

# INFO

 **SINDBAD**

nr 68, dwumiesięcznik

grudzień 2018 – styczeń 2019



**08** Szlachetna Paczka  
Sindbada 2018

**16** Podsumowanie roku 2018  
w Sindbadzie

**27** Kto przynosi prezenty  
dzieciom w różnych krajach?



## PRACUJ Z NAMI

JAKO

OPIEKUN OSOBY STARSZEJ

### ZAPEWNIAMY:

- Legalną i bezpieczną pracę
- Wysokie składki ZUS zdrowotne, emerytalne i rentowe
- Jasne zasady współpracy (jedna czytelna umowa!)
- Atrakcyjne, terminowo wypłacane wynagrodzenie
- Zakwaterowanie i wyżywienie
- Organizację przejazdu z i do Niemiec
- Fachową opiekę konsultantów przez cały okres współpracy również w weekendy

Gowork.pl to wieloletnie doświadczenie w organizowaniu wyjazdów dla Opiekunek osób starszych do Niemiec.

Naszą dewizą jest szacunek dla innych i jasne zasady współpracy. Cienimy sobie zaufanie jakim darzą nas nasi Klienci i współpracujące z nami Opiekunki.

### KONTAKT:

Tel.: 882 128 820  
+48 22 622 14 30

e-mail: opiekunka@gowork.pl  
www.opiekunka.gowork.pl

**Pracuj z Gowork.pl z przyjemnością i zdobywaj nagrody w naszym programie lojalnościowym.**

W Gowork.pl na nasze Opiekunki i Opiekunów czekają wysokiej jakości produkty Ochnik



#### CO NOWEGO

- 5 Wiadomości
- 10 Jedyna w Polsce, „piętrowa” Setra z serii 500 już u nas!
- 12 Sindbad Port Opole
- 14 Mikołaj w Sindbadzie
- 16 Podsumowanie roku 2018 w Sindbadzie

#### MIĘDZY NAMI

- 8 Szlachetna Paczka Sindbada 2018
- 20 Krótka historia choinki bożonarodzeniowej
- 27 Kto przynosi prezenty dzieciom w różnych krajach?

#### PORADNIK

- 23 7 sprawdzonych przepisów na wigilijne potrawy

#### KALENDARZ

- 29 Kalendarium 2018/2019
- 33 Co szykują nam gwiazdy?

#### PROMOCJA

- 9 Poznaj historię Pani Haliny (53 lata), która dzięki podróży w autobusie znalazła świetną pracę
- 13 Opiekun(ka) osób starszych to zawód przyszłości
- 15 Denturyzm, czyli turystyka stomatologiczna

#### W DRODZE

- 34 Mapa połączeń

## Od redakcji

Drodzy Czytelnicy,

Grudzień to magiczny czas. Najchętniej pomagamy właśnie wtedy, a nie ma nic cenniejszego niż radość osób, do których wyciągnęło się pomocną dłoń. Dlatego już po raz szósty pracownicy naszej firmy włączyli się w akcję Szlachetnej Paczki. O szczegółach przeczytacie na stronie 8.

Wciąż zmieniamy się dla Was. Przy ulicy Braci Kowalczyków w Opolu, w miejscu dawnego placu giełdowego, na powierzchni blisko 2 hektarów powstał Sindbad Port Opole – nowoczesne centrum przesiadkowe dla naszych Pasażerów. Szczegóły poznacie na stronie 12.

Koniec roku nastraja do podsumowań. Dlatego na stronie 16 w ciekawy sposób przedstawiliśmy, jak wyglądał rok 2018 w Sindbadzie. A był on intensywnym czasem rozwoju i zmian, aby podróżowanie było jeszcze przyjemniejsze.

Czy wiecie skąd wzięła się tradycja ubierania choinki na Boże Narodzenie? Jeśli nie, to zachęcamy do lektury krótkiej historii choinki bożonarodzeniowej na stronie 20.

Wigilia zbliża się wielkimi krokami. Od 23 strony przedstawiamy sprawdzone sposoby na pyszne wigilijne potrawy. Słodka kutia, a może zupa grzybowa? Albo kapusta z grzybami? W te święta dania wyjdą perfekcyjnie!

Życzymy Wam bezpiecznej podróży i przyjemnej lektury.

Redakcja



W wielu kulturach iglaste drzewko uważane jest za symbol życia. Jest nieodłącznym elementem świątecznego wystroju nie tylko domów, ale i miast. Zachęcamy do zwiedzania i podziwiania późnym popołudniem pięknych miejsc, w których potrafi zatrzymać się czas.

„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. 34

Spokojnych oraz radosnych  
**Świąt Bożego Narodzenia,**  
wielu serdeczności,  
bezpiecznych podróży  
i wszelkiej pomyślności  
w nadchodzącym  
**Nowym Roku 2019**

ŻYCZA  
ZARZĄD I PRACOWNICY  
FIRMY **SINDBAD**



WESOŁYCH ŚWIĄT

ŻYCZY



CO NOWEGO

## Wiadomości

### Zmiana miejsc przystankowych

**Bradford** – Bradford Interchange, Bridge Street, stanowiska T,U,V

### Zmiana godzin odjazdów i przyjazdów

Zmianie uległy godziny odjazdów z poniższych miejscowości, obsługiwanych w ramach dwóch połączeń antenowych z południowej Polski do Niemiec, Austrii, Luksemburga, Francji, Szwajcarii, Holandii, Belgii i Włoch, na liniach nr 1, 2, 3, 4, 10, 15, 6ex, 9ex oraz 19:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ     | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-----------------|----------------------|
| 14:30                 | SUCHA BESKIDZKA | 14:10                |
| 15:15                 | WADOWICE        | 14:55                |
| 15:40                 | ANDRYCHÓW       | 15:20                |
| 16:05                 | KĘTY            | 15:45                |
| 16:40                 | OŚWIĘCIM        | 16:20                |
| 17:15                 | TYCHY           | 16:55                |
| 15:45                 | ŻYWIEC          | 15:25                |
| 16:30                 | BIELSKO-BIAŁA   | 16:10                |
| 17:00                 | PSZCZYNA        | 16:40                |
| 17:30                 | ŻORY            | 17:10*               |

\* Wskazana nowa godzina odjazdu z **Żor** nie dotyczy linii nr 19 do Włoch.

Nowe godziny odjazdów są wcześniejsze o 20 minut od dotychczasowych.

Zmianie uległa godzina odjazdu z miejscowości **Świebodzin** w ramach linii nr 5, 6, 7, 9, 18 i 25 do Wielkiej Brytanii, Hiszpanii, Francji, Belgii, Holandii, Włoch i krajów skandynawskich:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 18:45                 | ŚWIEBODZIN  | 18:00                |

Prosimy o zwrócenie uwagi, że nowa godzina jest wcześniejsza o 45 minut od dotychczasowej.

Zmianie uległy godziny odjazdów i przyjazdów z/do **Leeds i Bradford** w ramach połączeń do/z Wielkiej Brytanii na linii nr 5:

| STARA GODZINA ODJAZDU | NOWA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | STARA GODZINA PRZYJAZDU | NOWA GODZINA PRZYJAZDU |
|-----------------------|----------------------|-------------|-------------------------|------------------------|
| 06:45                 | 06:15                | LEEDS       | 19:30                   | 19:45                  |
| 06:15                 | 06:50                | BRADFORD    | 20:00                   | 19:15                  |

Zmianie uległy godziny odjazdów z **Buska-Zdroju i Staszowa** w ramach linii nr 1, 2, 3, 4, 6ex, 9ex, 10, 15 i 19 do Niemiec, Austrii, Szwajcarii, Francji, Włoch i krajów Beneluksu:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 15:00                 | BUSKO-ZDRÓJ | 14:30                |
| 14:15                 | STASZÓW     | 13:45                |

Prosimy zwrócić uwagę, że nowe godziny odjazdów są wcześniejsze o 30 minut od dotychczasowych.

Zmianie uległy godziny odjazdów z **Heidenheim, Aalen i Crailsheim** w ramach połączeń z Niemiec do Polski na linii nr 4:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 17:15                 | HEIDENHEIM  | 17:30                |
| 18:00                 | AALLEN      | 18:15                |
| 19:00                 | CRAILSHEIM  | 19:15                |

Prosimy o zwrócenie uwagi, że nowe godziny odjazdów są późniejsze o 15 minut od dotychczasowych.

Zmianie uległy godziny odjazdów z **Chełma, Lublina, Puław i Radomia** na linii nr 19 w ramach połączeń do Włoch:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 10:15                 | CHEŁM       | 09:45                |
| 11:30                 | LUBLIN      | 11:00                |
| 12:20                 | PUŁAWY      | 11:50                |
| 13:45                 | RADOM       | 13:15                |

Prosimy zwrócić uwagę, że nowe godziny odjazdów są wcześniejsze o 20–30 minut od dotychczasowych.

Zmianie uległa godzina odjazdu z **Izbecka** na połączeniach do Niemiec, Austrii, Szwajcarii, Francji i krajów Beneluksu, realizowanych w ramach linii nr 1, 2, 3, 4, 10, 15, 6EX i 9EX:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 19:10                 | IZBICKO     | 18:55                |

Prosimy zwrócić uwagę, że nowa godzina odjazdu jest wcześniejsza o 15 minut od dotychczasowej.

Zmianie uległa godzina odjazdu z miejscowości **Pforzheim** w ramach połączeń linii nr 3 z Niemiec do Polski:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 17:35                 | PFORZHEIM   | 16:15                |

Prosimy zwrócić uwagę, że nowa godzina odjazdu jest wcześniejsza o godzinę i 20 minut od dotychczasowej.

Zmianie uległa godzina odjazdu z **Memmingen** w ramach poniedziałkowych wyjazdów linii nr 4 i 11 z Niemiec do Polski:

| GODZINA ODJAZDU W PONIEDZIAŁKI | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU W POZOSTAŁE DNI |
|--------------------------------|-------------|--------------------------------------|
| 14:50                          | MEMMINGEN   | 16:00                                |

Zmianie uległy godziny odjazdów z **Ingolstadt i Landshut** w ramach połączeń na linii nr 4 z Niemiec do Polski:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 20:30                 | INGOLSTADT  | 20:15                |
| 20:15                 | LANDSHUT    | 20:05                |

Nowe godziny odjazdów są wcześniejsze o 10–15 minut od dotychczasowych.

Zmianie uległa godzina odjazdu z miejscowości **Żory** w ramach połączeń linii nr 19 i 19E do Włoch:

| STARA GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | NOWA GODZINA ODJAZDU |
|-----------------------|-------------|----------------------|
| 19:45                 | ŻORY        | 19:00                |

Prosimy zwrócić uwagę, że nowa godzina odjazdu jest wcześniejsza o 45 minut od dotychczasowej.

#### Dodatkowe dni kursowania

W ramach połączeń linii nr 3 i 11 do/z Niemiec i Luksemburga wprowadzona została codzienna obsługa poniższych miejscowości:

| GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ | GODZINA PRZYJAZDU |
|-----------------|-------------|-------------------|
| 15:45           | WITTLICH    | 10:45             |
| 15:15           | TRIER       | 11:15             |
| 14:15           | LUXEMBOURG  | 12:30             |

Wprowadzone do obsługi zostały dodatkowe dni kursowania autokarów z:

- **Regensburga** w czwartki do Polski oraz w niedziele z Polski w ramach linii nr 4 i 11MU;
- **Heidenheim** w soboty do Polski oraz w czwartki z Polski w ramach linii nr 4;
- **Hof** w niedziele do Polski w ramach linii nr 4;
- **Polski do Lindau** w piątki w ramach linii nr 4 i 11MU;
- **Meersburga, Friedrichshafen, Lindau** w poniedziałki do Polski w ramach linii nr 4 i 11MU. W przypadku tych trzech miejscowości obowiązują odrębne godziny wyjazdów w ten dzień:

| GODZINA ODJAZDU W PONIEDZIAŁKI | MIEJSCOWOŚĆ     | GODZINA ODJAZDU W POZOSTAŁE DNI |
|--------------------------------|-----------------|---------------------------------|
| 12:30                          | MEERSBURG       | 13:15                           |
| 13:10                          | FRIEDRICHSHAFEN | 14:15                           |
| 13:50                          | LINDAU          | 15:05                           |



Lindau, panorama Bawarii

W ramach połączeń linii nr 5, 6, 7, 9, 18 i 25 do/z Wielkiej Brytanii, Hiszpanii, Francji, krajów Skandynawskich, Belgii, Holandii oraz Włoch zwiększona została częstotliwość połączeń z/do następujących miast:

| GODZINA ODJAZDU | MIEJSCOWOŚĆ         | GODZINA PRZYJAZDU |
|-----------------|---------------------|-------------------|
| 10:15           | CZĘSTOCHOWA         | 16:30             |
| 11:15           | OLEŚNO              | 15:30             |
| 11:45           | KŁUCZBORK           | 15:00             |
| 12:30           | KĘPNO               | 14:15             |
| 13:20           | OSTRÓW WIELKOPOLSKI | 13:30             |
| 14:00           | KROTOSZYN           | 12:45             |
| 15:30           | LESZNO              | 11:30             |
| 16:30           | GŁOGÓW              | 10:50             |

Wymienione miasta są obsługiwane 2x w tygodniu, zarówno na wyjazdach, jak i powrotach do Polski, odpowiednio w środy i soboty na wyjazdach z Polski oraz w czwartki i niedziele na przyjazdach do Polski.

