

KONTAKTY®



NR 351 | MAJ | 2024

1995-2024

TEL.: 030 / 324-16-32, FAX 030 / 375-91-850

e-mail: webmaster@kontakty.org

www.kontakty.org

FINANSOWANE PRZEZ:



Ambasada
Rzeczypospolitej Polskiej
w Berlinie

Przedsięwzięcie jest współfinansowane
ze środków polonijnych
Ministerstwa Spraw Zagranicznych,
za pośrednictwem Ambasady RP w Berlinie



Die Beauftragte der Bundesregierung
für Kultur und Medien

Projekt jest współfinansowany ze środków
Pełnomocnika Rządu Federalnego
ds. Kultury i Mediów Republiki Federalnej Niemiec



FUNDACJA WSPÓŁPRACY
POLSKO-NIEMIECKIEJ
STIFTUNG
FÜR DEUTSCH-POLNISCHE
ZUSAMMENARBEIT

WSPÓLORGANIZOWANY PRZEZ:



PARTNERZY MEDIALNI:



POLSKA360

DZIEŃ

RAZEM WE WSPÓLNEJ EUROPIE

20-lecie wejścia Polski do UE

POLONIU

NIEDZIELA 26 MAJA 2024, OD GODZ. 11.00

Ratusz Reinickendorf, Eichborndamm 215, 13437 Berlin.

Dojazd: U-Bahn 8 – Rathaus Reinickendorf



Polska Rada Związków Krajowych w Berlinie zaprasza
do wspólnego świętowania **DNIA POLONII 2024**

W PROGRAMIE:

- Grupa folklorystyczna „**KRAKOWIACY**” z Berlina
- Zespół Pieśni i Tańca „**KOMORNO**” z Kędzierzyna-Koźle
- Młodzieżowa Orkiestra Dęta Zespołu Szkół Żeglugi Śródlądowej z Kędzierzyna Koźla
- Diakonia Flagowa SNE św. Bartłomieja – PMK w Berlinie
- Zespół muzyczny „**GRIT-IN-GEARS**” z Berlina
- Zespół muzyczny „**BLOODY KISHKA**” z Berlina
- Zespół muzyczny „**NEW VOICE SYSTEM**” z Berlina
- Zespół muzyczny **RJO-Schulband** Berlin
- Szkolna Grupa Muzyczna z Primo-Levi-Gymnazjum Berlin
- Grupa muzyczna „**MEINE LIEBLINGSBAND**” z Berlina
- Młodzieżowy Duet z Ukrainy
- Teatr „**Bez Paniki**” PTS „Oświata” z Berlina: „**Smoki i potwory**”
- Gwiazda wieczoru: **Zespół „PRZEKORA – TRIBUTE TO KORA”**

Drogi Czytelniczki, Drodzy Czytelnicy!

Życie jest podróżą. Nasz statek wypłynął z obszarów szarych i zimnych, zanurza się teraz w zieloność i słońce. Wydawać by się mogło, że płyniemy ku lepszemu, ale podróż nasza bywa trudna, a wiatry nie zawsze są sprzyjające. Okoliczności, w których przyszło nam płynąć, napawają niepokojem. Czy przed nami otwarte wody oceanów, czy może pływanie w kółko we „wrzącym kotle”? Takiej metafory użył w swoim tekście Bogusław Sypień. Autor pisze „W tym wrzącym kotle jesteśmy my. Świat oszalał, ludzie zapomnieli, że żyje się tylko raz, że życie to podróż i warto zadbać, aby była piękna i spokojna.”

W majowym numerze naszego miesięcznika stawiamy zatem sobie pytania, na co mamy wpływ, co możemy zrobić, jak się nie poddawać, no i czy można sobie jakąś tę naszą podróż umilić. Mimo wszystko. Być może nawet na przekór czasom.

Bogusław Sypień odpowiada: Grillując. I niech wam się nie wydaje, że wszystko o grillowaniu wiecie! Na wszelki wypadek kucharz przypomina, jaka kiełbasa najlepiej się sprawdzi. A nie każda! Ponadto kucharz dzieli się jak zwykle swoją wiedzą historyczną. W „czasach saskich” znajomość robienia kiełbasy były bardzo pożądaną umiejętnością. Podobno kucharz szlachecki musiał znać 12 sposobów przyrządzenia kiełbasy, z kolei pański kuchmistrz takich metod musiał znać już 24! A jak jest z nami? Przynajmniej się. Czy nacinacie kiełbasę na grilla? Czy należy to robić? Oto jest pytanie!

W podróżowaniu ważne jest zdobywanie doświadczeń, ale też karmienie oczu i zabawa. Wraz z Martą Janik polecamy majowe wydarzenia w Berlinie. A jest w czym wybierać. Na początek giełda terrarystyczna, podczas której wystawcy z całych Niemiec oferują szeroką gamę jaszczurek, węży, pajaków, owadów, legwanów, kameleonów, tarantuli, skorpionów, modliszek, żmij i pytonów. Z pewnością pocujemy się tak, jakbyśmy odwiedzali egzotyczne dalekie kraje. W maju czekają też na nas Festiwal folklorystyczny i dziecięcy w Staaken, Festiwal Wiosny i Szparagów Primavera, Berlińskie Spotkania Teatralne, Karnawał Kultur czy Międzynarodowy Dzień Muzeów.

Nie zabraknie również okazji do świętowania. Maj to miesiąc wszystkich mam. „Mama. Nie matka, matula, mamuśka, mamcia, mamuś. Mama. Powtórzona dwa razy krótka sylaba. Ta całkiem pierwsza, bo dźwiękonaśladowcza - najłatwiejsza do wygenerowania przez malucha, który wyrobiwszy sobie odruch ssania, odciągnięty od piersi, wypowie tak mocno wy-czekane, wymarzone przez nią pierwsze słowo, właściwie tak naprawdę nie zdając sobie z tego nawet sprawy - „ma, ma” - pisze w swoim felietonie Anna Burek. Zachęcamy do przeczytania tego wzruszającego tekstu.

A na koniec myśl pisarza Marka Twaina, który w niejedną podróż wyruszył i niejedną statek widział: „Nie ma czasu - tak krótkie jest życie - na sprzeczki, przeprosiny, zawiść, wyjaśnienia. Jest tylko czas na kochanie, i to w tej chwili, że się tak wyrażę.”

Dobrego maja!
Redakcja

Verein für Interkulturelle Begegnungen e. V. lädt ein:
Projekt zum 130. Geburtstages des Lyrikers Julian Tuwim

TUWIM FÜR JUNG UND ALT TUWIM DLA MAŁYCH I DUŻYCH

Samstag, 25.05.2024, 19:00 Uhr

Katharina-Heinroth-Grundschule,
Münstersche Straße 16, 10709 Berlin

Małgorzata & Marek Picz – Gesang
Uwe Neumann – Moderation

Dariusz Cetner – Flügel
Dariusz Blaszkiewicz – Geige
Janusz Lewandowski – Kontrabass
Edward Piniuta – Schlagzeug

Tanzgruppe KRAKOWIACY



EINTRITT FREI, Anmeldung unter:
interkulturelle.begegnungen@gmx.de

Veranstalter: Förderung:



Die Beauftragte der Bundesregierung
für Kultur und Medien



POLNISCHES
INSTITUT
BERLIN

Spis treści

PRAWO / ADWOKACI	str. 9
TŁUMACZE	str. 11
NIERUCHOMOŚCI - kupno, sprzedaż, wynajem	str. 12
FINANSE / KSIĘGOWOŚĆ / UBEZPIECZENIA	str. 15
NAUKA / PRACA	str. 17
ZDROWIE	str. 20
KOSMETYKA / URODA	str. 22
USŁUGI / INNE	str. 23
KUPNO / SPRZEDAŻ	str. 23
MATRYMONIALNE / TOWARZYSKIE	str. 25
MOTORYZACJA / TRANSPORT	str. 25

Polskie mamy w Berlinie - kim są?

Prawdopodobnie żadne badania, opracowania naukowe czy statystyki nie powiedzą nam tyle o polskich mamach w Berlinie, co Facebookowa grupa "Mamuśki z Berlina - dla wszystkich Kobiet". O tym, jak zmieniły się wyzwania stojące przed mamami na przestrzeni ostatnich lat, co głównie zaprzęta ich głowy i na co można liczyć, dołączając do grupy, opowiada Anna Wysokińska - jedna z jej wieloletnich moderatorek.

Anna Burek: Pani Anno, przyjechała Pani do Berlina 16 lat temu - czy pamięta Pani początki w mieście bez szerszego dostępu do mediów społecznościowych, blogów, internetowych grup wsparcia?

Anna Wysokińska: To zabawne, bo wiele osób, nawet takich, które wychowywały się w czasach bez Internetu, nie jest już w stanie przypomnieć sobie, jak inaczej wyglądała wtedy rzeczywistość. Do Berlina przyjechałam z pięcioletnią córką, nie zając otoczenia, nie mówiąc po niemiecku i zupełnie szczerze - nie do końca wiedząc, czego się spodziewać. Zaczęłam więc od budowania sieci polskojęzycznych kontaktów - najpierw było to polskie przedszkole, potem polska szkoła. Obowiązki związane z edukacją dziecka pozwoliły mi poznać innych rodziców, którzy tak, jak ja - czekali na swoje pociechy na szkolnych korytarzach czy placach zabaw. Tak nawiązywałam pierwsze znajomości w nowym mieście i uczyłam się, jak się w nim odnaleźć - ktoś mi podsunął jakiś pomysł na spędzenie wolnego czasu, ktoś doradził lekarza rodzinnego, ktoś dał znać, gdzie można spotkać fajnych ludzi. Bardzo zależało mi na tym, by córka obracała się w polskim towarzystwie, ale i dobrze integrowała w niemieckim - to były takie rozterki, o których nie rozmawia się na spotkaniu poświęconym przygotowaniu dziecka do pierwszej komunii. Owszem, z czasem w gronie rodziców dzieci w podobnym wieku do mojego udało mi się znaleźć wspaniałych przyjaciół i zbudować grono wzajemnego wsparcia, ale to wszystko nie stało się od razu, od razu.

Kiedy odkryła Pani grupę "Mamuśki z Berlina - dla wszystkich Kobiet" na Facebooku?

Grupa została założona w 2012 roku przez Marzenę Nowak, ja do Berlina przyjechałam w 2008 roku, więc jak wspomniałam, moje początki w tym mieście były "nieinternetowe". Początkowo z czystej ciekawości dołączyłam do grupy i pamiętam, że od razu uderzyło mnie to, ile jest osób z podobnymi pytaniami, rozterkami, problemami - to pozwoliło mi na poczucie się podobną do innych, mogłam się z tymi mamami identyfikować, a co za tym idzie - czułam się mniej osamotniona w tym procesie bycia matką. Z czasem grupa zaczęła się mocno rozrastać i Marzena szukała osób chętnych do pomocy w prowadzeniu grupy jako moderatorka - zgłosiłam się, bo przede wszystkim lubię czuć się potrzebna, ale też chciałam dać coś od siebie w zamian za to, co w międzyczasie dała mi grupa. Proszę sobie wyobrazić, że obecnie jest nas 7 - jedna administratorka i sześć moderatorek w grupie ponad 6 tysięcy uczestniczek. Nierzadko słyszę złośliwe żarty na temat naszej grupy, ale gdyby były one prawdą, proszę mi uwierzyć, że nasza siódemka nie dałaby sobie rady. Ta grupa to doskonały przykład kobiecego wsparcia i przykład ogromnej siły wynikającej z poczucia wspólnoty.

Co należy do Pani zadań jako moderatorki?

Praca moderatorki to tak naprawdę bycie dostępną 24 godziny na dobę - wiem, że w niektórych grupach czeka się na zatwierdzenie posta kilka dni - nie mogę sobie tego wyobrazić w naszej grupie, bo tematy, które poruszają nasze członkinie nierzadko są awaryjne - potrzeba lekarza na już, porady na wczoraj. Pracujemy więc z dziewczynami niemalże bez przerwy i chyba z każdego możliwego miejsca - pierwsza rzecz po przebudzeniu i ostatnia przed snem to sprawdzenie, czy nie mam żadnych powiadomień, czy nikt nie cze-

ka na moją reakcję. To duża odpowiedzialność, ale też ogromna frajda czuć się potrzebną.

Nasze zadania to przede wszystkim zatwierdzanie postów i akceptowanie próśb o przyjęcie nowych członków, a właściwie członkiń, bo zasada jest taka, że nie przyjmujemy do grupy mężczyzn. Zdarzały się nam sytuacje, kiedy determinacja i chęć dołączenia do naszej grupy niektórych mężczyzn była tak duża, że tworzyli fałszywe profile pod damskimi imionami, by zostać przyjętym, niektórzy z kolei traktują tę grupę jako zbiór ofert matrymonialnych. Ta grupa zdecydowanie temu nie służy, a naszym zadaniem jest dopinanie, by składała się jedynie z kobiet - to ma być dla nich bezpieczna przestrzeń, w której są między sobą, mogą poradzić się w dowolnych kwestiach, a tematy związane ze związkami, ojcostwem czy partnerstwem należą do tych bardzo często poruszanych. Poza tym monitorujemy też posty, które są na grupie zamieszczane - mamy bardzo szczegółowy regulamin, który jasno mówi, co można, a czego nie należy ogłaszać na grupie. Ostatnio ze strony mam młodszych dzieci pojawiła się prośba o wprowadzenie możliwości sprzedaży drobnych rzeczy - to też wymaga dużej uwagi, bo nie możemy akceptować każdej oferty - niektóre produkty po otwarciu czy częściovym zużyciu nie są już bezpieczne dla maleństw. Dla uczestniczek grupy to nowa możliwość, dla nas - duża odpowiedzialność i kolejny obowiązek. No i najważniejsze - dbamy o dobrą atmosferę. To znaczy, że jeśli zdarza się nam widzieć nieprzyjemne lub krzywdzące komentarze - reagujemy stanowczo, nie pozwalając na to, by rozmowa przerodziła się w konflikt. Choć muszę przyznać, że takie sytuacje nie zdarzają się często - każda z nas wie, po co jest ta grupa i raczej stara się wspierać inne mamy niż krytykować czy wytykać błędy.

Wspomniała Pani, że to grupa tylko dla kobiet - czy muszą być mamami?

Nikt nie weryfikuje tego, czy ktoś jest mamą czy może już mamą mamy, czyli babcią. Pozwalamy wszystkim kobietom na dołączenie do grupy - przecież dla osoby, która dopiero stara się o dziecko tematy związane z planowaniem ciąży, opieką lekarską, kwestiami prawnymi, a potem - szukaniem położnej, kity, szkoły są nierzadziej istotnie niż dla mam kilkunastoletnich lub prawie dorosłych dzieci. Co ważne, w grupie można znaleźć wsparcie na każdym etapie macierzyństwa właśnie dlatego, że jako członkinie jesteśmy w różnym wieku, z różnym stażem i różnymi doświadczeniami - to dlatego tak chętnie dołączają do nas stale nowe osoby. To jest ogromna baza wiedzy zgromadzona w jednym miejscu, dodatkowo z możliwością współuczestniczenia w jej budowaniu oraz zadawania pytań, na które w większości ktoś odpowiada w ciągu kilku minut. Proszę sobie wyobrazić, ile załobyśmy otrzymały wsparcia czy porady w urzędzie czy innej instytucji - trzeba umówić termin, zwolnić się z pracy, by na niego przyjechać, zgromadzić dokumentację, by często usłyszeć, że trafiłyśmy pod zły adres lub otrzymałyśmy broszurę informacyjną, którą znaleźć można online. Nasze członkinie dzielą się takimi doświadczeniami na grupie, co sprawia, że nierzadko nie marujemy czasu na stanie w kolejkach do instytucji, które nie są przystosowane do naszych potrzeb.

Nie ma Pani jednak wrażenia, że kontakty internetowe dają poczucie bezkarności i przyzwolenie na zachowania, które jednak nie byłyby akceptowane na przykład we wspólnym urzędzie?

Oczywiście, interakcje w Internecie wiążą się z tym, że łatwiej powiedzieć, czy raczej napisać, coś, za co nie trzeba brać odpowiedzialności, bo na zdjęciu profilowym mamy kotka a podpisujemy się fikcyjnym nazwiskiem - takie sytuacje się zdarzają i będą zdarzać. Jeśli o chodzi o weryfikację treści, nawet jeśli ktoś próbuje kogoś celowo wprowadzić w błąd, zaraz wyłapie to cały szereg dziewczyn, więc o to nie ma się co martwić. Brakuje nam nadal odpowiednika etykiety grzecznościowej, jeśli chodzi o zachowania w Internecie, a dodatkowo anonimowość sprzyja sytuacjom, w których ktoś może pozwalać sobie na inne zachowania niż te, na które zdobyłyby się w bezpośrednim, osobistym kontakcie. Jak już jednak mówiłam, jako moderatorki dbamy o pozytywną atmosferę w grupie i osobiście wiedzemy więcej plusów niż minusów tego, że można w niej zadać pytanie lub zamieścić post jako osoba anonimowa. Proszę sobie wyobrazić sytuację przemocowego związku, trudny przebieg sprawy rozwodowej, podejmowanie decyzji o rozstaniu czy odebraniu praw rodzicielskich - w takich sytuacjach osoba potrzebująca pomocy najczęściej nie prosi o nią ze względu na strach przed stygmatyzacją. Pójście do urzędu, wykonanie telefonu wymaga ujawnienia o sobie pewnych danych, a Internet umożliwia otrzymanie wsparcia przy jednoczesnym zachowaniu anonimowości.

Wspomniała Pani już o kilku tematach głównie interesujących mamy z grupy - czy na podstawie tego, jak zmieniają się główne wątki w grupie, może Pani potwierdzić, że wyzwania stawiane przed mamami zmieniły się na przestrzeni lat?

Oj tak, obserwując to, co zajmuje obecnie młode mamy i porównując do tego, czym ja martwiłam się jako mama małego dziecka, mogę z pewnością potwierdzić, że czasy się zmieniały. Kilkanaście lat temu główne wątki w grupie dotyczyły miejsc, w których można przyjemnie i bezpiecznie spędzić czas z maluchem, porad związanych z wychowywaniem dwujęzycznym i integracją w nowym miejscu zamieszkania. Ludzie szukali kontaktu z drugim człowiekiem, nawiązywali przyjaźnie, spędzali razem czas i organizowali go swoim dzieciom. Obecnie obserwuję coraz więcej problemów związanych z szukaniem mieszkania, brakiem miejsc w kitach i przedszkolach, a także - z szukaniem polecanych i sprawdzonych położnych. Młode mamy wydają się bardziej zagubione w kwestiach, które powinny być zapewnianie ze strony państwa oraz na poziomie instytucji, które odpowiedzialne są za pomoc rodzinom. Niezmiennie jednak popularnością cieszą się wątki związane ze spędzaniem czasu wolnego w ciekawych miejscach czy polecaniem wartościowych wystaw, warsztatów czy zajęć dla dzieci.

Pani Anno, a co się dzieje w momencie, kiedy kobieta przestaje już pełnić głównie rolę mamy, dzieci opuszczają gniazdo i nie potrzebują aż tyle uwagi i wsparcia? Czy te osoby pozostają w grupie "Mamuśki z Berlina - dla wszystkich Kobiet"?

Jak najbardziej! Wiem, że istnieją inne popularne grupy dla osób, które mogą ponownie bardziej skupić się na sobie - można tam porozmawiać o wyzwaniach wieku średniego, podpytać o rady związane z innymi dziedzinami życia niż macierzyństwo - sama chętnie z nich korzystam, by dowiedzieć się, co ciekawego w trawie piszczy, gdzie warto się wybrać, co poczytać, w czym wziąć udział. Jednak zawsze wracam do grupy "Mamuśki w Berlinie - dla wszystkich Kobiet" - to społeczność, która stała się dla mnie domem i nawet jeśli nie interesują mnie już osobiście kwestie związane np. z rozszerzaniem diety niemowlaka, chętnie służę swoim doświadczeniem w innych tematach, które są mi bliskie. To nie jest tak, że mamą się jest tylko do momentu, w którym dziecko osiąga pełnoletność. Doświadczenie bycia mamą jest na całe życie.

Anna Burek

Śladem dzieci z dworca Zoo

Gdy w 1978 r. powstała książka „My, dzieci z dworca Zoo”, świat po raz pierwszy tak głośno usłyszał o narkomanach, bezdomnych i nastoletnich prostytutkach z Berlina Zachodniego. Z kolei 3 lata później, na jej podstawie nakręcono film. Jak po ponad 40 latach wygląda przedstawiona w nich rzeczywistość?

„Najbardziej lubię historie o życiu, bez względu na to, czy są fikcyjne, czy prawdziwe. Bo gdy się w nich rozpoznajemy i możemy wyciągnąć coś dla siebie, lektura sprawia największą przyjemność”.

Misio zjadł i idzie spać

– Słodka puchata kulka – pomyślałem z nieukrywaniem uśmiechem na twarzy, gdy równo o 11:00, pracownicy berlińskiego zoo rozpoczęli karmienie pandy. Wkoło tłumi gapiów, w większości wycieczki Azjatów i dzieci z niemieckich przedszkoli. Mimo, że to lutowe przedpołudnie w środku tygodnia, to Zoologischer Garten Berlin, czyli berliński ogród zoologiczny, tętni już życiem. To jedno z największych zoo w Europie. I najstarsze. Jego początki sięgają 1844 roku. Leżący na terenie największego berlińskiego parku Tiergarten zwierzyniec każdego roku przyciąga do siebie kilka milionów miejscowych i turystów, którzy pragną zobaczyć pandę wielką oraz inne niezwykle zwierzęta. A tych jest tu kilkanaście tysięcy gatunków: słonie, żyrafy, kapibary, a nawet renifery.



