



• W podróży

6 Gdzie podziwiać kolory jesieni w Europie?

• Dla Ciebie

9 Jak przygotować się na jesienny wyjazd?

• Info

23 Mistrzostwa Świata w Piłce Nożnej 2022

CZŁOWIEK JEST W CENTRUM WSZYSTKICH NASZYCH ROZWAŻAŃ.

Od blisko 20 lat opiekujemy się osobami wymagającymi opieki i pielęgnacji.

Naszym celem jest oferowanie porad, wskazówek oraz wsparcie osób szukających pomocy. Masz już doświadczenie w pielęgnacji i opiece nad osobami starszymi? Masz pozytywne nastawienie do pracy z osobami wymagającymi opieki? Znasz choć trochę język niemiecki?

W TAKIM RAZIE APLIKUJ DO NAS! Istnieje możliwość zatrudnienia nawet osób w wieku **70 lat lub starszej**.

Jako niemiecki pracodawca oferujemy:

- legalną niemiecką umowę o pracę w charakterze pracownika etatowego,
- zarobki od **1660 euro netto**,
- premię za opiekę nad dwiema osobami od **150 do 800 euro netto**,
- dopłatę za pracę w święta
- premię pieniężną za pośrednictwo innych opiekunów/opiekunek,
- rejestrację w niemieckim systemie ubezpieczenia zdrowotnego i emerytalnego,
- ubezpieczenie powypadkowe,
- ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej,
- swobodny wybór długości czasu zatrudnienia,
- praca dostosowana do posiadanego doświadczenia,
- dokładna informacja dotycząca miejsca pracy oraz obowiązków,
- trwające 1 do 2 dni wdrożenie prowadzone przez lokalnego opiekuna,
- szkolenia przez certyfikowanych pracowników w miejscu docelowym,
- premia pieniężna po pomyślnie zdanej certyfikacji,
- zwrot kosztów dojazdu,
- organizacja podróży z miejsca zamieszkania w Polsce do Niemiec i z powrotem,
- dla kandydatów z Polski dostępni polskojęzyczni doradcy w Polsce i Niemczech,
- codwutygodniowe spotkania w miejscu pracy,
- całodobowa dostępność w razie pytań lub problemów,
- możliwość wnioskowania o niemiecki zasiłek rodzinny,
- przejście do nas razem z podopiecznym/ną gwarantuje premię **350 euro netto**.

www.jobs.pricura.de



ZWERYFIKOWANY
PRACODAWCA

TOP 10
IDEALNY PRACODAWCA BRANŻY

d redakcji

Drodzy Czytelnicy,

Cieszymy się, że kolejny numer INFO trafia do Waszych rąk! A w nim...

Przekonujemy, że jesień też jest piękna! I jest odpowiednią porą do podjęcia europejskich wojaży. Jest wiele miejsc, w których można nacieszyć oczy wspaniałymi widokami i jesiennymi barwami. Do kilku z nich dotrzecie autokarami Sindbada. Podróżnicze inspiracje znajdziecie na str. 6–8.

Podstawą jesiennych wypraw jest dobrze dobrana garderoba. Planując wyjazd w październiku i listopadzie, warto

jednak pamiętać o czymś więcej niż para rękawiczek i peleryna przeciwdeszczowa! Nasze porady znajdziecie na str. 9.

Jak wiadomo, kochamy podróże, a najbardziej te bezpieczne! Dlatego na str. 12 i 13 przypominamy podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas wyjazdów.

A jeśli jesienią nie w smak Wam wszelkie aktywności, mamy doskonały pomysł na to, by dodać szarym miesiącom nieco radości. Gdy częściej zostajecie w domu, by spędzać długie wieczory w towarzystwie rodziny i przyjaciół, wypełnijcie czas zabawami i grami.

Na str. 18–19 znajdziecie kilka propozycji.

Na str. 23–24 piszemy o Mistrzostwach Świata w Piłce Nożnej 2022, które odbędą się w Katarze. Zachęcamy do kibicowania naszej reprezentacji razem z Sindbadem!

Życzymy bezpiecznej i przyjemnej podróży oraz wciągającej lektury!

Redakcja

pis treści

INFO

Wiadomości

4

Mistrzostwa Świata
w Piłce Nożnej 2022

23

Mapa połączeń

26

W PODRÓŻY

Zadbaj o bilet
do dobrej zabawy

5

Gdzie podziwiać
kolory jesieni w Europie?

6

DLA CIEBIE

Jak przygotować się
na jesienny wyjazd?

9

Bądź odpowiedzialnym turystą

12

Gry i zabawy towarzyskie

18

PROMOCJA

Twoja praca jako opiekunka
w Niemczech

10

O TYM SIĘ MÓWI

Tradycja – ukojenie
w trudnych czasach

16

Jak zmieniał się transport
na przestrzeni wieków?

21

ROZRYWKA

Co szykują nam gwiazdy?

25

„INFO SINDBAD”

Magazyn Klientów i Pracowników firmy Sindbad Sp. z o.o.
Wydawca: IKROPKA, www.ikropka.com
Biuro Reklamy: Michał Pieczara, (+48) 508 331 663,
michal2@ikropka.com
Bezpośredni kontakt do biur sprzedaży biletów
Sindbad na str. 26

Wiadomości



Zmiana miejsc przystankowych

Syców – parking przy markecie NETTO, ul. Kolejowa 1C

Łódź – Dworzec PKS Łódź Kaliska, ul. Włóknarzy

Krapkowice – przystanek autobusowy, os. 1000-lecia, ul. Prudnicka

Wadowice – przystanek autobusowy, ul. Fabryczna

Zwiększenie częstotliwości połączeń

Zwiększyliśmy częstotliwość kursowania naszych autokarów do/z miejscowości **Lille** i **Lens**, w ramach połączeń między Polską a Francją.

Powyższe miejscowości są obsługiwane w **poniedziałki, środy, czwartki i soboty na wyjazdach z Polski** oraz w **poniedziałki, środy, piątki i soboty na wyjazdach do Polski**.

Przejazdy okołoswiąteczne grudzień/styczeń

Na wyjazd 15 grudnia 2022 r. z Polski do Niemiec, Luksemburga, Austrii, Francji, Belgii, Holandii i Szwajcarii oraz na powrót z tych krajów do Polski 9 stycznia 2023 r. obowiązuje promocyjna cena **99 złotych**, na zakup do końca listopada, natomiast od 1 grudnia cena będzie wynosiła **129 złotych**.

Ponadto przygotowaliśmy cenę specjalną na przejazd z Niemiec do Polski **15 grudnia 2022 (czwartek) – na ten dzień będzie obowiązywała taryfa poniedziałkowa**, a więc najtańsza z oferowanych na tej trasie.

Aby zapewnić jak największą liczbę miejsc na przejazdach przedświątecznych, uruchamiamy również dodatkowe kursy na trasach do/z Niemiec, Włoch, Francji czy Skandynawii. Dostępność biletów na wybrany dzień i trasę można sprawdzić jak zawsze na www.sindbad.pl lub w aplikacji Sindbad Online.

Tym samym informujemy, że w okresie okołoswiątecznym **nie realizujemy żadnych kursów** w dniach:

- ▶ **z Polski:** 23–25 grudnia oraz 31 grudnia 2022
- ▶ **do Polski:** 24–26 grudnia oraz 31 grudnia 2022



adbaj o bilet do dobrej zabawy

Czasami każdy z nas chciałby wsiąść do autobusu byle jakiego, ruszyć przed siebie i nie dbać o nic. Czasem bez celu, a czasem kupić bilet do dobrej zabawy! Podpowiemy Wam, gdzie możecie się wyrwać i co warto zobaczyć.

Berlin

Przez całą jesień w berlińskim Zentrum für Aktuelle Kunst gratka dla fanów sztuki i nie tylko. Otwarta 10 września wystawa „State of emergency. Polish Photo Art Today” potrwa aż do Nowego Roku! Zebrano na niej fotografie twórców, którzy dorastali, uczyli się i rozpoczynali swoją działalność artystyczną po upadku komunizmu. Zgromadzone na wystawie prace prezentują te elementy polskiej rzeczywistości, które zazwyczaj pozostają na marginesie oficjalnych, wielkich narracji. To jak dotąd najobszerniejsza wystawa polskiej fotografii współczesnej w Niemczech.

Oficjalna strona instytucji:
www.zitadelle-berlin.de

Paryż

Wielbicieli czterech kółek zapraszamy do Paryża – także w październiku – na Międzynarodowy Salon Samochodowy. Jak twierdzą fani, jest to najważniejsza, motoryzacyjna wystawa w Europie i jedna z największych na świecie. Co będzie można zobaczyć w tym roku? Premiery dobrze znanych marek jak Jeep, Mercedes-Benz, Peugeot, Renault, ale też i tych mniej popularnych, choć równie potężnych, które przyjadą z Dalekiego Wschodu: BYD, Great Wall czy Ora.

Oficjalna strona wydarzenia:
mondial.paris/en

Bilbao

Dla wszystkich, którzy kochają Hiszpanię, mamy sportowe zaproszenie do Bilbao. 22 października można załapać się na nocny maraton. Ten osobliwy wyścig organizowany jest od 2009 roku i jest jedynym, nocnym maratonem w Hiszpanii. Zaczyna się i kończy przy spektakularnym



Muzeum Guggenheima, a trasa prowadzi wzdłuż rzeki Nervión do starożytnego miasta. Równocześnie odbywa się półmaraton oraz bieg krótkodystansowy, tzw. Piracki Wyścig.

Oficjalna strona wydarzenia: totalenergiesbilbaomathon.com

Tromsø

Czasami najpiękniejsze spektakle oferuje nam sama natura. Jeśli więc chcecie przeżyć rzeczywiście coś spektakularnego, to koniecznie musicie odwiedzić Norwegię, a dokładniej Tromsø, czyli jedno z najlepszych miejsc na świecie do obserwacji zorzy polarnej. Zjawisko to wygląda najpiękniej właśnie późną jesienią.