#### Nowe linie

W ofercie Eurobus-Sindbad uruchomiona została sprzedaż biletów na kolejne 2 nowe linie łączące Polskę i Ukrainę:

- **E-114** – linia obsługiwana przez firmę **PAS-TRANS**,

Obsługiwane przystanki:

- Wrocław, Opolo, Gliwice, Katowice, Kraków, Tarnów, Rzeszów, Przemyśl
- Gródek, Lwów, Złoczów, Tarnopol, Podwołoczyska, Wołoczyska, Chmelnicki, Krasitów, Starokonstantynów, Szepietówka, Sławuta, Nietyszyn, Ostróg.

- **E-125** – linia obsługiwana przez firmę **LUX REISEN BIS**

Obsługiwane przystanki:

- Kostrzyn nad Odrą, Świebodzin, Poznań, Jarocin, Kalisz, Ostrów Wielkopolski, Kępno, Sieradz, Piotrków Trybunalski, Tomaszów Mazowiecki, Lublin,
- Lwów, Stryj, Dolyna, Kalusz, Iwano-Frankowsk, Nadvirna, Kołomyja, Śniatyn, Czerniowce.



**Codziennie połączenia autokarowe do ponad 700 miast w Europie**



Od 12 listopada 2018 zmianie uległo nasze miejsce przesiadkowe dla pasażerów podróżujących z południowej i południowo – wschodniej Polski do Niemiec, Austrii, Szwajcarii, Francji i krajów Beneluksu. Zostało przeniesione do PORTU SINDBAD OPOLE, mieszczącego się przy ul. Kowalczyków 56 w Opolu.

REKLAMA

**interkadra**  
GODNA ZAUFANIA

**Zimowa premia do 500€**

**Praca w opiece w Niemczech**

#### Skrócone zasady promocji:

- ✓ im dłuższy wyjazd, tym wyższy bonus
- ✓ warunkiem jest wyjazd na min. 30 dni obejmujący obowiązkowy okres od 20.12.2018 r. do 07.01.2019 r.

InterKadra Sp. z o.o.  
Wielicka 50, 30-552 Kraków  
email: opiekunki@interkadra.pl  
**www.opiekunki.interkadra.pl**

**Zaufało nam już ponad 5000 opiekunek/ów!**

**+ 48 12 290 44 38**



## Szlachetna Paczka Sindbada 2018

Już po raz szósty pracownicy naszej firmy włączyli się w akcję Szlachetnej Paczki. Pomaganie stało się modne i nam taka moda zdecydowanie się podoba! Nie ma bowiem nic cenniejszego niż radość osób, do których wyciągnęło się pomocną dłoń.

### Szlachetny gest

Szlachetna Paczka to jedna z najpopularniejszych ogólnopolskich akcji, niosąca pomoc najuboższym już od 18 lat przez Stowarzyszenie Wiosna, a tym samym przez wszystkich ludzi dobrej woli. Pomaga się wszystkim – starszym, młodszym, chorym, zdrowym, rodzinom, dzieciom, samotnym, ubogim, wszystkim tym, od których odwrócił się los.

### Sindbad pomaga

W tym roku pracownicy naszej firmy postanowili wesprzeć dwie rodziny spośród tych najbardziej potrzebujących z Opolszczyzny. Poprzednie edycje pokazały nam, że warto sobie pomagać, szczególnie w takich dniach jak święta Bożego Narodzenia. Zapragnęliśmy i w tym roku otoczyć odrobiną miłości i dobroci tych, którzy tego najbardziej potrzebują. Zgromadziliśmy liczne podarunki, które w wielu przypadkach stanowią produkty niezbędne do życia. Nie zabrakło przy tym również prezentów, które każdy członek rodziny zapragnął otrzymać.

### Finał za nami

Spakowane dary 8 grudnia przetransportowaliśmy do wyznaczonych magazynów, skąd trafiły do wybranych przez nas rodzin. Wierzymy głęboko, że mogliśmy w ten sposób przyczynić się chociaż w małym stopniu do tego, by w tych szczególnych dniach na twarzach obdarowanych pojawił się uśmiech, a w ich domach zagościła radość.



Auto gotowe do zawieszenia darów



Kosze zakupowe były wypełnione po brzegi



## Poznaj historię Pani Haliny (53 lata), która dzięki podróży w autobusie znalazła świetną pracę

Halina od zawsze zajmowała się domem i dziećmi, pensja męża wystarczała na wszystko. Jednak nie zawsze udało się coś odłożyć. Gdy najmłodszy syn poszedł na studia, z mężem zaczęli myśleć o remoncie mieszkania. Nie mieli jednak na to gotówki, bo wciąż pomagali dzieciom. Dzięki reklamie LAXO Care, którą zobaczyła w autobusie, postanowiła sama zapracować na swoje marzenie - znalazła pracę.

### Bez doświadczenia, ale z zapałem

Koleżanka pani Haliny od dwóch lat pracowała jako opiekunka osób starszych w Niemczech.

– Nigdy nie narzekała na pracę, za to chwaliła zarobki. W Polsce mało która kobieta miała taką pensję. Pomyślałam, że to coś dla mnie – przyznaje Pani Halina. – Spisałam numer do LAXO Care i zadzwoniłam. Pomyślałam, że nic nie ryzykuje. Zaproszono mnie na spotkanie, a na miejscu koordynatorzy pomogli wypełnić niezbędne dokumenty – wspomina. Później wszystko potoczyło się szybko – przedstawiono jej warunki pracy i specyfikę zawodu, a kilka dni później dostała ofertę pracy.

Pani Halina nie ukrywa, że pierwsze dni za granicą nie były łatwe – nowy kraj, nowa praca i obcy język.

– Bałam się o podróż – czy na pewno trafię do niemieckiej rodziny, ale mały autobus podwiózł mnie dosłownie pod same drzwi. Opiekowałam się panią, która miała 87 lat i cierpiała na demencję. Niby wiedziałam, co to za choroba, ale rzeczywistość mocno mnie zaskakiwała. Nigdy nie zapomnę jak po

kilku dniach pracy odwiedziła nas córka podopiecznej. „Babcia” zaczęła jej opowiadać, że zamykam ją na cały dzień w pokoju i nie daję nic do jedzenia, a byłam pewna, że dobrze się dogadywałyśmy. Byłam w szoku, nie potrafiłam zaprzeczać jej słowom. Na szczęście córka nie wzięła tych opowieści na serio. Była bardzo serdeczna i dziękowała, że opiekuję się jej mamą. To dodało mi otuchy – przyznaje.

### Na wszystko jest jakiś sposób

Pani Halina nawet w Niemczech starała się wiedzieć więcej. Informacji o chorobie swojej podopiecznej szukała w internecie, m.in. cenne wskazówki znalazła w artykułach na stronie LAXO Care. W odnalezieniu się w nowej sytuacji pani Halinie pomogła także koleżanka, która ma doświadczenie w opiece nad seniorami.

– Mogłam zawsze do niej zadzwonić, gdy miałam jakiś problem albo po prostu, żeby wyzalić się, gdy „babcia” miała gorszy dzień. W jednej z rozmów koleżanka powiedziała, że „starsi ludzie są jak dzieci”. Dzięki tym słowom wpadłam na świetny pomysł, zaczęłam orga-

nizować dzień podopiecznej tak, jak organizowałam go moim dzieciom, gdy były jeszcze małe. Był czas wspólnych posiłków, spacerów i zabaw. Starsza pani była dzięki temu łagodniejsza, ataki agresji zdarzały się naprawdę rzadko – opowiada opiekunka.

### Choć były kryzysy i chwile zwątpienia, pani Halina wspomina swój pierwszy wyjazd do pracy za granicę z uśmiechem

– Gdy podjęłam decyzję o wyjeździe nic nie umiałam, ale udało mi się. Zdobyłam nowe doświadczenie i zarobiłam pieniądze na remont, a nawet myślę o kolejnym wyjeździe. Tym razem chciałabym pomóc synowi w zakupie mieszkania – zaznacza pani Halina.



## ZAPEWNIAMY:

- legalną pracę w Niemczech
- tylko sprawdzone oferty pracy
- wysokie wynagrodzenie – do 1650 € miesięcznie na rękę + premie
- opłacone składki ZUS
- ubezpieczenie zdrowotne
- kompleksową organizację wyjazdu
- opiekę konsultanta w okresie kontraktu
- darmowe kursy języka niemieckiego

• Zadzwoń:  
**+48 61 666 29 93**

• Napisz:  
**opieka@laxocare.pl**

• Wejdź na:  
**www.laxocare.pl**



## Jedyna w Polsce, „piętrowa” Setra z serii 500 już u nas!

Miło nam ogłosić, że najnowszy, dwupokładowy autokar marki Setra z serii 500 dotarł na naszą bazę i już można go spotkać na trasie! Co nowego przygotowali dla nas specjaliści niemieckiego potentata autokarowego?

Niezwykle luksusowy, nowoczesny, przestrzenny – zalety najnowszego, piętrowego autokaru marki Setra można wymieniać w nieskończoność. Jakie nowości pojawiły się w jego wyposażeniu w porównaniu do poprzednika z serii S-431DT?

■ ABA4 z funkcją rozpoznawania pieszych, którzy pojawią się w jego pobliżu

■ model 531 DT został nieco „odchudzony” – jego lżejszy szkielet zapewnia mniejsze spalanie

■ ledowe światła zapewniają lepszą widoczność oraz charakteryzują się większą żywotnością

■ czujnik ciśnienia opon pozwala na wykrycie w porę zbyt niskiego poziomu, co ma wpływ na bezpieczeństwo i komfort jazdy

■ asystent koncentracji, który czuwa nad prawidłowością pracy kierowcy  
Autokar, jak każdy nowy docierający do nas pojazd, został oznakowany nowym logo oraz wyposażony w router Wi-Fi, gniazdka elektryczne i kierunkową tablicę ledową. Od listopada wdrożyliśmy również zmiany w kwestii taboru dedykowanego do obsługi naszych połączeń. Na trasach międzynaro-

Zachęcamy do obejrzenia naszej minigalerii i... do zobaczenia na trasie!



dowych postawiliśmy na własne autokary, wśród których dominuje marka Setra. Dysponujemy ponad setką nowoczesnych, komfortowych pojazdów, których średni wiek nie przekracza trzech lat. Wyposażone są w najnowsze systemy bezpieczeństwa, pasy typu biodrowego, toaletę pokładową, uchylne fotele, podnóżki, odtwarzacz DVD, minibar, toaletę pokładową, gniazdka 230V, a ponadto oferujemy dostęp do sieci Wi-Fi na terenie krajów należących do Unii Europejskiej.

Nowa polityka taborowa ma za zadanie podnieść znacząco standardy świadczonych usług oraz uczynić podróż znacznie przyjemniejszą i komfortową.