Żeby dojść do wybiegu dla pand, trzeba przejść przez wielką azjatycką bramę

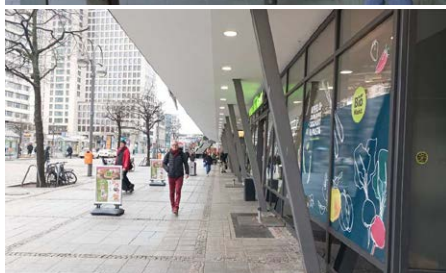
Jednak to właśnie wybieg dla pand przyciąga największą uwagę. Wyróżnia się stojącą przed nim azjatycką bramą. A wśród otaczających „mieszkanie” pand drzew i krzewów dostępne są też pojedyncze luki w barierkach. Stąd można spróbować wypatrzeć te sympatyczne niedźwiadki. Bo dopchać się do ich zagrody, jest naprawdę ciężko. Mimo tego, że obecnie w berlińskim zoo mieszka tylko jedna panda, chętnych by zobaczyć, jak zajada się pędami bambusa nie brakuje. Najbardziej zachwyceni są oczywiście najmniejsi goście. W niemal każdej alejce ogrodu można zobaczyć przedszkolanki ciągnące za sobą duże wózki, w których mieści się nawet sześćoro maluchów. W zasadzie nie są to wózki, a bardziej przyczepki, z których coś wypadła. A to jakaś czapka, a to buteleczka z soczkiem. Wśród zwiedzających usłyszeć można też język polski. – Mamo, ja chce jeszcze do misia – krzyczy po polsku wyraźnie zdenerwowany chłopiec. – Misio zjadł i idzie spać. Pójdziemy teraz do pingwinków – zdecydowała matka. – OK. W takim razie ja też idę do pingwinków – pomyślałem.



Punktualnie o godz. 11 rozpoczyna się karmienie pand

My, dzieci z dworca Zoo

Zaledwie kilkanaście minut spacerem od głównego wejścia do ogrodu zoologicznego, znajduje się Bahnhof Zoo, czyli jeden z większych dworców we współczesnym Berlinie. W czasie podziału miasta przez Mur Berliński 13 sierpnia 1961 roku stał się najważniejszym dworcem Berlina Zachodniego, i to mimo że posiadał wówczas tylko dwa perony. Jeszcze w tym samym roku otwarto obok przebiegającą z południa na północ miasta linię metra. W latach 70. i 80. tylne wyjścia dworca stały się miejscem, w którym zbierali się narkomani oraz młodociane prostytutki.



W latach 70. i 80. w tym miejscu zbierali się narkomani oraz prostytutki. Teraz są tu sklepy

W 1978 roku powstała książka „My, dzieci z dworca Zoo” będąca tekstem spisany z magnetofonowego zapisu rozmów z Christiane Felscherinow, młodą narkomanką z Berlina Zachodniego. Autorami była dwójka niemieckich dziennikarzy, przedstawiała codzienność środowiska narkomanów z dworca. Opiswane w niej wydarzenia miały miejsce w latach 1975-1977, podczas narastającej fali narkomanii wśród niemieckiej młodzieży. Natomiast tytułowy dworzec Zoo to miejsce, gdzie Christiane i wiele osób podobnych do niej, czekało na „klientów”. Prostyucja była dla młodych ludzi podstawowym sposobem zdobywania środków na codzienną działkę narkotyku.

Na podstawie książki, w 1981 nakręcono także wstrząsający film pod tym samym tytułem. Z kolei w 2021 roku premierę miał ośmiuodcinkowy serial wyprodukowany przez HBO. W 1991 r. dworzec zainspirował irlandzką grupę rockową U2 do napisania piosenki Zoo Station. „Jestem gotów. Gotów na gaz rozweselający. Jestem gotów na to, co ma nastąpić” – śpiewał Bono, lider zespołu.

Najnowocześniejsza dyskoteka Europy

Przy Genthiner Straße, ulicy położonej nieco na południe od ogrodu zoologicznego, w latach 70. i 80. XX wieku istniał klub Sound. Miejsce to reklamowano jako „najnowocześniejszą dyskotekę w Europie”. Miało to związek ze stosowanymi tam już wówczas m.in. projektorami laserowymi, czy wytwornicami dymu. Pod koniec lat 80. klub został podpalony.

ny. Dzisiaj trudno odnaleźć miejsce, w którym niegdyś się znajdował. Aż do 2007 roku kilkakrotnie próbowano go reaktywować w różnych punktach Berlina, jednak za każdym razem, z mizernym skutkiem.

To właśnie do tego klubu pewnej nocy trafiła Christiane. Okłamując matkę, że idzie uczyć się do koleżanki - Kessi, zaczyna poznawać nocne życie Berlina. To Kessi, po znajomości, wprowadziła nastolatkę na dyskotekę. Kolejnym krokiem było wejście do świata narkotyków. Już po jednej z pierwszych imprez, na peronie stacji metra Kurfürstendamm, dziewczynki spotykają matkę Kessi, która zabrania im spędzać czas razem. Christiane przyłącza się za to do paczki nowych znajomych, wśród których są m.in. Axel, Babsi, czy jej późniejszy ukochany Detlef. Wszyscy razem trafiają na dworzec Zoo.

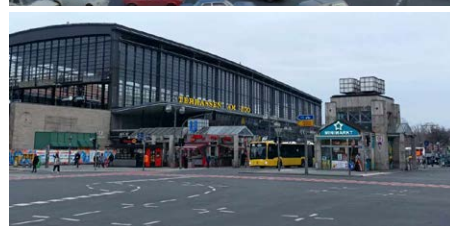


Stacja metra Kurfürstendamm. Dawniej i dziś

Christiane już w wieku 12 lat sięga po pierwsze substancje odurzające. Zaczyna się od haszyszu, potem jest LSD, aż w końcu przychodzi kolej na heroinę. Mając 14 lat zaczyna uprawiać prostytucję. Historia dziewczynki i jej przyjaciel niestety nie kończy się happy endem.

Precle zamiast pączków

– Nie śpij ku**a! Okradli nas! – słyszę jak jeden bezdomny owinięty w kilka kołder, krzyczy po polsku do swojego towarzysza niedoli. Obaj koczują w przejściu podziemnym metra. Wchodzę na stację Kurfürstendamm. Podjeżdża pociąg. – Żółty wagonik, chyba taki sam, jak w filmie. Niemożliwe, minęło przecież ponad 40 lat – myślę wchodząc do środka. Jednak możliwe. Wnętrze pociągu wygląda, jak wtedy, gdy kilkadziesiąt lat temu nastolatki



Plac przed wejściem na dworzec nie zmienił się diametralnie

wracały nim z Sound. W berlińskim metrze są też oczywiście w użyciu nowocześniejsze składy podziemnych pociągów. Jednak moim zdaniem warszawskie metro wygląda dużo lepiej. Tu wszystko prezentuje się jak w starym filmie, a czas jakby się zatrzymał.

– Dziś jest przecież tłusty czwartek – myślę, gdy przechodzę koło małej piekarni na stacji metra. Croissanty, kanapki i precele. Dużo preceli (polecam spróbować te z rozmarynem). Niemcy zjadają się nimi na kilogramy. Pączków nie widzę. Tu nie znają naszego narodowego święta. Mija dosłownie chwila i jestem już przy Bahnhof Zoo. Pod koniec lat 80. rygorystyczne kontrole policyjne spowodowały, że narkomani przenieśli się stąd w inne miejsce. Mimo wszystko okolice dworca, a przede wszystkim sąsiadujące z nim wiadukty, do tej pory pozostają schronieniem dla wielu bezdomnych.

– Poproszę 5 tych mini pączków – wskazuje w małym sklepie tuż przy dworcu, jednocześnie podając ekspedientce 3 euro. Ceny nie są wygórowane. Kawa kosztuje 2,40, a najtańszą kanapkę można zjeść za 1,60 euro. – Słodką puchatą kulka – powtarzam w myślach po raz drugi dzisiaj, uśmiechając się znow do własnych myśli, zadowolony, że w końcu udało mi się znaleźć coś, co choć trochę przypomina nasze pączki. Niestety. Te kulki w smaku ich nie przypominają. Ciasto jest tłustsze i wcale nie takie słodkie. Rozczarowanie.



Kolejowe wiadukty do tej pory pozostają schronieniem dla wielu bezdomnych

Afryka, Ukraina i... Polska

Tadek ma około 45 lat. Spotykam go tuż za dworcem, gdzie działa tzw. misja dworcowa (Bahnhofsmision), prowadzona przez miejscowy Caritas. Wolontariusze oprócz wydawania posiłków bezdomnym, służą im także darmową pomocą medyczną. To tu kilka razy dziennie gromadzą się okoliczni bezdomni. Już z daleka widzę grupę około 20 osób, podzieloną jakby na dwie mniejsze. Jedna to ewidentnie imigranci z Afryki i Bliskiego Wschodu. Trzymają się razem. Na pierwszy rzut oka nie wyglądają na bezdomnych. Czyste, markowe ubrania, sportowe buty. I przeważnie jedna torba. Czekają na kawę i coś ciepłego do zjedzenia, prawdopodobnie w tym, i z czym przyjechali do Niemiec. Druga grupa jest trochę bardziej zróżnicowana. Słychać tu niemiecki, polski, czy ukraiński. Wszyscy są spokojni. Nikt nie krzyczy, nikt się nie przepycha. Każdy cierpliwie czeka na swoją kolej. Tadek stoi z dwiema koleżankami. One nie chcą rozmawiać. Gdy biorą gorący napój nagle znikają mi z oczu.

– Na samym dworcu praktycznie nie siedzi, a na pewno nie śpi. Ganiają strasznie. Tu pod wiaduktem się układamy najczęściej – pokazuje. Mężczyzna przyjechał do Berlina



Za dworcem działa tzw. misja dworcowa (Bahnhofsmision)

kilka lat temu z Rzeszowa. Najpierw mieszkał w hostelu robotniczym. Potem stracił pracę i wyładował na ulicy. – Jak sobie radzę? Wchodzę do drogerii, biorę dla koleżanki spinkę do włosów za parę centów. Dzięki temu mam paragon i mogę wyjść przez bramkę. Ale ja się nie pier***ę! Jak już wejdem, to wychodzę tak obładowany – pokazuje rozkładając szeroko ręce. – Czasem coś się sprzeda, czasem coś się przyda. O tak się wczoraj ładnie ogoliłem – wskazuje gładząc się po brodzie.

Opowiadam mu krótką historię o spotkanych przed chwilą Polakach w podziemiach metra. – Dużo nas tu. Ale staramy trzymać się razem. Jeden drugiemu krzywdy nie robi. Musimy sobie jakoś radzić – dodaje. Wśród bezdomnych, których widzę przy dworcu przeważają osoby z Afryki, ale jest też sporo Ukraińców. – Często przyjechali tu bezpośrednio z Polski, gdzie zatrzymywali się uciekając przed wojną, i licząc, że tu czeka ich lepsze życie niż w Polsce. I to jest to, co jedynie tu na nich czeka – mówi mój rozmówca podnosząc do góry papierowy kubek kawy, który bucha gorącą parą. Opowiada też, że teraz jest tu zdecydowanie mniej bezdomnych, niż np. latem. Wtedy szybko wznoszą się wręcz całe miasteczka namiotowe. – Teraz trochę za zimno – mówi, a ja odruchowo sprawdzam temperaturę w telefonie. Minus 1.

Coraz mniej też tu narkomanów, chociaż i tacy się zdarzają. W kolejce do Bahnhofsmision, widzę zaledwie trzy osoby, które prawdopodobnie są pod wpływem jakichś substancji. Jeden mężczyzna kręci się w kółko, szybko przebierając nogami i machając rękami, jakby był na speedzie. Drugi powolnym, dystyngowanym krokiem... tańczy walca. Trzeci z kolei, przytula się do ewidentnie widocznej tylko dla niego osoby.



Wśród bezdomnych przeważają osoby z Afryki, ale są też Polacy

Sam dworzec nie jest jakoś szczególnie oblegany przez pasażerów. Wszystko przez to, że od wielu lat obsługuje jedynie połączenia regionalne. Nie ma tu już nawet kas, przy których niegdyś gromadzili się narkomani i nastoletnie prostytutki. Te widziałem tylko w filmie. Nie ma też porzucanych na każdym kroku strzykawek. Nie ma dilerów. Za to jest dużo policji. – Ganiają nas – powtarza Tadek. Żegnaj się z nim. Za oprowadzenie po dworcu daje mi 4 euro, które na szybko znalazłem w kieszeni. Powinno starczyć na kawę i kanapkę. Choćaż

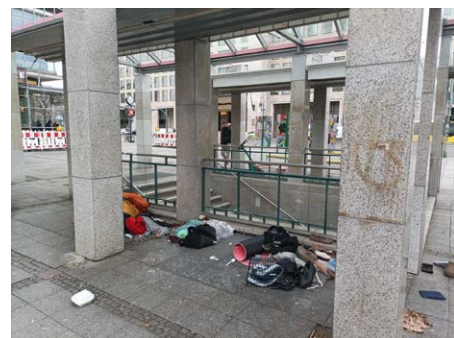
domyślam się, że prędzej kupi za to dwa piwa. Erdinger w przydworcowym monopolowym, w którym sprzedaje Wietnamczyk, kosztuje 2 euro.



Wnętrze dworca kiedyś odstraszało, teraz tętni życiem

Sytuacja jest beznadziejna

W stolicy Niemiec przebywają bezdomni z ponad 80 państw. Tego, ilu ich jest dokładnie, władze miasta nie są w stanie ustalić. Próbowano to zrobić w 2020 roku, kiedy doliczono się niespełna 2000 osób bez dachu nad głową. Ale szacunki organizacji charytatywnych mówią nawet o 8-10 tysiącach bezdomnych w stolicy Niemiec, z których ponad 1/3 to Polacy. Ale sporo jest też Ukraińców, Rosjan, mieszkających z Afryki, czy przybyszów z Bliskiego Wschodu. Z tego co udało mi się dowiedzieć, wielu młodych chłopców prostytuuje się w parku Tiergarten nieopodal Zoo. Są to prawdopodobnie w większości Afgańczycy. Zarobione w ten sposób pieniądze wydają albo na jedzenie, albo na narkotyki. Popularna jest szczególnie marihuana i heroina, z którą problemy miała chociażby bohaterka „My, dzieci z dworca Zoo”.



Wokół dworca widać wiele rozłożonych legowisk bezdomnych

Według szacunków w całych Niemczech od heroiny uzależnionych jest ok. 165 tys. osób. W ciągu ostatnich kilkunastu lat sytuacja tylko się pogarsza. W 2012 roku w wyniku spożycia nielegalnych substancji zmarło 944 osoby. W 2021 roku ta liczba była już dwukrotnie wyższa, a z powodu nadużywania narkotyków zmarło 1826 osób. W 2022 r. liczba zgonów związanych z narkotykami nadal rosła i wyniosła 1990 osób.

„Człowiek nienawidził tej własnej beznadziejności i wyzywał się na drugą za taką samą beznadziejność, bo chciał sobie chyba uświadomić, że wcale jeszcze taki beznadziejny nie jest”.

Marcin Koziestański

* cytaty pochodzą z książki „My, dzieci z dworca ZOO”, Wydawnictwo Iskry, 2011 r.

Maj w Berlinie

Pictoplasma Berlin – Konferencja i festiwal współczesnego projektowania postaci i sztuki

1-5 maja

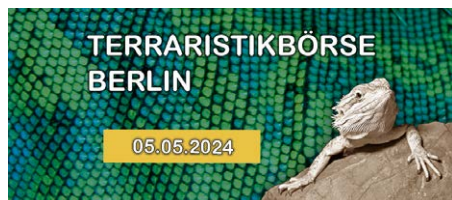


Pictoplasma Berlin to międzynarodowy festiwal współczesnego projektowania rysunkowego, od sztuki po ilustrację i projektowanie graficzne. Na festiwal składają się konferencje, wystawy i programy projekcji. Odbędzie się w stolicy Niemiec po raz dwudziesty!

Jako jeden z wiodących na świecie festiwali najnowszych trendów w kulturze wizualnej, Pictoplasma gromadzi międzynarodowych artystów z czołówki współczesnego projektowania, artystów kreujących postaci, ilustracje, grafiki, animacje i sztukę w przestrzeni miejskiej. Twórcy, producenci i fani maja okazję do wspólnych rozmów, mogą wziąć udział w szeregu projekcji a także wystaw i pokazów grupowych.

Giełda terrarystyczna w Berlinie

5 maja



Tarantula dla Pani? Modliszka dla Pana? A może żmija? Albo pyton? Takie pytania usłyszycie tylko o wyłącznie podczas tej giełdy.

Na Terraristikbörse (Giełdzie Terrarystycznej) w Berlinie miłośnicy gadów mogą kupić jaszczurki, węże i pająki oraz uzyskać informacje na temat właściwych dla gatunku warunków trzymania zwierząt.

Terraristikbörse Berlin to największa giełda gadów w Berlinie-Brandenburgii. Od 2002 roku miłośnicy gadów z Berlina i okolic spotykają się, aby oglądać i kupować zwierzęta.

Wystawcy z całych Niemiec oferują szeroką gamę jaszczurek, węży, pająków, owadów, takich jak legwany, kameleony, tarantule, skor-

piony, modliszki, żmije i pytony. Odwiedzający mogą również nabyć terraria, akcesoria i dekoracje terrarystyczne, karmy dla zwierząt oraz specjalistyczną literaturę z zakresu terrarystyki. Targi są otwarte zarówno dla początkujących i zainteresowanych, jak i wieloletnich i doświadczonych hodowców gadów.

Nowicjusze na Terraristikbörse Berlin otrzymują szczegółowe porady na temat optymalnej opieki nad zwierzętami oraz wszelkiego rodzaju informacji na temat gadów. Wydarzenie odbywa się w ścisłej współpracy z urzędowym lekarzem weterynarii i organem ochrony gatunków, którzy kontrolują zgodność z przepisami dotyczącymi wymiany i sprawdzają, czy zwierzęta są trzymane w sposób odpowiedni dla gatunku.

Adres:
Tegeler Seeterrassen
Wilkestr. 1
13507 Berlin

Godziny otwarcia:
od 10:00 do 15:00

Bilet: 8 Euro, dzieci do 11 roku życia za darmo

Festiwal folklorystyczny i dziecięcy w Staaken

8-12 maja

Ten kolorowy festiwal folklorystyczny dla dzieci i dorosłych odbywa się co roku w maju w mieście-ogrodzie Staaken (Spandau).

Przez pięć majowych dni festiwal zapewnia rozrywkę i zabawę dla całej rodziny. Liczne przejażdżki i gry dla dzieci i dorosłych czekają na odwiedzających na idyllicznie położonym placu targowym w Staaken. Piękny ogródek piwny jest idealnym miejscem na delektowanie się orzeźwiającymi napojami i świeżo przygotowanymi specjałami z grilla.

Adres:
Ungewitterweg
13591 Berlin

Festiwal Wiosny i Szparagów Primavera

11 i 12 maja



W połowie maja w berlińskiej dzielnicy Schöneberg odbywa się wiosenny festiwal „Primavera”. Na odwiedzających czekają dania ze szparagów i inne przysmaki, a także barwny program sceniczny.

Odwiedzający mogą spodziewać się licznych przysmaków, takich jak świeżo przygotowane szparagi Beelitz, zupa szparagowa, chrupiące szaszłyki, organiczne kiełbaski, wędzone ryby i wiele innych. Rolnicy i ogrodnicy oferują świeże owoce i warzywa, a także młode rośliny i zioła na różnych stoiskach.

Godziny otwarcia:

sobota: 11:00-20:00
niedziela: 10:00-20:00

Wstęp wolny

Berlińskie Spotkania Teatralne

13-19 maja



Berliner Theatertreffen („Berlińskie Spotkanie Teatralne”) to najważniejszy festiwal teatralny w Niemczech, który gromadzi w Berlinie aktorów, dziennikarzy i gości z całego świata. Festiwal prezentuje różne formy teatru, od tańca po laikarstwo, teatr muzyczny i instalacje teatralne. W programie są również warsztaty, wydarzenia wieczorne, występy gościnne i czytania nowych sztuk. W 2024 roku festiwal odbędzie się po raz 61.

Każdego roku sercem Theatertreffen jest dziesięć najbardziej niezwykłych produkcji, wybranych przez niezależne jury złożone z krytyków spośród około 400 przedstawień sezonu. Fani teatru będą mogli obejrzeć dziesięć sztuk nominowanych przez jury na żywo.

Bogaty program towarzyszący uzupełnia prezentację najlepszego teatru niemieckojęzycznego. Dyskusje ze znanymi gośćmi ze świata kultury, polityki i biznesu nakreślą powiązania między światem teatru a aktualnymi kwestiami społeczno-politycznymi. Ceremonie wręczenia nagród, dyskusje publiczności, imprezy premiery i koncerty również przyciągną wielu fanów teatru do Haus der Berliner Festspiele.

Bilety na pojedyncze spektakle: 15 Euro

Międzynarodowy Dzień Muzeów

19 maja



Z okazji tego ogólnoswiatowego wydarzenia, które ma na celu podkreślenie wkładu muzeów w życie społeczeństw, wiele berlińskich muzeów otwiera swoje drzwi. To okazja do wspólnych wycieczek oraz do wzięcia udziału w nietuzinkowych wydarzeniach.

Dlaczego ludzie tworzą kolekcje? Istnieje wiele powodów - czy to ciekawość naukowa, chęć zachowania dóbr kultury dla potomnych, czy też dokumentowanie rozwoju swojego, artystów czy nawet świata. Jednocześnie kolekcjonowanie jest jedną z najstarszych pasji ludzkości. Od wczesnych gabinetów osobliwości, przez książece i prywatne kolekcje, aż po dzisiejsze muzea, kolekcje muzealne oferują ekscytujące przeżycia. Żadna kolekcja nie jest przypadkowa; każda ma swoją historię i służy jako pomost między kulturą przeszłością a teraźniejszością.

Celem Międzynarodowego Dnia Muzeów jest zwrócenie uwagi na szerokie spektrum działalności muzealnej i różnorodność tematyczną około 6500 muzeów w Niemczech. Ustanowiony w 1977 r. Międzynarodowy Dzień Muzeów ma na celu umożliwienie muzeom i ich pracownikom na całym świecie współpracy w celu podkreślenia znaczenia ich pracy jako wkładu w życie kulturalne i społeczne.

Karnawał Kultur

17-20 maja



Berlin prezentuje swoje najbardziej kolorowe oblicze: Podczas Karnawału Kultur liczne grupy różnych narodowości prezentują na wielkiej paradzie muzykę, tańce, przedstawienia, sztuki wizualne i akrobatykę.

Każdego roku wiosną Karnawał Kultur świętuje różnorodność kulturową Berlina. Przez cztery festiwalowe dni berlińczycy i turyści poznają stolicę od jej najlepszej strony: kosmopolitycznej i międzynarodowej, dynamicznej i pełnej życia, różnorodnej i kolorowej.