Więcej o samym zjawisku: teleskop.pl

Londyn

Być może mieliście już okazję spacerować w Hyde Park późną jesienią, gdy rozpoczynają się świąteczne przygotowania. To właśnie tutaj od połowy listopada do pierwszego dnia stycznia trwa Winter Wonderland. Impreza ma charakter przedświątecznego jarmarku – na wielką skalę, który w grudniu ściąga miłośników bożonarodzeniowych zakupów, świetlnych atrakcji i grzanego wina. Jeśli będziecie więc szukać niepowtarzalnego prezentu z Londynu, może już pod choinkę, jest to miejsce idealne!

Oficjalna strona parku: royalparks.org.uk



dzie podziwiać kolory jesieni w Europie?

Jesień wcale nie musi być nudnym i smutnym preludium zimy. Dookoła jest wiele wspaniałych miejsc, w których możemy rozkoszować się pięknymi widokami i podziwiać barwy jesieni. Dzięki międzynarodowym połączeniom Sindbada możecie odkrywać to wszystko w 21 krajach Europy. Sprawdźcie kilka naszych rekomendacji!



Bristol

Miejsce ogłoszone w 2017 roku przez Sunday Times najlepszym miastem do życia, a przy tym charakteryzujące się klimatem małej miejscowości, ale z udogodnieniami metropolii. Bristol oferuje atrakcje dla każdego. Swoją przygodę warto zacząć od Castle Park, będącego parkiem królewskim z kościołem st. Peter's w samym centrum oraz wspaniałym nabrzeżem. Punktem koniecznym jest także Clifton Suspension Bridge, czyli most zawieszony na wysokości siedemdziesięciu pięciu metrów, o długości czterystu czterech metrów. To miejsce, z którego oddano pierwszy skok na bungee, a sam most wisi w tym miejscu od ponad stu pięćdziesięciu lat. W pobliżu mostu znajdziemy Clifton Observatory, budynek na wzniesieniu będący obserwatorium, a zaraz obok możemy zwiedzić odkryte w 2003 roku jaskinie. Bristol to także port, który między XIX i XX wiekiem był znaczącym miejscem handlu i przetadunku niewolników w drodze do Ameryki. Obecnie port

stracił na znaczeniu, ale możemy w nim znaleźć statek SS Great Britain będący muzeum, a zarazem technicznym wynalazkiem tamtych czasów. W ubiegłych stuleciach był pierwszym statkiem z poszyciem stalowym, śrubą zamiast kół i łopatami po bokach, a kursował aż do Nowego Jorku. Z ciekawostek warto wspomnieć, że statek oraz most zostały zbudowane przez tego samego człowieka – Isambarda Kingdom Brunela. Miasto oferuje również kilka ciekawych dzielnic pod względem architektonicznym oraz sporo parków, fontann, a także restauracji i pubów. To świetne miejsce na turystyczny wyjazd właśnie tej jesieni!

Essen

To dobrze znane miasto jest czwartym co do wielkości ośrodkiem miejskim w regionie Nadrenii-Północnej Westfalii. W połowie XIX wieku miało zupełnie nowy charakter – z małego miasteczka stało się dużym, przemysłową metropolią, słynącą głównie z produkcji stali. Współcześnie ta dziedzina gospodarki odchodzi w cień, bo miasto obrało nowe kierunki rozwoju, którego azymuty wyznaczają usługi, nowe technologie, handel, administracja oraz różne gałęzie szeroko rozumianego przemysłu (maszynowy, chemiczny, zbrojeniowy, elektromechaniczny, transportowy). Miasto posiada ścisłą zabudowę

architektoniczną, co ułatwia piesze zwiedzanie. Piechatką dotrzecie między innymi do muzeum sztuki nowoczesnej Folkwang, gdzie znajdują się dzieła wielu znakomitych artystów. Warto zajrzeć także do katedry św. Kosmy i Damiana, gdzie znajduje się ottońska krypta. Na wytrwałych poszukiwaczy czekają również inne atrakcje, takie jak ogród botaniczny Grugapark, zamek Borbeck z XVIII wieku oraz XIX-wieczna Villa Hügel, będąca dawną rezydencją rodziny Kruppów. Ta znana w całych Niemczech rodzina w 1903 roku założyła niemiecki koncern zajmujący się wydobyciem rudy żelaza, obróbką stali czy produkcją maszyn przemysłowych, uzbrojenia i amunicji. Oprócz wielu historycznych atrakcji miasto ma do zaproponowania turystom wiele klimatycznych restauracji i kawiarni, w których można zakosztować specjałów regionalnej kuchni.

Florencja

Miasto w środkowej części Włoch, stolica Toskanii oraz prowincji Florencja. Michał Anioł mawiał, że Toskania jest ogrodem

Włoch, a Florencja jest kwiatem Toskanii. Miejsce to jest historyczne, powstało jeszcze przed naszą erą, w XI zyskało znaczenie handlowe, głównie za sprawą swojego położenia na szlaku między Rzymem a Francją. W 1115 roku otrzymało status niezależnego miasta, na przełomie XIII i XIV wieku było jednym z największych w Europie. Ogromny rozkwit kulturowy i gospodarczy przypada na okres XVI-XVIII wieku, to wtedy tworzyli m.in. Michał Anioł czy Leonardo da Vinci. Podczas II wojny światowej miasto doznało poważnych zniszczeń na skutek bombardowań i ostrzału artyleryjskiego. Florencja to miejsce wyjątkowe, mawia się, że jest kwintesencją Włoch, z niezliczoną liczbą zabytków, placów, muzeów czy kościołów. Wielu określa je miastem-zabytkiem w pozytywnym tego słowa znaczeniu, po prostu atrakcji historycznych jest tutaj tak dużo. Do najważniejszych jednak należą: plac Michała Anioła, Galeria Uffizi, Galeria del Accademia, Katedra Santa Maria del Fiore, Piazza del Duomo, Piazza della Signoria, Palazzo Vecchio czy Basilica of Santa Croce. Plac Michała Anioła jest

wymieniany jako punkt obowiązkowy i numer jeden we Florencji, z którego rozciąga się widok na zabytki i panoramę miasta. Florencja jest dość przyjemna dla zwiedzających, a duża liczba atrakcji stwarza okazję do przemierzenia miasta pieszo, więc to doskonała opcja na jesienny city break.

Freiburg

Miasto w południowo-zachodniej części Niemiec, w kraju związkowym Badenia-Wirtembergia. Pełna nazwa miasta to Fryburg Bryzgowski i warto w tym miejscu wyjaśnić, skąd ta nazwa się wywodzi. Bryzgonia była historyczną krainą, mieszczącą się między Schwarzwaldem a Renem. Sam region choć niemiecki, w okresie niespełna dwudziestu lat w XVII wieku należał do Francji, by pod koniec wieku ród Habsburgów odzyskał go na rzecz Niemiec. Freiburg został założony już w 1120 roku jako wolne miasto handlowe. Obecnie liczy ponad dwieście tysięcy mieszkańców i jest ważnym punktem handlowym dla regionu, posiada

reklama

www.perlon.com

PERLON®
The Filament Company



Nasz zakład produkcyjny z siedzibą w Munderkingen pilnie poszukuje pracowników na stanowisko:

Operator maszyn i urządzeń produkcyjnych

Ofujemy:

- Pewną i stałą pracę bezpośrednio u pracodawcy
- Dobre wynagrodzenie wg. taryfy
- Dodatki za pracę w nocy, niedziele i święta
- 32 dni urlopu w roku
- Pomoc w znalezieniu lokum
- Przyuczenie i integrację w zakładzie

Nasze wymagania:

- Mile widziane doświadczenie w zakładzie produkcyjnym
- Gotowość do stałej pracy w Niemczech w systemie zmianowym
- Komunikatywna znajomość języka niemieckiego

Na co czekasz? Wykorzystaj tę szansę!

Zadzwoń lub wyślij swoją ofertę (CV)

Firma Hahl Filaments GmbH z siedzibą w Munderkingen (Baden-Württemberg, Niemcy) jest jednym z zakładów produkcyjnych międzynarodowej Grupy Perlon®. Grupa Perlon® jest wiodącym na świecie producentem włókien syntetycznych, posiada fabryki w Niemczech, USA i Chinach.

Mówimy po polsku – chętnie odpowiemy na Twoje pytania!

Dział Rekrutacji
bewerbung@perlon.com
Tel.: +49 8234 99 1706





rozwinęte gałęzie przemysłu między innymi spożywczego, drzewnego czy metalurgicznego. Co ważne, miasto wciąż się rozwija, a jego populacja rośnie. Podczas pobytu we Freiburgu szczególnie polecamy podziwianie położonej w centrum Katedry Najświętszej Marii Panny, która z wysoką na sto szesnaście metrów wieżą uznawana jest za jedną z najwybitniejszych budowli gotyckich. Na uwagę turystów zasługują również inne, liczne obiekty sakralne, spichlerz z XV wieku, fontanna Fischbrunnen, Rynek, historyczny Dom Towarowy czy Muzeum Miejskie.

