

# N owinki

Numer **3/2021** (137)  
marzec 2021  
[www.nowinki.be](http://www.nowinki.be)  
wydawnictwo bezpłatne





CHAUSSÉE DE MONS 1189

1070 ANDERLECHT

02 414 41 21

OPENING  
PROMO

Remise supplémentaire pour les entreprises!

**Oferujemy zniżki dla firm!**



**PNEU NEUFS/D'OCCASION**  
**OPONY NOWE I UŻYWANE**



**GÉOMÉTRIE 3D**  
**GEOMETRIA 3D**



**RÉPARATION DE PNEUS**  
**NAPRAWA OPON**



**MONTAGE/DÉMONTAGE**  
**MONTAŻ / DEMONTAŻ**



**JANTES**  
**FELGI**



**REPLACEMENT DES FREINS**  
**WYMIANA KŁOCKÓW HAMULCOWYCH**



**RÉGLAGE PHARES**  
**REGULACJA REFLEKTORÓW**

Nous sommes prêts depuis maintenant 1997 pour vous donner le meilleur des services chez notre centrale de pneus. Grâce à nos 23 ans d'expérience nous savons toujours quel pneu convient parfaitement à votre voiture.

Nous vous accueillons même sans rendez-vous. Même si votre pneu ne peut être réparé, nous sommes là pour vous aider grâce à notre incroyable gamme de pneus que nous avons en stock.

Od 1997 roku, zapewniamy najlepszą obsługę w naszym centrum opon. Dzięki 23-letniemu doświadczeniu zawsze wiemy, które opony są odpowiednie dla Twojego samochodu.

Nie musisz umawiać się na spotkanie - zapraszamy! Nawet jeśli Twojej opony nie da się naprawić, jesteśmy tutaj by pomóc! Wśród naszej niesamowitej gamy opon, znajdziemy taką, której potrzebujesz!

# Elementy kobiecego szczęścia

Każda kobieta jest inna. Każda dąży do realizacji swoich własnych marzeń i planów życiowych. Każda też ma osobiste powtarzalne zachowania, dzięki którym oswaja codzienną rutynę starając się znaleźć szczęście w natłoku piętrzących się spraw i obowiązków. Niemniej jednak, można nieco uogólnić i uporządkować najbardziej powszechne i podstawowe kobiece rytuały będące podstawą dobrego, zrównoważonego i zadowalającego życia. A to z kolei, stanowi solidny fundament poczucia szczęścia i spełnienia.

## Miłość i dotyk

Bliskość emocjonalna i fizyczna to jeden z filarów dobrego samopoczucia kobiet. Udałe życie miłosne, w tym satysfakcjonująca aktywność seksualna, zwiększa kobiecą samoocenę, obniża poziom stresu, a także pozytywnie oddziałuje na jakość snu. Ponadto, wpływa na zmniejszenie lęków i stanów depresyjnych. Bardzo istotny jest dla kobiet także czuły, wspierający dotyk drugiej osoby. Ta wrodzona potrzeba bycia dotkniętą przejawia się już w dzieciństwie. Doskonale wiemy, że dziecko pozbawione matczynej czułości wolniej się rozwija, a w życiu dorosłym boryka się z wieloma problemami natury emocjonalnej i psychicznej. Dotyk drugiego człowieka to zapewnienie o miłości, bezpieczeństwie i o tym, że jest się dla kogoś ważnym. Przytulenie, pogłaskanie po głowie czy pocałunek, obniżają poziom kortyzolu, czyli hormonu stresu, którego nadmiar ma wręcz destrukcyjny wpływ na zdrowie. Ciepłego, życzliwego dotyku bliskich ludzi potrzeba każdej kobiecie - niezależnie od wieku - i zwłaszcza teraz, gdy od roku kontakty między-ludzkie zostały w wielu przypadkach bardzo mocno ograniczone.

