TRANS

Belgia - Holandia - Niemcy

PL +48 514 380 058
BE +32 493 753 969



Wyjazd z Polski Środa-Czwartek
Wyjazd z Belgii Piątek-Sobota

Oferujemy:

- przewóz osób
- przewóz materiałów budowlanych, okien, mebli, itp.
- przeprowadzki
- transport lawetą do 3 aut
- transport maszyn rolniczych

EKSPRES BUS
Sokołów Podlaski



Wyjazdy z Polski - sobota
Wyjazdy z Belgii - niedziela godz. 12.00 od godz. 8.00 do 9.00 stoimy na Porte de Halle

Telefon
be: 0483 24 26 38
pl: 880 636 276
pl: 608 049 464

Dodatkowe informacje
www.ekspresbus.com.pl
Sławomir Horowicz

Trasa: Poznań, Warszawa, Zambrów, Białystok, Łapy, Bielsk Podlaski, Sokołów

Karol PRZEWÓZ OSÓB
BELGIA • HOLANDIA • NIEMCY



MOTYL

Wyjazdy z Polski wtorek, sobota, niedziela, poniedziałek
tel. (0-85) 716 13 31
gsm: 0693 338 859

Wyjazdy z Belgii czwartek, środa, niedziela, poniedziałek
gsm: 0495 333 404

Przewóz osób DVD, KLIMATYZACJA

Polska - Bruksela



Adam Popławski

wyjazdy z Polski
WTOREK, ŚRODA
kom. 604 261 640
tel. 85 716 93 85

wyjazdy z Brukseli
CZWARTEK, PIĄTEK
tel. 0495 88 25 31



Polska-Belgia przewóz osób
NOWYM KOMFORTOWYM 9-os. SPRINTEREM z KLIMATYZACJĄ I DVD



REDDY
Grzegorz Malinowski

Wyjazdy z Brukseli w niedziele
tel. 0494 130 732

Wyjazdy z Polski w soboty i piątki
tel. +48/604 727 557, tel. +48/85 739 56 50

Białystok - Łapy - Bielsk Podlaski

www.redy.pl
gudi7@wp.pl

Przewóz osób Belgia-Holandia-Niemcy

Krzysztof DĄBROWSKI

Mercedes SPRINTER
DVD Klimatyzacja

Wyjazd z Polski
SOBOTA, PIĄTEK
Tel.: (085) 73 75 716
Kom: 0600 / 708 873

Wyjazd z Belgii
NIEDZIELA, PONIEDZIAŁEK
0496 / 41 45 22
0494 / 16 57 42
kom : 047 47 93 996

Autoholowanie

Przewóz osób, paczek i towarów

ŁUKASZ KAMIŃSKI

Wyjazdy z Polski
WTOREK, ŚRODA
tel.: 511 046 193

Wyjazdy z Belgii
CZWARTEK, PIĄTEK
tel.: 0494 90 72 45

DVD • klimatyzacja

PODRÓŻ Z NAMI TO PRZYJEMNOŚĆ DO PAŃSTWA USŁUG OD 11 LAT



TANI KOMFORT
Przewóz osób i paczek



wyjazdy z Belgii
19h00 środa, sobota, niedziela
0475 612 656

wyjazdy z Lublina
8h00 wtorek, piątek
0048 787 707 777
0048 601 240 172

PODRÓŻUJ Z NAMI, BO CI KOMFORT ZAPEWNIAMY!

**Bruksela – Antwerpia – Wrocław – Kraków
Rzeszów – Lublin – Chełm – Warszawa
Łódź – Poznań – Zamość**

GAZETKA

TWOJA REKLAMA TUTAJ?