Narbona

Znajduje się na południu Francji, w regionie Langwedocja-Roussillon nad Morzem Śródziemnym, tuż przy granicy z Hiszpanią. To malownicze miasto zostało założone przez Rzymian w II w. p.n.e. Jednym z najcenniejszych zabytków Narbony jest usytuowana w samym sercu miasta okazała, gotycka katedra Saint-Just-et-Saint-Pasteur. Ta wspaniata, strzelista świątynia bardzo różni się od innych zabytków Francji południowej reprezentujących ten nurt. W jej sąsiedztwie znajduje się rozległy kompleks dawnego pałacu arcybiskupiego Palais des Archevêques, będący dziś siedzibą władz miejskich oraz Muzeum Sztuki i Historii Musee d'Art et d'Histoire. W Starym Pałacu, w dawnej kaplicy, mieści się natomiast Muzeum Archeologiczne. Innym obiektem zasługującym na uwagę jest Les Halles, wybudowana w nowatorski sposób z kamienia i stali hala. Pozostałe, ważne zabytki Narbony to między innymi XIX-wieczny, neogotycki budynek ratusza miejskiego Hôtel de Ville, kaplica św. Magdaleny Chapelle de la Madeleine, klasztor karmelitów Couvent des Carmélites, dom romański z Narbony Maison romane de Narbonne,

usytuowane w pobliżu miasta opactwo Sainte-Marie de Fontfroide Abbaye Sainte-Marie de Fontfroide oraz krótki odcinek słynnej Via Domitia – pierwszej, rzymskiej drogi wybudowanej w Galii w II wieku p.n.e. Narbona może się także poszczycić pięciokilometrową plażą z delikatnym, złotym piaskiem, która będzie doskonałym szlakiem na jesienną przechadzkę. Smakosze win z kolei mogą rozkoszować się w wysmienitych produktach z lokalnych winnic. Dla każdego coś miłego!



Jak przygotować się na jesienny wyjazd?

Jesienny wyjazd na pewno nie jest dla ciepłolubnych! Wybierając się na wycieczkę do któregoś z europejskich krajów, musimy liczyć się ze zmienną pogodą i... nieco większym bagażem. O czym warto pamiętać? Podpowiadamy w artykule.

Na cebulkę

Jesienna pogoda lubi zaskakiwać: jednego dnia grzejemy się w słońcu, drugiego dokucza nam wiatr lub deszcz, a poranki i wieczory są już chłodne. Bez względu na prognozy musimy mieć przy sobie coś cieplejszego – aura szybko może się zmienić. Polecamy lekkie, puchowe bezrękawniki lub kurtki, które można złożyć do niewielkich rozmiarów – nie obciążają bagażu i nie zajmują w nim wiele miejsca.

Warto zabrać ze sobą... bieliznę termoaktywną! Takie akcesoria nie są zarezerwowane wyłącznie dla miłośników górskich szlaków. Jeśli planujemy spędzenie wielu godzin na miejskich spacerach, lodowaty wiatr może dawać nam się we znaki.

Dobrze mieć przy sobie także krem ochronny, najlepiej z filtrem SPF. Rozważmy zabranie czapki, cienkiego szalika lub komina i rękawiczek. Nie zapominajmy o okularach przeciwsłonecznych!

Na deszcz

Marznąc i moknąc, ryzykujemy nie tylko utratę dobrego humoru i zapału, ale także zdrowiem. Bądźmy więc przygotowani na opady.

Kalosze ochronią nasze stopy przed deszczem, ale raczej nie nadają się na długie trasy, nawet po mieście. Najlepsze będą lekkie buty trekkingowe. O ile są wykonane z nieprzemakalnych materiałów!

Dłuższa peleryna z kapturem ochroni całą sylwetkę i sprawi, że parasol będzie zbędny. Powinna być wystarczająco obszerna, tak by ubranie nie krępowało ruchów. Jeśli nasz plecak nie jest wykonany z wodoodpornych materiałów, warto wcześniej sprawdzić, czy mieści się pod peleryną, lub kupić specjalny, przeciwdeszczowy pokrowiec.

Na ciepło

Gdy na zewnątrz ziąb, dobrze mieć przy sobie coś ciepłego do picia. Najlepiej sprawdzi się kubek termiczny, bardziej poręczny niż termos. Dodatkowo w każdej knajpce możemy poprosić, by kawę lub herbatę zrobiono bezpośrednio do niego.

Na pewniaka

W podróży pomogą nam aplikacje mobilne. Co warto mieć w swoim telefonie? Mapy! Z aplikacji Google możemy korzystać także offline, jeśli mapy pobierzemy wcześniej. Przed wyjazdem dobrze sprawdzić

lokalne aplikacje typu „jak dojadę”, które wyszukają za nas połączenie komunikacją miejską. Wiele z nich oferuje także opcję zakupu biletów.

Wybermy pewną i dokładną aplikację z prognozą pogody. Może to być np. Meteo ICM, AccuWeather czy TodayWeather.

Pamiętajmy, że w podróży mogą być nam potrzebne zaświadczenia o szczepieniu przeciw COVID-19 lub negatywnym wyniku testu. Sprawdźmy przed wyjazdem aktualne rozporządzenia w wybranym kraju.



Twoja praca jako opiekunka w Niemczech

Rozmowa z Ewą Braatz, szefową działu rekrutacji firmy Silesia Pflege und Betreuungsdienste GmbH



czy nagłych wypadkach, np. takich jak konieczna wizyta u lekarza czy załatwienie spraw urzędowych. Nasze opiekunki otrzymują fachową pomoc w sprawach medycznych. Wykwalifikowany personel medyczny jest w każdej chwili gotowy do niesienia pomocy w nagłych i wątpliwych sytuacjach.

Jak wygląda współpraca z personelem medycznym w Państwie firmie?

Ważnym aspektem jest dla nas ścisła współpraca z personelem medycznym. Pani Guzy i pani Poloschek kładą ogromny nacisk na regularne, niezbędne i ciekawe szkolenia dla opiekunek, które jasno określają zakres obowiązków i zasady pracy. Oznacza to, że zabiegi medyczne (np. podawanie tabletek podopiecznym, opatrywanie ran, zakładanie infuzji itp.) nie należą do zadań opiekunek. Dodatkowo każdy pracownik jest wspierany przez pielęgniarki, które regularnie – co 3 tygodnie lub w razie potrzeby częściej – odwiedzają podopiecznych i opiekunki, udzielając niezbędnych wskazówek i rad w sprawach medycznych.

Jakie cechy powinna mieć dobra opiekunka? Czego oczekują Państwo od osób, które chcą podjąć taką pracę?

W tej pracy trzeba być zmotywowanym i dobrze zorganizowanym. Mieć predyspozycję do takiej pracy – być osobą cierpliwą, empatyczną, wrażliwą na potrzeby innych i odpowiedzialną. Ważny jest także dobry stan zdrowia. U pracowników cenimy zaangażowanie, uczciwość i rzetelność. Zwracamy uwagę na doświadczenie w opiece nad osobami starszymi lub niepełnosprawnymi i znajomość języka niemieckiego. Ważną kwestią jest posiadanie szczepień przeciwko COVID-19.

Co oferują Państwo swoim pracownikom?

Przede wszystkim bezpieczne i legalne zatrudnienie w Niemczech, na podstawie niemieckiej umowy o pracę. Pełny pakiet ubezpieczeń, świadczenia emerytalne, 30 dni płatnego urlopu w ciągu roku i możliwość ubiegania się o Kindergeld. Jasno określamy zasady współpracy oraz indywidualny dobór ofert. Zapewniamy wsparcie przy załatwianiu wszelkich formalności w Niemczech, zwrot kosztów podróży lub zorganizowanie dojazdu do miejsca pracy oraz powrotu do kraju, zakwaterowanie i wyżywienie u podopiecznego. Nasi pracownicy mogą liczyć na stały kontakt z biurem oraz atrakcyjne wynagrodzenie. Do pensji oferujemy opiekunkom różne dodatki pieniężne. Należą do nich np. premie uznaniowe za polecenie nowej opiekunki lub pacjenta, dodatek za pracę w okresie wakacyjnym i bonusy świąteczne. W związku z tym, że jesteśmy niemiecką firmą, nasze opiekunki mają także prawo do wszelkich dodatków i premii oferowanych przez państwo niemieckie. Mam tutaj na myśli np. Coronapremie, płatną kwarantannę w przypadku infekcji COVID-19 i dodatek energetyczny.

Jak można zgłosić kandydaturę?

Wystarczy wejść na naszą stronę internetową i wypełnić formularz kontaktowy. Można także skontaktować się z nami bezpośrednio:

- ▶ telefonicznie pod numerem: 0049 02381/8773023
- ▶ lub e-mail: cv@silesia-pflege.de

Chcesz być częścią naszego zespołu? Dołącz do nas!

Czekamy na Ciebie!

specjalna premia za pracę w okresie świątecznym



SILESIA

Pflege- und Betreuungsdienste GmbH

Werler Straße 333
59069 Hamm
+49 23 81 / 877 30 - 0
info@silesia-pflege.de
www.silesia-pflege.de

ZAPRASZAMY DO KONTAKTU



DZIAŁ REKRUTACJI I PLANOWANIA

Ewa Braatz

e.braatz@silesia-pflege.de
+49 23 81 / 877 30 - 23



DZIAŁ PERSONALNY I OBSŁUGA KLIENTA

Klaudia Berckhoff

k.berckhoff@silesia-pflege.de
+49 23 81 / 877 30 - 21



DZIAŁ PERSONALNY I OBSŁUGA KLIENTA

Wiesława Juli

w.juli@silesia-pflege.de
+49 23 81 / 877 30 - 22



WŁAŚCICIEL FIRMY

Sarah Lange-Pasternak



KIEROWNIK DZIAŁU PIELĘGNIARSKIEGO

Anida Guzy-Opalkowska



ZASTĘPCA KIEROWNIKA DZIAŁU PIELĘGNIARSKIEGO

Marlene Poloschek



KIEROWNIK DZIAŁU KSIĘGOWOŚCI

Nathalie Anczok



DYPLOMOWANA PIELĘGNIARKA – SPECJALISTA LECZENIA RAN PRZEWLEKŁYCH

Anja Schwarz



DYPLOMOWANA PIELĘGNIARKA – SPECJALISTA MEDYCYNY PALIATYWNEJ

Helga Frey

wynagrodzenie do 1850 € netto miesięcznie

Bądź odpowiedzialnym turystą!