Punktem kulminacyjnym Karnawału Kultur jest parada uliczna w niedzielę Zestania Ducha Świętego na Kreuzbergu. Tutaj ponad 5000 tancerzy, muzyków i artystów z całego świata występuje dla pół miliona ludzi wylegających na ulice. Od brazylijskiej samby po chiński taniec lwa, od zachodnioafrykańskich bębnow po berneńskie dzieciaki, grupy karnawałowe w imponujący sposób udowadniają, że skarbem Berlina jest jego różnorodność i międzynarodowość.



Tradycyjne wydarzenie oferuje mieszankę programu kulturalnego i popularnych atrakcji festiwalu ludowego. Równolegle w całej dzielnicy Steglitz odbywają się różne imprezy.

Na odwiedzających czeka około 60 atrakcji. Przejazdki to jest! Najważniejsze z nich to „Dookoła Świata”, popularne karuzele „Melodie Star” i „Break Dance”, samochodziki i karuzele dla dzieci. Ofertę uzupełniają loterie, gry zręcznościowe, koszykówka, łowienie kaczek i zabawne gry w kokosa. Ogródek piwny z muzyką na żywo w pawilonie zaprasza odwiedzających do cieszenia się słońcem przy chłodnym drinku, a bar z przekąskami dla smakoszy oraz różne grille i stoiska z naleśnikami sprawią, że nikt nie będzie głodny.



vom Bezirk, für Berlin

70. STEGLITZER WOCH

24. MAI – 09. JUNI 2024

Nagroda Kabaretowa jest częścią Steglitzer Woche od dłuższego czasu. Artyści z dziedziny muzyki, tańca, akrobatyki, komedii, magii i żonglerki prezentują swoje umiejętności w dwóch pięciominutowych występach. Nagroda zostanie przyznana artyście, który otrzyma najgłośniejsze brawa od publiczności.

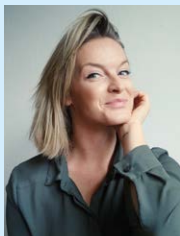
Wstęp wolny

Marta Janik

Steglitzer Woche

24 maja – 9 czerwca

Każdego roku wiosną festiwal folklorystyczny Steglitzer Woche zaprasza odwiedzających do zabawy w zielonym parku Bäkepark.



FELIETON

Mama. Nie matka, matula, mamuśka, mamcia, mamuś. Mama. Powtórzona dwa razy krótka sylaba. Ta całkiem pierwsza, bo dźwiękonaśladowcza - najłatwiejsza do wygenerowania przez malucha, który wyrobiwszy sobie odruch ssania, odciągnięty od piersi, wypowie tak mocno wyczekane, wymarzone przez nią pierwsze słowo, właściwie tak naprawdę nie zdając sobie z tego nawet sprawy - „ma, ma”. Dwie litery, cztery dźwięki, a nazywa cały wszechświat. Banalne słowo. Podstawowe znaczenie. Obszar rzeczywistości znany każdej żyjącej istotce na tym globie. Mama. Nasze wszystko. I jej nic.

Mama czyli moje wszystko. Białą pluszowy kocyk w błękitne misie. Spał pod nim potem brat numer jeden i brat numer dwa - obaj do teraz święci przekonani, że kocyk był ich, bo przecież niebieski. Nie rozumieją, że innego nie było, że w „tamtych czasach nie było nic”. Spódniczka z kamizelką uszyte z zaston przysłanych z Niemiec, specjalnie na ślub starszej kuzynki. Pięknie się w komplecik komponowałam z naszą ciasną kuchnią, w której zrobione z resztek materiału zawisły nieco przykrótkie zazdroski, nieco gorzej na tle innych gości z zachodu - „nie przejmuj się głupotami” - mówiła. Włosy zapuszczane latami, a koniec końców wciśnięte w ulizany, krzywy kok na czubku głowy na pamiątkę pierwszej komunii - na przekór, na wspan, żeby było „ciekawiej, inaczej niż u wszystkich dziewczynek”. Czuję ten ból naciągniętego czoła do dziś, choć samemu czołu przydałby się teraz lekki lifting. Budyń czekoladowy, z którego mogłam ściągać kożuch nawet kilka razy, bo skoro to moja ulubiona część deseru, to nie ma co czekać aż całkiem wystygnie. Zezwolenie na dzwonienie do zegarynki, wylizywanie misek po ciście i wykorzystywanie jej ulubionych apaszek do amatorskich przedstawień rodzinnych. Zapach olejku z bułgarskich róż, trzymanego w drewnianym flakoniku, co to dostała na jakąś specjalną okazję od jakiegoś szczeólnego człowieka, ale ciocia mi kiedyś zdradziła, że nie od taty. Jej kolorowe paciorki - dużo drewnianej biżuterii i różniane pachnący kadzidłem, ponoć poświęcony, ale nie mam pojęcia gdzie. Skórzana spódnica, której nie dało się uwiesić, bo sztywna nie poddawała się ulepionym cukrem pudrem „brudnym łapom” na corocznych odpustach. Druty wsadzone we wólczkę, na której dziergała mi kolorowe ogrzewacze na zimę, choć do mody wchodziły już wtedy spodnie rurki, a do gimnazjum - w kolorowych podkolanówkach zamiast spodni, które podkreślałyby moje „niestety kolana masz brzydkie i krzywe” -

ja. Jej głąskanie mnie po plecach, przypominające raczej drapanie kota o drzwi niż odruch empatii, kiedy na ogrodowej huśtawce wylam z powodu pierwszych życiowych rozczarowań. I wiecznie, w kółko, do znudzenia powtarzane: „pamiętaj, że jesteś moją wizytówką”, „nie obchodzi mnie, co mogą inni, ty jesteś moim dzieckiem” i w końcu „jak ci się nie podoba, to się wyprowadź”. Mama. W sumie nic takiego, a tak bardzo wszystko.

Mama czyli jej nic. Nie wiem, skąd wzięła ten pluszowy kocyk - ponoć z jakiejś paczki, ale czy za nią stała, czy listy po nią stała, czy musiała prosić czy może w prezencie dostała? Nie wiem, skąd brały się w domu pomarańcze i mleko w proszku, z którego robiliśmy słodkie kuleczki, kiedy nic słodkiego w barku już nie było. Nie wiem, jakie miała oceny na świadectwie, w kim się kochała, kto jej serce zламаł, a kto dodał odwagi. Nie wiem, dlaczego dziadek całe życie ścinał ją na krótko, skąd miała tę sukienkę z czarnego sztruksu, którą ma na sobie na pierwszym kolorowym zdjęciu rodzinnym. Kto ją uczył grać na pianinie i pływać - czy bała się skoków do głębokiej wody, jak ja? Czy poszła na studia, bo chciała czy bo jej kazali? A za męża szła, to co miała w głowie? A koronkę na sukienkę ślubną czemu nie białą, tylko w beżu miała? A dzieci chciała? Ma, to na pewno, ale czy się nie bała, czy wiedziała, co robi, czy miała nudności i w którym miesiącu? A ten pierścionek, co jej tata na zaręczyny dał - drewniany, na złotej obrączce - to czy tego oczekiwała? Czy jak zniknęła do pracy na osiem godzin, to czy uciskały ją podkolanówki tak, że nie mogła wytrzymać, czy ściągała zegarek zanim zaczęła stukać w klawiaturę? Czy w pracy było ciężko, czy się stresowała, coś przeoczyła, coś zawałiła? Czy obiad gotowała poprzedniego dnia czy jak z pracy wracała? Czemu ten ugotowany ryż pod kocem zawsze w garnku czekał? Nie tęskniła za czasami bez zobowiązań? Nie myślała, że coś w życiu przeoczyła albo z jakiejś szansy nie skorzystała? A kiedy mi moja babcia umierała, to czy właściwie ona za babcią czy za swoją mamą płakała?

Mama. Nie matka, matula, mamuśka, mamcia, mamuś. Mama - słowo nazywające moje wszystko i nie mówiące o niej nic. Żadne z niej dziecko, córka, kuzynka, koleżanka, siostra. Usunęłam z jej życiorysu rolę opiekunki, podopiecznej, praktykantki, narzeczonej, studentki, nauczycielki, żony. Nie widzę jej jako klientki, płatniczka podatków, penitentki, marudzącej klientki, roześmianej duszy towarzystwa. Dla mnie jest tylko mamą. Dla mnie mama jest wszystkim.

Anna Burek



WARTO WIEDZIEĆ

Wyspa potworów, Peenemünde

Tajemnice Peenemünde - gdzie się zrodziła era raketowa

Gdyby popatrzeć na mapę Pomorza z czasów II wojny światowej, niewinnie wyglądająca miejscowość Peenemünde nie zwróciłaby niczyjej uwagi. Jednak ta niewielka wioska na wyspie Uznam stała się kolebką najbardziej rewolucyjnej i przerażającej technologii tamtych czasów - broni raketowej. To tutaj, z dala od wzroku ciekawskich, nazisci budowali swe piekielne maszyny, które miały odmienić losy konfliktu.

Początki były skromne. W 1936 roku nieodświadczony jeszcze wówczas inżynier **Werner von Braun** dostał zgodę na budowę ośrodka testowego na Uznamie. Szybko zaczęły tam powstawać pierwsze konstrukcje i stanowiska startowe dla nowych, rewolucyjnych rakiet dalekiego zasięgu. Von Braun i jego zespół doskonalili swe pomysły nie bez przeszkód - legendą już obrosły nieudane próby, kiedy to rakiety kończyły swój żywot roztrzaskane o ziemię zaledwie kilkanaście metrów od wyrzutni.

Przełom nastąpił wraz z wybuchem wojny

Gdy Hitler sięgnął po Europę, zamówił u von Brauna tajną broń odwetową, która miała złamać opór aliantów. Tak narodziła się idea budowy największej rakiety świata - V2. Opracowana w pocie czoła w Peenemünde, mierząca 14 metrów długości i ważąca przeszło 12 ton, ta raketa balistyczna była prawdziwą gwiazdą ośrodka - pierwsza w pełni wyposażona w autopilota i napędzana ciekłym paliwem rakiet balistyczna na świecie.

Wraz z postępami inżynierów rozrastała się też infrastruktura Peenemünde. Na wyspie utworzono potężny kompleks badawczo-produkcyjny z zakładami montażowymi, zapleczem biurowym, hotelami robotniczymi i poligonem doświadczalnym rozciągającym się na kilkanaście kilometrów kwadratowych. W apogeum, w 1943 roku, nad projektem V2 pracowało tu ponad 10 tysięcy ludzi. Brama ośrodka otrzymała z czasem inskrypcję „Siła przez radość”, co było raczej ironią, biorąc pod uwagę nieludzkie warunki pracy i terror, jaki panował w Peenemünde. Zmuszonych do okrutnej

harówki więźniów obozów koncentracyjnych traktowano jak zwierzęta robocze. Nie bez powodu Peenemünde określano mianem „wyspy potworów” albo „Xanadu Hitlera”. Ten surrealistyczny ośrodek wydawał się być odebrany ówczesnej rzeczywistości. Eksperymentatorzy i konstruktorzy rakietowi spędzali tu dnie i noce, zamknięci w swoim naukowym getcie, pochłonięci przez swe mroczne prace.

Życie tu toczyło się własnym, szalonym trybem, wyznaczanym przez odgłosy wybuchów i terminarz kolejnych prób poligonowych. Historia zna wiele anegdot krążących wokół Peenemünde, jak ta o tajemniczym inżynierze, który za nieustanne wyglupy doprowadził von Brauna do furii, a na miejsce egzekucji miał przybyć w windzie naziennej tylko w ręczniku... Ale owoce pracy zespołu von Brauna wcale nie były parodią. Ogrom zniszczeń, jakich dokonały pociski V2, szczególnie po ich wprowadzeniu na front zachodni od jesieni 1944 roku, był przerażający.

Londyn, Antwerpia, Liege i wiele innych miast legło w gruzach po nawałach rakiet balistycznych, na których opracowanie nazisci poświęcili miliony godzin pracy milionów robotników przymusowych. Była to zaiste broń totalnej zagłady. Co gorsze, raz wypuszczona w powietrze i naprowadzona na cel, nie mogła zostać ani przechwycona, ani zneutralizowana. Siła niesionego ładunku i prędkość, z jaką poruszała się rakietka, czyniły ją wtedy najmroczniejszym z pustawych przedsięwzięć III Rzeszy.

Cena, jaką ludzkość musiała zapłacić za ten krok naprzód w technologii, była olbrzymia. Można się tylko cieszyć, że ofensywa aliantów na Peenemünde poskutkowałą wcześniejszą likwidacją ośrodka, zanim zdołał on osiągnąć pełną zdolność produkcyjną. Wraz z wyzwoleniem Uznamu pod koniec wojny, era pionierskich badań rakietowych w Peenemünde dobiegła końca. Jednak dziedzictwo tego ośrodka miało trwać.

Niewyobrażalne jest, jak wiele istnień ludzkich i niewinnych ofiar pochłonęło rozwijanie programu V2 w tej „wyspie potworów”. Paradoxem jest, że stojący na czele tego przedsięwzięcia Werner von Braun,



człowiek odpowiedzialny za śmierć wielu tysięcy cywilów, po wojnie został bohaterem narodowym Stanów Zjednoczonych i jednym z ojców amerykańskiego programu kosmicznego. Zresztą cały Peenemünde po 1945 roku stał się dla aliantów skarbnicą wiedzy i cennego sprzętu. Broń, która miała zgładzić alianckie miasta, ostatecznie przyczyniła się do wyścigu kosmicznego i podboju kosmosu.

Ta mroczna historia skłania do refleksji nad dwoistą naturą ludzkiego geniuszu technicznego. Z jednej strony widzimy zdolność umysłu ludzkiego do niezwykłych innowacji, wizjonerstwa i pokonywania barier, która pcha nas dalej w nowe obszary poznania i rozwoju cywilizacji. Jednak z drugiej strony, łatwo tę samą wiedzę i potencjał wykorzystać do przerażających i wywołujących groźbę celów. Jak zahipnotyzowani możemy zmierzać do stworzenia coraz doskonalszej broni zagłady, w imię postępu i naukowego awansu.

Ośrodek Peenemünde stał się przestrogą przed dwulicowością ludzkiego geniuszu. Skomplikowane konstrukcje rakietowe i wysiłek umysłowy setek uczonych przerodziły się tam w piekielne narzędzie wojny totalnej. Ci sami ludzie, którzy drzemali w zaciszu swoich gabinetów, kompletnie oderwani od rzeczywistości, stawali się mimowolnie współtwórcami fabryk śmierci. Historia ta pokazuje, jak łatwo najwspanialsze wynalazki i najbardziej humanitarne w zamierzeniach projekty mogą zostać wypaczone i skierowane przeciwko ludzkości.

Dziś, w dobie broni masowej zagłady, piętrzących się globalnych wyzwań i ryzykownych eksperymentów technologicznych, ta historia powinna być dla nas wszystkich przestrogą. Rozwój nie może być ślepą drogą, wiedzie niekiedy ku postępowi. Aby uchronić się przed popełnieniem podobnych błędów jak nazistowscy naukowcy, musimy zawsze pamiętać o ludzkiej godności, wartościach etycznych i poczuciu odpowiedzialności za skutki naszych działań. Tylko zachowując tę świadomość, będziemy w stanie opanować niszczycielskie moce, które budzą się w nas razem z każdą nową, rewolucyjną technologią.

Technologie już dawno wkroczyły do świata ubezpieczeń i finansów. Stąd też zawsze warto być na bieżąco i sprawdzać co jakiś czas, czy nie można poprawić i zoptymalizować posiadanych aktualnie przez nas produktów.

**Doradztwo Ubezpieczeniowe
i Konsulting Kredytowy
Bartosz Drajling
Berlin-Wilmersdorf
T: 01511 8666 445 • F: 030 92109905
M: consulting@dcberlin.biz**





Oferujemy **szybkie terminy!**

Rozmowa z adwokatem odbywa się zawsze w języku polskim

- **PRAWO KARNE**
- **PRAWO CYWILNE**
- **PRAWO RODZINNE**
- **PRAWO DROGOWE**
- **PRAWO BUDOWLANE**



Tel. Nr. **030 48 82 57 48** | **+49 176 7311 2026**
www.polski-adwokat-berlin.de

Nürnberger Straße 49, 10789 Berlin, U-Bahnhof: Kurfürstendamm lub Wittenbergplatz



KANCELARIA ADWOKACKA **LUIZA A. KIJOWSKA**

Adwokat
 Fachanwältin für Verkehrsrecht
 Kurfürstenstraße 23
 10785 Berlin

Tel.: 030 - 311 66 92 - 6
 Fax: 030 - 311 66 92 - 7
 Mobil: 0178 - 197 90 53

info@ra-kijowska.de
www.ra-kijowska.de

Służę Państwu z pomocą:

- prawo ruchu drogowego

Regulacja wypadków w Polsce i w Niemczech według prawa Unii Europejskiej.

- prawo rodzinne

- **prawo cywilne**
 - **prawo karne i wykroczeń**
 (Ogólne prawo karne, o charakterze seksualnym, narkotyków i nieletnich.)

Mecenas Kijowska rozmawia po polsku i niemiecku.



Rechtsanwältin
NATALIA M. POSPIESZNA



- PRAWO RODZINNE, ROZWODY
- PRAWO DROGOWE I KARNE
- PRAWO GOSPODARCZE, WINDYKACJA
- PRAWO UMÓW, ODSZKODOWANIA
- NAJEM I NIERUCHOMOŚCI

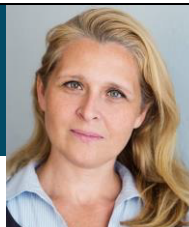
+49 (0) 163 9287 373

Kluckstr. 36 · 10785 Berlin · T +49 (0) 30 / 629 330 44
 F +49 (0) 30 / 629 330 440 · office@np-law.de · www.np-law.de



Monika Gdaniec

Adwokat
 Fachanwältin für Familienrecht
 Specjalistka do spraw rodzinnych



Porady i reprezentacja w sprawach prawa rodzinnego i prawa przemocy domowej:

- separacja
- rozwód
- mieszkanie małżeńskie
- podział majątku
- alimenty separacyjne
- przemoc domowa
- władza rodzicielska
- ustalenie widzeń z dziećmi
- ustalenie i podważenie ojcostwa
- ustalenie miejsca zamieszkania dziecka
- alimenty dziecięce i dzieci pełnoletnich
- porwanie dziecka przez rodzica

Nürnberger Straße 24A
 10789 Berlin

www.gdaniec.eu
kanzlei@gdaniec.eu

Telefon: 030/ 397 28 682
 Fax: 030/ 397 28 683
 WhatsApp: 01515 29 00 995
 Facebook:
 Adwokat Monika Gdaniec



UWAGA! Nowy adres!

Stefan Nowak mecenas

Specjalista prawa rodzinnego

- uznany przez izbę adwokacką specjalista prawa rodzinnego
- wieloletnie doświadczenie w problemach z Jugendamten
- rozwody, alimenty, władza rodzicielska, kontakty z dziećmi itp.

UWAGA! Nowy adres!

Bergmannstr. 103, 10961 Berlin

Tel.: **+4930 /611 33 14**, Mobil: **0177 888 76 03**

Fax: **+4930 / 611 19 05**

E-mail: stefan.nowak@t-online.de

KAMIL KUBITZ

ADWOKAT - RECHTSANWALT

Mówimy po polsku

Świadczymy usługi prawne w języku polskim w zakresie:

prawa pracy, w tym szczególnie:

- wypowiedzenie umowy o pracę
- świadczenie pracy
- odprawa/odszkodowanie (Abfindung)
- leasing pracowników (Arbeitnehmerüberlassung)
- płaca minimalna
- napomnienie (Abmahnung)
- wynagrodzenie
- wynagrodzenie w okresie chorobowym

Doradzamy Państwu w dziedzinach prawa oraz reprezentujemy przed sądami i urzędami.



Kamil Kubitz
Rechtsanwalt/Adwokat

Wittenbergplatz 2
10789 Berlin
Tel.: 030/236377221
Fax: 030/236377269
E-Mail: kamilkubitz@aol.com

Kancelaria prawna Jhb.legal

Prawnicy specjalizujący się w prawie karnym

Od ponad 15 lat

Specjalizacja: prawo karne,
prawo karne skarbowe,
prawo cywilne, prawo pracy



Andreas Junge,
Adwokat

Kontakt:

E-Mail: kontakt@jhb.legal

Internet: jhb.legal

Telefon: polski/rosyjski 0157/37541355

KANCELARIA ADWOKACKA

Rok założenia 2003

Peter Kupisz



Peter Kupisz

Kompetentna opieka prawna jest drogą do sukcesu

*Oferuję rzetelne porady oraz opiekę prawną
w języku polskim i niemieckim
w następujących dziedzinach prawa:*

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

biuro:
Blumenstr. 49, 10243 Berlin
(nahe Alexanderplatz
am U-Bhf. Strausberger Platz)

tel.: 030 68 23 11 07

fax: 030 68 23 11 08

kom. 0163/ 53 494 53, e-mail: kupisz@gmx.de, www.kupisz.de



**ANWALTSKANZLEI
STEFAN SLABIK**

PORADY W JĘZYKU POLSKIM I NIEMIECKIM

Szczególnie w kierunkach prawnych:

- PRAWO CYWILNE OGÓLNE - ALLGEMEINES ZIVILRECHT
- PRAWO PRACY - ARBEITSRECHT
- PRAWO CYWILNE I KARNE - DROGOWE -
VEHRKEHRZIVIL - UND VEHRKEHRSTRAFRECHT
- PRAWO UBEZPIECZENIOWE - VERSICHERUNGSRECHT

www.advocat-slabik.de

Adwokat Slabik mówi po polsku!

MOTZENERSTR. 51, 12277 BERLIN

W pobliżu S-Bahn S-2

Stacja Schichauweg ca. 300 m

Tel.: 030 / 72 0192 88

Fax: 030 / 72 0192 89

Mobil: 0179 / 395 03 27

e-mail: Raslabik@t-online.de

Rechtsanwaltskanzlei

Grażyna Jopek

Rechtsanwältin i Radca prawny



Masz problemy prawne w Niemczech lub w Polsce?

Porady i obsługa prawna na gruncie prawa niemieckiego i polskiego
Reprezentacja przed sądami w Niemczech i w Polsce

Prawo cywilne (nakaz zapłaty)
rodzinne (rozwoły, alimenty)
spadkowe (testamenty, zachówek)
odszkodowania, prawo najmu
prawo karne, drogowe

Müllerstr. 156 A, 13353 Berlin
U-Bahn: Leopoldplatz

☎ 030 / 547 37 078

Mobil: 01791295896

gjopek@web.de



Rechtsanwalt & Strafverteidiger**- Adwokat & obrońca karny -**

Kurfürstendamm 152, 10709 Berlin

Tel.: 030 - 80 96 26 31

Mec. Bartłomiej Kononowicz (U7: Adenauerplatz)

- Prawo karne (główna działalność)
- Prawo drogowe (wypadki etc.)
- Prawo rodzinne (rozwoły)
- Prawo cywilne (nakazy zapłaty etc.)