Poznaj  
jej sekret

SITA.pl  
skuteczna nauka

**Wykorzystaj odkrycia naukowe**  
laureata Nagrody Nobla prof. Rogera Sperry  
i prof. Rainera Dietericha **w nauce języków**



**PAKIET ŚWIĄTECZNY**  
**400 zł taniej**

Oferta ważna do wyczerpania zapasów



**ZAMÓW** [www.sita.pl](http://www.sita.pl) **22 636 90 91**



REKLAMA

**NAJLEPSZY PROJEKT EDUKACYJNY ROKU**



## Sindbad Port Opole

Kolejne działanie z cyklu „Zmieniamy się dla Was”. Przy ulicy Braci Kowalczyków w Opolu, w miejscu dawnego placu giełdowego, na powierzchni blisko 2 hektarów powstał Sindbad Port Opole – nowoczesne centrum przesiadkowe dla naszych pasażerów.

Nowe centrum przesiadkowe od 12 listopada pełni zarówno funkcję przystanku dla pasażerów rozpoczynających i kończących podróż w Opolu, w ramach wszystkich połączeń obsługiwanych firmowym taborem, a także miejsca przesiadkowego dla podróżnych z południowo-wschodniej i południowej Polski, którzy udają się do Niemiec, Austrii, Szwajcarii, Francji i krajów Beneluxu, jak i podczas przyjazdu do Polski z tych kierunków.

Jesteśmy w trakcie intensywnych prac nad przygotowaniem licznych udogodnień dla pasażerów, m.in. zadaszonych i oświetlonych 36 stanowisk dla podróżnych i autokarów, punktu informacyjnego w głównym budynku, poczekalni, automatów z przekąskami i ciepłymi napojami, foodtracka z bogatym menu, parkingu, mieszczącego około 80 samochodów osobowych. Ponadto, w odpowiedzi na sugestie pasażerów, wprowadzone zostały do obsługi wózki bagażowe, dzięki którym każdy może sprawnie i bez większego wysiłku przetransportować swój bagaż między autokarami. Osobom starszym, kobietom w ciąży czy matkom z dziećmi pomocą chętnie służą załogi autokarów. Po kilku tygodniach użytkowania można już wyciągnąć śmiało wnioski, że był to właściwy krok, gdyż znacząco skróciło to i usprawniło proces przesiadek. Dodatkowo, w godzinach porannych, na wyznaczonych miejscach postojowych oczekują taksówki, ponadto w odległości około 50 metrów znajdują się przystanki autobusów komunikacji miejskiej, ułatwiające dotarcie do większości dzielnic na terenie Opola.



## Opiekun(ka) osób starszych to zawód przyszłości



Stoisz przed wyborem drogi zawodowej? A może zastanawiasz się nad przekwalifikowaniem? Rynek pracy zmienia się bardzo dynamicznie, a rozwój nowoczesnych technologii sprawia, że część popularnych dzisiaj zawodów zniknie w ciągu kilku czy kilkunastu najbliższych lat. Opiekun(ka) osób starszych jest wśród tych profesji, na które z pewnością z roku na rok będzie coraz większe zapotrzebowanie.

Jeżeli jesteś osobą cierpliwą, empatyczną, wrażliwą, potrafisz znaleźć wspólny język ze starszymi osobami oraz nie boisz się pracy fizycznej - to może być zawód dla Ciebie. Bardzo przydatna będzie również znajomość języka niemieckiego, która przekłada się nie tylko na lepszą atmosferę pracy, ale i na wyższe zarobki.

Jak dodaje Marta Andrzejczak – Kierownik ds. Rekrutacji w Agencji Pracy InterKadra – osoby zainteresowane tym zawodem mogą obecnie liczyć na bardzo dobre warunki. W InterKadra oferujemy jedną, polską czytelną umowę. Dzięki temu każdy wie, ile dokładnie zarobi i jakie ma obowiązki. Dodatkowo opłacamy wysokie składki ZUS. Przez cały rok oferujemy różne bonusy oraz wsparcie koordynatora – dodaje.

Jak widać oferty pracy dla osób zainteresowanych tym zawodem są naprawdę atrakcyjne, wydaje się też, że w związku ze zwiększającym się zapotrzebowaniem na usługi opiekunów rynek ten będzie zyskiwał na atrakcyjności.

## KONKURS GWIAZDKOWY

Biorąc udział w konkursie dostaniesz szansę, aby zrobić sobie niepowtarzalny prezent.

Wystarczy odpowiedzieć na pytanie „**Dlaczego ucząc się języków obcych warto korzystać z najnowszych odkryć naukowych, na przykład stosowania stanu relaksu wspomagającego zapamiętywanie?**”.

Wejść na stronę [www.sita.pl/sindbad](http://www.sita.pl/sindbad) i wpisz swoją odpowiedź. Z nadesłanych odpowiedzi, wybranych zostanie łącznie 100 najlepszych, których autorzy otrzymają nagrody w postaci kursu do nauki języka. Każdy kurs składa się z podręcznika i nagrań audio, zawierających 10 lekcji, obejmujących 828 słów i zwrotów, umożliwiających rozpoczęcie komunikacji w nowym języku.

Nagrody przyznawane co kilka dni, pierwsze już 17.12.2018 r.



REKLAMA

# PRACA W NIEMCZECH

dla Opiekunek i Pielęgniarek

*ZARÓB Z NAMI WIĘCEJ!*

**ŚWIĄTECZNE BONUSY**

minimum 240€

- Legalne zatrudnienie i opłacony ZUS
- Ekuz oraz karta A1
- Opieka Koordynatora w Polsce i w Niemczech
- Zakwaterowanie i wyżywienie
- Sprawdzone miejsca pracy
- Zwrot kosztów podróży do 180 €
- Zarobki do 1800 € netto miesięcznie + premie

**+48 669 914 984, +48 669 913 033**

[www.HDOmedical.pl](http://www.HDOmedical.pl)



## Mikołaj w Sindbadzie

Świętowanie imienin Mikołaja, średniowiecznego biskupa Miry, ma wieloletnią tradycję. Od początku listopada jego postać zaczyna pojawiać się w środkach masowego przekazu i sklepowych witrynach. W tym roku również nie zapomniał on o odwiedzeniu pasażerów naszej firmy.

Po ulicach Opola krążył 6 grudnia niezwykle ważny brodaty jegomość. Zdecydowanie nie był tradycjonalistą, gdyż porzucił sanie na rzecz jednego z naszych komfortowych autokarów Setra z serii 500, którym dotarł z Oslo do Sindbad Port Opole. Podróż minęła mu niezwykle szybko i przyjemnie, dzięki czemu wieczorem mógł przybyć ponownie na dworzec, by wręczyć wszystkim grzecznym pasażerom słodkości. Mimo że miał w tym dniu wiele zajęć, znalazł dla nas chwilę i swoją obecnością umilił naszym klientom czas podczas przerwy. Uśmiechom i przyjaznym rozmowom nie było końca. Dziękujemy świętemu za odwiedzinę, a naszym pasażerom za ciepłe przyjęcie i dobre słowo.



## Denturyzm, czyli turystyka stomatologiczna

W ostatnich latach turystyka stomatologiczna przeżywa swój rozkwit. Jak ona wygląda i dlaczego cieszy się taką popularnością? Rozmawiamy z właścicielką gabinetu EstetiQ w Opolu, lekarzem stomatologiem Anetą Mostową oraz lekarzem stomatologiem Pawłem Krysiakiem.



rosyjskojęzycznymi, choć jest ich mniej.

### Na jakie zabiegi decydują się stomatologiczni turyści?

Przeważnie jest to leczenie zachowawcze, polegające na wyleczeniu pierwszych niepokojących objawów lub problemów bólowych. Mamy też pacjentów, którzy chcą zrobić „generalny porządek” w jamie ustnej, czyli wyleczyć wszystkie zęby w krótkim czasie. Zajmu-

### Dlaczego turystyka stomatologiczna jest tak popularna?

W Polsce zabiegi wykonywane są na wysokim poziomie i jednocześnie nie są tak kosztowne, jak w innych częściach Europy. W naszym gabinecie pracujemy zgodnie z wytycznymi Amerykańskiego i Europejskiego Towarzystwa Stomatologicznego oraz używamy nowoczesnego sprzętu i materiałów, dzięki którym możemy zapewnić wszystkim naszym pacjentom europejskie standardy w polskich cenach. Wiele osób przyjeżdża do nas z zagranicy na tydzień lub dwa i wykonuje kompleksowe leczenie stomatologiczne.

### Kto najczęściej odwiedza Państwa gabinet?

Najchętniej przyjeżdżają do nas pacjenci z naszej zachodniej granicy, czyli z Niemiec, ale mamy też pretendenta do pięknego uśmiechu z Rosji, Anglii i Irlandii, a nawet z Chin. Przyjeżdżają oni zazwyczaj do rodziny i przy okazji odwiedzają nasz gabinet.

### Przy tak wielu pacjentach z zagranicy pojawia się problem w komunikacji. Jak sobie Państwo z nim radzą?

Rozmawiamy w kilku językach, więc nie mamy trudności z porozumiewaniem się z pacjentami z innych krajów. Głównie królują języki niemiecki i angielski, płynnie komunikujemy się także z pacjentami

jemy się również stomatologią mikroskopową, która jest teraz na topie. Używamy mikroskopu, który powiększa 25-krotnie, a dzięki temu możemy uratować takie zęby, które normalnie nadawałyby się do usunięcia. Zawsze wykonujemy na miejscu kontrolę radiologiczną, przed leczeniem pacjenta i kontrolę po leczeniu, żeby mieć stuprocentową pewność, że wszystko jest w porządku.

Są również osoby, którym poprawiamy uśmiech w sposób bardziej skomplikowany i trudniejszy. Jeśli pacjentowi brakuje jednego lub kilku zębów, najlepiej jest wykonać implant, ponieważ jego cena nie odbiega już tak bardzo od cen zwykłej protetyki, którą też się zajmujemy, a jest dużo trwalszy – właściwie tak jak własny ząb. I przede wszystkim wygląda bardzo estetycznie. Staramy się odbudowywać takie zęby, które są bardzo mocno zniszczone. Wykonujemy również korony na takie, które normalnie byłyby do usunięcia. O wszystkich usługach można przeczytać na stronie [estetiq.opole.pl](http://estetiq.opole.pl).

### Wynika z tego, że nie tylko doraźne leczenie, ale również stomatologia estetyczna jest u państwa dostępna?

Jesteśmy wielozadaniowym gabinecie, a właśnie stomatologia estetyczna jest główną gałęzią naszej działalności. Każdy człowiek chce mieć piękny uśmiech, a my w tym pomagamy.



### Co cenią sobie pacjenci w państwa usługach?

Przede wszystkim nasze doświadczenie, bo uczestniczymy w licznych kursach, szkolimy się, żeby być zawsze na bieżąco z nowościami. Wiele osób mówi nam po wizycie, że w naszym gabinecie jest bardzo przyjazna atmosfera. Szczególnie widać to po najmłodszych pacjentach, którzy w innych miejscach nie chcą nawet otworzyć buzi, a do nas przychodzą chętnie i niczego się nie boją. Naszym priorytetem jest sprawienie, żeby pacjenci czuli się jak u siebie i nawet zabiegi chirurgiczne czy usuwanie ósepek zatrzymanych nie były dla nich stresującym przeżyciem.

### Dziękuję za rozmowę.



[www.estetiQ.opole.pl/](http://www.estetiQ.opole.pl/)  
Opole, ul. Kościuszki 16/5  
tel. 691 502 348



## Podsumowanie roku 2018 w Sindbadzie

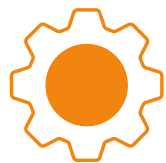
Kontynuując nasze cykliczne podsumowania, prezentujemy w pigułce ten 2018 rok, pełen interesujących i innowacyjnych działań mających usprawnić i unowocześnić oferowane przez nas usługi. Wszystko to z myślą o naszych pasażerach, wszak przez ten cały czas zmienialiśmy się dla Was.