Z pewną dozą ostrożności możemy stwierdzić, że turystyka wróciła na odpowiednie tory. Od kilku miesięcy możemy swobodnie przemieszczać się masowo, popularne destynacje ponownie pękają w szwach pod naporem spragnionych podróży obywateli. Nie od wczoraj jednak wiadomo, że warto być odpowiedzialnym turystą, by te bardziej i mniej modne kierunki i atrakcje pozostały w dobrej kondycji na kolejne tysiąclecia. Jak to zrobić? Sprawdźcie poniżej!

Środki transportu

Walka o środowisko naturalne trwa na całym świecie. Niestety, turystyka w dużym stopniu przyczynia się do jego zanieczyszczenia. Wprawdzie bezpośredniego wpływu na ilość emisji dwutlenku węgla do atmosfery przez samoloty nie mamy, ale gdy pojawia się alternatywa w postaci przejazdu autokarem, możemy dołożyć małą cegiełkę do jego ograniczenia w znacznym stopniu. Kiedy podróżujemy po kraju, warto przejrzyć również rozkłady jazdy pociągów, a lokalnie starajmy się korzystać ze środków komunikacji zbiorowej, rowerów, hulajnóg czy innych, charakterystycznych dla danego regionu czy państwa pojazdów, dzięki którym zadamy przy okazji o środowisko.

Walka z odpadami

Pozostając w tematyce ochrony naszej planety, niestety, nie każdy kraj prowadzi zrównoważoną politykę gospodarowania odpadami. Nierzadko są to te mniej rozwinięte, a utrzymujące się w głównej mierze dzięki turystyce. Co możemy zrobić, by pomóc im w walce z piętrzącymi się odpadami na dzikich wysypiskach? Zabierzmy własną butelkę wielokrotnego użytku, starajmy się nie marnować jedzenia, umieśćmy kosmetyki w pojemniczkach i buteleczkach wielokrotnego użytku, do przetestowania lokalnego streetfoodu zabierzmy własne pudełko i sztućce, a na zakupy na lokalnych targach bawełniane woreczki i torbę.

Z szacunkiem

Podczas pobytu w obcym kraju nie wszystko musi się nam podobać, nie z każdym człowiekiem czy zasadą musimy się zgadzać. Nie możemy jednak zapominać o poszanowaniu dla odmiennych praw i kultur oraz traktować naszych przekaźników jako jedynych i niepodważalnych. Świadome podróżowanie polega na tym, by czerpać z wyjazdów jak najwięcej, otworzyć się na nowości i nie kierować się zasłyszanymi stereotypami. Jeżeli w jakimś kraju panują przepisy, które kłócą się z naszą moralnością, głęboko zastanówmy się, czy naprawdę chcemy odwiedzić to miejsce – warto je sprawdzić, zanim zaplanujemy wyjazd.

Język

Lokalnej ludności na pewno będzie miło, gdy wykażemy się znajomością chociaż kilku podstawowych zwrotów w ich języku. Jest to sposób na okazanie zarówno szacunku, jak i oznaka zainteresowania miejscową kulturą i danym regionem.

Nieetyczne atrakcje

Przejażdżka na słoniu czy bryczką z konnym zaprzęgiem, pokazy delfinów, gadające papugi, zafarbowane gołębie, węże przewieszone przez szyje – przykłady można mnożyć. Niestety, w wielu przypadkach zwierzęta biorące udział w takich przedsięwzięciach nie mają pięknego

życia. Młode są nierzadko zbyt wcześnie odbierane od matki, warunki bytowania są urągające, a tresura katorżnicza. Warto unikać takich atrakcji i wierzyć, że dzięki zwiększeniu świadomości na temat krzywdy zwierząt ludzie zaczną porzucać tego typu praktyki.

Jak w domu

Jeżeli decydujemy się na pobyt w hotelu podczas naszego wyjazdu, postarajmy się traktować to miejsce tak, jakbyśmy mieszkali we własnym domu. Nie porzucajmy na wakacjach nawyku gaszenia światła, gdy jest nam niepotrzebne, zakręcania wody, pozostawiania za sobą porządku czy niemarnowania jedzenia. Jesteśmy przekonani, że codzienna wymiana ręczników czy pościeli również jest zbędna. By wesprzeć lokalnych mieszkańców, możemy również skorzystać z opcji noclegu u gospodarza czy w prywatnych apartamentach, które właściciel udostępni nam na wyłączność. W takich miejscach również nie zapominajmy o dobrych manierach i zachowaniu czystości.

Lokalnie

Wspieranie lokalnej gospodarki poprzez zakup produktów czy pamiątek wytwarzanych w danym kraju lub regionie oraz kosztowanie miejscowej kuchni jest również mile widziane i czyni z nas odpowiedzialnych turystów. Respektujmy również zasadę uczciwego targowania się, wspierajmy małe, rodzinne biznesy, ale zachowujmy przy tym rozsądek i z drugiej strony nie dajmy się oszukać – nie wszyscy turyści mają bowiem uczciwe zamiary w stosunku do obywateli.



reklama

ZOSTAŃ OPIEKUNKĄ OSÓB STARSZYCH W NIEMCZECH!

TEL.: 22 122 80 01

100€
ZA POLECENIE



250€
BONUS
ŚWIĄTECZNY



Hausengel
rundum versorgt

Historia opiekunki seniora – Pani Alicji „Kocham życie i kocham ludzi”

Firma Hausengel od ponad 17 lat współtworzy branżę opiekuńczą i wielokrotnie została wyróżniona przez uznane instytucje za swoją działalność, osiągnięcia i jakość świadczonych usług. Jednak najważniejszym wyróżnieniem jest dla nas zadowolenie naszych opiekunek, które obdarzyły nas swoim zaufaniem i bez wahania udzielają nam pozytywnych referencji i polecają nas dalej. Jedną z takich opiekunek jest Pani Alicja, której wartości i podejście do życia mogą dla wielu być inspiracją.

Pani Alicja współpracuje z Hausengel od ponad 3 lat. Pochodzi z Nysy, gdzie wiecie szczęśliwe i poukładane życie jako spełniona żona i mama. Jest osobą bardzo aktywną. Biega, pływa, jeździ rowerem, kocha górskie wędrówki. W ten sposób ładuje baterie i pozyskuje energię na rzecz swojej pracy i ogromnego zaangażowania w opiekę nad osobami starszymi. To osoba, która cieszy się życiem, a swoją dobrą, pozytywną aurą zaraża ludzi wokół siebie. Jej życiowa mądrość, wiedza i umiejętności z zakresu opieki są imponujące i bardzo doceniane przez niemieckie rodziny.

Pani Alicja swoje dorosłe życie związała z opieką nad osobami

starszymi i schorowanymi. Jak sama mówi, po prostu „kocham starszych ludzi i bardzo dobrze czuje się w ich obecności”. Wiele lat pracowała w Polsce jako dochodząca opiekunka socjalna. Znając język niemiecki, zdecydowała się z czasem podjąć pracę w niemieckim domu opieki, gdzie spędziła łącznie 9 lat. Nabyła ogromnego doświadczenia i ambitnie doksztalała się we własnym zakresie. Dziś może pochwalić się znajomością technik ergoterapii oraz fizjoterapii. Intensywna praca w domu opieki bardzo obciążała Panią Alicję zdrowotnie, więc ostatecznie wróciła do Polski. Hausengel poleciła Pani Alicji jej przyjaciółka.

Pierwsze zlecenie

Wyjeżdżając do Niemiec w roli opiekunki, Pani Alicja dysponowała wysokimi kwalifikacjami. Miała ogromne doświadczenie i umiejętności oraz posługiwała się językiem niemieckim w stopniu bardzo dobrym. „Podczas mojego pierwszego zlecenia z Hausengel trafiłam do rodziny w miejscowości Friedrichshafen, która nie była zamożna, w domu było skromnie, a opieka nad podopieczną była wymagająca. Podopieczna cierpiała na dolegliwości wieku starczego, miała problemy z ciśnieniem, zdarzały się bezdechy, wtedy potrzebowała inhalacji. Zdarzało się,

że wstawałam w nocy 5-6 razy. Mimo wszystkich niedogodności czułam się tam jak w domu, zaprzyjaźniłam się z rodziną i pokochałam podopieczną. Jeździłam do niej regularnie przez prawie 3 lata. Kiedy stan podopiecznej się pogorszył, specjalnie dla niej przyjechałam na 3 dni do Niemiec, aby towarzyszyć w jej ostatniej drodze. Była dla mnie jak rodzina i chciałam spełnić jej ostatnie życzenie i po prostu przy niej być. Z rodziną podopiecznej do dzisiaj jesteśmy w kontakcie, mamy wspaniałe relacje i ja wiem, że gdybym potrzebowała pomocy, mogę na nich liczyć”.

Opieka nie musi być tylko ciężką pracą

Pani Alicja jest przesympatyczną, pozytywną osobą. Nie boi się nowych wyzwań. Na swojej drodze zawodowej spotkała wielu dobrych ludzi. Jest przykładem na to, że dobro dane innym, wraca. „Jako opiekun człowiek daje wiele z siebie, aby skutecznie wykonywać tę pracę. Czasem zmagamy się z przypadkami trudnymi psychicznie, czasem fizycznie. Dlatego warto pomyśleć też o sobie. O naszej głowie i ciele. Dla mnie najlepszą odskocznią psychiczną, a zarazem sposobem na ładowanie energii jest sport. Nawet na zleceniu zawsze staram się wygospodarować czas, aby móc pobiegać, pójść na basen lub na spacer. Cieszę się małymi rzeczami, cieszę się życiem i chyba takie podejście pozwala mi dobrze wykonywać moją pracę. Mam udane życie rodzinne w Polsce i chyba

to powoduje, że nie przenoszę swoich zmartwień lub frustracji na moich podopiecznych. Wykonuję moją pracę z czystą głową. Ten spokój i szczęście budują mnie jako opiekunkę. Aktualnie przebywam na zleceniu w górach, z okna mam widok na Zugspitze, najwyższy niemiecki szczyt. Codziennie rano razem z moją wspaniałą podopieczną podziwiamy widok zza okna i krzyczymy das Leben ist schön, a potem razem się śmiejemy. Fakt, że potrafię wydobyć z podopiecznej takie pokłady radości, że umiłam jej jesień życia, daje mi ogromną satysfakcję.”