Porady w języku polskim i niemieckim

Fax: 030-80 96 26 32 Mobil: 0163 - 384 80 96

E-Mail: ra@kononowicz.de Internet: www.kononowicz.de

Rechtsanwaltskanzlei
in Kooperation (keine GbR)Rechtsanwalt
Tomasz Kochanowski

Steuerberatungskanzlei

Steuerberaterin Dipl. Kffr.
Katarzyna KochanowskaSpecjalizacja

- * Prawo Karne
- * Prawo Pracy
- * Prawo Podatkowe
- * Obsługa Spółek
- * Prawo Rodzinne

E-Mail: kanzlei-kochanowski@t-online.de

Specjalizacja

- * zakładanie firm i spółek
- * pełna obsługa podatkowa i księgową
- * profesjonalne doradztwo podatkowe z uwzględnieniem międzynarodowego prawa podatkowego

E-Mail: stb@kochanowska.de

Hohenzollerndamm 61, 14199 Berlin;

Tel.: 81 82 0003; Fax.: 81 82 0004

Sprechzeiten: Mo., Di., Do. 09:00 – 18:00, Mi. 09:00 – 16:00, Fr. 09:00 – 14:00

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY**Ewa Golabek-Alberth**

Wszystkie tłumaczenia, krótkie terminy

tel.: 030 814 93 668 kom. 0152 226 79 474

fax: 030 21978655 golabek-alberth@vodafone.de

Braunschweiger Str. 50, 12055 Berlin, S/U Neukölln

Zygmunt J. PiątoszaTłumacz przysięgły języków niemieckiego i polskiego
Teksty ekonomiczne, techniczne, prawne, dokumenty**Tłumaczenia ważne także w Polsce !**

Tel. (030) 262 68 04, Fax (030) 261 27 69

Mobil (0172) 30 78 355

Zygmunt@compuserve.com

14197 Berlin-Wilmersdorf, Johannisberger Str. 41A

POLSKI**NIEMIECKI****ANGIELSKI**mgr **RENATA LEHMANN**

TŁUMACZKA PRZYSIĘGŁA

Tel. 498 71 890, 0179/15 888 54

Hausotterstr. 31 A, 13409 Berlin

Berlin-Reinickendorf (U 8)

U-Bhf. Franz-Neumann-Pl.

Fax: 684 68 43, mail@poldienst.de

**Maj najpiękniejszy miesiąc roku,
pełen ważnych dat, rocznic i świąt....****1 maja Święto Pracy**

W Niemczech dzień wolny od pracy, odbywać się będą liczne festyny uliczne, zgromadzenia, ale i demonstracje.

**2 maja Święto flagi RP oraz Dzień Polonii i Polaków za Granicą**

Święto Polonii i Polaków za Granicą zostało ustanowione w 2002 roku w uznaniu wkładu Polonii w odzyskanie przez Polskę niepodległości i pomocy udzielanej krajowi w najtrudniejszych momentach oraz za wierność i przywiązanie do polskości. Dzień ten jest nowym świętem i nie ma jeszcze mocnych tradycji. Wielu Polaków wyjeżdżających za granicę odznacza się od przynależności do Polonii, co stanowi pewnego rodzaju oderwanie się od własnych korzeni. W socjologii panuje przekonanie, że nie ma święta bez świętujących, więc świętujemy tworząc tym samym własną piękną tradycję. Do tradycji w Berlinie należy już wspólne świętowanie w Ratuszu Reinickendorf. W tym roku 26 maja 2024.

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY

Maria Horstkotte

e-mail: Maria.Horstkotte@gmx.net tel. 217 69 08

Prinzregentenstr. 97, 10717 Berlin (Charlottenburg-Wilmersdorf)

dojazd: **U9, 2 min. od U-Bhf. Güntzelstr.**mgr *Marion Falk* - tłumaczka przysięgła

Wszystkie tłumaczenia / w tym też z dziedziny podatkowej (np. niemieckie zeznania podatkowe) i księgowości firm / Pomoc w urzędach, innych sprawach, również w USC – przystępne ceny i krótkie terminy wg. uzgodnienia

13057 Berlin – Hohenschönhausen, Warnitzer Str. 19

tel./fax: (030) 9285418, mobil: 0175-4577113, e-mail: info@marionfalk.de

**BEATA
BAR****Tłumaczka przysięgła**

Solinger Str. 8, 10555 Berlin, Tel.: 0175/175 48 58

E-Mail: beata.bar@gmx.de, www.beatabar.de

U9 Hansaplatz, S Tiergarten, Bus 106

Waldemar Maluński - tłumacz przysięgły jęz. niemieckiego

Po uzgodnieniu terminu niektóre tłumaczenia wykonuję na poczekaniu: akty urodzenia, małżeństwa itp., zaświadczenia do ślubu!

Biuro: **Emmentaler Str. 95, 13409 Berlin-Reinickendorf**Dojazd do Residenzstraße/Emmentaler Straße: **U8, Bus 122 i 125**

Tel.: (030) 57798194; tel. kom.: 0162 917 96 98; e-mail: info@maluski.de

ZAPRASZAMY NAD POLSKIE MORZE

oferujemy pokoje trzy dwuosobowe (170 zł doba)
i dwa czterosobowe typu studio (280 zł doba)
wszystkie pokoje posiadają łazienki i balkony,
darmowy parking, Wi-Fi

**Zapewniamy miłą rodzinną atmosferę, towarzystwo naszych
trzech labradorów. Gwarantujemy spokój i ciszę**

Zapraszamy

Olszyna 23 • 78-111 Ustronie Morskie

tel.784 039 327 • tel.736 318 288

email: upawla23@wp.pl • www.wypoczynekupawla.pl

Wynajem Apartament w Międzyzdrojach (35 m²), IV - te piętro, winda, 150 m do morza. Apartament znajduje się w „Rezydencji Bielik”, na terenie której znajduje się basen kryty, sauna, jacuzzi, fizjoterapia, restauracja i kawiarnia. Obiekt zamknięty, chroniony całonocowo. W skład apartamentu wchodzi: 2 pokoje, aneks kuchenny z wyposażeniem, łazienka oraz duży balkon.
Tel.: 0176 21137428

Tempelhof: Möblierte 46 m² Souterrain-Wohnung inkl. Heizung, Warmwasser + Strom 380 Euro Tel.: 0176 70396344

Wynajem komfortowy jednoosobowy pokój w dużym słonecznym mieszkaniu w dzielnicy Reinickendorf. Łazienka, kuchnia z nowymi sprzętami AGD, 2 piętro, czyste i zadbane mieszkanie. Idealne dla pracującej osoby. Kontakt pod numerem +49 176 10430496

Pokój dla osoby bez nałogów na długo w centrum, tel.: 017 97945442 lub sylwesterw@vp.pl

KUPIĘ MIESZKANIE W POLSCE, może być zadłużone, z problemem prawnym, do remontu, w udziałach i in.
Tel.: +48 888 062 333

Wynajem mieszkanie na Moabit. 50m² z balkonem - umeblowane z meblami. Najchętniej dla dwóch osób pracujących, od poniedziałku do piątku. Bez zameldowania. Mój adres e-mail: t.plucinski1970@gmail.com

Pokoje do wynajęcia (2,3 osobowe) Berlin-Spandau, dla osób dojeżdżających do pracy z Polski. Umeblowane i wyposażone w TV i WLAN. Preferowane firmy. Kontakt Tel.: 030 99253559



OLGA MARTIN

BEZUGSFREIE 1-Zi Wohnung

Solinger Straße 6,
10555 Berlin-Tiergarten

MIESZKANIE DO KUPNA W BERLINIE

To piękne 1 pokojowe mieszkanie do kupna znajduje się przy cichej ulicy Solinger Straße i oferuje idealne połączenie miejskiego życia i relaksu.

Spacerem nad rzeką Spree można dotrzeć do parku Tiergarten.

Mieszkanie jest z balkonem ma 39 m²
i znajduje się na 2 piętrze z windą.

Cena mieszkania to 209.000 euro.
Po więcej szczegółów zapraszam do kontaktu.

Olga Martin Immobilienmaklerin
Tel. 0171-238-14-95 • olga@immolla.com

Z Poradnika Fizjoterapeuty: Karpaltunnelsyndrom, czyli cieśń nadgarstka

Czym właściwie jest i na czym polega?

Jest to neuropatia mająca miejsce w obrębie kończyny górnej. Następuje ona w skutek długotrwałego nacisku na nerw pośrodkowy. Jednymi z objawów są: mrowienie palców, zmniejszenie siły mięśniowej w ręce, utrudnione zaciśnięcie dłoni, brak precyzji w wykonywanych ruchach. Na początku mrowienie i drętwienie ręki ma miejsce w nocy i nad ranem. Z czasem objawy, jeśli nic nie jest robione lub jeśli następuje rozwój, mają miejsce również w ciągu dnia. Często osoby, którym doskwiera ten problem, rozmasowują rękę bądź otrzepują ją w celu przywrócenia czucia w kończynie. Schorzenie często występuje u osób pracujących manualnie lub często przy komputerze oraz wśród np. nauczycieli. Karpaltunnelsyndrom może towarzyszyć również choroba reumatyczna w okolicy kciuka. Jeśli ktoś ma jakiegokolwiek zwyrodnienia lub problem w odcinku szyjnym kręgosłupa, może się zdarzyć, że cieśń nadgarstka jest jeszcze bardziej odczuwalna. Także cukrzyca lub niedoczynność tarczycy mogą być jednymi z przyczyn cieśni nadgarstka.

Jakie badania należy wykonać na początek?

Najpierw należy się zgłosić do odpowiedniego lekarza, żeby została postawiona diagnoza. Można skorzystać z porady lekarza rodzinnego, ortopedy bądź neurologa. Lekarz może w trakcie takiej wizyty wykonać badania funkcjonalne Phalena albo Tinela bądź Durkana oraz testy sprawdzające siłę mięśniową. Dodatkowo można wykonać, jeśli oczywiście lekarz to zaleci, USG, rezonans magnetyczny lub elektromiografie. Również badanie krwi może pokazać, czy istnieje w organizmie zapalenie. Kolejność oraz ewentualne zabiegi powinien ustalać lekarz.

Jakie metody i zabiegi można wykonać przy problemie z cieśnią nadgarstka?

Często w takim przypadku zalecany jest zabieg operacyjny. Co może jednak zalecić lekarz zanim dojdzie do zabiegu? Fizjoterapia jest jednym z rozwiązań, jakie można wypróbować na początek. Dodatkowo pomagają ćwiczenia, które pacjent powinien wykonywać w domu. Masaże, czy to masaż klasyczny czy hydro, mogą być jedną z metod. Osteopatia - tu zabieg polegać może na opracowaniu nie tylko stawów dłoni, ale również wszystkich stawów ręki oraz mięśni. Również podanie leków przeciwzapalnych może być zastosowane przez lekarza. Można również unieruchomić kończynę górną poprzez odciążenie jej.

Ćwiczenie pierwsze: Pozycja siedząca. Jedną dłonią chwytamy palce dłoni, w której mamy objawy cieśni nadgarstka i staramy się dłoń jak najbardziej „otworzyć”.

Ćwiczenie drugie: Pozycja siedząca, ręce opieramy np. o stół bądź jakieś podłoże i staramy się wykonać przeprost w palcach.

Ćwiczenie trzecie: Rozmasowywanie okolicy nadgarstka.

Ćwiczenia te należy wykonywać tylko, jeśli nie ma ku temu przeciwwskazań.

Monika Paskiewicz Ludwigshafen
Tel. 015215709428
Licencjonowany fizjoterapeuta
oraz Medizinische Fitnesstrainerin



Wybór biura nieruchomości przez sprzedającego

Sprzedaż nieruchomości nie jest łatwym zadaniem. Równie trudny jest wybór agencji nieruchomości, z którą współpraca będzie układała się pozytywnie. Na co należy zwrócić uwagę wybierając agenta nieruchomości, któremu powierzymy sprzedaż naszego mieszkania lub domu?



Profesjonalizm to podstawa

Klient, który niecodziennie ma do czynienia z handlem nieruchomościami, nie ma świadomości, jak duża wiedza jest potrzebna, by sprzedać nieruchomość.

Sporządzenie dobrej oferty nieruchomości, która posłuży jej szybkiej sprzedaży, rozpoczynam od przygotowania nieruchomości poprzez zrobienie wywiadu z właścicielem i wykonania zdjęć, które ukażą się w ofercie. Warto pamiętać, że klient kupuje oczami i dlatego wielką uwagę przykładam do tego, by zdjęcia mieszkania były ciekawe i w jak najlepszym świetle pokazywały mieszkanie. Dokładny opis nieruchomości oraz atrakcyjne zdjęcia to podstawa dobrze sporządzonej oferty, która ukaże się w mediach i najpopularniejszych portalach internetowych w Niemczech. Wydawałoby się, że na tym koniec, ale tak naprawdę jest to początek procesu sprzedaży. Kolejnym krokiem jest przeprowadzenie sprawnego procesu sprzedaży, który oparty jest na umiejętności komunikacji. Przede wszystkim trzeba zebrać całą dokumentację, potrzebną do transakcji. Często konieczny jest kontakt ze wspólnotą mieszkaniową lub znalezienie dokumentacji w archiwum.

Dialog podstawą dobrej komunikacji

Praca pośrednika nieruchomości polega na rozmowach, negocjacjach oraz ciągłych kontaktach z ludźmi. Pracując w zawodzie

pośrednika wiem, że komunikacja to przede wszystkim dialog. Rozmowa, wsłuchanie się w potrzeby klienta oraz umiejętność zdiagnozowania oraz nazwania marzeń to pierwszy krok do zakończenia transakcji sukcesem.

Dzięki umiejętności słuchania oraz rozpoznawania potrzeb klienta dużo szybciej jestem w stanie doprowadzić do pozytywnego zakończenia procesu sprzedaży. Wieloletnia znajomość rynku pozwala pomóc w określeniu realiów rynku, co przekłada się na skrócenie czasu sprzedaży nieruchomości.

Wybór agencji nieruchomości to przede wszystkim wybór pośrednika, który dzięki umiejętnościom, wiedzy oraz doświadczeniu w sprawny sposób przeprowadzi klienta przez zawołań proces negocjacji, pomoże w zgromadzeniu dokumentów niezbędnych do zbycia nieruchomości oraz przygotuje transakcję od strony formalnej.

Dlaczego warto skorzystać z moich usług? Po pierwsze mam odpowiednie wykształcenie, przygotowanie zawodowe i doświadczenie w obrocie nieruchomościami, a także znajomość przepisów dotyczących nieruchomości. Biegłe władam językiem niemieckim, angielskim, włoskim, hiszpańskim i oczywiście polskim :). Mogę poszczycić się tytułem wykwalifikowanego sprzedawcy i posiadam nie tylko odpowiednie przeszkolenie, ale także licencję maklera nieruchomości. Obrót nieruchomościami związany jest także ze znajomością obowiązujących przepisów prawnych. Regularnie dokształcam się, aby być na bieżąco ze wszystkimi zmianami. Prawo niemieckie różni się od polskiego, dlatego trzeba pamiętać o jego specyfice, aby uniknąć przykrych i kosztownych konsekwencji.

Po drugie na bieżąco sprawdzam informację dotyczące aktualnej specyfiki niemieckiego rynku nieruchomości, co sprawia, że możesz mieć stuprocentową pewność co do rzetelności wyceny i transakcji.

Po trzecie na rynku niemieckim działam od wielu lat, podczas których zdążyłam zgromadzić wokół siebie grono znakomitych fachowców z branży prawnej, architektonicznej i budowlanej.

Wszystkie te elementy przekładają się na odpowiednio dużą liczbę zadowolonych klientów.

Możesz zgłosić swoją nieruchomość do sprzedaży dzwoniąc pod numerem telefonu +49 171 238 14 95 lub wysyłając e-maila na adres olga@immolla.com.

Dlaczego warto wynająć pośrednika nieruchomości?

Jakie korzyści przyniesie Ci praca z maklerem nieruchomości w Berlinie? Jakich usług maklerskich możesz oczekiwać w zakresie sprzedaży i wynajmu?

- szczegółowe doradztwo na niemieckim rynku nieruchomości
- precyzyjna i wiarygodna wycena nieruchomości w Berlinie

- zorientowany na grupy docelowe marketing nieruchomości
- rzetelna obsługa umów najmu i kupna
- współpraca z doradcami finansowymi, architektami, prawnikami, notariuszami i firmami budowlanymi

Jako pośrednik w obrocie nieruchomościami działam na terenie całego Berlina i Niemiec. Od niedawna współpracuję ze szczecińskim biurem, oferując nieruchomości położone w województwie zachodniopomorskim na niemieckich portalach internetowych. Szukam dla niemieckich klientów mieszkań i domów położonych w Polsce.

Jeśli masz jakiegokolwiek pytania lub chciałbyś uzyskać szczegółową poradę, proszę o bezpośredni kontakt. Szczegółowa i profesjonalna obsługa każdego klienta nieruchomości jest istotnym elementem mojej oferty. Jestem zawsze do Twojej dyspozycji, jeśli masz pytania dotyczące aktualnej sytuacji na rynku nieruchomości w Niemczech lub cen nieruchomości. Obiektywna i dokładna wycena nieruchomości w Berlinie i okolicach jest jedną z moich specjalizacji.

Autor: Olga Martin, Pośrednik Nieruchomości w Niemczech – www.immolla.com

Moją specjalizacją jest zakup, wynajem i sprzedaż nieruchomości w Niemczech. Pomagam moim klientom przejść bezpiecznie przez każdy etap sprzedaży.

Pracuję w pięciu językach: niemieckim, angielskim, włoskim, hiszpańskim i oczywiście polskim.





Bitwa o Monte Cassino

W dniu 18 maja

Bitwa o wzgórze Monte Cassino, jest jedną z najbardziej zaciętych bitew lądowych, rozegranych podczas działań II wojny światowej. Po lądowaniu aliantów, a także tuż po kapitulacji Włoch, siły niemieckie zaczęły się wycofywać z zajmowanych przez siebie pozycji. Świetnie dowodzone wojska niemieckie, prowadziły działania opóźniające ofensywę aliancką. W ten właśnie sposób, przygotowywały swoją linię obrony, która zwyczajowo zwana jest Linia Gustawa.

Pozycje niemieckie

Usytuowanie Niemców w terenie (który im sprzyjał), odpierało sprawnie nacierające wojska alianckie. Linie niemieckie dopiero zostały przełamane w dniu 18 maja 1944 roku, dzięki natarciom Francuskiego Korpusu, Polskiego II Korpusu oraz Brytyjskiej 72 Dywizji.

Na Sycylii

Na Sycylii żołnierze niemieccy zmuszeni byli, do wsparcia sojusznika czyli wojsk marszałka Badoglio. W tym czasie, alianci posuwali się masowo na północ. Po zachodniej stronie Apeninów, powoli również nacierały na Niemców oddziały amerykańskiej dywizji Marka Clarka. Z tyłu podążała brygada brytyjskiego generała Bernarda Montgomeryego. Naczelne dowództwo nad całą armią aliantów we Włoszech, pełnił generał Harold Alexander.

Atak Niemców

Niemcy, zdając sobie sprawę z nadciągających sił alianckich, szybko przystąpili do natarcia. Marszałek Luftwaffe Kesseling, nakazał dowódcy niemieckich wojsk saperskich Hansowi Besselowi, zbudowanie pasa głębokich umocnień, zwanego przez Niemców Linia Gustawa. Od dnia 17 stycznia 1944 roku, próby zdobycia obwarowań niemieckiego wojska, nie dawały żądanego skutku. Droga na Rzym wciąż dla aliantów była zamknięta.

Mijał czas

Z biegiem czasu, punkty militarne nieprzyjaciela, regularnie atakowane były z powietrza przez alianckie lotnictwo. Niemcom groził głęboki wyłom polski, co powodowałoby odcięcie sił niemieckich od klasztoru Monte Cassino. Jednocześnie 16 Lwowski Batalion Strzelców, zdobył niemiecki bunkier, będący również bazą składową ich amunicji. Od tej pory, regularnie alianci zdobywali bunkier po bunkrze niemieckiego wojska. Nieugięte morale żołnierzy polskich, zmusiło Niemców do wycofania się z zajmowanych pozycji. Dnia 17 maja podczas kolejnego kontrataku Niemców na San Angelo, do którego użyli oni ciężkich moździerzy, wojsko niemieckie zdobywało znowu przewagę. W tym momencie, obrona Polaków niestety załamała się. Drugi atak aliantów, mimo wszystko przyniósł długo oczekiwany przełom.

Polskie natarcie

Dwa potężne natarcia aliantów, szybko doprowadziły do wycofania się Niemców na odle-

głą o 15 kilometrów „Linie Hitlera”. Zobligowało to Niemców do zmasowanego wysiłku, co było przyczyną osłabienia ich parcia na warownie alianckie. Polacy w tym czasie, sprawnie przechwycili meldunki niemieckie dotyczące wycofania się ich z klasztoru. Artylerii w tym też momencie zaczęła ostrzeliwać drogi odrotu niemieckich żołnierzy. Z 17 na 18 maja 1944 roku, Niemcy zmuszeni byli opuścić klasztor. Stu spadochroniarzy niemieckich, również opuściło wzgórze Monte Cassino, by poddać się Brytyjczykom. Kilkudziesięciu Niemców, jednak nie ustępowało i kroczyło w kierunku Monte Cairo.

Biała flaga na murach klasztoru

Wczesnym rankiem, Polacy zauważyli nad klasztorem kołyszącą się na wietrze białą flagę. Wysłano wtedy patrol 12 Pułku Ułanów Podolskich, który był pod dowództwem ppor. Kazimierza Gurbieła. Zabrał on do niewoli szesnastu rannych żołnierzy niemieckich, zatykając jednocześnie na murach klasztoru Monte Cassino najpierw proporzec 12 Pułku Ułanów, uszyty od ręki przez plutonowego Jana Donocika. A z czasem również zatknął biało-czerwoną flagę, co uczynili żołnierze z pocztu dowódcy 3 kompanii 5 Batalionu Strzelców Karpaccich. Flaga ta przez cały czas polskiego natarcia na masyw Monte Cassino, noszona była w chlebaka przez st. sierż. Ryszarda Stachurskiego, szefa 3 kompanii.