2018 roku upłynął nam pod znakiem re-brandingu i nowoczesnych technologii. Złożyło się na to przede wszystkim obchodzone 35-lecie działalności oraz chęć unowocześnienia usług i otwarcia się na nowych klientów, szczególnie spośród młodego pokolenia, które wciąż poszukuje swojego ulubionego przedsiębiorstwa. W październiku światło dzienne ujrzały – nowa odsłona naszej strony internetowej, aplikacja mobilna, Profil Klienta oraz nowe logo. Postępujący proces cyfryzacji popchnął nas również w kierunku technologii Salesforce, która usprawnia przede wszystkim kontakt między firmą a klientem. Jednym z narzędzi jest wysyłana do pasażerów wiadomość

SMS, przypominająca o nadchodzącym wyjeździe. W zakresie taboru również poczyniliśmy odważne kroki – zakupiliśmy 16 nowoczesnych pojazdów marki Setra, w tym jedyny w Polsce dwupokładowy z serii 531 DT. Chcąc zapewnić jeszcze większy komfort podróży, wprowadziliśmy do obsługi międzynarodowych przejazdów niemalże w 100% nasz własny tabor, wśród którego prym wiodą autokary niemieckiego potentata, a ich średni wiek nie przekracza 3 lat. Zakończyliśmy tym samym proces montowania gniazdek 230V w autokarach oraz zwiększania odległości między fotelami, a także wprowadziliśmy możliwość

korzystania z Wi-Fi na terenie całej Unii Europejskiej. W pierwszej połowie 2018 roku do naszej platformy dołączyło dwóch przewoźników – Becker Reisen oraz AGAT, co przełożyło się na rozszerzenie naszej siatki połączeń o kilka nowych miejscowości. W okresie wakacyjnym podpisaliśmy również umowę z firmą Transdev Eurolines SA, która upoważnia nas do użytkowania logo Partner of Eurolines, czyniąc nas tym samym jedyną firmą w Polsce, mającą prawo do tego tytułu. Najświeższą nowością jest nasz Sindbad Port Opole – centrum przesiadkowe zlokalizowane przy ulicy Kowalczyków 56 w Opolu. Więcej o nim przeczytacie na stronie 12.

## Z 2018 najbardziej zapamiętamy:



wdrożenie technologii Salesforce



zwiększenie odległości między fotelami



umożliwienie sumowania zniżek przy zakupie biletu



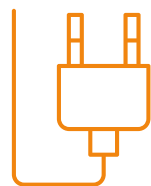
stworzenie usługi Profil Klienta



świętowanie

**35**

lat działalności



zakończenie procesu montowania gniazdek 230V w autokarach

**16**

zakup autokarów marki Setra w tym najnowszy, dwupokładowy model 531 DT



dołączenie firmy AGAT w kwietniu do Platformy Sindbad



dołączenie firmy Becker Reisen w lutym do Platformy Sindbad



stanie się partnerem firmy Eurolines

zmianę logo firmy Sindbad



udostępnienie Wi-Fi w całej Unii Europejskiej



stworzenie aplikacji mobilnej Sindbad Online



nową odsłonę strony [www.sindbad.pl](http://www.sindbad.pl)



uruchomienie usługi SMS do Klienta

otwarcie Centrum Przesiadkowego Sindbad Port Opole



REKLAMA

**PROMEDICA24**

\* Szczegóły w regulaminie w oddziałach i na stronie [www.promedica24.pl](http://www.promedica24.pl)

### JESIENNO-ZIMOWE KONTRAKTY Z PREMIĄ PRACUJ JAKO OPIEKUNKA SENIORÓW W NIEMCZECH

Promedica24 to rzetelna firma. Zaufało nam 35 000 opiekunów, a co 4. osobę poleciła nasza zadowolona opiekunka. DOŁĄCZ DO NAS!

ŚWIĄTECZNA  
PREMIA  
NAWET

**600  
EURO\***



**Hausengel**  
rundum versorgt

Nowości w poleceniach opiekunek

# Opłaca się polecać Hausengel!

**Z zasady polecamy znajomym i przyjaciółom produkty i usługi, z których sami jesteśmy zadowoleni. Lubimy się dzielić tym, co dobre i sprawdzone. Nie inaczej sprawa wygląda, jeśli chodzi o polecenia firm oferujących pracę. O tym jak wygląda w praktyce system rekomendacji w branży opiekuńczej rozmawiamy z Simonem Wenzem, dyrektorem generalnym Hausengel.**

**Panie Wenz, Hausengel może pochwalić się dość wysokim współczynnikiem poleceń. Jak osiągnęli Państwo taki wynik?**

**Simon Wenz:** Od ponad 13 lat oferujemy polskim opiekunkom usługi na najwyższym poziomie. Wielokrotnie sprawdziliśmy się jako niezawodny partner. To buduje zaufanie. Dlatego od lat są z nami lojalne opiekunki, które pamiętają jeszcze początki naszej działalności. Z drugiej strony również nowe osoby decydują się podjąć z nami współpracę na podstawie polecenia znajomych. Cieszymy się, że niezmiennie od lat nasze opiekunki polecają naszą firmę. Rekomendacja zadowolonego współpracownika to jedno z najwspanialszych wyróżnień. Jest to dla nas dowód najwyższego zaufania i tego, że opiekun-

ki są zadowolone ze współpracy z nami. Nasza dobra opinia wypracowana jest latami niezwykle uważnego wsłuchiwania się w to, co mówią same opiekunki i odpowiadania na ich potrzeby. Dzięki temu możemy stworzyć głębszą relację i zaoferować im doskonale skrojoną ofertę usług. Staramy się dopasowywać naszą ofertę do wymagań samych opiekunek, zachowując przy tym nasze wartości i filozofię rodzinnego przedsiębiorstwa. To stanowi nasz atut.

**Jak w praktyce wygląda proces poleceń?**

**Simon Wenz:** Opiekunka polecająca nowe osoby może zgłosić to w dowolny sposób – telefonicznie lub pisemnie. Oczywiście wymagana jest zgoda osoby polecanej na przekazanie nam takich

informacji. O poleceniu może równie dobrze poinformować osoba, która się do nas zgłasza. Każdy fakt polecenia jest skrupulatnie odnotowywany, żeby w efekcie końcowym móc wypłacić premię za skuteczne polecenie. Sam proces jest więc nieskomplikowany.

**Kto i ile zyskuje na poleceniach?**

**Simon Wenz:** Najlepsze jest właśnie to, że z poleceń wszyscy odnoszą korzyści. Hausengel – bo zyskuje kolejną osobę do współpracy, poleceny – bo otrzymuje pracę w sprawdzonej firmie, za którą inni ręką. I wreszcie – polecający, który jest wynagradzany w formie pieniężnej. Do tej pory w Hausengel obowiązywały jednorazowo wypłacane premie w wysokości 100 euro za każdą poleconą opiekunkę, która podpisała z nami

umowę i przepracowała wymagany okres na zleceniu w Niemczech. Jednak w nowym roku planujemy wprowadzenie sporych zmian w systemie premiowania poleceń, które będą oczywiście korzystniejsze dla opiekunek.

**Na czym będą wyglądały te zmiany?**

**Simon Wenz:** W nowym systemie poleceń obowiązywać będzie zasada naliczania premii za polecenie za każdy dzień zlecenia poleconej osoby, niezależnie od tego kiedy owe polecenie zostało nam przekazane. Wartość bonusu za polecenie została określona

na 1€ dziennie, co pokazuje że ta forma premiowania poleceń będzie jeszcze bardziej korzystna dla polecających. Zachęcam do śledzenia naszej strony internetowej i mediów społecznościowych, w których na bieżąco informujemy o rzeczach istotnych dla opiekunek.

**Jak podsumowałby Pan mijający rok?**

**Simon Wenz:** Rok 2018 był dla nas bardzo dobry. Hausengel przekształcił się w spółkę akcyjną, dzięki czemu międzynarodowe struktury Hausengel stały się bardziej przejrzyste. W minionym roku umocniliśmy swoją pozycję na rynku

jako jeden z największych oferentów usług profesjonalnej opieki ambulatoryjnej oraz domowej. Hausengel jest stabilnym i zaufanym partnerem dla coraz większej liczby opiekunów i opiekunek. Jesteśmy gotowi na nowe wyzwania.

**Wysokość premii za polecenie dla osoby polecającej**

| Ilość dni na zleceniu | Do 2019 | Od 2019 |
|-----------------------|---------|---------|
| 30                    | -       | 30 €    |
| 60                    | -       | 60 €    |
| 90                    | 100 €   | 90 €    |
| 150                   | -       | 150 €   |

Z okazji świąt Bożego Narodzenia składamy Państwu najserdeczniejsze życzenia: spokojnych i zdrowych Świąt, pachnących piernikiem, świerkiem i polskimi potrawami. Życzymy Państwu, by każdy dzień rozpoczynali Państwo od uśmiechu i z przekonaniem w sercu, że nowy dzień przyniesie radość. Oby wsparcie i zrozumienie okazywane bliźnim wróciło do Państwa ze zdwojoną mocą!

Dziękujemy tym samym za kolejny rok współpracy, którą bardzo doceniamy. Dziękujemy za niezmierzone pokłady wyrozumiałości, życzliwości i dobroci, które na co dzień znajdują swój wyraz w pracy z podopiecznymi. Niech Nowy Rok przyniesie Państwu spełnienie i najlepsze z możliwych niespodzianki.

**Wszystkim Opiekunkom i Opiekunom  
szczęśliwych Świąt i wszystkiego dobrego w Nowym Roku 2019**

życzy zespół Hausengel

Telefon: +48 61 415 13 08

[www.hausengel.pl](http://www.hausengel.pl)



## Krótką historia choinki bożonarodzeniowej

Świąteczka, bombki i cudowny zapach świeżego iglaka – właśnie z tym kojarzy nam się okres Bożego Narodzenia. Skąd jednak wzięła się tradycja ubierania choinki? Jaka jest jej historia?

Wiele jest teorii powstania tradycji ubierania iglastych drzewek. Najstarsze podania o choince dekorowanej na Boże Narodzenie pochodzą z XV- i XVI-wiecznych kazań kościelnych. Wtedy to mieszkańcy Alzacji ustawiali w domach drzewka iglaste i przyozdabiali je naturalnymi ozdobami (jabłuszkami, ciasteczkami czy ozdobami z papieru). Takie zwyczaje były często krytykowane przez kościół, który traktował je jako obrzędy pogańskie. Jeszcze w XVI w. ustrojona choinka była rzadkością, widywaną jedynie w bogatszych domach. Z czasem zwyczaj ubierania drzewka w czasie świąt Bożego Narodzenia zyskiwał na popularności.

### W zamierzczłtych czasach

Niektórzy uważają, że historia choinki bożonarodzeniowej sięga jeszcze czasów antycznych. Mieszkańcy starożytnego Rzymu, aby udobruchać Ceres – boginię urodzaju, podczas obrzędów ozdabiali drzewa liściaste bluszczem i laurem. Celtowie natomiast przyozdabiali drzewka jemiolą. Egipcjanie świętowali przesilenie zimowe, przynosząc do swoich domów liście palm daktylowych – był to dla nich symbol triumfu życia nad śmiercią. Z kolei druidzi wierzyli, że żywe gałązki ostrokrzewu uosabiają życie wieczne, a w mitologii nordyckiej uosabiały odrodzenie Baldera, boga dobra, piękna i mądrości. Choinki, w dzisiejszym rozumieniu, pojawiły się znacznie później. Przyjmuje się, że to Niemiec protestanci byli prekursorami strojenia jodeł, a następnie w ich ślady poszli inni.

### Św. Bonifacy

Zwyczaj ozdabiania choinki prawdziwą popularność zyskał dzięki świętemu Bonifacemu. Był on mnichem, który w VIII wieku zajmował się nawracaniem pogan żyjących na terenie dzisiejszych środkowych i wschodnich Niemiec. Legenda głosi, że św. Bonifacy podczas nawracania germańskich ludów ścinał ogromny dąb, który był traktowany przez

innowierców jako drzewo święte. Upadający starodrzew zniszczył doszczętnie wszystkie rosnące wokół niego drzewa. Bez szwanku pozostała jedynie mała jodełka. W trakcie kazania mnich miał rzec: „ta mała jodełka jest potężniejsza od waszego dębu. I jest zawsze zielona, tak jak wieczny jest Bóg dający nam wieczne życie. Niech ona przypomina wam Chrystusa”. Niestety, nie istnieje żaden namacalny dowód, że tak było naprawdę. Wiadomo jednak, że choinka w każdej religii symbolizowała coś innego.