Opieka nad seniorami jest moim priorytetem

Jestem osobą bardzo cierpliwą, kocham starszych ludzi, uwielbiam spędzać z nimi czas i to właśnie oni są dla mnie priorytetem w pracy, a nie otaczające nas wnętrza, w których mieszkamy w trakcie zlecenia. Jako opiekunki musimy uszanować, że wprowadzamy się do czyjegoś domu, pełnego wieloletnich tradycji, które musimy respektować, zamiast narzucać swoje zmiany. W ten sposób zyskamy także szacunek i sympatię naszych podopiecznych.

Atuty współpracy z Hausengel

Pani Alicja bardzo dobrze komunikuje się w języku niemieckim. Jest przykładem na to, że warto rozwijać umiejętności językowe jak i kwalifikacje. Znajomość języka obcego za granicą sprawia, że czujemy się



tam po prostu bezpiecznie. „Bardzo cenię sobie współpracę z Hausengel, rzetelność, sympatię i gotowość do pomocy w każdej sytuacji. Jednak staram się zawsze rozwiązywać problemy na zleceniu samodzielnie. Jeśli są jakieś nieporozumienia, siadam z rodziną do stołu i omawiamy temat, aby wszystko było jasne.”

Hausengel wart polecenia

„Jestem niesamowicie wdzięczna, że trafiłam w życiu na Hausengel. Współpraca jest legalna, uczciwa, o nic się nie muszę martwić, a koordynatorki zawsze służą dobrą radą, jak tylko jest taka potrzeba. Czuję się dobrze zaopiekowana i bezpieczna. Bez grama wstydu polecam Hausengel, kiedy tylko jest ku temu okazja. Współpracuję z firmą od ponad 3 lat i liczę na kolejne, owocne lata. Z czystym sercem polecam firmę wszystkim, którzy szukają pracy w tej branży.”

Jeśli i Ty chcesz tworzyć swoją historię z Hausengel, zgłoś się do nas już dziś!

☎ **+48 61 415 13 08**

@ **info@hausengel.pl**

🌐 **www.hausengel.pl**

f **/Hausengel**

Tradycja – ukojenie w trudnych czasach

Tradycja to nieodłączny element kultury. Znamy tradycje narodowościowe, religijne, lokalne czy nawet rodzinne. Dzisiaj, w dobie globalizacji, zacierania się różnic kulturowych i powszechnego dostępu do nie zawsze wartościowych informacji, obserwuje się powrót do tradycji. Pomaga nam ona zachować tożsamość i daje poczucie bezpieczeństwa w trudnych czasach.



Czym jest tradycja?

To przekazywane z pokolenia na pokolenie treści kulturowe, takie jak: obyczaje, poglądy, wierzenia, sposoby myślenia i zachowania czy normy postępowania. Jest to pojęcie dość abstrakcyjne i trudne do jednoznacznego zdefiniowania. W prostym rozumieniu tradycją są sobotnie obiady u babci, cotygodniowe spotkania z przyjaciółmi, rosół z makaronem w każdą niedzielę, jedzenie karpia w Wigilię czy dzielenie się jajkiem na Wielkanoc. Ilu jest ludzi, tyle by można podać definicji tradycji, bo każdy człowiek do interpretacji zwyczajów podchodzi w sposób indywidualny.

Po co nam tradycja?

Szybko postępująca globalizacja powoduje, że pewne różnice między społecznościami na całym świecie zacierają się. W reakcji na to zjawisko pojawia się potrzeba wzmocnienia własnej tożsamości przez sięganie do źródeł swojej kultury, tradycji narodowej czy lokalnej. Szczególnie wyraźnie widać to w mniejszych wspólnotach, które coraz chętniej zaznaczają swoją odrębność. Społeczności wiejskie odwołują się z dumą do swoich ludowych korzeni, kultywując je w muzyce. Ogromnym zainteresowaniem cieszą się także warsztaty z rękodzieła czy kursy tradycyjnego gotowania.

Tradycje pozwalają zrozumieć, kim jesteśmy, skąd się wywodzimy, jacy byli nasi przodkowie. Uczą przeżywania i odbierania wzruszeń i nastrojów, a nade wszystko służą umacnianiu więzi rodzinnych, dlatego powinny być wspólnie przygotowywane i celebrowane.

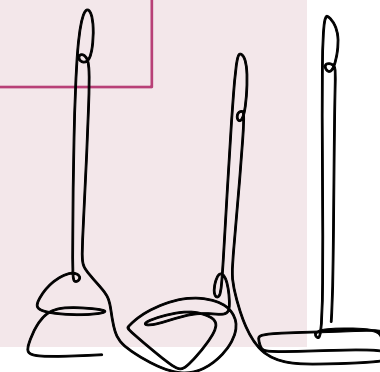
Stare nie musi kłócić się z nowym

Podobno, aby zbudować „nowy ład”, trzeba zburzyć stary. Jednak jeszcze żadnemu społecznemu przewrotowi nie udało się zrobić tego do końca. Zawsze okazywało się, że po gwałtownych zmianach następuje w końcu powrót do znanych wcześniej wartości.

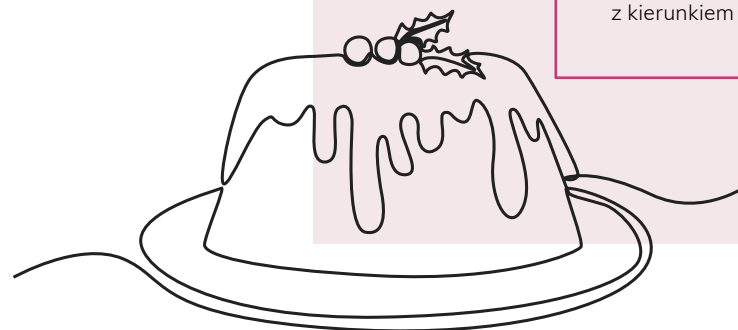
W dynamicznie zmieniającym się świecie pytanie, czy tradycja jest nam do czegoś potrzebna i dlaczego, wydaje się niezwykle aktualne i ważne. Nie sposób szukać na nie odpowiedzi bez uświadomienia sobie najpierw tego, jaką rolę odgrywa ona w tworzeniu naszej tożsamości i postrzeganiu świata. Nie brak dziś takich, którzy biorą ją na cel, twierdząc, że „stoi na drodze postępu”. Tym bardziej warto pomyśleć, jak mogłoby wyglądać społeczeństwo przyszłości, które w końcu odrzuciłoby to, co definiowało nas przez wieki. Rozwiązaniem wydaje się odnalezienie „złotego środka”. Połączenie starego z nowym. Dopasowanie nowoczesnych zdobyczy techniki do tradycyjnego, bezpiecznego świata.

Ciekawe tradycje

W Norwegii w święta chowa się mopy i miotły, nie dlatego, że ludzie nie chcą sprzątać. Norwegowie są nieco przesądni i chcą powstrzymać złe duchy, które powracają na ziemię tej nocy, przed kradzieżą mioteł, by nie urządziły sobie podniebnych przejażdżek.



Pudding to bardzo ważne świąteczne danie w Wielkiej Brytanii. Tradycja przygotowywania tego deseru jest wyjątkowa. Pudding powinien być wykonany z trzynastu składników, co symbolizuje Jezusa Chrystusa i dwunastu apostołów. Są to mąka, jajko, masło, migdały, trzy rodzaje rodzynek, bułka tarta, cukier, jajka, rum, utarta marchewka, kandyzowane czereśnie i sok z cytryny. Podczas mieszania wszystkich składników każdy z członków rodziny powinien wypowiedzieć życzenie. Spełni się ono jednak tylko wtedy, kiedy mieszać będziemy zgodnie z kierunkiem wskazówek zegara!



Gry i zabawy towarzyskie

Jesienna aura mocno sprzyja pozostawaniu w domach. Chłodne wieczory warto spędzić więc z bliskimi – rodziną czy paczką przyjaciół. Aby ożywić spotkanie i urozmaicić czas, możecie wypróbować kilka zabaw i gier. Większość naszych propozycji nie wymaga zakupu dodatkowych rekwizytów czy akcesoriów, bo z pewnością znajdziecie je w domu.