Z dumą możemy powiedzieć całemu światu, że to Polacy otworzyli drogę na Rzym ponieważ zdobyli oni wzgórze Monte Cassino.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

Jesteśmy biało-czerwoni?

Od 2004 roku, 2 maja oficjalnie obchodzony jest w Polsce jako Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej, ale czy na pewno wiemy jaka jest kolorystyka naszej narodowej flagi i jakie jest znaczenie tych barw?

Barwy polskiej flagi złożone są z dwóch poziomych pasów: białego oraz czerwonego będących odwzorowaniem kolorystyki godła państwowego, które stanowi orzeł biały na czerwonym polu. Zgodnie z zasadami heraldyki pas górny reprezentuje białego orła, a dolny - czerwone pole tarczy herbowej. Kolory te według symboliki używanej w heraldyce mają następujące znaczenie:

- Koloru białego używa się w heraldyce jako reprezentację srebra. Oznacza on także wodę, a w zakresie wartości duchowych - czystość i niepokalanie.

- Kolor czerwony jest symbolem ognia i krwi oraz cnót takich jak odwaga i waleczność.

Pierwotnie polską barwą narodową był karmazyn, stanowiący symbol dostojności i bogactwa, a zarazem uważany za najszlachetniejszy z kolorów. Z uwagi na cenę barwnika – kosze-

nili uzyskiwanej z larw czerwca polskiego – mało kto mógł sobie na niego pozwolić, dlatego też był on wykorzystywany jedynie przez najbogatszą szlachtę i dostojników państwowych.

Barwy biała i czerwona zostały uznane za narodowe po raz pierwszy 3 maja 1792. Podczas obchodów pierwszej rocznicy uchwalenia Ustawy Rządowej damy wystąpiły wówczas w białych sukniach przepasanych czerwoną wstęgą, a panowie nałożyli na siebie szarfy biało-czerwone. Nawiązano tą manifestacją do heraldyki Królestwa Polskiego – Białego Orła na czerwonej tarczy herbowej.

Po raz pierwszy regulacja prawna polskiej flagi została przyjęta w uchwale Sejmu Królestwa Polskiego z 7 lutego 1831 r. na wniosek posła Walentego Zwierkowskiego, wiceprezesa Towarzystwa Patriotycznego. Wersja biało-czerwona stanowiła kompromis pomiędzy flagą białą – nadaną przez Augusta II Mocnego i proponowaną przez konserwatywistów, a trójbarwną, biało-czerwono-szafirową proponowaną przez Towarzystwo Patriotyczne, nawiązującą do barw konfederacji barskiej.

Po odzyskaniu niepodległości barwy i kształt flagi uchwalili Sejm Ustawodawczy odrodzonej Polski 1 sierpnia 1919. W ustawie podano: „Za

barwy Rzeczypospolitej Polskiej uznaje się kolor biały i czerwony w podłużnych pasach równoległych, z których górny – biały, dolny zaś – czerwony.” Z ustawy tej nie wynikało jednak, jaki ma być odcień czerwieni. Dopiero dwa lata później ukazała się broszura „Godła

i barwy Rzeczypospolitej Polskiej” z barwnymi wizerunkami znaków państwowych, opracowana przez Stanisława Łożę i wydana przez Ministerstwo Spraw Wojskowych. Czerwień na fladze narodowej miała odcień karmazynu. Jednakże w rozporządzeniu Prezydenta Rzeczypospolitej z 13 grudnia 1927 odcień czerwieni zmieniono na cynober. Nowe rozporządzenie weszło w życie 28 marca 1928; zezwolono w nim jednak na używanie dotychczasowych flag do 28 marca 1930 r. (ów „czas przejściowy” wydłużono następnie do 31 grudnia 1936 roku). Cynober – potwierdzony w ustawie z 1955 r. sankcjonującej godło bez korony – pozostał na polskich flagach do roku 1980. Obydwa odcienie czerwieni, karmazyn i cynober, nie były dokładnie zdefiniowane aż do 31 stycznia 1980 roku, kiedy to ostatecznie zdefiniowano kolor „czerwieni” za pomocą współrzędnych trójchromatycznych sRGB (w zapisie szesnastkowym #D4213D).

I tak pozostało do dnia dzisiejszego...

Ubezpieczenia, Bankowość, Nieruchomości Sebastian Drag - 21 lat działalności

Professional Bachelor for Financial Consulting (CCI)

Oferuję:

- sprzedaż, kupno mieszkań / domów na terenie całych Niemiec
- kredyty na mieszkania własnościowe lub domy
- doradztwo finansowe oraz wszystkie ubezpieczenia prywatne i firmowe
- ubezpieczenia samochodowe - uznajemy wszystkie zniżki z Polski!
- DKV Zahzusatzversicherung - korzystne ceny - aż do 100% pokrycia rachunku

Lucy-Lameck-Straße 22/23 • 12049 Berlin
www.sebastian.drag.ergo.de

Tel.: 030 / 629 843 69 • mobil: 0163 / 31 32 875
e-mail: sebtermin@gmail.com



Twój Partner od ubezpieczeń,
inwestycji i emerytury.



Wir beraten Sie gern:

LVM-Versicherungsagentur
Sylwia Grunt-Funke
Weimarer Straße 26, 10625 Berlin
Telefon 030 13886222
Mobil 0177 6057818
info@grunt.lvm.de, grunt.lvm.de



„Gertzen - Consulting” Ewa Gertzen

Nieosiągalne umożliwia! Od Gewerby po Jobcenter!!!

Pomagam: w załatwieniu formalności urzędowych
wypełniania dokumentów
prowadzenia korespondencji
Godziny otwarcia: 10.00 - 18.00

Siegfriedstr. 13, 12051 Berlin Neukölln
E-Mail: ewa.gertzen@hotmail.de

Nowy numer.: 0152-08 21 59 73



To się opłaca

Podatki

- Tworzenie zeznań podatkowych
- Obliczanie zwrotu z podatku
- Sprawdzanie decyzji podatkowej
- Komunikacja z Urzędem Skarbowym jako Państwa pełnomocnik
- Doradzam w ramach §4nr11 StBerG - ustawy o doradztwie podatkowym

www.vlh.de/bst/9862

Księgowość

- Jako certyfikowany bilansista (Bilanzbuchhalter (IHK)) prowadzę pełną i uproszczoną księgowość dla GmbH, UG i Gewerbe
- Rejestruje Gewerbe na wirtualnym adresie

www.polskiskiegowy.de

Księgowy, na którym możesz polegać



Allianz

Zapamiętaj, tylko u nas:

- bezpłatne doradztwo
- ubezpieczysz swoje auto korzystnie i tanio
- akceptujemy polskie zniżki
- obowiązkowe ubezpieczenie zdrowotne
- oferujemy inne atrakcyjne ubezpieczenia

Claudia Podmokly
i Matthias Podmokly

Emmentaler Str 56, 13407 Berlin
E-Mail: claudia.podmokly@allianz.de
E-Mail: matthias.podmokly@allianz.de

Tel.: 0162 4363313



.JK

BUCHHALTUNG
KAROLINA JEDRZEJEWSKA

Zakres usług:

- rejestracja i prowadzenie działalności gospodarczej
- rejestracja polskich firm budowlanych (Steuernummer, Freistellungsbescheinigung)
- adres korespondencyjny dla firm
- kompleksowe prowadzenie księgowości
- formalności urzędowe
- serwis biurowy
- współpraca z niemieckim radcą podatkowym



Kontakt

030 835 447 76
0176 577 443 72
info@jk-buchhaltung.de

Twój sukces to nasz cel!



Katzbachstraße 6, 10965 Berlin





„NASZE POLSKIE BIURO“ rok założenia 2004

GEWERBEVERWALTUNG BÜROSERVICE

Serwis biurowy, adres do korespondencji, Gewerby bez stałego meldunku w Niemczech, formalności urzędowe, meldunkowe, JobCenter, Arbeitsamt, pisanie podań i odwołań, współpraca z niezależnymi biurami księgowymi i adwokatami, dostęp do wszelkich formularzy urzędowych, przepisów unijnych, Kindergeld, pisanie i archiwizacja rachunków dla „Gewerbetreibender“, ubezpieczenia.



Barfusstraße 11 13349 Berlin/Wedding Piotr Brzezinski Bus 120 U-6 Rehberge
Tel.: 030/77006344 • 030/239 16 284 • Kom.: 0176/49127482 • Fax: 030/23916283
naszeplbiuro@onet.pl



GEWERBE, SERWIS BIUROWY, KSIĘGOWOŚĆ, SPRAWY URZĘDOWE, JOB-CENTER, UBEZPIECZENIA

Oferujemy pomoc przy rejestracji i prowadzeniu DZIAŁALNOŚCI GOSPODARCZEJ (bez konieczności stałego zameldowania w Niemczech)

ADRES KORESPONDENCYJNY dla firm prowadzeniu pełnej KSIĘGOWOŚCI zakładaniu KONTA BANKOWEGO zameldowaniu w IHK, HANDWERKSKAMMER sprawach związanych z JOB-CENTER i AGENTUR FÜR ARBEIT uzyskiwaniu KINDERGELD, ELTERNGELD, GRUNDSICHERUNG ubezpieczeniach zdrowotnych - KRANKENVERSICHERUNG umowach GAZ, PRĄD, TELEFON, ... POŚREDNICTWO PRACY



WESOŁOWSKI
UNTERNEHMENSBERATUNG
BÜROSERVICE

Augustastr. 1
12203 Berlin, Lichterfelde

+49 (0) 152 553 349 41
www.polskiserwis.de
kontakt@polskiserwis.de



POMOC W ZAKŁADANIU I PROWADZENIU FIRM [również dla osób bez meldunku]

- ROZLICZENIA PODATKOWE DLA FIRM I OSÓB PRYWATNYCH
- KORESPONDENCJA URZĘDOWA
- WYPEŁNIANIE FORMULARZY
- KINDERGELD
- UBEZPIECZENIA

SZYBKO • KOMPLEKSOWO • PRZYSTĘPNA CENA

tel. +49 30 600 594 34 DE
tel. +48 717 230 474 PL info@daniel-kanzlei.de
fax: +49 30 657 099 45 www.daniel-kanzlei.de

GODZINY OTWARCIA Hertzbergstr.20
pn.-czw. 10:00-20:00 12055 Berlin - Neukölln
piątek nieczynne

PUNKTY OBSŁUGI KLIENTA W POLSCE

59-900 ZGORZELEC ul. Lubańska 10e/8 +48 756 138 953	69-100 SŁUBICE ul. 1 Maja 6 +48 957 377 535	71-424 SZCZECIN ul. Janosika 17 +48 914 040 066
GODZINY OTWARCIA pn.-pt. 8:00-16:00	GODZINY OTWARCIA pn, wt, śr, pt. 8:00-16:00 czw. 10-18	GODZINY OTWARCIA pn, wt, śr, pt. 8:00-16:00 czw. 10-18

Od 1880 roku na rynku niemieckim

RheinLand
VERSICHERUNGEN

Marek Seruga

Doradca Ubezpieczeniowy dla polskich klientów

Versicherungsfachmann (IHK)

Ubezpieczenia samochodowe

- PKW, LKW, eVB Nummer
- uznajemy wszystkie zniżki z Polski
- specjalna klasyfikacja dla młodych i nowych kierowców 75%/60%

Prywatne ubezpieczenia osobowe

- mieszkaniowe, na dom, mienia i od nieszczęśliwych wypadków

Prywatne ubezpieczenia emerytalne i na życie

- Lebensversicherung/ Sterbegeldversicherung
- Rentenversicherung/ Riester Rente itp.

Ubezpieczenia firmowe, ubezpieczenia od ochrony prawnej, prywatne i państwowe kasy chorych

e-mail: marek.seruga@rheinland-versicherungen.de

Tel.: 030/ 5165229-0
Mobil: 0179/ 70 20 572
Fax: 030/ 5165229-29

1. Am Müggelpark 25
15537 Gosen-Neu Zittau

2. Warschauer Str. 70
10243 Berlin

Steuerkanzlei

Dr. Robert Jóźwiak
Steuerberater



• pełna pomoc podatkowo-księgowa

• doradztwo podatkowe w zakresie międzynarodowego prawa podatkowego

• obsługa polskich podmiotów gospodarczych świadczących usługi na terenie Niemiec

• reprezentacja przed niemieckimi sądami finansowymi

Bürozeiten:

Rabenstr.35, 13505 Berlin	Montag	08.00 – 16.00 Uhr
Tel.: (+4930) 431 36 25	Dienstag	08.00 – 16.00 Uhr
Fax: (+4930) 554 73 706	Mittwoch	geschlossen
E-Mail: stb@jozwiak-berlin.com	Donnerstag	08.00 – 16.00 Uhr
	Freitag	08.00 – 16.00 Uhr

Od ponad 20 lat Księgowość, Porady, Kursy,...

- organizacja pomieszczeń, adresu,...
- Arbeitsamt: Einstiegs-geld, Anlage EKS,...
- sprawy urzędowe, Businessplan,...
- też przy współpracy z Steuerberaterem.



Robert Koszewski Dipl. Betriebswirt
Pannwitzstr. 42a, 13403 Berlin,
e-mail: koszewski@web.de,
Tel.: 030/413 78 91, 0171 570 52 44

Połączenie: S8- Eichborndamm,
U8- Rathaus Reinickendorf lub Bus - 221

J.N. Büroservice Berlin

Sprawy urzędowe - Agentur für Arbeit / Familienkasse / Gewerbeamt / Bürgeramt / Job Center / Wnioski / Odwołania / Tłumaczenia / Prowadzenie rachunków małych firm / Gewerbe bez stałego meldunku

Jarosław Nowakowski
Dipl.-Kfm

e-mail: jaroslaw@nowakowski-privat.de
Tel/Fax.: 030 398 84 670
Mobil: 0151/ 17890903

Kleine

PRACA OD ZARAZ

w hotelach 4* i 5* w Berlinie Mitte (Potsdamer Platz),
Blankenfelde-Mahlow lub Bad Saarow na stanowisko:

**POKOJÓWKA/POKOJOWY
SUPERVISOR (pełny etat)
HOUSEBOY (pełny etat) (m/w/d)**



OFERUJEMY:

- wynagrodzenie od 13,50€ do 15€ brutto/godz.
- niemiecką umowę na czas nieokreślony
- dodatek 80% za niedziele i święta
- 30 dni urlopowych w roku
- premia 500€ brutto za zwerbowanie nowego pracownika
- posiadamy ofertę pracy na Mini Job!
- doświadczenie mile widziane

Wszystkie nasze aktualne oferty pracy
znajdziesz na naszej stronie.
Zeskanuj kod QR



Czekamy na Ciebie!

Zapraszamy na rozmowę do naszego biura
w godz. od 8.00 do 15.00

Kleine Reinigungs- und Dienstleistungsgesellschaft mbH
Storkower Straße 132 (S-Bahn Landsberger Alle)
10407 Berlin

Kontakt w języku polskim:

Tel.: 0049 30 27 57 25 052, personal@kleine.berlin

3 maja Święto Narodowe, Święto Konstytucji 3 Maja

Konstytucja 3 maja, właściwie Ustawa Rządowa z dnia 3 maja – uchwalona 3 maja 1791 roku ustawa regulująca ustrój prawny monarchii dziedzicznej Rzeczypospolitej Obojga Narodów. Powszechnie przyjmuje się, że Konstytucja 3 maja była pierwszą w Europie i drugą na świecie (po konstytucji amerykańskiej z 1787 r.) spisana konstytucją.



8 maja 79 rocznica zakończenia II wojny światowej w Europie

W dniu tym w sposób szczególny pamiętamy o ludziach tamtego czasu, dzięki ich odwadze i wysiłkowi możemy dzisiaj cieszyć się pokojem w Europie. W tym dniu w Berlinie można złożyć kwiaty, zapalić znicz pod pomnikiem żołnierza Polskiego w Berlinie – Volkspark Friedrichshain, 10243 Berlin ulica Am Friedrichshain.

Dipl.Soz.Pädagogin, Coach w kooperacji z Jobcenter pomaga w urzeczywistnianiu swoich planów w wymarzonym zawodzie.
Tel.: 0173 8988346

LEGALNA PRACA Z DOMU (dodatkowa lub gewerba). Proponowanie i przepisywanie do jednej z czołowych Krankenkasse w Niemczech. Płacimy minimum 50 Euro za każdą zgłoszoną osobę. Całe Niemcy!
Tel.: +49 155 100 91 336

Salon Kosmetyczny-Zehlendorf Berlin-14165 Lupsteiner Weg, poszukuję pracownicy - pracującej samodzielnie z doświadczeniem, Kosmetyka-Pedikiur-Manikiur. Warunki pracy i płatności do uzgodnienia.
Tel.: 0173 6178684

Poszukuję panią o miłej aparycji, która z moją siostrą spędziłaby czas. Siostra ma 69 lat, jest po lewostronnym udarze i siedzi w wózku inwalidzkim. Potrzebna mi jest pomoc na spacerach, raz w tygodniu dwie godziny. Miejsce zamieszkania siostry: Tiergarten Odpłatność: 15 €/godz. Tel.: 0173 208 58 65

****Firma transportowa** w Berlin Grossbeeren** poszukuje kierowców z prawem jazdy kategorii C do pracy od poniedziałku do piątku w godzinach 6-14. Oferujemy: niemiecką umowę pracy, atrakcyjne wynagrodzenie, przyjazną atmosferę pracy. Tel.: 0177 8778049

Ich suche von privat zu privat für lange Zeit eine zuverlässige Pflegehelferin (30-45 J., auch Ausländerin mit Deutschkenntnissen) für Grundpflege und hauswirtschaftliche Tätigkeiten von Rollstuhlfahrer (m) in Berlin. Wenn möglich aus den Bezirken Kreuzberg, Nord-Neukölln, Alt-Treptow, Schöneberg. Bei Interesse bitte Bewerbung per Email: rolli2008@yahoo.de

Chętnie przyjmujemy dzieci w wieku od 1do 6lat, do naszego przedszkola. Standard u nas to własna kuchnia i bio produkty, duża przestrzeń i wiele zajęć takich jak sport, muzyka, eksperymenty. Kita Firlfanz, Drontheimer Str. 22, 13359 Berlin, Tel.: 030 4911515

Katharina-Heinroth-Grundschule



Staatliche Europa-Schule Berlin
(Deutsch / Polnisch)



**Cieszymy się na kontakt z Państwem
i Państwa dzieckiem!**

Wir freuen uns auf Sie und Ihr Kind!

Katharina-Heinroth-Grundschule

Münstersche Straße 16

10709 Berlin

Tel: (030) 89043951-11

www.katharina-heinroth-grundschule.de



Berlinek

Szkola prywatna uznana przez Senat Berlina jako szkoła uzupełniająca

Sprachenzentrum

- ▶ Kursy językowe dla dzieci i dorosłych
- ▶ Zajęcia w grupach i indywidualnie
- ▶ Korepetycje oraz tłumaczenia
- ▶ Kursy integracyjne BAMF



Intensywne kursy języka niemieckiego
Bezpłatnie lub z dofinansowaniem

Także online!

Filia Charlottenburg

Dahlmannstr. 1A
10629 Berlin

Tel: 030 347 87 266

Mobil : 0160 47 59 619

Biuro czynne:

poniedziałek - czwartek 9:00 - 19:00
piątek 9:00 - 17:00

Filia Reinickendorf

Maarer Str. 48
13434 Berlin

Tel: 030 403 96 222

Mobil : 0151 52 51 34 27

Biuro czynne:

poniedziałek + środa 11:00 - 15:30
wtorek + czwartek 11:00 - 19:00

www.berlinek.de post@berlinek.de

**Katolicki dom seniora w Grunewald (Berlin)
szuka pielęgniarek i pomocy pielęgniarek**

Płaca według taryfy Caritas,
dodatek Świąteczny i dalsze dodatki.
Wymagany język niemiecki komunikatywny

Kontakt: **Rospleszcz Anna**

030 897 36 93 27

PRACA: POMOC DOMOWA
Haushaltshilfe

Praca 2 -3 x w tygodniu

2 -4 godziny dziennie

Tylko popołudnia

Osoba z samochodem

Prywatny dom

14621 Schönwalde-Siedlung

4 km od Spandau

Bez pośredników!

Tel. 0176 855 255 43





OFERUJEMY PRACĘ W HOTELU
HAMPTON BY HILTON
HOTEL BERLIN CITY WEST
 (ZOOLOGISCHER GARTEN) NA STANOWISKU



Kontakt

telefoniczny / whatsapp / SMS

w języku polskim:

+49 (0) 178 184 59 90 lub +49 (0) 176 169 53 700



3B w kooperacji z Hampton by Hilton
 oraz pozostałymi hotelami oferuje pracę na stanowisku

Pokojówka / pokojowy:

- Niemiecką umowa o pracę
- 13,50€ brutto na godzinę
- dodatek za pracę w niedzielę i święta
- dodatkowe bonusy za pracę ponad normę
- premia za zwerbowanie nowego pracownika
- możliwość awansu
- miła atmosfera
- karty rabatowe w wybranych sklepach

Zatrudnimy elektryków



z doświadczeniem i znajomością języka niemieckiego,
 proponujemy dobre wynagrodzenie i stałą pracę
 w zgranym zespole.

Kontakt Pan Bartosz:

Tel.: 01629131335 • mail: b.czubaj@bmc-elektro.de




Physiolab - gabinet fizjoterapii na Steglitz
 poszukuje fizjoterapeuty/ki do współpracy.
 Jesteśmy zmotywowanym, międzynarodowym
 zespołem składającym się z pięciu doświadczonych fizjoterapeutów
 i dwóch recepcjonistek. Jeśli jesteś pasjonatem/ pasjonatką
 fizjoterapii i chcesz pracować w przyjaznym, luźnym środowisku
 to jesteśmy idealnym miejscem dla Ciebie.
 Zainteresowany/a ? Skontaktuj się z Kornelią Mroczek
info@physiolab-berlin.de

**Polska restauracja w pobliżu Oranienburga
 pilnie poszukuje osób chętnych
 do pracy w kuchni.**

Doświadczenie i znajomość języka nie są wymagane.

Więcej informacji pod numerem 0157 790 15 814



Szukamy stolarza, pomocnika do
 montażu schodów, drzwi i parkietu.
 Praca w Berlinie i w okolicach. Nie
 wymagamy języka niemieckiego.
 Wynagrodzenie do uzgodnienia. Po
 okresie próbnym, umowa na stałe.

tel: 0176 8309 2094, mail: rabe-gmbh@outlook.de

Pflegeheim Pinecki szuka

Pielęgniarek/Pielęgiarzy/Fachkraft-ów do współpracy.