### Górska legenda

Nikogo na pewno nie zdziwi, że górale mają swoją własną legendę o choince bożonarodzeniowej. Podanie głosi, że... to niedźwiedź był pomysłodawcą świątecznego drzewka. Gdy narodził się Chrystus, każde ze zwierząt postanowiło go obdarować. Jedynie niedźwiedź nie miał żadnego pomysłu na prezent dla Dzieciątka Jezus. Wymyślił więc, że podaruje chłopcu małą jodełkę. Podczas podróży do miejsca narodzin Jezusa drzewko zamokło i utworzyły się na nim sople, które

w blasku gwiazd i księżyca przypominały dzisiejsze ozdoby. I właśnie w ten sposób ubrane drzewko stało się symbolem Bożego Narodzenia.

„Tyle legendy. Jak było naprawdę, kto i po co wymyślił choinkę, tego nikt nie wie. Pewne jest jedno: drzewa od zawsze fascynowały ludzi jako coś magicznego i towarzyszyły różnym, ważnym wydarzeniom, takim jak narodziny, śmierć i wesele” – powiedziała PAP Ewa Pliszka, etnograf z muzeum w Koszalinie.

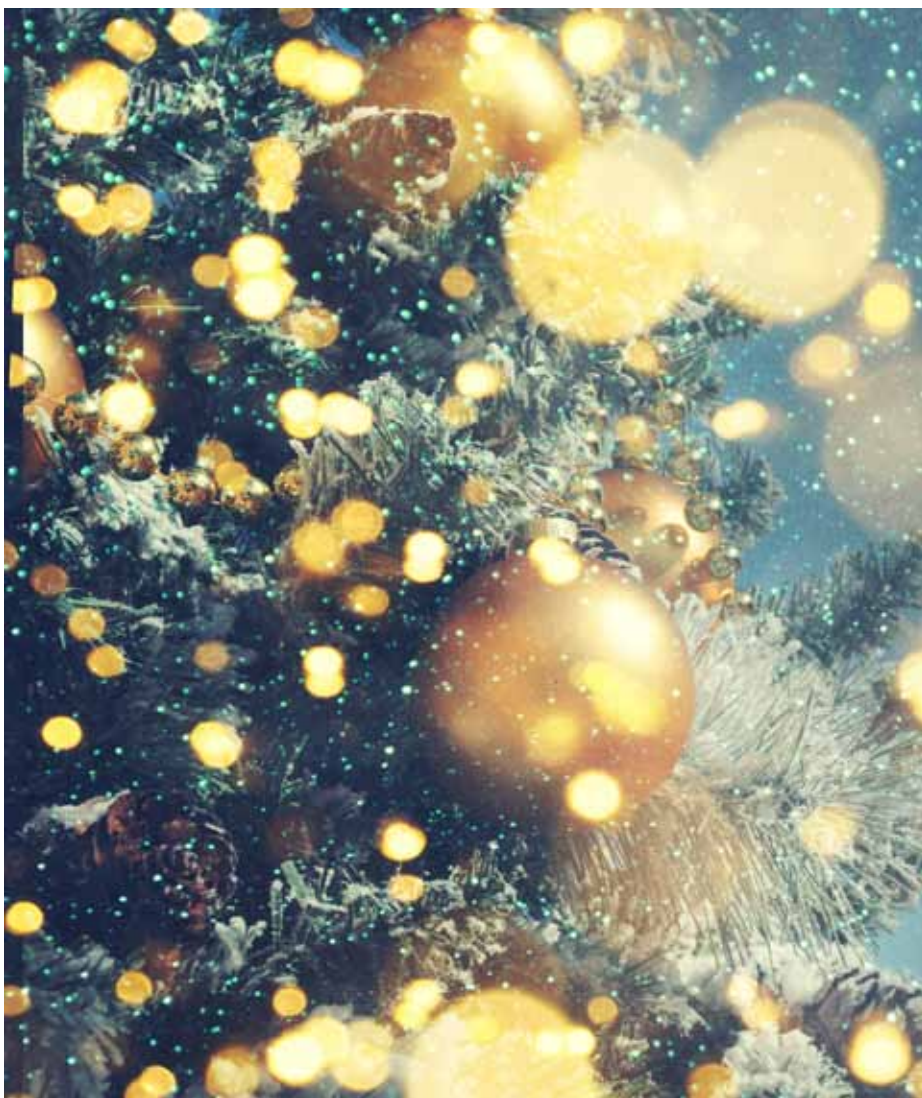
### Polska choinka

Tradycja przystrojenia drzewka, zazwyczaj w Wigilię Bożego Narodzenia, bardzo szybko rozpowszechniła się w całej Europie. W Polsce jednak choinka pojawiła się stosunkowo późno – dopiero na przełomie XIX i XX wie-

ku. Zwyczaj strojenia bożonarodzeniowego drzewka przywieźli do nas koloniści niemieccy, którzy pojawili się u nas podczas zaborów.

Na samym początku iglaki z ozdobami można było spotkać głównie w warszawskich domach mieszczan. Potem tradycja dość szybko zakorzeniła się u polskiej szlachty i magnaterii. Najchętniej przystrajano drzewkiem była świeża jodła, którą gospodarz przynosił w wigilijny poranek. O choince mówiło się, że jest „ukradziona” innemu światu, gdyż za taki ówczasem uważano las i miała przynieść „złodziejowi” szczęście. Dla chrześcijan stała się swoistym symbolem rajskiego drzewa poznania dobra i zła. Przez to, że zachowuje swoją zieleń, nawet w zimie stała się symbolem Chrystusa jako „drzewa życia”.

Na wsiach Polski południowej i centralnej choinki zaczęły pojawiać się dopiero w okresie międzywojennym. Stopniowo wyparty one tradycyjną, polską ozdobę, nazywaną podłaźniczka. Dziś już mało kto wie, jak ta ozdoba wyglądała, a było to nic innego, jak przyozdobiony czubek iglaka lub sosnowa gałązka, który wieszano pod sufitem. W przeddzień Bożego Narodzenia dzieci ochoczo wieszały na gałązkach słodkie ciasteczka i czekoladki, owoce, którymi były najczęściej jabłka, kolorowe opłatki i słomiane łańcuchy. Wierzono, że podłaźniczka ma magiczną moc i uchroni dom od chorób i nie-szczęść. Wyschniętej ozdoby nie wolno było wyrzucać, a jej pokruszone gałązki dodawano do karmy dla zwierząt lub zakopywano w polu. Ten ostatni zwyczaj miał przynieść urodzaj w nadchodzącym roku.



REKLAMA

## ZOSTAŃ OPIEKUNKĄ NIEMIECKICH SENIORÓW

*Praca od zaraz !!!*

ZATRUDNIAMY NA WARUNKACH NIEMIECKICH LUB POLSKICH

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>ZAPEWNIAMY:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atrakcyjne wynagrodzenie do 1500€</li> <li>• Legalne zatrudnienie w oparciu o polskie ubezpieczenie lub niemieckie</li> <li>• Terminowość wypłat wynagrodzenia w euro lub złotych</li> <li>• Transport oraz zwrot kosztów podróży</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bezpłatne zakwaterowanie i wyżywienie</li> <li>• Premie świąteczne i bonusy za promowanie firmy</li> <li>• Opiekę i stały kontakt 24h z koordynatorem na terenie Niemiec i Polski</li> <li>• Nie pobieramy żadnej prowizji</li> </ul> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



Zadzwoń i poznaj aktualne oferty pracy

**tel: 570 718 736**

Już dzisiaj dołącz do grona zadowolonych opiekunek i opiekunów!

**email: [centrum.j.konik@gmail.com](mailto:centrum.j.konik@gmail.com)**

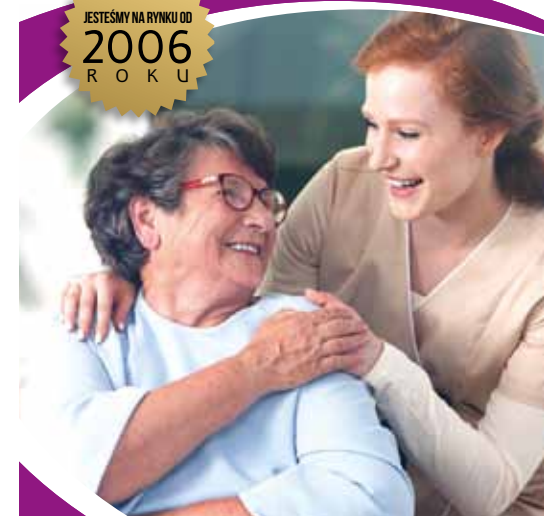
**[www.pracadlaopiekunek24.pl](http://www.pracadlaopiekunek24.pl)**



W swojej ofercie posiadamy sprawdzone zastępstwa i nowe zlecenia na 1-3 miesiące

Wyjedź z nami  
**i opiekuj się naszymi  
SENIORAMI!**

JESTEŚMY NA RYNKU OD  
**2006**  
ROKU



**PRACUJ Z NAMI JAKO  
OPIEKUN/KA**

**GWARANTUJEMY CI:**

- ✓ **STAŁE** miesięczne wynagrodzenie:  
**od 1630 euro brutto + premie**
- ✓ Dodatek za czynne prawo jazdy  
**65 euro brutto/mc**
- ✓ Zwrot kosztów podróży
- ✓ Organizację wyjazdu
- ✓ **TELEFON ALARMOWY** czynny całą  
dobę (24/7), gdy jesteś na zleceniu
- ✓ **BEZPIECZEŃSTWO:** karta EKUZ/  
dokument A1, odprowadzanie składek  
ZUS, wynagrodzenie na CZAS na  
Twoim koncie

**Poleć Nas!**

Opiekunce/Opiekunowi lub Rodzinie  
niemieckiej, a otrzymasz  
**200 euro netto.**

**ZNASZ JĘZYK NIEMIECKI?  
WILKOMMEN AN BORD**

**Zadzwoń lub napisz sms**

☎ **+48 32 775 88 70**

☎ **+48 797 990 661**



## 7 sprawdzonych przepisów na wigilijne potrawy

Nadszedł grudzień, a to oznacza, że święta Bożego Narodzenia zbliżają się wielkimi krokami. Zanim jednak złożymy sobie życzenia i obdarujemy się prezentami, musimy suto zastawić wigilijny stół. W zależności od regionu będzie to 7, 9 lub 12 potraw. Poniżej przedstawiamy sprawdzone receptury na pyszne dania.



### **Barszcz czerwony z uszkami**

#### SKŁADNIKI NA BARSZCZ

- 500 g buraków
  - 2 litry bulionu
  - 2-3 ziarenka ziela angielskiego
  - 1 łyżeczka cukru
  - 1 łyżeczka soku z cytryny
  - 2-3 ziarna pieprzu
  - 1 liść laurowy
  - 1 łyżeczka majeranku
  - sól i czarny pieprz
- zamiast 2 litrów bulionu możesz  
użyć 2 litrów wody i 1 bulionu  
w kostce

#### SKŁADNIKI NA USZKA Z GRZYBAMI:

- 2 szklanki mąki
- 1 jajko
- 2/3 szklanki wody
- 30-40 g grzybów
- 10 g kiszzonej kapusty
- 1 cebula
- 2-3 łyżki oliwy
- sól i pieprz

#### SPOSÓB WYKONANIA:

Pokrój buraki w kostkę i zalej dwoma litrami wody. Dodaj wszystkie pozostałe składniki. Gotuj na niewielkim ogniu, uważając, by barszcz nie zaczął wrzeć, a jedynie się podgrzewał. Grzyby ugotuj w osobnym garnku w niewielkiej ilości wody. Następnie posiekaj drobno ugotowane grzyby i cebulę. Na patelnię wlej oliwę i podsmaż cebulę. Po chwili dodaj grzyby oraz dopraw wszystko solą i pieprzem. Podsmażaj kilka minut i odstaw do wystudzenia. Na stolnicę wysyp mąkę, wbij jajko i dodaj stopniowo wodę. Zagnieć gładkie i delikatnie lepkie ciasto, następnie przykryj je na 15 minut talerzem. Ciasto rozwałkuj bardzo cienko i pokrój w niewielkie kwadraciki. Każdy z nich nadziejaj i sklejaj w kształt uszka, a następnie wrzuć do osolonego wrzątku i gotuj, aż wypłyną na powierzchnię.