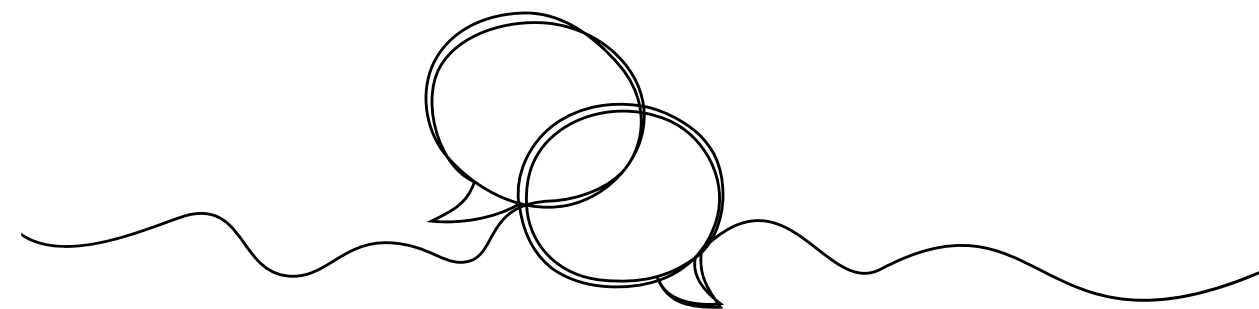


„Nigdy w życiu”

Wyjątkowa gra towarzyska, niesamowicie popularna w Stanach Zjednoczonych pod nazwą „Never have I ever”. Gracze po kolei wypowiadają zdania, oznajmiając pozostałym coś, czego nigdy w życiu nie robili. Na przykład: „Nigdy w życiu nie skakałem ze spadochronem”. Uczestnicy, którzy również nie wykonywali takiej czynności, potwierdzają ten fakt w wybrany wcześniej sposób; biorąc łyk napoju lub jedząc przekąskę. Osoba, która nic nie wypije lub nie zje, daje jasno do zrozumienia, że skakała już ze spadochronem. Taki przebieg zabawy opiera się na założeniu, że wszyscy gracze są prawdopodobni. Najciekawsze efekty i reakcje uzyskuje się podczas nieco bardziej skrywanych wyznań. To świetny sposób na przełamanie lodów podczas zapoznania kilku grup znajomych, ale pozwala też zacieśnić więzi pomiędzy wieloletnimi przyjaciółmi.

Czółtko

W naszym zestawieniu nie może zabraknąć tej popularnej zabawy imprezowej. Przygotujcie kartki oraz długopisy i zaczynamy! Każdy uczestnik zapisuje na małej kartce imię i nazwisko znanej postaci. Może to być np. postać historyczna lub filmowa. Przygotowane w ten sposób kartki mieszamy w dowolnym pojemniku i po kolei losujemy – bez patrzenia na zapis! Kartkę umieszczamy w miejscu widocznym dla wszystkich poza nami, np. na czole. Zadaniem wszystkich uczestników jest odgadnięcie tożsamości wylosowanej postaci – można zadawać pozostałym tylko takie pytania, na które mogą odpowiedzieć „tak” lub „nie”.



Tajemnicze słowo

To kolejna zabawa konwersacyjna, tym razem dla całej rodziny. Zaczynamy od opracowania kilkunastu słów, zwrotów i wyrażen, które następnie zapisujemy na kartkach lub w telefonie. Każdy gracz zapisuje swoje własne pomysły i zachowuje je dla siebie, aby skorzystać z nich podczas gry, a jej celem jest zmyślne przemycenie zapisanych wyrażen w konwersacji z innymi, w jak najbardziej naturalny sposób. Jednocześnie, w dowolnym momencie rozmowy każdy z uczestników może zgadywać, które słowa wydają się „kluczami” z wcześniejszych notatek. Aby jeszcze bardziej utrudnić rozgrywkę i zwiększyć presję (co często daje rewelacyjny efekt), można użyć stopera i narzucić limit czasowy.

Kto się nadaje?

Podczas tej gry towarzyskiej zostanie poddana próbie Wasza wzajemna znajomość. Zabawa polega na postawieniu pytania, rozpoczynającego się od „Kto najbar-

dziej nadaje się do...?”. Pytanie zadajemy według ustalonej kolejności, a w odpowiedzi cała grupa bez namysłu wskazuje palcem osobę, która wydaje się najbardziej odpowiednią do wykonania czynności zapytania. Oczywiście aby uzyskać najlepsze efekty, postaramy się o kreatywność w budowaniu ekstremalnych scenariuszy, np. „Kto najbardziej nadaje się do pilnowania bezpieczeństwa obozu podczas apokalipsy zombie?” albo „Kto najbardziej nadaje się do wyssania jadu z rany po ukąszeniu węża?”.

Szpital psychiatryczny

Do zabawy potrzebujemy minimum trzech osób i odpowiedniej dozy kreatywności. Graczy dzielimy na pacjenta i lekarzy. Kolejność, w jakiej nominujemy następnych

reklama

REJESTRACJA FIRMY

W NIEMCZECH

TYLKO Z NAMI

Budowlanka - Opieka - Przemysł
E-commerce - Transport

Rejestracja polskich **firm budowlanych** w Niemczech do urz. Skarbowego, zwolnienie z podatku i rozliczenia VAT

Księgowość dla: firm, spółek i Gewerbe oraz rozliczenia podatkowe w Polsce i Niemczech

Skontaktuj się z naszym biurem: +49 2171 366 8330 +48 22 307 11 23

Ubezpieczenia zdrowotne dla opieki, budowlanki i innych

od **1€** dziennie

+49 160 430 8036
poczta@carebiuro.de

Carebiuro® GmbH

CBB BUSINESS

Testy na Covid-19 **online** - do pracy w Niemczech

pacjentów, może być losowa lub należy ją ustalić przed rozgrywką. Pacjent opuszcza pomieszczenie, w którym naradzają się lekarze. Próbuje ustalić jedną zasadę, według której udzielać będą odpowiedzi na zadawane przez pacjenta pytania. Ta reguła powinna dotyczyć sposobu wypowiedzi. Przykłady i propozycje: Używamy tylko słów związanych z mechaniką, odpowiadamy wyłącznie w czasie przeszłym, co dwa zdania kaszlemy, silnie gestykulujemy jedną ręką, cały czas patrzymy w jeden punkt i tak dalej. Zadaniem pacjenta jest naturalne prowadzenie konwersacji z lekarzami i odgadnięcie panującej wśród nich zasady. Gdy to się uda, następuje zmiana pacjenta. Uważajcie, od tej zabawy naprawdę można zwariować!

Rzeźba – kreatywna zabawa dla dzieci i nie tylko

Z tej formy spędzenia wolnego czasu cieszą się szczególnie najmłodszy. Potrzebujemy jednak jednego, szczególnego rekwizytu. Musi to być coś, czym nakryjemy bez problemu całe ciało – polecamy użycie prześcieradła. Zabawa jest bardzo prosta. Po nakryciu się prześcieradłem należy udawać rzeźbę o wybranym kształcie. Zasugerujemy dzieciom, że świetnie jest przybierać proste kształty zwierząt i przedmiotów. Oczywiście, reszta obserwatorów ma za zadanie poprawnie odgadnąć improwizowany kształt.

Litery

Alternatywa dla popularnej gry „scrabble”, z tą różnicą, że nie musimy posiadać oryginalnej planszówki. Z gazety lub tektury (wcześniej zapisując na niej alfabet) wycinamy po kilkanaście spółgłosek i o połowę mniej samogłosek.

Zadaniem każdego uczestnika jest ułożenie logicznego zdania lub wyrażenia, wykorzystując wszystkie litery w określonym czasie. Osoby, którym ta sztuka się nie uda, muszą oddać jakiś przedmiot w ramach rekompensaty.

Cenzurowany

Tę łączącą ponad 100 lat zabawę polecamy szczególnie osobom z dystansem do siebie i dysponującym fantastycznym poczuciem humoru. Zaczynamy od wprowadzenia waluty lub punktacji. Następnie z grupy wybieramy osobę, która opuści pomieszczenie, a pozostali zapisują na kartce wyselekcjonowane opinie każdego z nich o osobie, która wyszła. Następnie odczytuje się na głos wszystko, co zostało zapisane, a zadaniem cenzurowanego jest odgadnięcie, do kogo należą poszczególne opinie.

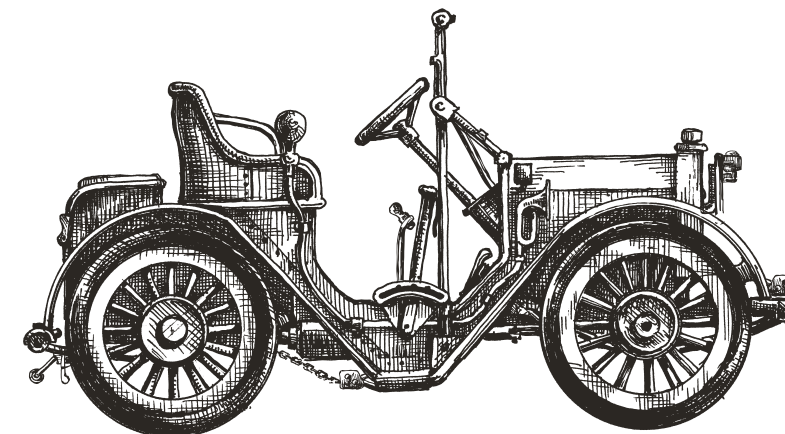
O czym myśleć?

Kolejna, wspaniała gra, wymagająca kreatywności i niesablonowego myślenia. Wybieramy z towarzystwa jedną osobę, która zapisuje na kartce lub w telefonie nazwę przedmiotu i ukrywa ją przed resztą. W tym czasie każdy z obecnych ma za zadanie zgadnąć, co jest zapisane na kartce, opisując słownie ten przedmiot bez użycia jego nazwy. Gdy wszyscy skończą zgadywanie, należy komisyjnie ujawnić, co było wcześniej zapisane. Teraz najtrudniejsza część wyzwania: każdy gracz musi obronić swój wcześniejszy opis przedmiotu w taki sposób, żeby nabrał on sensu i zgadzał się ze stanem faktycznym. Powodzenia!

Jak zmieniał się transport na przestrzeni wieków?

Obecnie przemieszczanie się wokół całej kuli ziemskiej nie stanowi dla nas żadnego problemu. Jednak nie zawsze tak było, a podróże zaledwie na dziesiątki kilometrów były bardzo trudne i czasochłonne. Od czego wszystko się zaczęło?

Kilka tysięcy lat temu, w czasach prehistorycznych, ludzie wykorzystywali jedynie siłę własnych nóg do przemieszczania się. Z czasem rozpoczęli żmudny proces oswojania zwierząt, które nie tylko zaczęły odciążać swoich właścicieli przy trudniejszych pracach, ale również ułatwiły proces podróżowania. Do przełomu jednak była jeszcze długa droga.



reklama

TAK JESZCZE NIE BYŁO!