Skontaktuj się z nami:

0474 87 71 50 od poniedziałku do soboty
0497 19 86 11 w godzinach 9.00 - 19.00

info@gazetka.be
gagorowskaedyta@gmail.com

NASZE SKLEPY OFERUJĄ PEŁEN ASORTYMENT
MATERIAŁÓW POTRZEBNYCH DO BUDOWY
I REMONTÓW, WSZYSTKO W JEDNYM MIEJSCU,
DUŻE ZAPASY W MAGAZYNIE:

- ↘ wszystkie rodzaje drzewa i materiałów
(drzwi, schody, parkiety...)
- ↘ urządzenia sanitarne
- ↘ izolacja
- ↘ maszyny
- ↘ farby
- ↘ narzędzia
- ↘ elektryczność
- ↘ ubrania robocze



2 DUŻE PARKINGI
KRYTE I NA ZEWNĄTRZ



SZYBKA OBSŁUGA
I ZAŁADUNEK POD DACHEM



PROFESJONALNY SERWIS
I PORADY EKSPERTÓW

www.watteau.be



BOIS WATTEAU ANDERLECHT

Rue Verheyden 18 – 28
1070 Anderlecht

Tel. 02/528 07 90
Fax: 02/528 07 98

e-mail: info@watteau.be

poniedziałek – piątek: 6:00 – 17:00
sobota: 7:00 – 13:00
niedziela: zamknięte

BOIS WATTEAU / SERVITECH

Chaussée de Mons 570
1070 Anderlecht

Tel. 02/521 24 22
e-mail: info@servitech.be

www.servitech.be

poniedziałek – piątek: 6:30 – 16:30
sobota: 7:00 – 12:00
niedziela: zamknięte

BOIS WATTEAU MOLENBEEK

Rue Delaunoy 114
1080 Molenbeek

Tel. 02/410 63 23
Fax: 02/413 10 09

e-mail: info@watteau.be

poniedziałek – piątek: 6:30 – 16:30
sobota: 7:00 – 13:00
niedziela: zamknięte



MATERIAŁY BUDOWLANE



ZAPRASZAMY
DO NOWEGO
SKLEPU
WATTEAU NORDIC!

13 Chaussée de Vilvorde
1020 Laeken



- ↘ powierzchnia
8150 m²
- ↘ szeroki wybór
produktów:
drewno, beton,
narzędzia, maszyny,
ubrania, farby,
izolacje
- ↘ strzeżony parking
- ↘ serwis dostawczy



BOIS WATTEAU NORDIC

13 Chaussée de Vilvorde
1020 Laeken

(na północy Brukseli,
blisko Galerii Docks, Ring i A12)

Tel. 02/216 81 03

poniedziałek – piątek: 6:00 – 17:00

sobota: 7:00 – 13:00

niedziela: zamknięte

Watteau
SINCE 1903
NORDIC



Już teraz bony
żywnościowe
o wartości 8 €

Szukasz pracy w
dienstencheques?
Oferujemy atrakcyjne stawki!*

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

*dla osób posiadających własnych klientów

Oferujemy również atrakcyjne
bonusy: premię „powitalną”, premię
„za polecenie firmy”, premię
„motywacyjną”, itp.

Chaussée de Waterloo 117, 1060 Saint-Gilles
Avenue Rogier 411, 1030 Schaerbeek
Steenweg naar Halle 12, 1652 Alsemberg
Italiëlei 213, 2000 Antwerpen
0489 95 44 33 Bruksela
0485 46 06 06 Bruksela
0488 01 20 00 Antwerpia



 **EUROPORTES & M.I. Services**
SPRL

Dziękamy
na rynku
belgijskim
od 1992 r.

DRZWI ANTYWŁAMANIOWE

- Produkcja na wymiar
- Apartament, ulica, piwnica
- Certyfikaty (benor – bosec)
- Drzwi garażowe

Autoryzowany instalator I.S.I.B.

Okna: ALU, PVC, drewno

- systemy przeciwsłoneczne
- rolety, żaluzje, moskitiery

Krótkie terminy dotrzymane

Montaż wykonany przez właściciela firmy



PORTES RÉSISTANTES AUX EFFRACTIONS

- Portes sur mesure
- Appartement, rue, cave
- Portes blindées et coupe-feu G-Block
- Portes de garage

Installateur agréé I.S.I.B.

Châssis: ALU, PVC, bois

- stores extérieurs Screen
- volets monoblocs ou mini-caisson

Respect des délais

Des professionnels à votre service

Kontakt w jęz. polskim / Contact en français

☎ 0477 20 30 50

✉ irek@skynet.be

☎ 02 428 56 05

✉ info@europortes.be

www.europortes.be