## Dobry sen i odpoczynek

Te dwa elementy to fundament dobrego samopoczucia fizycznego. Zaniedbywanie któregoś z nich prowadzi na dłuższą metę do problemów zdrowotnych oraz zaburzeń w relacjach z najbliższymi. Jednym z najbardziej trafnych przykładów jest syndrom wypalenia rodzicielskiego pojawiający się m.in. u przeciążonych obowiązkami młodych mam, które poświęcają się bez reszty swojemu potomstwu. Brak wystarczającego odpoczynku i zbyt mała ilość snu prowadzą do frustracji, która z kolei negatywnie odbija się w kontaktach z rodziną. Stąd też, tak ważne jest dbanie o codzienny, tygodniowy i miesięczny relaks. Niekiedy wystarczy spacer i kontakt z naturą, popołudniowa drzemka, czas na poczytanie książki czy obejrzenie dobrego filmu.

Cd. str. 4



# Elementy kobiecego szczęścia

Ważne, by nie zaniedbywać odpoczynku łudząc się, że nie jest on konieczny i że prędzej czy później jego brak nie odbije się negatywnie na zdrowiu i kondycji. Dzięki chwilom relaksu odnawiają się posiadane pokłady energii, łatwiej przychodzi zbieranie myśli, a także wydajniej i efektywniej pracuje się i wykonuje konieczne obowiązki. Należy także zadbać o dobry, rewitalizujący siły, sen. Można wziąć wieczorną kąpiel, wypić szklankę ciepłego mleka lub wywietrzyć i ochłodzić przegrzany pokój, by lepiej i spokojniej spać. Niekiedy jednak, trzeba zwrócić się o pomoc do lekarza, by zwalczyć powracającą bezsenność. Bez dobrze przespanej nocy, trudno funkcjonować w ciągu dnia, wydajnie pracować, stawiać czoła codziennym wyzwaniom i pokonywać napotymane trudności. Bezsenność sprzyja także rozwojowi depresji i przybieraniu na wadze.

## Aktywność fizyczna

Regularna dbałość o kondycję to konieczność, zwłaszcza w dzisiejszych czasach. Wiele kobiet pracuje zdalnie z domu i praktycznie z niego nie wychodzi, poza koniecznością zrobienia zakupów czy odprowadzenia dziecka do przedszkola. Ponadto, korzystanie z samochodów, ruchomych schodów, wind, środków transportu miejskiego, znacznie ograniczyły liczbę pokonywanych pieszo kilometrów. Dokładając do tego jeszcze zamknięte siłownie i kluby fitness, regularne uprawianie sportu skurczyło się w sposób dramatyczny. A przecież należy pamiętać, że „RUCH TO ZDROWIE”, zarówno fizyczne, jak i psychiczne. Stąd

też konieczność codziennej dbałości kobiet o ciało, które w ciągu życia jest w szczególny sposób eksploatowane przez ciążę, porody, karmienie piersią, miesiączki, menopauzę, zmiany poziomu hormonów. Dlatego zwłaszcza teraz, gdy już widać nadchodzącą wiosnę, trzeba znaleźć czas i motywację, by więcej niż zimą czy przez ostatni rok dbać o swoją kondycję fizyczną. Jeździć na rowerze, chodzić na długie spacery, maszerować z kijkami, zapisać się na basen i choć raz w tygodniu popływać. Dobrym rozwiązaniem jest też posiadanie psa, który zobowiązuje do regularnych spacerów trzy razy dziennie. Oczywiście, to propozycja dla miłośników psów, którzy poza wychodzeniem z pupilem, będą umieli o niego zadbać i całym sercem go pokochać. Krótko mówiąc, dbałość o własną kondycję fizyczną, to forma czułości, którą mamy możliwość podarować same sobie, zwłaszcza jeśli chcemy, by ciało służyło nam jeszcze przez długie lata nie odmawiając przedwcześnie posłuszeństwa.