PRACUJ W NIEMCZECH JAKO OPIEKUNKA

ZARABIAJ NAWET
1900€/msc + BONUSY

ZA PIERWSZY WYJAZD +100€
ZA POLECENIE OSOBY +100€
PAKIETY LOJALNOŚCIOWE +400€

infolinia:

+48 736 16 16 16

www.PflegeMitHerzen.pl



 **Pflege
Mit Herzen**

Historia kołem się toczy

Około 3500 roku przed naszą erą, w Mezopotamii, czyli na obszarze obecnego Iraku, zostało wynalezione koło. Do tej pory pozostaje tajemnicą, kto je wynalazł i jaka jest dokładna data jego powstania. Wiadomo jednak, że na początku służyło ono jedynie do wyrabiania naczyń. Dopiero po upływie około stu lat zaczęto używać go w wojennych rydwanach konnych. Z czasem upowszechniło się na tyle, że znalazło stałe miejsce w transporcie ciężkich ładunków.

Pełną parą!

Nastał wiek XIX, a wraz z nim dynamiczny rozwój przemysłu. Silniki parowe zostały zamontowane w pierwszych samochodach, jednak nie do końca to rozwiązanie się sprawdziło. Pojazdy te były nie tylko bardzo głośne, powolne i często się psuły, ale również w niektórych krajach nakazano prawnie, aby przed każdym takim pojazdem szedł mężczyzna z flagą i ostrzegał pieszych. Taki przepis obowiązywał chociażby w Wielkiej Brytanii i nazywany był „Ustawą o czerwonej fladze”.

Szybki rozwój

Dokładnie 29 stycznia 1886 roku niemiecki inżynier Carl Benz zgłosił patent „pojazdu z napędem spalinowym”. Od tej pory transport zaczął nabierać wiatru w żagle. Na szeroką skalę zaczęły powstawać drogi, a samochody przestawały być w sferze marzeń i coraz więcej ludzi mogło pozwolić sobie na posiadanie własnego

pojazdu. Ogromne znaczenie uzyskały również samochody ciężarowe pod koniec XX wieku, gdy prężnie rozwijała się nowa gałąź gospodarki, czyli transport drogowy.

Na dobrych torach

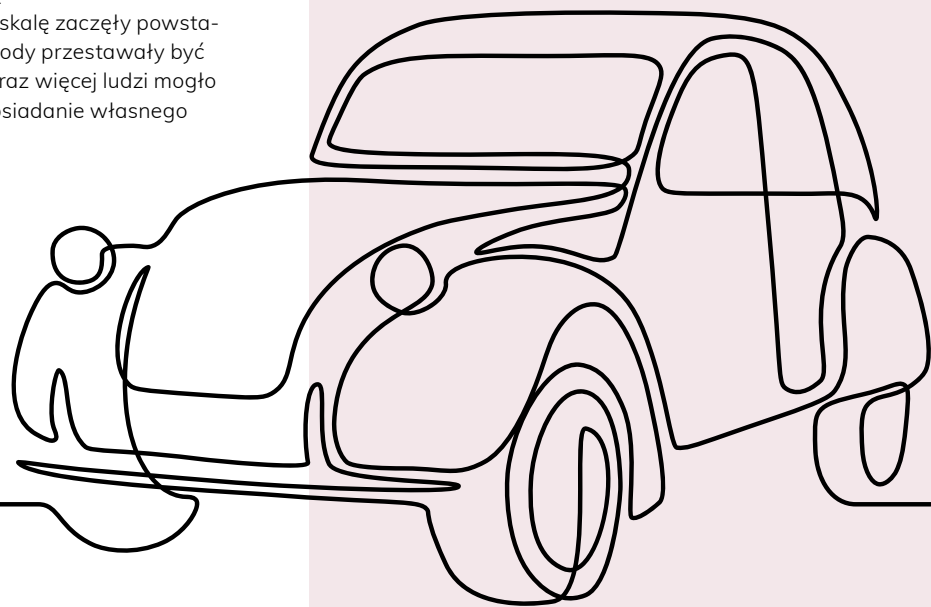
Mówiąc o transporcie, nie można zapominać o pociągach. Pierwsze pociągi znajdowały zastosowanie w zakładach przemysłowych oraz w kopalniach, a napędzane były siłą mięśni zwierząt lub ludzi. Pierwszy na świecie przejazd pociągu miał miejsce w Anglii, 27 września 1825 roku, na linii Stockton – Darlington. Podróżowało nim 600 pasażerów na odcinku 15 km.

Teraźniejszość i przyszłość

Obecnie na drogach można spotkać pojazdy nie tylko spalinowe, ale również hybrydowe, elektryczne, na baterie słoneczne czy nawet napędzane wodorem. Komfortowe podróżowanie na większe odległości umożliwiają również nowoczesne autokary, wygodne pociągi i szybkie samoloty. Kto jednak wie, co przyniesie nam najbliższa przyszłość.

Czy wiesz, że...

- ▶ Pierwszy, ręcznie składany samochód czterokołowy skonstruował Gottlieb Daimler w 1886 roku.
- ▶ Henry Ford wynalazł taśmę produkcyjną w 1908 r., dzięki czemu rozpoczął masową produkcję samochodów.
- ▶ Ciężarówka nazywa się powszechnie tirami od skrótu Transport International Routiers, czyli międzynarodowej konwencji celnej regulującej przewóz towarów samochodami ciężarowymi.
- ▶ Współczesne samochody mogą osiągnąć prędkość większą niż prędkość dźwięku za pomocą zamontowanych w nich silników odrzutowych – samochód Thrust SSC osiągnął prędkość 1227,985 km/h.



istrzostwa Świata w Piłce Nożnej 2022

Mamy rok 2022 i właśnie w tym roku odbędą się mistrzostwa świata w piłce nożnej, tym razem w Katarze. Słynny mundial odbywa się co 4 lata i jak za każdym razem, nie mogą się go doczekać zarówno sami piłkarze, jak i kibice.

Mundial jest związany z wieloma emocjami, nie tylko ekscytacją, ale również dumą, jaką napawają nas zawodnicy, reprezentujący barwy naszego kraju. Będą to wyjątkowe i odmienne co do stylu organizacji mistrzostwa, ponieważ z jednej strony pierwszy raz odbędą się na Bliskim Wschodzie, a z drugiej strony będzie to ostatni mundial, w którym udział wezmą 32 drużyny – w kolejnych rozgrywkach, w 2026 roku, będzie ich już 48. Ponadto niezwykle nowością jest organizacja mistrzostw w zimie. Pomysł ten spotkał się ze sporym poparciem, a to ze względu na fakt, że latem w Katarze termometry potrafią wskazać nawet 50 stopni Celsjusza, dodatkowo



reklama



KSIĄŻKI DLA TWOJEGO ŻYCIA WOLNY DUCH – TO NIE RELIGIA *Bóg w nas i my w Bogu*



Jaki jest sens naszego ziemskiego życia? Często po chorobie lub trudnym zrządzeniu losu ludzie zaczynają pytać o sens życia. Niektórzy szukają odpowiedzi w religii, która z kolei mówi o wierze, nie o wiedzy. Nauka, z drugiej strony, daje odpowiedzi, które zgłębiają wiele rzeczy, ale ostatecznie są związane z materią. W pewnym momencie poszukiwacz dochodzi do wniosku, że muszą istnieć wyższe prawa, które poruszają i podtrzymują wszystko. Zaczyna odkrywać siebie i coraz bardziej zmienia swoje zachowanie. Przeczuwa bowiem, że jesteśmy tu po to, by rozpoznać siebie i rozwijać się na nowo w kierunku miłości

do Boga i do bliźniego. Jest to warunek konieczny, abyśmy mogli wrócić do naszej wiecznej ojczyzny. Materia jest bowiem jedynie szkołą ziemską. **Czy istnieje reinkarnacja?** Nauka o reinkarnacji jest ściśle związana z prawem siewu i zbioru, które obejmuje również sprawiedliwość: „**Co człowiek siewie, to zbierze**”. To przeświadczenie może stać się decydującym kluczem do zrozumienia własnej drogi życiowej lub własnego losu w życiu i do tego, by jeszcze móc zmienić wiele rzeczy na lepsze. Pierwsi prachrześcijanie znali prawo siewu i zbioru. Ono zaś zakłada istnienie życia już przed ziemskim życiem, a także dalsze życie po śmierci, czyli po ziemskim życiu. Książki Gabriele – Wydawnictwa Słowo oferują szczegółowe wyjaśnienia i objaśnienia, które z różnych perspektyw naświetlają kompleks tematów jak np.: **Czy istnieje życie po śmierci? Co się dzieje po śmierci? Co to znaczy umrzeć?** Znajdujemy odpowiedzi na pytania oraz wskazówki, **jak osiągnąć świadome życie.**



104 str. 15 zł
PROMOCJA: 10 zł
Katalog wydawniczy gratis



panuje wysoka wilgotność powietrza. Jest to pewne pocieszenie, zarówno dla sportowców, jak i kibiców, którzy w listopadzie udadzą się na Bliski Wschód. Tegoroczne rozgrywki w Katarze nie będą kolidowały m.in. z zimowymi igrzyskami olimpijskimi 2022, zimową paraolimpiadą, jak i z świętem muzułmańskim Ramadan. Nie milkną jednak głosy, że mecze mundialu 2022 będą zakłócać harmonogram sezonowych rozgrywek ligowych. Nie tylko prezes Football Federation Australia, ale również dyrektor naczelny Premier League wypowiedzieli się negatywnie o kolidujących meczach. Może nawet dojść do próby ubiegania się o odszkodowanie lub podjęcia innych kroków prawnych przeciwko FIFA. Nie jest to jednak jedyna kontrowersja, z którą katarscy organizatorzy muszą się mierzyć. Katar był oskarżany m.in. o korupcję podczas wyborów kraju pełniącego rolę gospodarza Mistrzostw Świata w Piłce Nożnej 2022. Według byłego pracownika katarskiego zespołu przetargowego znaczna kwota, idąca w miliony, została przekazana afrykańskim urzędnikom. W zamian za to mieli oni zagłosować na Katar podczas wyboru gospodarza mistrzostw. Po pewnym czasie zarzuty zostały wycofane, ale pojawiły się nowe, które traktują o tym, że mogło

dojść do wywierania presji ze strony katarskich urzędników przetargowych. Z tego powodu wielu z nich zostało aresztowanych, a powołana komisja bada sprawę. Mimo postawionych zarzutów mundial się odbędzie, a przygotowania idą pełną parą.