Tel. 030/8916026 Kontakt Fr. Sieprath lub Fr. Höffner

DENTALart

Piotr Klincewicz



IMPLANTOLOGIA

20 lat doświadczenia i ponad 10000 wszczepionych implantów (NOBEL BIOCARE STRAUMANN, CAMLOG)



CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA

ekstrakcje, resekcje, zabiegi w znieczuleniu miejscowym i ogólnym (sedacji)



PROTETYKA

protetyka na implantach, mosty, korony, protezy



STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA

wypełnienia kompozytowe, wybielanie zębów (BEYOND), leczenie pod mikroskopem



NOWOCZESNA DIAGNOSTYKA

pracownia RTG, tomografia komputerowa, mikroskop



Plac Wolności 17
69-100 Słubice



Tel. (+48) 95 758 21 26
(+48) 60 561 21 26



DentalArt Stomatologia Słubice



biuro@dentalartslubice.pl
www.dentalartslubice.pl



**DOJEDZISZ DO NAS
W JEDNĄ GODZINĘ!
ZAPRASZAMY!**

STOMATOLODZY WSZYSTKICH SPECJALIZACJI - SZCZECIN

OD 15 LAT WYKONUJEMY I SKUTECZNIE REALIZUJEMY KOSZTORYSY DLA PACJENTÓW UBEZPIECZONYCH WE WSZYSTKICH NIEMIECKICH KASACH CHORYCH.

- OSZCZĘDNOŚĆ DO 50% W PORÓWNIANIU Z NIEMIECKIMI GABINETAMI

- GWARANCJA AKCEPTACJI KOSZTORYSÓW PRZEZ NIEMIECKIE KASY CHORYCH

- GWARANCJA UZYSKANIA ZWROTU FINANSOWEGO Z NIEMIECKIEJ KASY CHORYCH ZA WYKONANE LECZENIE W POLSCE

- SZYBSZA REALIZACJA PLANÓW LECZENIA ORAZ WYSOKA JAKOŚĆ USŁUG PROTETYCZNYCH

- NOWOCZESNY SPRZĘT, INNOWACYJNE METODY LECZENIA, WYKWALIFIKOWANY PERSONEL

- ZAJMUJEMY SIĘ TRUDNYMI PRZYPADKAMI Z ZAKRESU PROTETYKI, CHIRURGII, PERIODONTOLOGII, ORTODONCJI I STOMATOLOGII ESTETYCZNEJ

- NOWOŚĆ ~ LASEROWE WYBIELANIE ZĘBÓW



Istniejemy od blisko 30 lat. Zaufało nam ponad 20 000 pacjentów z Polski, Niemiec i Skandynawii.

Zadzwoń i umów wizytę

+48 606 992 580

sylwia.cena@ra-dent.com.pl
www.ra-dent.com.pl

MICKIEWICZA 128A/1
71-140 SZCZECIN

KRZYWOUSTEGO 19/5
70-252 SZCZECIN

KRÓLOWEJ KORONY POLSKIEJ
9/U1
70-485 SZCZECIN



Specjalista Ginekologii i Położnictwa

Dr. med. Jarosław von Mach-Szczypiński

Praxis:
Hermannplatz 5, 10967 Berlin
(Neukölln; U-Bhf Hermannplatz)
Telefon: (030) 691 43 03
Handy: 0171 1437301

Sprechzeiten:
Montag bis Donnerstag
9:00-13:00 und 15:00-18:00
Przyjmujemy też pacjentki
bez karty ubezpieczenia

Margarete Baier

Zahnärztin

Waldstr. 27, 10551 Berlin (Tiergarten) • Fax/Tel.: (030) 395 92 55
E-Mail: zahnaerztin-baier@t-online.de

Mo	Di	Mi	Do	Fr
10-19	9-15	10-19	10-18	9-14

ZAHNARZTPraxis

Dr. Sławomir Trepka

Kinderbehandlung
Amalgam-Alternativen
Bleaching
AIR-Flow
Praxiseigenes Labor



Askanischer Platz 3/EG

☎ 030 - 26 12 160 • am S-Bhf. Anhalter Bahnhof

Mo, Di, Do 08.00 - 13.00 und 14.00 - 18.00 / Mi 08.00 - 13.00 und 15.00 - 18.00 / Fr 08.00 - 13.00

Zahnärztin

Monika Nowak

- Parodontologia
- Wybielanie zębów
- Protetyka
- Veneers
- Prophylaxe



www.nowak-zahnarztpraxis.de

Xantener Str. 22

10707 Berlin

U-Bahn 7 Adenauerplatz

Tel. 030 68 08 78 13

Mo. Do.

11.00 - 19.00

Mi.

14.00 - 19.00

Di. Fr.

9.00 - 14.00

Zahnarztpraxis

Dr. Alina Gutsch-Trepka

Schönebergerstraße 5, 10963 BERLIN-KREUZBERG
ECKE HOTEL MÖVENPICK

☎ 030 - 26 39 77 56

Mo	Di	Mi	Do	Fr
12-20	8-14	12-20	12-20	8-14

S-Bahn: S1, S2, S25; BUS: M29, M41, M123



Beata Mydlowska Zahnärztin

Skalitzer Str. 6, 10999 Berlin
am U-Bhf. Kottbusser Tor
Tel.: (030) 615 18 22

Sprechzeiten:

Mo: 12:00 - 20:00

Di, Do: 10:00 - 13:00

14:00 - 18:00

Mi, Fr.: 09:00 - 13:00

und nach Vereinbarung



dentes ZAHNÄRZTE
 zahnarztpraxis szalski und kollegen
 wilmersdorfer str. 62 10627 berlin tel. 881 46 49
 www.dentes-zahnärzte.de praxis@dentes-zahnärzte.de
 prothetik implantatprothetik implantologie
 endodontie ästhetische zahnheilkunde
 parodontologie parodontalchirurgie narkose
 kinderzahnmedizin kinderprophylaxe
 prophylaxe bleaching keramikimplantate

SPECJALISTA CHIRURGII PLASTYCZNEJ
 Uniwersytetu w Lübeck
Dr. med. Jaroslaw Tribull-Potapczuk
 doktor nauk medycznych Uniwersytetu w Köln
**Operacje plastyczne twarzy, powiek, nosa,
 piersi, brzucha i innych części ciała**
Koszty podobne do cen w Polsce
 Kurfürstendamm 69 (Adenauerplatz), 10707 Berlin
 Tel.: 030-32708228 lub 0171-7076462 (tu też po polsku)
 E-mail: info@dr-tribull.de, Website: www.dr-tribull.de
 Konsultacje w dni powszednie 15:00-19:00
 Koszty porad (i niektórych operacji) pokrywa Krankenkasse

STOMATOLOG
Aida Bigus-Gdaniec
 Mariendorfer Damm 147, 12107 Berlin
 am U-Bhf. Alt Mariendorf
Tel.: 706 38 28

Mo	Di	Mi	Do	Fr
12-20	9-12,14-18	9-12	9-12, 15-20	nach Vereinbarung

 **Germedica** Integrative Medizin
 Medycyna Naturalna 

PRAKTYKA LEKARZA RODZINNEGO
Dr. med. Beata Bylinski
 Specjalista chorób wewnętrznych / lek. rodzinny

**OPIEKA LEKARSKA NAD CAŁĄ RODZINĄ
 (DOROŚLI, MŁODZIEŻ, DZIECI, NOWORODKI)**

 13409 Berlin - Reinickendorf  Tel.: 030 491 91 95
 Reginhardstr. 34 030 499 07 360
 e-mail: info@praxis-germedica.de

Opieka nad osobami starszymi i chorymi
 Stacja opieki domowej **SCHWESTER EVA**

- Usługi pielęgnacyjne i opieka medyczna
- pomoc w wykonywaniu codziennych obowiązków domowych
- bezpłatne doradztwo w zakresie społeczno-socjalnym / Pflegeversicherung
- personel polskojęzyczny
- rozliczeń dokonujemy z kasami chorych, kasami ubezpieczenia społecznego oraz z Urzędem ds. Socjalnych.



Adres: Auguste - Viktoria - Allee 82 , 13403 Berlin
Tel.: 030 805 77 497, Funk: 0176 32 998 426
E-mail: pflegedienst.schwester-eva@web.de

LOGOPEDIA
Jolanta Witte
 Dipl. Pädagogin
 Staatl. anerkannte Logopädin
 Terapia zaburzeń mowy u dzieci i dorosłych
 (zaburzenia rozwojowe, neurologiczne, funkcji głosu)

Meinekestr. 26 (GH) **Tel.: 030 88913676**
 10719 Berlin-Charlottenburg **0173 2109911**
 U9, U1 Kurfürstendamm E-mail: j.witte@berlin.de
 S-Bahn: Bhf- Zoo Terminy po uzgodnieniu
Terapia w języku polskim lub niemieckim

APARATY SŁUCHOWE BEZPŁATNE NA RECEPTĘ 

 **miruna**
 AUGENOPTIK
 HÖRAKUSTIK

Michał Ruszewski – Tauernallee 42
 12107 Berlin – Tel.: 030 - 76 28 78 13
 www.miruna-berlin.de

*Przy ukazaniu recepty od laryngologa dochodzi ustawowa dopłata 10,- € za aparat. (Cena bez recepty 799,- €)

 **physiolab**

FIZJOTERAPIA

- ↳ Gimnastyka (też wg Bobath, PNF)
- ↳ Fizykoterapia
- ↳ Terapia Manualna
- ↳ Fizjoterapia uroginekologiczna
- ↳ Drenaż limfatyczny
- ↳ Masaże
- ↳ Terapia stawu skroniowo-żuchwowego

Godz otwarcia:
 Pon - czw: 8:00 - 18:30
 Pt: 8:00 - 13:00

mgr Kornelia Mroczek & Team zapraszają!
 Wszystkie kasy chorych i prywatnie

Physiotherapie-Praxis »PHYSIOLAB«
 Düppelstraße 39
 12163 Berlin
 U + S Rathaus Steglitz

Tel. 030/797 460 16
 info@physiolab-berlin.de
 Barrierefreie Praxis

Również wizyty domowe

Berlin /Schöneberg

Physiotherapie am Kleistpark
Arnold Paliński

Massagen, Krankengymnastik, Manuelle Therapie, Fangopackungen, Manuelle Lymphdrainage, Elektrotherapie, Ultraschall

Alle Kassen, BG und Privat

Zapraszamy: **Pn - Cz 8 – 18, Pt 8 – 15** (Terminy wyłącznie po telefonicznym uzgodnieniu.)

Langenscheidtstr. 5, 10827 Berlin Tel. **(030) 79789153**
 50m od U-7 Kleistpark

DIE NEUE APOTHEKE

Apotheker Ronald Weber e.K.

Mówimy po polsku

- Realizujemy polskie recepty
- Karta stałego klienta (**rabat 10%**)
- Środa w godzinach 15⁰⁰-18⁰⁰ **rabat 20%**
- Szeroka dostępność leków w możliwie jak najkrótszym czasie

Turmstraße 77 • 10551 Berlin

Tel.: 030 - 53 60 45 01

Fax: 030 - 53 60 45 02

info@die-neue-apotheke.berlin



Pon - Pt: 08.00 - 19.00 Uhr • So: 09.00 - 18.00 Uhr



Dr. Warsow - Apotheke

Inh./ Apothekerin Edyta Nowak

**WIR WOLLEN
DASS ES IHNEN
GUT GEHT**



MÓWIMY PO POLSKU!

- realizujemy recepty z Polski
- E - recepty oryginalne (wydrukowane)
- karta stałego klienta
- fachowe i kompetentne porady



Sonnenallee 295, 12057 Berlin

Tel.: 0 30/ 684 38 54

Fax: 0 30/ 68 22 49 07

ok. 150 m od

S-Bhf. Köllnische Heide,

Bus: 277, 246, M41

Otwarte:

pon-pt.: 9:00-18:30

sob.: 9:00-13:00

KOSMETYKA / URODA



BEAUTY ROOM

JAGODA

- MEDYCZNE ZASTRZYKI ESTETYCZNE
- MEDYCZNA PIELĘGNACJA STÓP
- TRWAŁA DEPIŁACJA LASEROWA
- MEDYCZNA KOSMETYKA

**MAUSCHBACHER STEIG 2,
13437 BERLIN-WITTENAU**

TEL.: 0176 814 91 620

PRACA Z LEKARZAMI



PER PEDES

Podologie "Per Pedes" Medizinische Fußpflege ,Inh. Olena Radskowsky, alle Krankenkassen und Privat, Telefonische Termin Vereinbarungen, bei Anrufbeantworter bitte deutlich Namen und Telefonnummer hinterlassen, wir rufen zurück.



**Wilhelmsruher Damm 116, 13439 Berlin,
Tel.Nr.: 030-91575090,**

SOLARIUM

**ALT-MOABIT 75 | 10555 BERLIN
TEL: 398 87 605**

**PESTALOZZISTR. 74 | 10627 BERLIN
TEL: 319 92 648**

**NOWE LAMPY
NOWE TECHNOLOGIE
BEZPIECZNE OPALANIE**



ZAPRASZAMY!

**GODZINY OTWARCIA:
PON. - PT. 9 - 22
SOB. 10 - 22 | NIEDZ. 12 - 20**

SALON BEAUTY WOMAN -POLSKI SALON

**DZIELNICA STEGLITZ • BEGONIANPLATZ 3
TEL.03055274954• KOM.01627482056**

**OFERUJEMY PROFESJONALNE
USŁUGI Z ZAKRESU**

- FRYZJERSTWA,
- PRZEDŁUŻANIA I ZAGĘSZCZENIA WŁOSÓW
- STYLIZACJI PAZNOKCI
- STYLIZACJI BRWI
- PRZEDŁUŻANIA RZĘS
- KOSMETYKA
- MAKIJAŻU PERNAMENTNEGO BRWI

**ZAPRASZAMY
PON-PT OD GODZ 10 -18
SOB. OD GODZ. 10-15**



Muzyczna oprawa imprez „Berti” – Alleinunterhalter. Wesela, festyny, imprezy okolicznościowe. Live Musik & DJ. Wypożyczanie nagłośnienia i oświetlenia. Porady. Tel.: 030 7464556, 0179 2442890

INTERNET MOBILNY, DOMOWY, TELEFONY KOMORKOWE

Wszystkie porady są darmowe i w języku polskim. Zapraszamy:) tel. 030/81868077, kom. +4917648207784, www.teleberlin.pl

Fryzjerka z tytułem mistrza oferuje: baleyage, pasemka, trwała, strzyżenie damskie, męskie, henna, przedłużenie włosów (mikroring, kreatyna). Agnieszka Whatsapp: 0176 48997626, 0151 29016283, 0157 30430185

Wykonujemy prace remontowe, szpachlowanie, malowanie, regipsy, płytki, tapetowanie, elektryka, hydraulika, montaż drzwi, okien, tarasy, laminaty, kompletne remonty mieszkań. Tel.: 0151 71770337

Pomoc w sprawach urzędowych, Job Center, Arbeitsamt, Kindergeld, Elterngeld, Wohngeld, pisma, odwołania, sprawy rentowe etc. (oprócz prawnych) Meldowanie firm – kpl prowadzenie papierów, rachunki etc. Mobil: 0157 84894000

Profesjonalne usługi kosmetyczne i medycyny estetycznej z dojazdem do klienta. Mezoterapia igłowa, mikroigłowa (BB), wypełnianie zmarszczek, powiększanie ust, prophiloo, botox (również nadpotliwość), nici liftingujące, AHA i inne. Wysoka jakość, promocyjne ceny. Tel.: 0176 27398949

Opróżnianie mieszkań, strychów piwnic ogrodów. Przewóz mebli z punktu A do B Tanio szybko i solidnie. Rzetelna praca krótkie Terminy. Darmowa wycena. Tel.: 0176 96538820

Pomoc w problemach z Jobcenter, Arbeitsamtem, Gewerbeamt, Kindergeld, Elterngeld, Wohngeld, wizyty w urzędach, meldunki, pisma urzędowe i odwołania, wypełnianie formularzy oraz pomoc przy wizycie u lekarza. Kom.: 0177 5642472

Pomoc w zakładaniu polskiej telewizji internetowej, Jakość HD, wystarczy Smart TV i internet. Pomoc przy komputerach i drukarkach oraz internecie. Tel.: 0152 11474611.

Usługi transportowe - Przeprowadzki, - przewóz mebli oraz montaż, - oczyszczanie mieszkań, piwnic, - wywóz rzeczy do BSR, - rzetelnie, solidnie i szybko. Tel.: 0152 19264461

Naprawa sprzętu gospodarstwa domowego, pralki, zmywarki, lodówki, zamrażarki, suszarki. Szybko i solidnie. Na wykonaną usługę udzielam gwarancji. Tel.: 0152 25651989

Solidnie wykonujemy remonty mieszkań, szpachlowanie, malowanie, regipsy, tapety, kafle, podłogi, murarskie, izolacje, hydraulika, elektryka, renowacja okien, okna nowe, prace ogrodnicze, małe przeprowadzki. Tel.: +49 162 1044173 lub +49 30 85745005

Wykonuję prace remontowe + malowanie, szpachlowanie, tapetowanie, drobne prace elektryczne i hydrauliczne, tel.: 0157 83615980

KOMPUTERY - Naprawa, instalacje WINDOWS, INTERNET-DSL/WLAN, usuwanie wirusów, ratowanie danych - Tel.: 030 30201944 Handy: 0162 1786980

Opróżnianie mieszkań, piwnic i strychów . Rzetelna praca, krótkie terminy, bezpłatna wycena. Tel.: 0176 96383270

Remonty mieszkań, szpachlowanie, malowanie, tapetowanie, układanie podłóg, cyklinowanie. Wszelkie prace remontowe. Tel.: 0178 7296119 lub 030 52659181

Pralnia dywanów w kąpielni wodnej. Pranie tapicerki meblowej i wykładzin. Tel.: 0157 74539629, www.derputzbaer.de

Budowlana firma oferuje cały zakres usług: wykończenia mieszkań, kafelki, gładzie, instalacje. Budowa domów od podstaw, dachy, fasady, kostka brukowa. Wynajem busa. Oferujemy również przeprowadzki i opróżnianie mieszkań. Tel.: 0176 48997626

Remonty mieszkań - malowanie, szpachlowanie, tapetowanie, regipsy, podłogi, kafelki, montaż drzwi, okien, elewacja, dachy, kostka brukowa, tarasy. Oferujemy również przeprowadzki i opróżnianie mieszkań. Tel.: 0176 43571983

Transport, ekspresowy wywóz mebli na BSR, oczyszczanie mieszkań, piwnic itp, przeprowadzki. Wycena bezpłatna. Tel.: 0176 36322659

Firma budowlana z Polski, brygada górali, szuka zleceń na budowy domów od podstaw, dachy, elewacje na terenie całych Niemiec. Tel.: +48 608729122

MAJSTER ZŁOTA RĄCZKA, pomaluje, zamontuje, naprawi. 30 lat doświadczenia w remontach mieszkań. Zadzwoń, to Ci się opłaca. Marek 0177 1689892

Transport 3,5 tony przewóz rzeczy, mebli, AGD, opróżnianie mieszkań, przeprowadzki, itd. Mail: bokpol@interia.eu, tel.: +48 725 791 476, +49 0171 512 5846

INTERNET BIUROWY, MOBILNY, TELEFONY KOMORKOWE Dla małych i dużych FIRM oraz z Gewerbe. Wszystkie porady są darmowe i w języku polskim. Zapraszamy:) tel. 030/81868077, kom. +4917648207784, www.teleberlin.pl

Wykonujemy laminaty, vinyl, malowanie, szpachlowanie, regipsy, tapetowanie, przeprowadzki, opróżnianie mieszkań, opróżnianie piwnic, opróżnianie garaży, transport. Tel.: +49 17648081636 Alex

Refleksologia: stóp, rąk, twarzy i głowy. Zabiegi terapeutyczne i relaksacyjne. Tel.: 01637882447

Fachowiec złota rączka podejmie się: kafelkowanie, regipsy, szpachlowanie, elektryka, malowanie, laminat. Tel. 0176 577 097 24

LASOTERAPIA. Jestem Częścią Natury. Komunikacja Ciała. Umysłu. Ducha z Matką Ziemią tel.: 01637882447

PROFESJONALNE PRZEDŁUŻANIE WŁOSÓW.

10 metod, przerabianie włosów i regeneracja. Pracuję tylko na włosach naturalnych i wysokiej jakości. Posiadam wieloletnie doświadczenie. To nie tylko praca to moja pasja. Dojazd również do klientki. Zapraszam na konsultacje, tel.: +49 176 45255819



NEW VOICE SYSTEM
MUSIKBAND BERLIN
Zagramy na każdej imprezie.
Udzielamy informacji: sala, party service, filmowanie imprez, wypożyczanie sprzętu.
Tel.: 0163 1497 647
lub 0151 5948 6287
info@newvoicesystem.de
www.NewVoiceSystem.de

KUPNO / SPRZEDAŻ

Nawiąże współpracę kupując opony Felgi aut osobowych dostawczych ciężarowych oraz ogumienie Rolnicze jak i maszyny budowlanych. Maszyny urządzenia warsztatowe kupię. Tel. kom +48 606312039, adres email arturpazontkalipinski@gmail.com



**KAISER
BESTATTUNGEN**
INH. G. KAISER - SEIT 2005

0170-5322474
24H
030-31004280

Od 17 lat oferujemy kompleksowe usługi pogrzebowe na terenie Berlina i okolic oraz przewozy zmarłych do Polski lub innych krajów uni europejskiej.

Gwarantujemy szacunek, godność i profesjonalizm.

Koronawirus zmienił nasze codzienne przyzwyczajenia. Zostańcie Państwo bezpiecznie w domu! My przyjedziemy do Państwa. Zajmiemy się pogrzebem na terenie Berlina albo przewozem ukochanej zmarłej osoby do Polski.

MOBIL
w Berlinie i okolicach

BIURO
Zoppoter Str. 7
14199 Berlin
Wilmersdorf

Bus
186 / 249 / 310

KAISERBESTATTUNGEN.DE



**POLSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY
CHWOLKA & CHWOLKA**

ekspresowe przewozy zmarłych na teren całej Polski z załatwieniem wszelkich formalności. Pomoc w uzyskaniu renty oraz przysługujących świadczeń socjalnych, ekspresowe kremacje.