### **Ozdoby o magicznej mocy**

Początkowo drzewko strojono ozdobami naturalnymi, takimi jak jabłka, pierniczki, orzechy czy zabawki ze słomy i papieru. Ich dobór nie był jednak przypadkowy, jak mogłoby się wydawać – miały one zapewnić

rodzinie pomyślność w nadchodzącym roku. Każda z ozdób pojawiających się na choince miała swoje znaczenie. Jabłuszka nawiązywały do rajskiego owocu. Dzwoneczki symbolizowały dobre nowiny, a postaci aniołków – Bożą opiekę. Łańcuchy

z jednej strony miały uosabiać zniewolenie ludzi przez grzech, a z drugiej wierzono, że zespalały więzi rodzinne. Oczywiście najważniejsza była gwiazda betlejemka. Co ciekawe, zaczęła się ona pojawiać na szczycie drzewka dopiero pod koniec XIX wieku. Miała pomagać w szczęśliwym powrocie do domu zbłądzonym wędrowcom. Strojeniem choinki zajmowały się głównie dziewczęta. Obecnie, zapewne z braku czasu, zanika zwyczaj wykonywania ozdób świątecznych własnoręcznie – zamiast tego kupujemy gotowe dekoracje. Plastikowe bombki i sztuczne ozdoby wyparły tradycję ubierania choinki w rękodzieła. Na szczęście jednak do łask wracają specjalnie wypiekane na tę okazję pierniczki i różne figurki z czekolady oraz marcepanu. Wielu miłośników ludowego stylu wiesza na choince folkowe ozdoby w postaci figurek z masy solnej, ludzików ze słomy oraz papierowych łańcuchów.





### | Świąteczny poncz

SKŁADNIKI NA 8 PORCJI:

- 1 butelka słodkiego, czerwonego wina
- 1 litr wody
- 4-5 szaszetek czarnej herbaty
- 1 laska cynamonu
- 1 gwiazdka anyżu
- 6-7 goździków
- 2 cm kawałek imbiru
- 1/2 cytryny
- 1 pomarańcza
- cukier do smaku lub sok malinowy (np. 4 łyżki)

SPOSÓB WYKONANIA:

Wino wlej do większego dzbanka lub misy. Zaparz herbatę w 1 litrze wrzącej wody, dodaj cynamon, anyż, goździki, kardamon oraz obrany i pokrojony na plasterki imbir. Odstaw na 5 minut, po czym wyjmij herbatę. Połącz z winem, dopraw cukrem lub sokiem malinowym. Dodaj umytą i pokrojoną na plasterki cytrynę oraz pomarańczę i podawaj na ciepło lub w temperaturze pokojowej.

### | Kutia

SKŁADNIKI:

- 170 g ziaren łuskanej pszenicy
- 160 g suchego maku
- 4-5 łyżek płynnego miodu pszczelego
- 50 ml brandy lub winiaku
- 120 g rodzynek
- 3-4 łyżki posiekanych orzechów
- 3-4 łyżki smażonej skórki pomarańczowej
- 250 ml śmietany kremówki
- suszone owoce do przybrania

SPOSÓB WYKONANIA:

Umyte ziarna pszenicy zamocz w letniej wodzie i odstaw na całą noc. Następnego dnia odcedź je, zalej świeżą wodą i gotuj do miękkości, zmieniając wodę trzykrotnie w czasie gotowania. Gdy ziarna będą miękkie, odsącz je dokładnie. Mak wypłukaj w letniej wodzie, następnie zalej go dwoma szklankami wrzątku, gotuj 20 minut na niewielkim ogniu i odstaw do ostudzenia. Rodzynki zalej alkoholem i odstaw. Chłodny mak odsącz

przez gazę lub na bardzo gęstym sicie, potem dwukrotnie zmiel go na maszynce (drugi raz na przemian z cukrem pudrem). Połącz masę makową z miodem, rodzynekami, skórką pomarańczową, śmietaną, rodzynekami i orzechami. Następnie dodaj pszenicę, przelóż do miski i wstaw do lodówki. Przed podaniem udekoruj suszonymi owocami. Możesz również skropić alkoholem, w którym moczyły się rodzynki.



### | Karp w galarecie

SKŁADNIKI:

- 1 kg karpia
- 5 dag jasnych rodzynek
- 1/8 l jasnego piwa
- 3-4 cebule
- 1 łyżka masła
- 5-6 goździków
- 1/2 łyżeczki tartej skórki cytrynowej
- 2 łyżki octu
- sól, pieprz

GALARETA:

- wywar z odpadów rybnych i włoszczyzny
- 1 łyżeczka żelatyny
- 1 łyżka octu
- 2 białka

SPOSÓB WYKONANIA:

Weź karpia, odetnij głowę, płetwy, ogon i zachowaj je do wywaru. Rybę optucz, pokrój ją na dzwonki szerokości ok. 2-3 cm, dopraw solą, pieprzem, posyp tłuczonymi

goździkami i skrop octem. Rozgrzej masło w garnku, wrzuc obraną, pokrajaną w kostkę cebulę i podsmaż ją, nie rumieniąc. Wlej piwo, podgrzej je, a następnie dorzuc rybę i duś wszystko pod przykryciem na bardzo małym ogniu ok. 25 minut. Wyjmij rybę, gdy będzie gotowa, a sos odparuj i dodaj do niego optukane rodzynki i startą skórkę cytrynową. Rybę ułóż na półmisku, oblej sosem, zalej stygnącą, sklarowaną galaretą.

### | Śledź w śmietanie

SKŁADNIKI:

- 500 g filetów śledziowych
- 6 łyżek octu 3%
- 4 jabłka
- 1 cebula
- 400 g gęstej, kwaśnej śmietany 18% z kubka
- przyprawy: sól i pieprz, 2 ziarna ziela angielskiego, 1 listek laurowy, cynamon lub przyprawa korzenna, czerwony lub kolorowy pieprz do dekoracji

- masło klarowane do podsmażenia jabłek
- natka pietruszki do dekoracji

SPOSÓB WYKONANIA:

Śledzie włóż do miski i wypłucz z soli w zimnej wodzie. Odlej stoną wodę i wlej świeżą. Odstaw na ok. 30 minut, w międzyczasie 2-3 razy zmień wodę. Osusz i pokrój na paseczki. Następnie włóż do plastikowej lub szklanej miski, zalej octem i wymieszaj. Znowu odstaw na ok. 30 minut, co jakiś czas pamiętaj o przemieszaniu. 2 jabłka obierz ze skórki i zetrzyj na tarce o dużych oczkach. Cebulę obierz i pokrój

w kosteczkę, następnie posyp ją solą. Wymieszaj jabłko z cebulą, liściem laurowym, ziele angielskim, pieprzem i śmietaną. Układaj w szklanym naczyniu lub salaterce na przemian śledzie i sałatkę. Odstaw do lodówki na minimum kilka godzin lub na całą noc. Przed podaniem wyjmij z pozostałych jabłek ogryzki i pokrój je na plasterki. Posyp cynamonem lub przyprawą korzenną i podsmaż na złoty kolor na maśle klarowanym. Na ostudzone jabłka wyłóż śledzie z sałatką, udekoruj rozgniecionym czerwonym lub kolorowym pieprzem oraz natką pietruszki.



REKLAMA

Professional Care 24

Opieka nad osobami starszymi  
w Niemczech

Zapewniamy legalne zatrudnienie  
i ZUS od średniej krajowej

Wynagrodzenie nawet  
1700 €

REKRUTACJA 24/7

Zgłoś się na [www.professionalcare24.pl](http://www.professionalcare24.pl)

Zadzwoń tel. 534 934 134 lub 56 471 30 03

Znajdziesz nas również na Facebooku





### Zupa grzybowa

#### SKŁADNIKI:

- 60 g grzybów suszonych
- 5 większych marchewek
- 1 większy korzeń pietruszki
- 1 mały korzeń selera
- 1/2 pora
- 1 łyżeczka suszonego tymianku albo 3-4 gałązki świeżego
- 2-4 łyżeczki octu jabłkowego albo trochę soku z cytryny
- ok. 2-2,5 l wody
- mała łyżeczka miodu lipowego albo innego naturalnego miodu o łagodnym smaku

- sól, pieprz
- makaron, np. łazanki

#### SPOSÓB WYKONANIA:

Grzyby suszone opłucz, zalej 1/2 l zimnej wody i odstaw na godzinę do namoknięcia. Po tym czasie dosyp tymianek i gotuj na małym ogniu, aż grzyby będą miękkie. Wywar odcedź, a grzyby pokrój w paseczki. Mniejsze kapelusze możesz zostawić w całości.

Warzywa oczyść, umyj i pokrój na nieco mniejsze kawałki. Przełóż do garnka, dorzuć ziarna pieprzu, zalej wrzątkiem i tak jak

grzyby, gotuj na małym ogniu, pod przykryciem, aż jarzyny będą miękkie. Następnie wyjmij warzywa. Możesz wykorzystać je potem do przybrania zupy. Połącz oba wywary i dopraw odrobiną miodu, solą i octem jabłkowym. Dorzuć pokrojone grzyby.

Podawaj, nakładając na talerze porcje ugotowanych łazanek i kilka kawałeczków gotowanych warzyw, a następnie nalewaj zupę z grzybami.



### Kapusta z grzybami

#### SKŁADNIKI:

- ok. 1-1,5 kg kiszonej kapusty
- 1 szklanka grzybów suszonych
- 10 wędzonych śliwek bez pestek
- 1 średnia cebula
- 1 łyżka proszku grzybowego
- 4 łyżki oleju rzepakowego
- 1 łyżka cukru
- 1/2 łyżeczki mielonego pieprzu
- 1 łyżeczka suszonego lubczyku
- 1-2 łyżeczki ziarenek kminku
- 3-5 ziarenek ziela angielskiego

- 2 liście laurowe
- dodatkowo: 4-5 plasterów selera korzeniowego

#### SPOSÓB WYKONANIA:

Grzyby i śliwki zalej 2 szklankami gorącej wody, odstaw na 15 minut pod przykryciem, żeby nasiąkły. Kapustę posiekaj, ale nie płucz jej i nie odciskaj. Następnie przełóż ją do garnka. Dodaj do niej liście laurowe, ziele angielskie i kminek. Wlej 1 szklankę wody i duś 20 minut. Namoczone grzyby i śliwki odcedź, pokrój w paseczki i razem z płynem dodaj do kapusty.

Całość duś na małym ogniu ok. 30 minut. Cebulę obierz, pokrój w drobną kostkę i przyrumień na oleju. Następnie dodaj do podduszonej kapusty. Na suchej patelni rozpuść cukier, poczekaj, aż się skarmelizuje na ciemny brąz i przełóż do kapusty. Dodaj jeszcze lubczyk, proszek grzybowy (zmielone grzyby suszone) i pieprz. Dosól, jeśli kapusta nie była dość słona. Duś jeszcze całość ok. 45 minut na małym ogniu, uważając, aby nie przypalić. Jeśli potrawa jest zbyt gęsta, możesz dolać niewielką ilość wody, która podczas długiego duszenia odparowuje.



## Kto przynosi prezenty dzieciom w różnych krajach?

Święty Mikołaj jest jednym z głównych, mitycznych bohaterów naszych czasów i jedną z niewielu postaci, która niezależnie od statusu społecznego jednoczy ludzi w każdym wieku. Jego wizerunek istnieje w tradycji prawie wszystkich krajów, a dzieci niecierpliwie czekają na jego przyjście. Dziś kojarzony z brodatym, uśmiechniętym starcem ubranym na czerwono. Jak jest w innych kulturach?