## Więzi międzyludzkie

Relacje z innymi ludźmi to niezbędny element w życiu każdej kobiety. Niezależnie od tego, czy pracuje się zdalnie czy też akurat ma się małe dzieci, które te kontakty mocno ograniczają, przyjaźnie i więzi z innymi pozostają niezmierne istotne. Pozytywne i dobre relacje z innymi ludźmi - zwłaszcza z najbliższymi - dają możliwość odreagowania stresu, oderwania się od przytłaczających nie-

kiedy problemów i kłopotów. Dlatego warto dbać o przyjaźnie, pielęgnować więzi ze znajomymi i oczywiście z bliższą czy dalszą rodziną. Niekiedy wystarczą proste gesty, jak chociażby cotygodniowy telefon do przyjaciółki, by podtrzymać relację z daną osobą, nawet jeśli mieszka daleko lub jeśli - tak jak to ma miejsce od roku - z różnych względów nie można się osobiście spotkać. Silne więzi przyjacielskie, rodzinne, sąsiedzkie czy jakiegokolwiek inne, potwierdzają przynależność do określonej grupy, wypełniają społeczną pustkę i sprawiają, że poczucie egzystencjalnego osamotnienia w otaczającym świecie nie jest już dokuczliwe lub nawet bezpowrotnie znika.

## Dbanie o wygląd

Do tego rytuału nie trzeba przekonywać chyba żadnej kobiety. Każda pani wie bowiem doskonale, że gdy dobrze wyglądamy, to lepiej się czujemy. Atrakcyjność jest dodatkowym atutem wzmacniającym poczucie własnej wartości i dodającej pewności siebie tym, którzy jej potrzebują. Nie chodzi tu o przesadne skupianie się tylko i wyłącznie na swoim wyglądzie, ale o rozsądne i regularne dbanie o siebie, by zwyczajnie się docenić, dopieścić i lepiej czuć. Dla niejednej kobiety mającej chandrę czy przeżywającej jakiś trudny moment np. po rozstaniu z ukochanym, wizyta u fryzjera lub kosmetyczki ma doskonały wpływ na samopoczucie. Wydatki na te właśnie cele, po-

winny znaleźć się w budżecie każdej niezależnej współczesnej kobiety znającej swoją wartość, ceniącej się i kochającej siebie samą, co wcale nie znaczy wpadającej w przesadne samouwielbienie, egoizm czy narcyzm.

## Własne pasje

Z tym elementem jest niekiedy najtrudniej, zwłaszcza w przypadku kobiet mających małe dzieci lub samotnie wychowujących potomstwo. Podobnie, w sytuacji pań zajmujących się starszymi i schorowanymi rodzicami lub niepełnosprawnymi członkami rodziny. Wygospodarowanie kilku godzin na własne zainteresowania staje się prawdziwym wyzwaniem, szczególnie jeśli chodzi o systematyczne znajdowanie wolnego czasu. Bez wątpienia jednak warto walczyć o możliwość realizacji swoich pasji, gdyż długotrwałe odkładanie rzeczy ważnych dla siebie samej rodzi poczucie frustracji, niezadowolenia z życia, złości, a także skutecznie uniemożliwia poczucie bycia szczęśliwą. A przecież właśnie o szczęście tutaj chodzi i o to, by mimo pojawiających się w życiu niesprzyjających okoliczności, starać się pielęgnować w sobie pozytywne nastawienie do świata i składać wszystkie możliwe elementy razem, by - ciesząc się z małych i wielkich rzeczy - czuć się kobietą spełnioną i szczęśliwą. Nie tylko od święta, z okazji 8 marca, ale także na co dzień lub chociaż tak często, jak tylko to jest możliwe.

Elżbieta Kuźma

Źródło: [www.ohme.pl/lifestyle](http://www.ohme.pl/lifestyle).



**W**iosna, a zwłaszcza okres Wielkanocy, to czas niezwykle radosny i magiczny, przyroda budzi się właśnie do życia, a nas ogarnia chęć cielesnego i duchowego odnowienia. Od zarania dziejów towarzyszyły nam różne obrzędy i tradycje, mające nam to odrodzenie zagwarantować. Czy jednak w dzisiejszym świecie nadal jest na nie czas i miejsce? Zwłaszcza tu, na obczyźnie? Przyjrzyjmy się więc choć kilku typowo polskim, wiosenno-wielkanocnym zwyczajom, nim zupełnie znikną nam z pola widzenia na tej zatłoczonej, cywilizacyjnej autostradzie zmian.