TEL. 24h 0171/6503466
BERLIN 0151/53361681
www.chwolka.pl

☎0175/9242374	Köln/Bonn	☎0151/53361467	Hannover
☎0171/1554632	Dortmund	☎0175/1043723	Kassel
☎0151/53361465	Recklingh.	☎0151/53361681	Berlin
☎0171/1554583	Düssel/Essen	☎0175/9242347	Hamburg
☎0175/2877731	Hagen/Bochum	☎0171/6503466	Frankfurt
☎0151/51816514	Wuppertal	☎0160/91427415	Stuttgart
☎0171/1554767	Krefeld	☎0171/5229676	München
☎0175/9242353	Bremen		

Od 29 lat! Szybko, Godnie, Uczciwie, Tanio

N A G R O B K I

Mistrz Kamieniarstwa & Inż. KRZYSZTOF IMIELSKI
Biuro: Büdnerring 48, 13409 Berlin

03027497001, 0171 9074101, 0173 6865350

imielski@arcor.de www.gran-mar-bau.de Mo- Fr 9 – 18 oraz Sa 10 - 14

Zakład Pogrzebowy SANS SOUCI

wysłuchać zrozumieć towarzyszyć



Telefon 24 h: (030) 48 47 92 27
Wollankstr. 67, 13359 Berlin
www.sanssouci-bestattungen.de

U nas znajdą Państwo współczucie, zaangażowanie i profesjonalizm.
Mówimy również po polsku!

niedrogo godnie stylowo



PS IT-Service GmbH
Piotr Szmigiel

Malteserstraße 170-172 • 12277 Berlin
Tel.: 030-71202885 • Mobil: 0151-10744321
info@ps-it-service.de • www.ps-it-service.de

Usługi informatyczne dla firm:

- Infrastruktura i bezpieczeństwo sieci
- Serwery i usługi serwerowe pod windows & linux
- Sieci VPN
- Profesjonalne zabezpieczenie danych
- Doradztwo w zakresie technologii informatycznych
- Usługi w języku niemieckim i polskim
- Wieloletnie doświadczenie

SERWIS KOMPUTEROWY

LAPTOPY PC MONITORY

inż. Tomasz Günther

☎ **0178-6838146**

www.katicom.de

- NAPRAWY U KLIENTA
- INSTALACJA WINDOWS
- WYMIANA GNIAZD I ZŁĄCZY
- WYMIANA MATRYC
- NAPRAWY PO ZAŁANIU
- ODZYSKIWANIE DANYCH
- USUWANIE WIRUSÓW

REMONTY MIESZKAŃ

**OKNA • DRZWI • BRAMY
GARAŻOWE • OGRODZENIA
Z MONTAŻEM**

Mobil: 0157-59640537 • marianlenc@web.de



MMM-COMPUTER SERVICE

- Naprawa komputerów i laptopów
- INTERNET - Instalacja - DSL / WLAN / TV
- WINDOWS - Instalacja / Naprawa

18 lat - usług komputerowych **24 h**

- usuwanie wirusów / ratowanie danych
- szkolenia komputerowe u Klienta
- instalacja smartfonów, zabezpieczanie danych

☎ **030/ 30201944** ☎ **01621786980**

Szafy z drzwiami przesuwanymi na wymiar

www.lizak.de




Falkenhagenerstrasse 56 / 58
14612 Falkensee
tel.: 03322 426 85 54
Funk: 0151 591 191 12
e-mail: info@lizak.de **doradztwo i pomiar gratis**

KOWALSTWO ARTYSTYCZNE

Pogotowie zamkowe dzień i noc

natychniastowa pomoc w przystępnej cenie w wypadku zatrzasknięcia drzwi lub zgubienia kluczy. Usuwanie szkód powłamaniovych oraz montaż dodatkowych zamków

tel.: 030/ 915 94 017, 0170/ 5837677



**SCHLÜSSEL-NOTDIENST
CUKKER**

➔ **Meble na wymiar** ➔

Kuchnie • szafy • garderoby • zabudowy biurowe
Dojazd do klienta, pomiar, projekt, montaż

tel.: +48 663 905 590

ul. Łąki zamkowe 12/5, 66-200 Świebodzin
asiadrecko@wp.pl • Instagram: supellex_meble_dreko_dworski

Płacisz za wysokie rachunki za prąd i gaz?

Jeśli uważasz, że płacisz za dużo, pozwól nam to sprawdzić.
Powiedz dość zawyżania waszych rachunków.

Zgłoś się do nas, sprawdzimy je, poprawimy oraz obniżymy nawet o **50%**.
W mieszkaniach, domach i firmach. Szybko i fachowo. Pamiętajcie, że zimy są bardzo długie i zimne, a nikomu niepotrzebne są dopłaty. Pomagamy załatwić wszelkie formalności w zgłoszeniu do (sieci) dostawcy prądu i gazu.

Wszystkie formalności za darmo! Zaufaj mi!



Arkadiusz Skorupka
Zertifizierter Energieberater
Rudower str. 95 12351 Berlin
arkadiusz.skorupka@gmx.de

Kontakt: 0163 7886965

Gaz od
10 CENTÓW
za kWh brutto

ANTENY SATELITARNE

Profesjonalny miernik, bezpłatny dojazd w Berlinie,
kilkanaście lat doświadczenia, rozsądne ceny.

telefon / whatsapp: 0160 99 50 66 88

TRANSPORT EXPRESOWY

PRZEPROWADZKI
OPRÓŻNIANIE MIESZKAŃ, PIWNIC, GARAŻY itp.

Tel.: 030 91566003, 0176 36322659

TRANSPORT W BERLINIE

Przewóz mebli, małe przeprowadzki,
opróżnianie piwnic i mieszkań

Tel.: 0159 06460346

Biuro ogłoszeń KONTAKTÓW

Ollenhauer Str. 45, 13403 Berlin
e-mail: webmaster@kontakty.org

tel.: 030 3241632,

fax: 030 37591850

Matrymonialne / Towarzyskie

Przedsiębiorca 42 lata, szuka kobiety od 20-44 lat. Tel.: +48 696876719



Auto Anmeldung Spandau

Usługi rejestracji pojazdów

Berlin i Brandenburgia

- meldowanie, wymeldowanie
- zmiana adresu, nazwiska, itp.
- rejestracje próbne 5 dni
- rejestracje eksport 15/30 dni
- tablice rejestracyjne wykonujemy na miejscu - różne rozmiary, kolory

Brunsbütteler Damm 11
13581 Berlin

(naprzeciwko Spandau Arcaden)

pon-czw. 10:00-18:00
pt. 10:00-17:00

Tel.: 030/ 35 10 62 28

WhatsApp: 01522 5915255

www.kfz-zulassung-spandau.de

AUTO - UBEZPIECZENIA

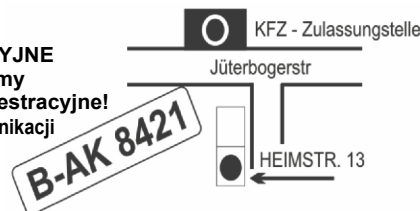
- NUMERY PRÓBNE
- NUMERY CELNE
- USŁUGI REJESTRACYJNE
- **NOWOŚĆ!** Wykonujemy na miejscu tablice rejestracyjne!

Biuro przy Urzędzie Komunikacji
"ZULASSUNGSTELLE"

- Kreuzberg
pon-sr. 8.00-15.00,
czw. 10.00-18.00, pt. 8.00-14.00

ZULASSUNGS - UND VERSICHERUNGSSERVICE
Heimstr. 13, 10965 Berlin

Tel.: 030 - 785 42 04 • Fax: 030 - 627 36 553
Funk: 0172 - 38 30 142



Przeprowadzki - transport „Piotrek „

- przewóz mebli
- opróżnianie pomieszczeń i piwnic
- wywóz rzeczy na BSR

Tel.: 0152 17271079 lub 030 96596915

TOMEK transport&przeprowadzki

- profesjonalne przeprowadzki, punktualność i rzetelność wykonania usług z ubezpieczeniem
- przewozy mebli (IKEA, Höffner, itd...)
- opróżnianie mieszkań i piwnic
- przewozy materiałów budowlanych i narzędzi (Bauhaus, Obi,...)
- wywóz rzeczy do BSR



Tel.: 01577 3670602 lub 030 55142631

www.jardan-bus.pl

Licencjonowany Przewóz Osób

JARDAN#BUS

Katowice-Gliwice-Opole-Wrocław-Berlin

Wyjazdy - Niedziela 16:00
Powroty - Poniedziałek 11:00

Czwartek 7:00
Czwartek 16:00

Piątek 7:00
Piątek 16:00

Możliwość przewozu z adresu na adres!

Zabieramy również przesyłki!

☎ 0048 784 276 704

☎ 0048 600 426 476

MD TOP UMZÜGE składanie mebli, transport IKEA, przeprowadzki, opróżnianie piwnic, rozliczenie dla Arbeitsamt. Posiadam 2 busy kontenerowe i ubezpieczenie na przeprowadzki. Tel.: **0176 83392933**

E-mail: marekopuschowicz@aol.de

MD TOP UMZÜGE

SACHVERSTÄNDIGEN-TEAM 24

Certyfikowany przez TÜV Rheinland niezależny i doświadczony

RZECZOZNAWCA SAMOCHODOWY

Rafał Lubiński

BEZPŁATNE PORADY

Dla poszkodowanych bezpłatna wycena szkody

+49 (0) 178 888 77 25

www.rzeczoznawca24.de ■ kontakt@rzeczoznawca24.de



**STRACIŁEŚ PRAWO JAZDY?
CHCESZ JE JAK NAJSZYBCIEJ ODZYSKAĆ?**

MPU Vorbereitung („Idiotentest“)

mgr psychologii **Małgorzata Voelkel**

Profesjonalne przygotowanie do testów psychologicznych i medycznych. Bezpłatna konsultacja. **100% Zdawalności**

Billy-Wilder-Promenade 32, 14167 Berlin,
www.mpu-in-berlin.de

Tel.: 030 47980232; Tel.: 0152 33578752
e-mail: małgorzata.voelkel@onet.pl



**NIEZALEŻNY RZECZOZNAWCA
SAMOCHODOWY**

Dipl.-Ing. Michael Żurek

partner DAT, SCHWACKE, KÜS, ADAC

BEZPŁATNE PORADY TELEFONICZNE



zadzwoń, poradź się bezpłatnie, zanim zadzwonisz do ubezpieczalni!

- dla poszkodowanych (bez winy), **BEZPŁATNIE**
- ocena szkód powypadkowych dla niemieckich lub polskich ubezpieczalni (Gutachten)
- pomoc w uzyskaniu odszkodowania
- ocena wartości pojazdu
- oględziny u klienta, krótkie terminy

Funk 0163 - 24 007 01, (030) 76678600

www.michael-zurek.de

**RZECZOZNAWCA SAMOCHODOWY
Dariusz Massel**

Usługi:

- Kosztorys po wypadku OC - Gutachten
- Kosztorys Auto-Kasko AC
- Wycena wartości pojazdu
- Pomoc przy likwidacji szkód krajowych oraz zagranicznych

Dipl. Wirtschaftsjurist

certyfikowany rzeczoznawca przez PersCert TÜV Rheinland
Lindenufer 17, 13597 Berlin
E-mail: massel-sv@gmx.de

Tel.: 030 / 50 34 86 82

☎ 0172 / 978 68 15



RZECZOZNAWCA SAMOCHODOWY

E. POGODZINSKI



Geprüfte
Qualifikation
Prüfzeichen
gültig bis:
30.09.2025

www.tuv.com
ID 0000039894

**MIAŁEŚ WYPADEK, SKORZYSTAJ Z
PRAWA DO NIEZALEŻNEJ WYCENY
SZKODY**

poradź się zanim postawisz fałszywy krok
PIERWSZA PORADA - BEZPŁATNA -

- rzeczoznawca certyfikowany przez TÜV

- wycena szkód powypadkowych – Gutachten

- wycena wartości pojazdu

www.kfz-gutachten-pogo.de

Funk: 0178 3490159 Tel-Fax: (030)64493125



**MPU "IDIOTENTEST" - PRZED TOBĄ?
ALKOHOL, NARKOTYKI, WYKROCZENIA DROGOWE?**

**Dzwoń, kurs, zaświadczenie, wnioski, wgląd do
akt w urzędzie, rozmowy w urzędzie**

Odzyskasz – 37 lat praktyki – J.Dołny

Tel.: 0176 24346798

Z bieganiem da się żyć

Bieganie uważałem za sport nudny, monotony i męczący... do czasu zerwania ACL i zawieszenia "kariery" koszykarza-amatora. Po co właściwie truchtać bez piłki, pytałem. Dziś przebiegłem berliński półmaraton i podtrzymuję - jest to męczący sport. Ale na pewno nie nudny!



<https://www.morgenpost.de/blogs-und-kolumnen/article241899524/Halbmarathon-Berlin-Auf-einem-Kurs-mit-der-Elite.html>

Kronika dla każdego

Poniżej znajdziecie opis sympatycznej drogi przez mękę z bieganiem w tle, którą w krótszym lub dłuższym czasie może pokonać zdecydowana większość Czytelniczek i Czytelników "Kontaktów". W moim przypadku wszystko zaczęło się od spaceru z żoną, który zablokowała nam trasa berlińskiego maratonu. Obserwując uczestników przez 10 minut stwierdziłem z pewnością w swojej głupocie: też bym tak umiał.

Koszmarne początki

Basket 3x3 w parku Gleisdreieck, kontuzja, rehabilitacja, operacja, znów fizjoterapia, szpital, kule, winda nie działa, brak ruchu. Tak mniej więcej minął mi poprzedni rok.

- Czy mogę już wrócić do sportu, koszykówki? - zapytałem lekarza podczas ostatniej wizyty kontrolnej.
- Może jednak postawi pan na lekki jogging - odparł zdecydowanie mniej entuzjastyczny ode mnie doktor.

Oczywiście, wiedziałem lepiej. Poszedłem na trening koszykówki z grupą kolegów w wieku 50-70 lat. Wróciłem do domu z gigantyczną banią zamiast kolana i czekałem na komentarze żony. Tym razem skończyło się na tylko na skręceniu i paru docinkach.

Dobrze więc, kosz odpada. Poranne spacerowanie z psem postanowiłem zamienić na poranne bieganie z psem. W przeciwieństwie do większości hasających po mieście piesków, mój stwór chodził na smyczy i nie nosił większości swoich współbratymców. Jako, że łączyła nas szorstka, męska przyjaźń, to częstokroć chcieliśmy podążać w zupełnie inne strony i o ile podczas spacerów nie był to wielki problem, to przy bieganiu prędko zakończyło się spektakularnym wypadkiem.

W dwa tygodnie doszliśmy do niewiarygodnej wprawy - bez większych kolizji przemierzaliśmy się truchtem od mostku do mostku. W wyobraźni mierzyłem ten dystans na około 5 km. Ubrawszy zegarek liczący wszystkie możliwe kroki, tętna i inne głupoty, okazało się, że nasza trasa wynosi nieco ponad 2 kilometry, a ja niemal umieram. Yhm.

W stronę 10 kilometrów

Pies po dwunastu latach szczęśliwego pieskiego życia, odszedł, bynajmniej nie przez bieganie! Z braku towarzysza ścigałem się już sam z sobą. W Decathlonie kupiłem buty za 30 euro, w szpecińskim lumpeksie spodnie za 2 złote. Nie byłem przecież pewny czy po tygodniu to nowe hobby nie pójdzie jednak w odstawkę, a po co wkładać krocie w podobną inwestycję bez pokrycia.

Znajomą, która ćwiczy od lat, poprosiłem o pomoc w ułożeniu planu treningowego.

Zacząłem poważnie rozciągać się przed i po każdym wysiłku.

Nie forsowałem się przez pierwsze tygodnie, wizja powrotu na operacyjny stół była zbyt straszna.

Pokonałem moje pierwsze 10 kilometrów, chociaż przy siódmym sam prawie zostałem pokonany.

W październiku stanąłem na starcie wyścigu Great 10k, wśród 5600 innych biegaczy. Pojawili się pytania.

Gdzie zainstalować ustrojstwo z pomiarem czasu? (Na bucie, numer biegowy do koszulki, najwywczasniejszymi agrafkami)

W jakim miejscu oddać swoje rzeczy? (Wszystko jest pięknie oznaczone)

Zdążyć do toalety, przy której kolejka liczy około 100 osób? (Tak)

Napędzany adrenaliną i co by nie mówić, rywalizacją z pozostałymi uczestnikami wydarzenia, dotarłem do mety w czasie 53:05, w zgłoszeniu zaznaczając 1:20, co tylko świadczy o tym, ile miałem pojęcia o bieganiu.

Sam bieg polecam, 10 kilometrów to ciekawy dystans, dla początkujących może być dłuższym wyzwaniem, dla zaawansowanych szybkim startem. Zdecydowanie na plus piękna trasa, przebiegająca także przez ZOO, z metą wyznaczoną pod Schloss Charlottenburg.

21 brzmi strasznie

Na fali pozytywnych emocji zapisałem się od razu po 10 kilometrach na półmaraton berliński mający miejsce z początkiem kwietnia. W sześć miesięcy trzeba było podwoić dystans, a przede

wszystkim zadbać o to, by nie nabawić się kontuzji. Do planu treningów doszło zdrowsze jedzenie, hamburgery zastąpiły warzywa, kasza pęczak zalała kuchenne szafki. Koniec z miłością mojego życia, słodyczami.

Biegałem po Tempelhof, Gleisdreieck, nad Grunewald See, wzdłuż kanału na Kreuzbergu, w soboty zdarzyło się pójść na Hasenheide i pościgać się w darmowej imprezie Parkrun. Start w soboty spod Cafe Blume, godzina 9:00. Trasa to 5 kilometrów, każdy biegnie w swoim tempie, na końcu mierzony jest czas. Jedynym czego potrzeba, to wcześniej się zarejestrować przez Internet na stronie parkrun.com.de. Biegałem w drodze po śrubki do Bauhausu czy po wino do Lidla. W Karkonoszach, Górach Sowich, Palermo i Rugen. Zawsze tam gdzie był czas i nie zapomniałem o butach.

Raczej sam, raczej ze słuchawkami na uszach i ciekawym podcastem. Poszło 11, 13, 15 km., pewnego dnia biegnie się tak dobrze, że ustrzeżem wyczekiwane 21, szkoda tylko, że na prysznic w domu zostało mi 10 minut i musiałem lecieć do pracy.

Przed samym półmaratonem były nerwy, koniecznie chciałem zmieścić się w dwóch godzinach. 36 000 osób, start i meta przy bramie Brandenburskiej. W samym metrze tysiące osób z numerami startowymi. Szok. Miałem zacząć wol - niu - tko. Oczywiście przesadziłem, zwiększyłem zakładane tempo, 10 kilometrów poszło w 52:27. Ostatecznie udało się dotrzeć do celu w 1:51:15, po czym wypilem piwo bezalkoholowe i padłem. Wieczorem jak w gorące siedzialem na stand-ucie, który nieopatrznie obiecałem żonie. Zakwasy kolejnego dnia dały się we znaki, ale satysfakcja była jeszcze większa.

Co dalej?

Chciałem spróbować, udało się, biegam sobie dalej dla przyjemności, bo w trakcie przygotowań częste truchtanie weszło do tygodniowej rutyny. Póki co nie zapisuję się na żadne zawody, choć korci. Jeśli chcecie spróbować to najbliższe berlińskie biegi wyglądają następująco:

- 4 maja, KoRo Women's Race - wydarzenie tylko dla kobiet na wielu dystansach.
- 5 maja, Olympiastadion, start na 10, 21 i 25 kilometrów.
- 2 czerwca, półmaraton w Poczdamie.
- 27 lipca, adidas Runners City Night, bieg nocny na 10 i 5 km.
- 7 i 8 września - Tierparklauf, dystans 5 i 10 kilometrów.
- 29 września, 50 edycja Maratonu Berlińskiego
- 13 października, Great 10k, 10 km. i sztafeta 2x5.

Przez ostatnie miesiące przekonałem się, że bieganie bez piłki także ma sens - oczyszcza głowę, nadaje tygodniowi potrzebnego rytmu, daje satysfakcję. Nie potrzeba się ścigać, chyba, że ze sobą.

PS Mimo to i tak sercem zawsze z koszykówką.

Grzegorz Szklarczuk



<https://www.fotocommunity.de/photo/berliner-halbmarathon-2024-rudolphok69/48224063>

CHWIŁA DLA ZNAWCÓW GRILLA

Sezon grillowy już w pełni. Podczas ciepłych weekendów wielu rodaków spotyka się, by zjeść pyszną karkówkę czy szaszłyki. Jednym z najczęstszych wyborów na grilla jest jednak klasyk – pyszna i soczysta kiełbasa.



Niestety nie każda z nich nadaje się do pieczenia na ogniu. Jaką więc kiełbasę wybrać na grilla?

Kiełbasa jest prawdziwym klasykiem, który nigdy się nie znudzi. Kiełbasa to super uniwersalny przysmak, który znany jest od bardzo dawna. Polska słynie z jej produkcji od XIV wieku, natomiast na stołach naszych przodków zagościła wiele lat wcześniej. Rodowód kiełbasy sięga zamierzchłych czasów i życia ludzi hodujących bydło i trzodę na ogromnych ubogich obszarach stepowych. Natura zmusiła ich do wykorzystywania każdego kawałka mięsa i podrobów, więc po wypełnieniu jelit resztkami mięsa i podrobów stworzyli pierwsze wyroby masarskie m. in. kiełbasę.

Co ciekawe, w „czasach saskich” znajomość robienia kiełbasy były bardzo pożądaną umiejętnością. Podobno kucharz szlachecki musiał znać 12 sposobów przyrządzenia kiełbasy, z kolei pański kuchmistrz takich metod musiał znać już 24. Kiełbasa to rodzaj wędliny produkowany z mielonego mięsa lub podrobów z dodatkiem ziół i przypraw. Istnieje wiele rodzajów tego przysmaku, które różnią się pomiędzy sobą rozmiarem, poziomem zmielenia mięsa, stopniem pikantności czy zawartością ziół, tłuszczu i wody.