### Dziadek Mróz

W dawnych czasach przedstawiano Dziadka Mroza jako okrutnego czarnoksiężnika podobnego do trzech starych słowiańskich bogów: zimy, podziemnego świata oraz wiatru. Starożytni Słowianie wyobrażali go sobie jako starego człowieka o długiej, siwej brodzie. Jego oddech uosabiał ciężkie przeziębienie, jego łzy były soplami lodu, szron to były jego mroźne słowa, a włosy były śnieżną chmurą. Jak głosi legenda, Starzec lubił zamrażać ludzi i porywać dzieci, które wsadzał do ogromnego worka. Zrozpaczeni rodzice chcący odzyskać swoje pociechy musieli dawać mu prezenty. Straszny charakter Dziadka Mroza zmienił się

pod wpływem prawosławnych tradycji. Z czasem przejął on cechy holenderskiego Świętego Mikołaja i od tej pory przynosi dzieciom prezenty na Nowy Rok.

### Joulupukki

Fiński odpowiednik Świętego Mikołaja od wieków odgrywa ważną rolę w tradycji bożonarodzeniowej. Jego imię w dosłownym tłumaczeniu oznacza... bożonarodzeniowego kozła! Początkowo był on przedstawiany jako staruszek w szarym, znoszonym ubraniu. W latach 50. jego wizerunek zaczął się zmieniać pod wpływem kultury amerykańskiej. Joulupukki, w przeciwieństwie do swojego ame-

rykańskiego odpowiednika, nie zakrada się przez komin, tylko puka do frontowych drzwi podczas wigilijnej kolacji. Gdy otworzymy mu drzwi, przywita nas tradycyjnym *Onkos täällä kiltejä lapsia?* (Czy są tu jakieś grzeczne dzieci?). Zawsze jest bardzo hojny, uśmiechnięty i miły, a ponadto bardzo kocha dzieci.

### Jultomten

W Szwecji wszyscy czekają na prezenty od... świątecznego gнома, który mieszka w podziemiach każdego szwedzkiego domu. Nazywa się Jultomten. W tworzeniu świątecznych cudów pomaga mu bałwanek, niegrzeczne myszy, księżę z księżniczką, czarownice i oczy-



wiecie wszechobecne elfy. W swojej małej kopalni stale wydobywa złoto na ozdoby świąteczne i prezenty. Ci, którzy odwiedzają jego miasteczko, zostaną ostrzeżeni: „Spójrz pod nogi! Trolle nieustannie biegają wzdłuż ścieżek. Nie stawaj na nich!”

#### La Befana

Befana jest we Włoszech żeńskim odpowiednikiem Świętego Mikołaja. Ma ona postać staruszki, która przypomina wiedźmę na miotle. Jednak różni się ona od zwyczajnej czarownicy – jest zawsze uśmiechnięta i nosi ze sobą worek pełen prezentów i słodyczy. Dzieci oczekują jej przyścia w nocy z 5 na 6 stycznia. Befana napętnia wtedy skarpety pozostawione przez dzieci niedaleko okna lub przy kominku. A jeśli były niegrzeczne, zamiast słodkości oraz upominków, pozostawi im jedynie kawałek węgla. Najmłodszy zwykle przygotowują mały poczęstunek na przynętę dla Befany, może to być mandarynka albo kieliszek czerwonego wina. Włosi wierzą, że wiedźma została przyniesiona przez gwiazdy i przenika przez komin do domostw. Według innej wersji przyjeżdża na osiołku i wiąże go za domem, w którym mieszkają dzieci. Podczas gdy zwierzak grzecznie czeka, Befana za pomocą małego, złotego kluczyka otwiera drzwi i wypełnia dziecięce buty słodyczami i drobnymi prezentami.

#### Frau Berta

Ta niemiecka postać przypomina włoską wiedźmę Befanę. Wygląda bardzo nieprzyjemnie, wręcz odrażająco – ma ogromny nos i wielkie stopy. Jest postrachem dla niegrzecznych dzieci, a te grzeczne obdarowuje prezentami. Pozostawia je na schodach i parapetach lub wkłada je pod poduszkę albo do specjalnych skarpet. Najmłodszy wierzą, że do domu dostaje się przez komin, ukradkiem zakrada się do ich pokoju i pozwala im spokojnie zasnąć.

#### Los Reyes

Mimo że w Hiszpanii istnieje tradycja Świętego Mikołaja, to dzieci nie dostaną od niego prezentów pod choinkę. To Trzej Królowie przybywający ze wschodu, czyli Los Reyes, 6 stycznia obdarują najmłodszych łakociami i upominkami. Trzeba jednak pamiętać, żeby pozostawić dla nich poczęstunek – trzy kieliszki sherry i marchewki dla wielbłądów. 5 stycznia po ulicach Hiszpanii przechodzą kolorowe parady urządzone na cześć trzech monarchów.



## Kalendarium na grudzień i styczeń

#### Burning the Clocks, Brighton & Hove, 21 grudnia

Brytyjskie święto spalania zegarów w najdłuższą noc w roku – Burning the Clocks – przypomina jednocześnie amerykański festiwal Burning Man i pogańskie rytuały. W rzeczywistości jednak jest to zupełnie świeckie wydarzenie. Po raz pierwszy zostało zorganizowane w 1994 roku z myślą o tym, by udział w nim mógł wziąć każdy, niezależnie od wyznawanej religii. W nocnej procesji ulicznej uczestniczą niemal wszyscy mieszkańcy sąsiadujących miasteczek Brighton i Hove, jak również dziesiątki tysięcy turystów. Uroczysta procesja prze-

chodzi przez całe miasto i kończy się na wybrzeżu kanału La Manche, gdzie podczas pokazu sztucznych ogni i przy akompaniamencie brawurowej muzyki są spalane tysiące lampionów i figur w kształcie zegarów, co ma symbolizować zakończenie roku. W paradzie tej może wziąć udział każdy, jednak warunkiem koniecznym jest ukończenie specjalnych kursów. Uczy się na nich nie tylko, jak robić z iwy, czyli specjalnego gatunku wierzby o srebrzystych baziach oraz papieru specjalne lampiony, ale przede wszystkim jak zachować zasady bezpieczeństwa – wszystko po to, by święto odbyło się bez nieszczęśliwych wypadków.

#### This Art Fair, Amsterdam, 27–30 grudnia

W tym roku, w okresie świątecznym, stolica Niderlandów zaprasza na niezależne targi sztuki współczesnej This Art Fair, które odbędą się w wybudowanym ponad 100 lat temu historycznym budynku giełdy papierów wartościowych Beurs Van Berlage. To wydarzenie śmiało można określić najbardziej innowacyjnym wydarzeniem sezonu zimowego. Program targów zawiera m.in. występy szkół tańca współczesnego, dźwiękowe instalacje, pokazy sztuk wizualnych, wystawy designu nowoczesnego, rzeźby i obrazy zarówno znanych, jak i dopiero początkujących,

REKLAMA

## PRACUJ JAKO OPIEKUN OSÓB STARSZYCH



zarabiaj nawet  
**1600 €**  
netto/m-c

SPRAWDZONE OFERTY PRACY

GRONO ZADOWOLONÝCH OPIEKUNÓW

JASNA I PRZEJRZYSTA FORMA WSPÓŁPRACY

OTRZYMUJ DODATKOWO WYSOKIE PREMIE I BONUSY!

**ZGŁOŚ SIĘ DO NAS!**

BYDGOSZCZ SZCZECIN  
KATOWICE WROCŁAW

**736-16-16-16**



facebook.com/pflegemitherzen24

rekrutacja@pmh.info.pl

www.pflegemitherzen24.pl



Tamborrada

europejskich artystów. Cechą wyróżniającą This Art Fair wśród podobnych wydarzeń jest zgromadzenie pod jednym dachem najbardziej nowatorskich produktów prezentujących mieszkankę różnorodnych stylów. Przy czym to ostatnie tylko na pierwszy rzut oka wydaje się czymś absurdalnym – po chwili przynosi zupełnie nowe spojrzenie na powszednie rzeczy i otaczającą nas rzeczywistość.

#### Gourmet Festival, Sankt Moritz, 11-19 stycznia

Sankt Moritz to nie tylko popularny kurort narciarski. Miasto słynie również ze swoich restauracji i uważane jest za kulinarną stolicę Alp. Nic dziwnego, że właśnie tutaj, na wysokości 1800 metrów n.p.m., od 1994 roku odbywa się święto gastronomiczne „Festiwal Smakoszy”. Co roku, zimą, szefowie kuchni najwyższej klasy światowej zbierają się w tym miejscu, żeby zademonstrować swój talent znawcom i największym koneserom smaku. Uroczyste otwarcie odbywa się w jednym z 5-gwiazdkowych hoteli. Potem przez dzie-

sięć dni wszyscy miłośnicy kuchni mogą nie tylko spróbować kulinarnych dzieł sztuki, ale też obserwować proces ich powstania. Program festiwalu nie ogranicza się jedynie do gotowania i spożywania jedzenia. Gourmet Festival to swego rodzaju światowy szczyt gastronomiczny. W jego ramach odbywają się liczne konferencje, spotkania i warsztaty. To czas i miejsce, by wymienić się doświadczeniem i znaleźć młode talenty. Festiwal kończy się głównym wydarzeniem – obiadem na 300 osób w słynnym hotelu Kempinski Grand Hotel des Bains.

#### Karnawał, Patras, od 17 stycznia

Od ponad 180 lat Patras, trzecie co do wielkości miasto w Grecji, na początku stycznia ściąga do siebie setki tysięcy gości i zostaje karnawałową stolicą nie tylko swojego kraju, ale też całego regionu śródziemnomorskiego. Lokalny karnawał to szereg parad, konkursów i występów teatralnych. W pierwsze dwa weekendy karnawału odbywają się różne

przedstawienia dla dzieci, a później przez miasto przechodzi parada przebierańców. O tym, kto i w jakiej kolejności weźmie w niej udział, decydują wyniki gry miejskiej. Uczestnicy dzielą się na mniejsze grupy i biorą udział w zabawie w poszukiwanie skarbów. Nie może się też obejść bez tradycyjnych bachicznych tańców „Burbulia”, które odbywają się w teatrze „Apollo” oraz symboli tego karnawału – gigantycznych rydwanów.

#### Tamborrada, San Sebastian, 20 stycznia

Tamborrada to święto bębniarzy, zwanych również tarabaniarzami, które odbywa się co roku 20 stycznia w mieście San Sebastian w hiszpańskim Kraju Basków. Istnieje kilka wersji jego pochodzenia. Najpopularniejsza z nich głosi, że Tamborrada bierze swój początek w czasach Napoleona Bonaparte. Kiedy oddziały wojska francuskiego paradowały przez miasto, żołnierze bili w bębny, a lokalni wozniowodowie, czyli osoby rozwożące wodę po mieście, odpowiadali im biciem w swoje

beczki. Dlatego dzisiaj w obchodach uczestniczą dwie grupy bębniarzy: jedna ubrana w mundury wojska napoleońskiego, a druga – w stroje kucharzy i wozniowodów. Tamborrada rozpoczyna się o północy od podniesienia flagi miasta na placu Konstytucji i wykonaniu marszu San Sebastiana. Przez cały następny dzień w mieście odbywają się rozmaite parady. Mieszkańcy gotują tradycyjne, lokalne potrawy z węgorka i piją drogie wina, którymi częstują siebie nawzajem na ulicach miasta. Podczas Defilady Dzieci zostaje wybrany generał i jego adiutanci oraz La Bella Easo wraz z dwórkami. To również dzień uroczystego doręczania nagród wybitnym mieszkańcom miasta – główną jest złoty taraban.

#### Fiesta de las Cuadrillas, Barranda, 27 stycznia

Ostatnia niedziela stycznia to dzień, gdy artyści z całej Hiszpanii zjeżdżają się do małej miejscowości Barranda w północno-zachodniej części kraju, żeby wziąć udział

w widowiskowym święcie muzyki ulicznej „Fiesta de las Cuadrillas”. Święto to ma charakter konkursu, w którym udział bierze kilkanaście zespołów muzycznych i tanecznych. Każdy z nich „okupuje” jeden plac w mieście i próbuje swoim występem ściągnąć tam jak najwięcej widzów. Stylistyka występów jest bardzo zróżnicowana – od klasycznego śpiewu chóralnego do improwizowanej klaunady i bufonady. Po przerwie na obiad zespoły dzielą się na pary i kontynuują rywalizację w formacie przypominającym rozgrywkę sportowe. Wieczorem uczestnicy zbierają się w miejskim centrum kultury, gdzie zostają ogłoszone wyniki konkursu i zwycięzcom wręczane są nagrody, a następnie występy trwają całą noc.