### Znajomy śwąd Marzanny

Topienie Marzanny to zwyczaj bardzo stary, związany jeszcze z pogańskimi obrzędami Sło-



tradycje, próbował je też zastąpić czymś innym, np. wieszaniem Judasza (czyż to nie słodkie?), jednak nigdy mu się to nie udało, a część zwyczajów sam inkorporował w obchody świąt Wielkiej Nocy.

Kukłę Marzanny wykonuje się ze słomy, ubiera i przyozdabia wstążkami i koralami. Tradycja nakazywała, by Marzannę niósł orszak dzieci trzymających gałązki jałowca w ręce. Należało

## Ku pamięci: wiosenno -

wian. Kukła Marzanny symbolizuje boginię o tym samym imieniu, która była kojarzona z zimą i śmiercią, a przez wielu uważana za demona. Marzanna jest nierozdzielnie związana z dniem równonocy wiosennej, a towarzyszące mu rytuały wywodzą się jeszcze z obchodów słowiańskiego święta Jarego, które służyło przegnaniu zimy i powitaniu wiosny. Stąd też pochodzi nie tylko zwyczaj topie-

obejść wszystkie domostwa we wsi, podtapiając Marzannę w każdym napotkanym zbiorniku wodnym, studni czy kałuży. Wieczorem kukłę przejmowała młodzież, która wyprowadzała Marzannę ze wsi, podpalała i wrzucała do wody. Istniało wiele przesądów związanych z Marzanną, nie można było np. dotykać pływającej w wodzie kukły (grozi uschnięciem ręki!), wracając do domu, nie wolno było się obracać (groziło chorobą), a kto się potknął i upadł – miał umrzeć w przeciągu roku.

Tradycja topienia Marzanny przetrwała do dziś, obecnie jest jednak głównie rozrywką przedszkolaków i uczniów szkoły podstawowej, którzy robią to w ramach zajęć szkolnych. Nie każde dziecko wie, że pozbywa się właśnie pani Śmierć, niemniej palenie i topienie zawsze działało na społeczeństwo oczyszczająco!

### Ach, te Dziady

Dziady to kolejna starsłowiańska tradycja. Dziady miały miejsce wiosną i jesienią, a zwyczaj

ten nakazywał, by duchy przodków ugasać jedzeniem i piciem, co miało zapewnić ludziom ich przychylność, a jednocześnie pomóc duszom osiągnąć spokój w zaświatach. Na rozstajach dróg rozpalano ogniska, które miały pomóc trafić duszom do domów krewnych. Stąd właśnie wziął się zwyczaj palenia zniczy na grobach, a jako że Kościół nigdy do końca nie zwalczył w Polsce Dziadów, postanowiono przemianować je na Zaduszki. Oczywiście obrzędy zmieniały się na przestrzeni wieków, a dziś Dziady są już praktycznie zapomniane. Jedynie w niektórych rejonach wschodniej Polski nadal kultywowane jest wynoszenie symbolicznego jadła na groby bliskich. Jeśli ktoś jest ciekaw, jak wyglądał obrzęd Dziadów, wystarczy zajrzeć do „Dziadów” autorstwa nasze-



zaprezentowania się wielkanocnym gościom w jak najlepszym świetle. Oczyszczający wpływ porządkowania otoczenia na ludzką psychikę jest powszechnie znany, z pewnością nie będzie to więc czas stracony. Porządki generalnie symbolizują, że wymiatamy z mieszkania zimę, a wraz z nią wszelkie zło i choroby. Chyba warto? Po trzecie, Wielki Post. Choć dziś wszelkie diety cud atakują nas na każdym kroku, to Wielki

## święteczne zwyczaje

go wieszcza narodowego, Adama Mickiewicza. Może to nie najprostszy sposób na pozyskanie informacji, lecz z pewnością wart wysiłku.