Zwróć uwagę na zawartość wody przy wyborze kiełbasy na grilla. Wybierając kiełbasę przede wszystkim należy pamiętać o podstawowym podziale ze względu na trwałość i zawartość wody. Kiełbasy dzieli się na:

- **trwale** – zawierają 36 proc. wody, do których zaliczamy kabanosy, salami oraz suchą myśliwską;
- **półtrwale** – o zawartości wody pomiędzy 36 proc. a 56 proc. Kiełbasy tego typu to polska, krakowska oraz jałowcowa;
- **nietrwale** – kiełbasy o największej zawartości wody, nawet do 72 proc. Do nich zaliczamy parówki, a także kiełbasę białą i śląską.

Zasada jest prosta: im mniej wody zawiera kiełbasa, tym będzie twardsza, a przygotowana na grillu może się stać zbyt sucha. Na grilla najlepiej sprawdzi się kiełbasa zwyczajna lub biała. Podczas grillowania nadmiar wody w produkcji odparuje, co sprawi, że kiełbasa będzie bardzo smaczna i soczysta. Stopień rozdrobienia mięsa też ma znaczenie. W tym przypadku wyróżniamy:

- **kiełbasy homogenizowane** – o stopniu rozdrobienia mniej niż trzy mm, gdzie mięso jest homogenizowane na urządzeniach masarskich. Do tej grupy zalicza się parówki i mortadele;
- **kiełbasy drobno rozdrobione** – cząstki mięsa o wielkości od trzech do pięciu mm. Wyroby tego typu to salami oraz metka;
- **kiełbasy średnio rozdrobione** – wielkość rozdrobionych cząstek mięsa wynosi od pięciu do 20 mm. Do tej grupy należy kiełbasa zwyczajna, toruńska, jałowcowa, a także kabanosy;
- **kiełbasy grubo rozdrobione** – wsad mięsno-tłuszczowy to cząstki o grubości ponad 20 mm. To m. in. kiełbasa krakowska oraz dębicka.

Prawda jest taka: im bardziej rozdrobiona kiełbasa, tym gorzej. Istnieje spore prawdopodobieństwo, że wyroby drobno zmielone będą charakteryzowały się niską jakością. Czasami nieuczciwi producenci dorzucają do zmielonego wsadu właściwie wszystko. Dobrej jakości kiełbasa powinna w swoim składzie mieć minimum 60 proc. mięsa. Najlepsze do grillowania są wyroby grubo lub średnio rozdrobione, najlepiej w naturalnym jelicie. Idealnie sprawdzi się biała kiełbasa lub tzw. zwyczajna.

Wybierając kiełbasę na grilla, szczególną uwagę należy zwrócić na jej skład. Najlepiej

kupować produkty w sprawdzonych miejscach, w których mamy większą pewność, że mięso jest świeże i wysokiej jakości. Istnieje kilka zasad, które warto znać przed zakupem kiełbasy na grilla: Lista składników znajdujących się na etykiecie produktu powinna być jak najkrótsza. Najlepiej jest, gdy zawiera tylko mięso, tłuszcz i przyprawy (sól, pieprz, czosnek). Najlepiej kupować kiełbasę w naturalnej osłonce (z jelita wieprzowego), którą można zjeść.

Unikaj kiełbas w gotowych marynatach, ponieważ najczęściej są złej jakości, a nawet przeterminowane. Znacznie bezpieczniej przygotuj je wedle własnego uznania. Nie kupuj kiełbas z białkiem sojowym i pszennym, które tworzą objętość i masę produktu. Glukoza (cukier), skrobia ziemniaczana oraz glutaminian mono sodowy, czyli wzmacniacz smaku również świadczą o gorszej jakości produktu.

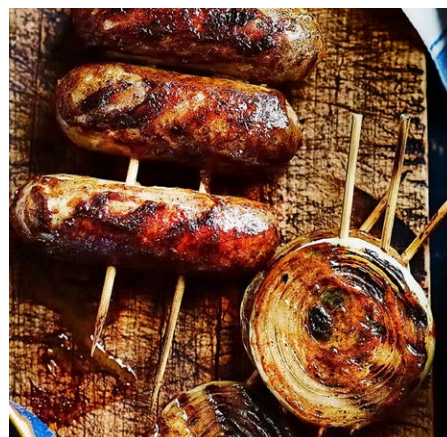
W składzie kiełbasy nie może być tzw. saletry, czyli soli skalnej, która podczas grillowania wydziela niebezpieczne dla naszego zdrowia rakotwórcze związki.

W przypadku wędlin, jakość bardzo często idzie w parze z ceną, dlatego nie warto zbyt oszczędzać na kiełbasie na grilla. Złej jakości mięso nie tylko nie sprawi przyjemności w jedzeniu, lecz także może prowadzić do zatrucia pokarmowego.

Dobrej jakości kiełbasa na grilla nie wymaga specjalnego doprawiania. Jeśli jednak chcesz nieco poeksperymentować, wyrób mięsny można posmarować przeciętym wzdłuż ząbkami czosnku lub kawałkiem cebuli. Ponadto kiełbasę można posypać majerankiem, ziołami prowansalskimi, sproszkowaną papryką lub gotową mieszaną przypraw do grilla. Przed grillowaniem kiełbasę powinno się wyjąć z lodówki, żeby mogła nabrać temperatury pokojowej, dzięki czemu unikniemy przypalonych skórek.

Czy nacinać kiełbasę na grilla? Na to pytanie nie ma jednoznacznej odpowiedzi. W przypadku niezbyt tłustej kiełbasy warto pominąć jej nacinanie, ponieważ tłuszcz jest nośnikiem smaku. Można natomiast delikatnie nakłuć ją widelcem lub szpikulcem, aby nie pękała. Porcje zawierające dużo tłuszczu warto naciąć. Najlepiej wykonać płytkie, niezbyt częste nacięcia pod kątem lub na krzyż, dzięki temu tłuszcz z kiełbasy będzie intensywnie wyciekał, co pozwoli pozbyć się jego nadmiaru. Kiełbasę smażyć na rozgrzanym grillu, przesmarowanym olejem roślinnym. Czas potrzebny na grillowanie to siedem, osiem minut z każdej strony. Gotowe kiełbaski najlepiej podawać z pieczonymi ziemniakami, świeżymi warzywami oraz sosami. Jeśli pieczemy kiełbasę na bambusowych patyczkach, warto je wcześniej wymoczyć w wodzie, kiełbasę można posmarować ulubionymi marynatami, na które przepisów nie brakuje, no i oczywiście musztardą, która doda smaku i pikanterii.

Bogusław Sypień





POLONIJNE TOWARZYSTWO TURYSTYCZNE I KULTURALNE BERLIN – PTTiK BERLIN

„PTTiK Berlin” zaprasza w maju na spacer wzdłuż wód Haweli z zakończeniem w „Blockhaus Nikolskoe”. Spotykamy się w niedzielę tj. 12.05.2024 o godz. 11:00 na przystanku autobusu 316 na przeciwko stacji S - Bahnu Wannsee.

Nikolskoe, nazywany również „Domem Rosyjskim” znajduje się w dzielnicy Steglitz – Zehlendorf w południowo - zachodniej części Berlina. Dzielnica ta należy do jednych z najbardziej zielonych i rekreacyjnych terenów Berlina, dlatego Berlińczycy bardzo chętnie spędzają tu swój każdy wolny czas.

Idąc wzdłuż Haweli brzegiem lasu będziemy mogli zarówno zaczerpnąć sporo świeżego powietrza, jak i podziwiać wspaniałe widoki roztaczające się min. na Sackrow Kirche czy Pawia Wyspę.

Blockhaus Nikolskoe („dem Nikolaus zu Eiger” lub „das Nikolai Gehörende”), do którego zmierzamy stanowi obecnie pomnik budowlany, wciągnięty także na listę UNESCO, a został zbudowany wg. planów Rossiniego w stylu rosyjskiej chałupy w 1819 roku przez króla Fryderyka Wilhelma III z okazji odwiedzin jego córki Charlotty i jej męża Mikołaja, brata cara Aleksandra. Dzisiaj dom ten pełni funkcje gospody, do której chętnie zagląдают turyści po długiej wędrówce na łonie natury.

Oprócz gospody Nikolskoe ciekawą



Widok na Hawele z Nikolskoe, foto Elżbieta Potępska

atrakcje stanowi także znajdujący się tu obok kościół ewangelicki Św. Piotra i Pawła zbudowany wraz wieżą zgodnie z zarządzeniami króla Fryderyka Wilhelma III w latach 1834 – 1837 przez architektów Friedrich August Stüler i Albert Dietrich Schadow oraz gra dzwonów umieszczonych w wieży tego kościoła. Ta rzucająca się w oczy cebulowa wieża ma nawiązywać do rosyjsko- ortodoksyjnego stylu.

Zgodnie z podaniami córka króla Charlotte, a od 1825 roku caryca Aleksandra Fedorowna zażyczyła sobie podczas ww. odwiedzin dźwięków dzwonów, które wg niej powinny rozlegać się w tej okolicy i docierać nawet aż na Pawią Wyspę, czyli praktycznie to córce króla Charlotte za-

wdzięczamy ten uroczy kościółek wśród lasów i zieleni.

W imieniu „PTTiK BERLIN” na spacer zaprasza Elżbieta Potępska, przewodnik po Berlinie i Poczdamie.

Propozycja spaceru jest bezpłatna i nie dajemy grupowego ubezpieczenia.

**PTTiK BERLIN – Elżbieta Potępska,
przewodnik po Berlinie i Poczdamie,
tel.: 030 815 89 14, e-mail:
kontakt@pttik-berlin.de**



Polskie Towarzystwo Turystyczno Krajoznawcze - Oddział w Międzyrzeczu Klub PTTK im. W. Korfańskiego – Berlin ZAPRASZA NA WYCIECZKĘ

**ZIEMIA LUBUSKA 2024
od 18-20.05.2024**

Program wycieczki :

- Odbiór uczestników wycieczki z dworca FRAKFURT nad ODRĄ
- Przejazd autokarem do Kaławy
- Zwiedzanie Międzyrzeckiego Rejonu Umocnionego
- Zwiedzanie Pocysterskiego Klasztoru Cystersów w Gościkowie Paradyżu
- Przejazd do Łagowa
- Zakwaterowanie w Hotelu Leśnik
- Wieczorne biesiadowanie przy rytmach muzyki
- Wyjazd do Świdnicy (Muzeum Środkowego Nadodrza)
- Zwiedzanie Zielonej Góry + Zaboru
- Wyjazd do Parku Mużakowskiego
- Zwiedzanie Parku Mużakowskiego
- Powrót do Frankfurtu

Adres kontaktowy :

Danuta Schmidt tel . 01634895991
E - mail : danuta.schmidt@freenet.de



https://pl.wikipedia.org/wiki/Opactwo_cysters%C3%B3w_w_Go%C5%9Bcikowie-Parady%C5%BCu

budowa skorupy ziemskiej		klatka piersiowa	latem daje się we znaki		Velazquez, malarz	Oscar de la ..., bokser		podanie, zagrywka		wieża na murach		w stroju Adama		z mięszu kokosów	Eric, grał m.in. w "Hulku"
mały pokrowiec					Starr, beatles	popularna przyprawa								akta, rejestr	
w nich listy								szkocki wzór		ciężki oddech bobasa					
prymitywne nosze						miasto w Niemczech									
tarcza, ochrona							krzyżacki i franciszkański		ciasto z rodzynkami	potrójna korona papieška					
rodzina ptaków		zastępowała rozrusznik	lot próbny	uzdrowienie energią		blokują drogi w ziemie						pospolite ptaki	drgający błysk światła		łączy dwie rzeki
										zabawka dla dziewczynki	wawelski z legendy				
Bryant, obrońca z NBA					przepędza kury	...-Heinz Rummenigge						imię Hayworth			
								zageszczony włosy							
miejsce rozrodu ryb	cztery w prostokacie					Armstrong z Apollo 11						z jej liści narkotyki			
jony dodatnie								inwestowane							



zadanie udostępnił serwis krzyżówkowy szarada.net



Kontakty – bezpłatny miesięcznik polonijny, ukazujący się systematycznie od 1995 roku w Berlinie i Brandenburgii oraz na stronie www.kontakty.org
 Kontakty ukazują się w każdą pierwszą niedzielę miesiąca. Ogłoszenia przyjmujemy do 20-tego każdego miesiąca wraz z dowodem wpłaty!
Adres redakcji: Kontakty, Ollenhauer Str. 45, 13403 Berlin, tel.: 030 3241632, fax: 030 37591850, e-mail: webmaster@kontakty.org

W pilnych sprawach tel. kom.: 0176 21137428 oraz 0178 6990385

Postbank Berlin IBAN: DE07 1001 0010 0517 3861 07, BIC (SWIFT): PBNKDEFF

Godziny otwarcia: przyjmowanie reklam od wtorku do czwartku w godzinach od 10:00 do 17:00 lub na umówiony termin

Zespół redakcyjny: Redaktor naczelna/ wydawca: Marianna Klon, tel.: 0176 21137428

Redakcja: Izabela Klon-Dziągwa, Andrzej Klon, Marta Szymańska, Anna Burek, Jakub Tosik, Tomasz Klon, Grzegorz Szklarczyk

OD REDAKCJI: Uwaga! Prace prosimy przysyłać w formatach: *TIF, *EPS (level 2), *PDF (high quality), *CDR (max. v13), *JPG. Wszystkie użyte czcionki w dokumencie powinny być dostarczone oddzielnie w formacie OpenType lub zamienione na krzywe, rozdzielczość map bitowych nie niższa niż 300 dpi, w paletcie kolorów CMYK. W innych przypadkach moduły mogą różnić się od przesłanych przez Państwa projektów, ZA CO REDAKCJA NIE ODPOWIADA! Zastrzegamy sobie prawo do skracania tekstów nadesłanych do redakcji i zmiany tytułów.

Nie ponosimy odpowiedzialności za treść reklam ogłoszeń. Wszelkie przedruki i kopiowanie bez zgody redakcji zabronione. Mamy prawo odmówić zamieszczenia reklam i ogłoszeń jeśli ich treść i forma są sprzeczne z charakterem czasopisma „KONTAKTY”

Miejscowym sądem jest sąd w Berlinie. Prawem obowiązującym jest prawo niemieckie.

UWAGA: ze względu na utratę jakości oraz liczne błędy drukarskie, reklamy nie mogą być wypuszczane z programu Word.

Zasady odpłatności:

Ogłoszenia drobne i towarzyskie do 25 słów - 17 Euro (powyżej 0,50 Euro za każde słowo). **Ogłoszenia firmowe** - 1cm²: czarno-białe - 1,50 Euro, w kolorze - 1,90 Euro. **Ogłoszenia firmowe** - 1 cm²: strona 3 i ostatnia w kolorze - 2,50 Euro. **Ogłoszenia ekspresowe w internecie** (do 20 słów) - 10 Euro za miesiąc ekspozycji. **Ceny bez podatku.**

Uwaga! Przy wpłatach do 7 dni za ogłoszenia ramkowe pow. 30 Euro udzielamy rabatu: 3 miesiące - 5%, 6 miesięcy - 10%, 12 miesięcy - 15%. Reklamy firmowe (powyżej 9 cm x3 cm) zlecone do opracowania przez grafika „KONTAKTÓW” płatne 30 Euro.



Dojazd: S+U 9 Bahn / stacja Rathaus Steglitz, przesiadka na Bus 186, kierunek Lichterfelde-Süd, przystanek docelowy: Gärtnerstr.

W naszej ofercie ponad 200 modeli samochodów wielu renomowanych marek!!!

● Renault ● Mercedes ● Audi ● BMW ● Volkswagen ● Nissan ● Mini ● Opel ● Toyota ● Dacia ●

Propozycje pana Szulca na MAJ 2024!!!



RENAULT MEGANE IV GRANDTOUR LIMITED DELUXE 1.3 TCE 140 EU6D-T NAVI KEYLESS RÜCKFAHRKAM. PDCV+H
103 kW (140 PS), 44.399 km, benzyna, 2020, manualna skrzynia biegów, klimatyzacja, wspomaganie kierownicy, centralny zamek, tempomat, czujniki parkowania przód i tył, USB, MP3, zestaw głośnomówiący, światła przeciwmgielne, czujnik deszczu, automatyczny start-stop

Cena: 16.490 €

RATY od 139 €/mies.



VOLKSWAGEN PASSAT VARIANT TRENDLINE BLUEMOTION 1.4 TSI BMT
90 kW (122 PS), 28.000 km, benzyna, 2014, manualna skrzynia biegów, klimatyzacja, centralny zamek, elektryczne szyby, CD, Radio, MP3, relingi dachowe, fotele zawieszanie, komputer pokładowy, system start-stop

Cena: 16.680 €

RATY od 149 €/mies.



RENAULT TALISMAN INITIALE PARIS 1.6 DCI 160 PANO/8XREIFEN
118 kW (160 PS), 134.194 km, diesel, 2017, automatyczna skrzynia biegów, klimatyzacja, elektryczne szyby, centralny zamek, podgrzewane siedzenia, tapicerka skórzana, czujniki parkowania, fotele z funkcją masażu, ogranicznik prędkości, system nawigacyjny, zestaw głośnomówiący, sterowanie głosowe, streaming muzyki, kontrola trakcji, szyberdach, serwisowany w autoryzowanym warsztacie

Cena: 16.890 €

RATY od 139 €/mies.



AUDI A6 AVANT 2.0 TDI EL. PANODACH NAVI LE-DER BI-XENON
140 kW (190 PS), 69.000 km, diesel, 2018, automatyczna skrzynia biegów, klimatyzacja, centralny zamek, elektryczne szyby, wykończenie skórzane, podgrzewane fotele, tempomat, czujniki parkowania, wielofunkcyjna kierownica, dach panoramiczny, światła przeciwmgielne, USB, MP3, bluetooth, zestaw głośnomówiący, komputer pokładowy

Cena: 24.680 €

RATY od 209 €/mies.



KIA XCEED XDITION 1.4 T-GDI EU6D-T
103 kW (140 PS), 67.285 km, diesel, 2021, automatyczna skrzynia biegów, klimatyzacja, podgrzewane fotele, elektryczne lusterka boczne, tempomat, czujniki parkowania, wielofunkcyjna kierownica, system nawigacji, MP3, bluetooth, zestaw głośnomówiący, kontrola trakcji, czujnik deszczu, asystent parkowania, światła przeciwmgielne, komputer pokładowy

Cena: 21.790 €

RATY od 289 €/mies.



RENAULT CLIO V INTENS 1.0 TCE 90 EU6D
67 kW (91 PS), 30.976 km, benzyna, 2021, manualna skrzynia biegów, klimatyzacja, centralny zamek, elektryczne szyby, tempomat, czujniki parkowania, wielofunkcyjna kierownica, system nawigacji, USB, bluetooth, zestaw głośnomówiący, kontrola trakcji, kamera 360 stopni, czujniki deszczu, asystent zmiany pasa, system start-stop, serwisowany

Cena: 13.999 €

RATY od 119 €/mies.



RENAULT TRAFIC KASTEN L1H1 2,9T KOMFORT 1,6 DCI 95
70 kW (95 PS), 68.343 km, diesel, 2019, manualna skrzynia biegów, klimatyzacja, wspomaganie kierownicy, centralny zamek, elektryczne szyby, kontrola trakcji, drzwi przesuwane, ścianka działowa, komputer pokładowy, radio, bluetooth, serwisowany, czujnik światła

Cena: 19.890 €

RATY od 169 €/mies.



CITROEN BERLINGO FEEL M 1.2 PURETECH 130 7 SITZE AUTOMATIK
81 kW (110 PS), 25.000 km, benzyna, 2017, manualna skrzynia biegów, klimatyzacja, wspomaganie kierownicy, tempomat, czujnik deszczu, światła przeciwmgielne, podgrzewane lusterka boczne, felgi aluminiowe, radio, USB, bluetooth, komputer pokładowy, system start-stop

Cena: 12.780 €

RATY od 109 €/mies.

Posiadamy w naszej ofercie ponad 300 aut.

Zobacz nas na:

www.renault-kaufmann.de, www.autokomis-berlin.pl

Oferujemy sprzedaż ratalną oraz leasing samochodów nowych i używanych!

Dogodne spłaty rat dla osób posiadających firmy lub zatrudnionych w Niemczech

Zapewniamy usługi serwisowe oraz przeglądy techniczne w naszych firmowych warsztatach!



p. Cezary Szulca

Tel.: 769923-25

W
WINIARSKI
tradeoffice24.com

ZAKŁADANIE I PROWADZENIE SPÓŁEK W NIEMCZECH I UNII EUROPEJSKIEJ

Jedyna tego typu firma w Niemczech. Co nas wyróżnia ?

tradeoffice24.com GmbH, Piotr Winiarski, CEO
Westhafenstr.1 | 13353 Berlin
Tel.: +0049 30 21966038 | Fax: +49 30 21966174
office@tradeoffice24.com
www.tradeoffice24.com

Tylko u nas w jednym miejscu, w jednym zespole i według branży:
wielojęzyczni inżynierowie, ekonomiści, prawnicy, doradcy podatkowi i ubezpieczeniowi,
eksperti marketingu międzynarodowego, tłumacze • Organizacja dystrybucji
towarów i usług • Stała opieka w trakcie otwierania i działalności firmy.
Oferujemy adres, serwis biurowy, prowadzenie księgowości, prowadzenie reprezentacji
i przedstawicielstw firm z Polski • Ekspert, import, handel, produkcja.
Międzynarodowe targi i giełdy kooperacyjne. Strategia. Projekty.



Poland Business Center World
Światowe Stowarzyszenie Firm Polskich i Polonijnych



info@PolandBusinessCenter.world
www.PolandBusinessCenter.world

**Bądźmy
w kontakcie!**

KARTY SIM TELEFONY & AKCESORIA INTERNET I WIELE WIĘCEJ!

INTERNET DOMOWY
 INTERNET MOBILNY
 TELEFONY KOMÓRKOWE

+49 176 482 077 84 +49 30 818 680 77



teleberlin.pl

WSZYSTKIE PORADY SĄ
DARMOWE I W JĘZYKU POLSKIM!

ZAPRASZAMY!

teleberlin.pl Inh. Teodor Mainka, Friedrich-Wilhelm-Str.83, 13409 Berlin

iPhone SAMSUNG NOKIA SONY HUAWEI mi LG Vodafone Blau ortel O₂ 1&1 mobilcom ay yildiz yourfone GTELU

Biuro ogłoszeń **KONTAKTÓW**

e-mail: webmaster@kontakty.org

tel.: 030 3241632, fax: 030 37591850

Zapraszamy na nową stronę www.kontakty.org

KONTAKTY®

1995-2024

e-mail: webmaster@kontakty.org
tel.: 030 3241632, fax: 030 37591850