#### Up-Helly-Aa, Lerwick, 29 stycznia

W ostatni wtorek stycznia w szkockim mieście Lerwick organizowane jest największe w Europie święto ognia o nazwie

Up-Helly-Aa. Nawiązuje ono do wydarzeń z IX wieku, gdy oddziały wikingów przybyły do brzegów wyspy Szetlandów i tym samym otworzyły nowy rozdział w dziejach archipelagu. Zgodnie z tradycją, czynny udział w obchodach mogą brać tylko mieszkańcy Szkocji z co najmniej 5-letnim „stażem”. Na szczęście, do oglądania dopuszczani są wszyscy chętni, a takich nie brakuje – co roku z tej okazji małe, północne miasteczko odwiedza tysiące gości z całego świata. Mieszkańcy rozpoczynają przygotowania wiele miesięcy wcześniej: budują statek wikingów, własnoręcznie wykonują broń i wykuwają zbroje. Kiedy wreszcie nadchodzi oczekiwany dzień, grupy brodatych „rozbójników” rozpoczynają pochody przez miasto, odwiedzając szkoły i szpitale. Po zapadnięciu zmroku zapalane są pochodnie i tłum liczący ponad 900 osób towarzyszy czterdziestu „wikingom”, niosącym galerę w kierunku morza. Tam, na wybrzeżu, następuje kulminacja – pochodnie są wrzucane do galery, podpalając ją

REKLAMA



Meavita24

Nasz adres:  
Chodkiewicza 15  
85-065 Bydgoszcz

E: info@meavita24.pl  
W: www.meavita24.pl  
T: 52 325 12 98  
M: 794 707 622



**Wynagrodzenie do 1600 €/netto.  
Odprowadzamy składki od średniej krajowej  
oraz premiuje pracę w okresie świątecznym.**

#### Czego oczekujemy od kandydatów?

- znajomości języka niemieckiego
- doświadczenia w opiece nad osobami starszymi
- pogodnego usposobienia, cierpliwości i życzliwości wobec podopiecznych

#### Co gwarantujemy:

- legalne zatrudnienie
- sprawdzone miejsca pracy
- opiekę koordynatora na terenie Niemiec

Odwiedź nas – chętnie odpowiemy na wszystkie Twoje pytania.

Zadbaj o siebie, dbając o innych!  
Sprawdzona praca dla opiekunek osób starszych w Niemczech.



A large bonfire is burning brightly at night, with a massive plume of orange and yellow flames rising into the dark sky. In the background, the wooden mast and rigging of a ship are visible, partially illuminated by the fire. In the foreground, a crowd of people is gathered, their silhouettes dark against the bright light of the fire. Some people are holding up phones to capture the scene. The overall atmosphere is one of a major public event or festival.

♈ ♉ ♊ ♋  
♌ ♍ ♎ ♏  
♐ ♑ ♒ ♓

# Co szykują nam gwiazdy?

**RYBY** (19.02–20.03) – Będziesz zajęty sprawami rodzinnymi. Nie pozwól, by domowe problemy wpłynęły na Twoją pracę. Uważaj za kierownicą i podczas zakupów.

REKLAMA

# ŚWIĘTA Z AVORIA

**najlepsze  
premie!**

200€

# PREMIA ŚWIĄTECZNA

# 400 €

**3 MIESIĘCZNY POBYT  
+  
PREMIA  
ŚWIĄTECZNA**

300€

**2 MIESIĘCZNY POBYT  
+  
PREMIA ŚWIĄTECZNA**

**WWW.AVORIA.COM.PL**

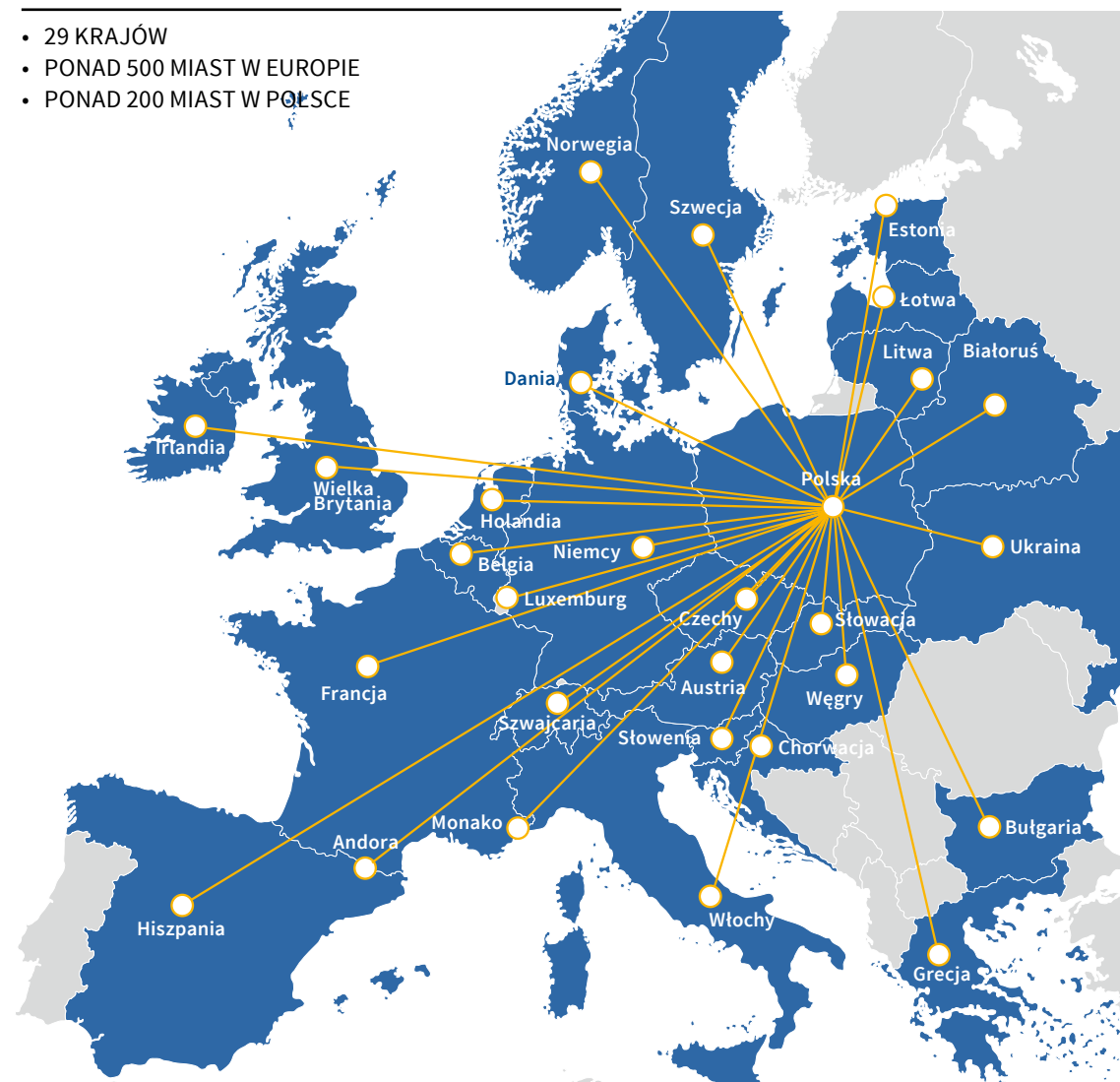
**PRACA@AVORIA.PL**

**+48 600 50 20 20**



# Mapa połączeń

- 29 KRAJÓW
- PONAD 500 MIAST W EUROPIE
- PONAD 200 MIAST W POLSCE



## BRÜHL

Sindbad-Reisen GmbH, An der Linde 15,  
tel. +49 (2232) 923 140

## BYTOM

ul. Katowicka 8, tel. +48 (32) 281 60 20-21

## FLENSBURG

Sindbad-Reisen GmbH, Am Bundesbahnhof 1 (HBF),  
tel. +49 (461) 18 29 773

## FRANKFURT a. M.

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

## GLIWICE

ul. Wyszyńskiego 9, tel. +48 (32) 230 93 10  
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 (PKS), tel. +48 (32) 354 22 22

## KRAKÓW

ul. Armii Kraków 5, tel. +48 (12) 267 22 00  
ul. Bosacka 18, Dworzec MDA, stanowiska G14 – G16,  
tel. +48 (12) 421 02 40

## LONDON

18 Colonnade Walk, 125 Buckingham Palace Road  
Victoria, London SW1W 9SH, tel. +44 870 850 20 54

## ŁUBLINIEC

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

## OPOLE

Rynek 8, tel. +48 (77) 402 13 33  
ul. 1 Maja 4, tel. +48 (77) 443 44 41

## 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

## MADRID

Estacion SUR de Autobuses, c/Mendez Alvaro 83,  
kasa nr 65, tel. +34 902 353 522

## MÜNCHEN

Sindbad-Reisen GmbH, ZOB – Einkaufspassage  
Hackerbrücke 4-6, tel. +49 (89) 54 54 89 89

## VERONA

tel. +39 068 336 46 40

## WROCŁAW

ul. Dworcowa 14, tel. +48 (71) 344 79 52

## 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



# SILESIA

Pflege- und Betreuungsdienste GmbH

## Poszukujemy do pracy w Niemczech OPIEKUNEK/OPIEKUNÓW OSÓB STARSZYCH

Zapraszamy wszystkie osoby

zainteresowane, których dewizą jest

niesienie pomocy innym i które cenią

sobie jasne warunki współpracy.



## O NAS

Firma SILESIA Pflege- und Betreuungsdienste GmbH jest niemiecką firmą, która działa na rynku niemieckim od lutego 2014. SILESIA zajmuje się świadczeniem kompleksowych usług w zakresie opieki nad osobami starszymi, chorymi i potrzebującymi pomocy.

Praca w naszej firmie to nie tylko świadczenie usług opiekuńczych nad osobami starszymi i chorymi w Niemczech, ale również współpraca z wykwalifikowanym personelem medycznym (Pflegedienst), który w każdej sytuacji jest do Państwa dyspozycji i chętnie służy pomocą. Dzięki temu zapewniamy naszym pracownikom jasne i godne warunki współpracy oraz naszym pacjentom najwyższą jakość świadczonych usług.

## OFERUJEMY:

- legalne zatrudnienie na umowę o pracę w Niemczech (opłacamy składki zdrowotne, chorobowe, emerytalne i rentowe, poza tym osoby posiadające dzieci mają możliwość starać się o świadczenia rodzinne na dzieci w Niemczech – Kindergeld)
- satysfakcjonujące wynagrodzenie
- urlop płatny – 28 dni
- zwrot kosztów podróży
- 100 € premii za polecenie nowej opiekunki
- 150 € premii za „przyjście” do nas ze swoim podopiecznym
- stałą opiekę polskojęzycznego przedstawiciela firmy
- atrakcyjne premie za pracę w okresie świąteczno-noworocznym

## WYMAGAMY:

- komunikatywnej znajomości języka niemieckiego
- doświadczenie w podobnej pracy w Niemczech

Zainteresowane osoby  
prosimy o kontakt telefoniczny  
od poniedziałku do piątku  
w godzinach 8-16

Telefon: +49 (0) 23 81/877 30 21

Mobil: +49 (0) 157/ 35 80 08 78

Email: k.berckhoff@silesia-pflege.de

www.silesia-pflege-betreuung.de




# Drodzy Opiekunowie,

chcemy podziękować Wam za ciepło i troskę, którą otaczacie podopiecznych w czasie swoich wyjazdów do Niemiec. Dziękujemy, że mimo trudów pamiętacie o nich, nawet kiedy sami – przez chorobę i wiek – zapominają o sobie. Życzymy, abyście w tej niełatwej pracy znaleźli czas na cieszenie się z małych i dużych rzeczy.

Nie tylko od święta.

»»»» Koordynatorzy ATERIMA MED ««««



**ZWYCIĘZCA**

**ranking  
firm**

opiekunki24.pl

Pracuj w **ATERIMA MED** jako  
Opiekunka osób starszych  
w Niemczech. To dobry wybór!



**+ 48 12 341 15 15**  
**www.aterima-med.pl**