Mistrzostwa rozpoczną się 20 listopada 2022 o godzinie 17.00 meczem gospodarza z Ekwadorem. Reprezentacja Polski także zakwalifikowała się na mistrzostwa świata, wygrywając zmagania ze Szwecją 2:0 pod koniec marca tego roku. Nasi reprezentanci znajdują się w grupie C, gdzie zagrają z Argentyną, Arabią Saudyjską oraz Meksykiem. Pierwszy mecz naszych piłkarzy odbędzie się 22 listopada 2022 o 17.00 na tak zwanym Stadium 974 w Dosze, a pierwszym rywalem „białych orłów” będzie reprezentacja Meksyku. Polska, oprócz piłkarzy, deleguje również skład sędziowski na te mistrzostwa. Poza sędzią UEFA Szymonem Marciniakiem, do Kataru pojadą asystenci Tomasz Listkiewicz, Paweł Sokolnicki oraz sędzia VAR Tomasz Kwiatkowski.

Kibicujcie razem z Sindbadem naszej reprezentacji i żyćcie nadzieją, że na mundialu w Katarze nasi piłkarze odniosą nareszcie spore sukcesy!



o szykują nam gwiazdy?

Baran (21.03–19.04)

Niespodziewana obfitość możliwości. Spójrzysz na swoje życie z zupełnie innej perspektywy, a los okaże się wyjątkowo szczodry. Korzystaj z przyływu kreatywności!

Byk (20.04–20.05)

Bykowi towarzyszyć będą duże ambicje, co może skutkować podejmowaniem wielu działań naraz. Lepiej jednak skupić się na wybranej rzeczy i z cierpliwością dążyć do celu.

Bliźnięta (21.05–21.06)

Obudź w sobie większą wrażliwość na sprawy innych. Jeżeli stać Cię na bezinteresownym gest, nie wahaj się. Takie działania nadadzą Twemu życiu głębszy sens.

Rak (22.06–22.07)

Ktoś może wykorzystać Twoje dobre intencje. Ambitne pomysły lepiej zachowaj dla siebie. Ciężka praca i walka z własnymi słabościami przyniosą wspaniałe efekty!

Lew (23.07–22.08)

Jesienią Lew będzie potrzebował regeneracji i spokoju. Unikaj narzekających współpracowników i znajomych, by zachować dobry humor i z nikim się nie kłócić.

Panna (23.08–22.09)

Pora na trochę odpoczynku. Zwolnij, postaw na przyjaźń i dobre relacje z innymi ludźmi. Jeśli spotyka Cię coś dobrego, odwzajemnij uśmiech losu!

Waga (23.09–22.10)

Przed Tobą udane i aktywne miesiące. W Twojej głowie od dawna rodzi się plan na zmiany? Bez wahania zgłoś swoje pomysły przełożonym. Możesz liczyć na powodzenie i sukcesy.

Skorpion (23.10–21.11)

Niespodziewany przyływ energii przyniesie też gonitwę myśli. Mogą doskwierać Ci problemy ze snem. Znajdź chwilę tylko dla siebie: medytuj lub skup się na swojej pasji.

Strzelec (22.11–21.12)

Nadchodzi gorszy czas. Rozkojarzenie Ci nie służy. Zwracaj więcej uwagi na otoczenie – może Cię to ochronić przed drobnym wypadkiem.

Koziorożec (22.12–19.01)

Zyskasz większą pewność siebie. Otoczenie będzie przychylne Twoim pomysłom, nawet ryzykownym. To dobry moment na życiowe decyzje – inwestycję lub zmianę pracy.

Wodnik (20.01–18.02)

W sprawach zawodowych czeka Cię pomyślność. Twoje działania zostaną docenione. Przed Tobą pochwały i szansa na awans. O finanse nie musisz się martwić!

Ryby (19.02–20.03)

Jesienne miesiące upłyną pod znakiem optymizmu. Powróć do sprawy, o którejś dawno już nie pamiętasz. Przyniosą szansę na sukces lub wygraną w zawodowej rywalizacji.

XXII Mistrzostwa Świata w Piłce Nożnej Katar 2022

Grupa A	Grupa B	Grupa C	Grupa D	Grupa E	Grupa F	Grupa G	Grupa H
 Katar	 Anglia	 Argentyna	 Francja	 Hiszpania	 Belgia	 Brazylia	 Portugalia
 Ekwador	 Iran	 Arabia Saudyjska	 Australia	 Kostaryka	 Kanada	 Serbia	 Ghana
 Senegal	 USA	 Meksyk	 Dania	 Niemcy	 Maroko	 Szwajcaria	 Urugwaj
 Holandia	 Walia	 Polska	 Tunezja	 Japonia	 Chorwacja	 Kamerun	 Korea Płd.



M mapa połączeń

Na mapie podajemy liczbę miast, w których znajdują się nasze przystanki:



BYTOM

ul. Katowicka 8, tel. +48 (31) 281 60 20

DORTMUND

Sindbad Reisen GmbH, Schleswiger Str. 35,
tel. +49 (2232) 92 31 40

FRANKFURT a. M.

Sindbad-Reisen GmbH, Karlsruher Strasse 12,
tel. +49 (69) 42 690 690

GLIWICE

ul. Pionierów 8 (PKS), tel. +48 602 718 737

HAMBURG

Sindbad-Reisen GmbH, Adenauerallee 74-78 (ZOB),
tel. +49 (40) 2804 550

KATOWICE

ul. P. Skargi 4, tel. +48 (32) 353 10 95

KRAKÓW

ul. Armii Kraków 5, tel. +48 (12) 267 22 00,
+48 (12) 421 02 40

LONDON

tel. +44 207 828 9008, +44 870 850 2054

LUBLINIEC

ul. K. Miarki 6a, tel. +48 (34) 351 00 10

OPOLE

Sindbad Port Opole, ul. Kowalczyków 56,
tel. +48 (77) 549 49 48
ul. Działkowa 4, tel. +48 (77) 549 49 82, +48 (77) 549 49 83
Rynek 8, tel. +48 (77) 443 22 00

PARIS

2, Rue Mondovi 252, Rue De Rivoli,
tel. +33 1 40 20 00 80

POZNAŃ

ul. Stanisława Matyi 2, tel. +48 665 111 025

MÜNCHEN

Sindbad-Reisen GmbH, ZOB – Einkaufspassage –
poziom 1, tel. +49 (89) 54 54 89 89

WROCŁAW

ul. Dworcowa 14, tel. +48 603 761 388

WARSZAWA

ul. Wita Stwosza 48 lok. 7 (róg Puławskiej
i Al. Wilanowskiej – przy stacji Metro Wilanowska –
budynek Manhattan Place), tel. (+48) 22 8520915

ZABRZE

ul. 3 Maja 7, tel. +48 (32) 271 08 62



Pflegedienst AKRITAS GmbH poszukuje do pracy w Niemczech:

Opiekunek / Opiekunów osób starszych

ZAPEWNIAMY

- Legalne zatrudnienie na umowę o pracę w naszym niemieckim Pflegedienst
- Pełne ubezpieczenie socjalne według niemieckiego prawa
- 30 dni płatnego urlopu
- Atrakcyjne wynagrodzenie do 1950,00 EUR netto w zależności od obowiązków
- Premie świąteczne
- 300,00 EUR premii za „przyjście” do nas ze swoim podopiecznym
- 150,00 EUR premii za pośrednictwo w zatrudnieniu innych opiekunów/opiekunek
- Zwrot kosztów podróży
- Możliwość starania się o Kindergeld
- Stałą opiekę, współpracę i kontakt z polskojęzycznym pracownikiem AKRITAS GmbH
- Terminowe wypłacanie wynagrodzenia
- Regularne i bezpłatne testy na COVID-19
- Dla zapewnienia bezpieczeństwa naszym pracownikom gwarantujemy bezpłatne maseczki ochronne, rękawiczki jednorazowe, środki do dezynfekcji rąk i fartuchy
- Bezpłatne kursy z zakresu opieki nad osobami starszymi lub chorymi

WYMAGAMY:

- Chęci niesienia pomocy osobom starszym lub chorym
- Doświadczenia w pracy jako opiekunka/opiekun
- Minimum komunikatywnej znajomości języka niemieckiego
- Szczepienia przeciwko COVID-19

DOŁĄCZ DO GRONA NASZYCH ZADOWOLONYCH OPIEKUNEK I OPIEKUNÓW



Zadzwoń lub napisz i dowiedz się więcej:

Pflegedienst
AKRITAS GmbH
Marinestr. 50 A
59075 Hamm

Telefon: +49 2381 - 9 14 07 77
lub +49 174 - 15 99 570
E-Mail: a.kaminski@akritas.de

proseca

Zaopiekuj się seniorem w Niemczech

DODATKOWA

550€

PREMIA

Poleć nam pracownika i otrzymaj **600 zł!**



+48 735 973 570



+48 668 886 023



www.proseca.pl

Ty dla seniora, my dla Ciebie!