### Wiosenne porządki

Wiosna kojarzy się nam nieodłącznie z porządkami, co ma swoje wieloletnie podstawy. Po pierwsze, porządki w ogrodzie i obejściu. Po zimie, w przygotowaniu ogrodu do wegetacji, by przez cały nadchodzący rok cieszyć się piękną zieleńią, kwiatami, bądź dorodnymi warzywami, należy dopilnować wielu ogrodniczych szczegółów. Zaniedbania w tej materii będą miały swoje konsekwencje w nadchodzących miesiącach. To też świetny sposób na danie sobie czasu na przemyślenia, co z pewnością ułatwi nam uporządkowanie własnego życia. Po drugie, porządki w domu. To nie tylko konieczność i możliwość

Post służył kiedyś (i może nadal!) oczyszczeniu naszego organizmu. 40 dni ograniczonej diety mogą naprawdę oczyścić nasz organizm z toksyn, a do tego poprawić nasze samopoczucie, zwłaszcza gdy potem staniemy na wadze. Dziś mało kto przestrzega postu, mimo że tak naprawdę to bardziej kwestia zdrowotna niż religijna. Muzułmanie są zazwyczaj bardziej przepisowi, jeśli chodzi o ramadan.

*Dokończenie na str. 9*



nia Marzanny, ale także malowania jajek, które symbolizują odrodzenie i miały zapewnić urodzaj i powodzenie w nadchodzącym sezonie wegetacyjnym. Kościół przez stulecia próbował wykorzenić te pogańskie



**nowinki**

Bezpłatny miesięcznik firmowy, Adres: Av. A. Lacomble 69-71, 1030 Bruksela, tel.: 0489 116 120

TVA BE 0824 080 128 [www.nowinki.be](http://www.nowinki.be), e-mail: [info@nowinki.be](mailto:info@nowinki.be), nakład 20 000

Wydawca: NOWINKI VZW

Administrator: Agnieszka Nowak - 0487 38 57 07, Alfred Materna - tel. 0498 22 32 19

Redaktor naczelny: Katarzyna Ligocka, Skład i łamanie: Redakcja

Współpraca: Elżbieta Kuźma, Iwona Darquenne, Śnieżka Daleszak, Małgorzata Głucińska, Paweł Sidorczuk, Mariusz Jezierski,

Ewa Kampelmann, Konrad Bielejewski Korekta: Konrad Bielejewski, REKLAMA: tel. 0489 116 120

Księgowość: Hanna Jąbrzykowska, Ogłoszenia drobne (bezpłatne): tel. 0489 116 120 (wyłącznie sms'y) lub e-mail: [drobne@nowinki.be](mailto:drobne@nowinki.be)

Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Opracowania graficzne reklam są własnością redakcji.

Dokończenie ze str. 7

## Ku pamięci: wiosenno - świąteczne zwyczaje

I na nic zda się tłumaczenie, że kiedyś na polskiej wsi, na przednówku, post był raczej z potrzeby niż z wyboru. Wiosna to w końcu czas oczyszczenia i odrodzenia!

### Wielkanoc

Wielkanoc, najstarsze i najważniejsze święto chrześcijańskie, jest w Polsce obchodzone ze szczególnie dużym namaszczeniem. Co więcej, dzięki przenikaniu się tradycji chrześcijańskiej i pogańskiej, powstał unikalny miszmasz tradycji i zwyczajów z nim związanych. Przyjrzyjmy się więc niektórym z nich.

**Symbol Wielkanocy** – jajko, baranek, bazie, palemki. Każde z nich symbolizuje życie, vitalność, odrodzenie, są synonimami życia. Malowanie jajek jest niezmiernie starym zwyczajem, było już znane u starożytnych Per-

budzącego się życia, mające przynosić szczęście. Po poświęceniu, im również przypisywano magiczną moc, zjedzone miały np. chronić przed chorobami, a zatknięte za obraz, chroniły dom przed nieszczęściem i złośliwymi sąsiadami.

**Pisanki** – jajka barwione w rozmaitych wywarach nazywamy kraszankami, zaś dodatkowo ręcznie zdobione – pisankami. Stanowią one nieodłączny element świątecznego stołu i koszyczka ze święconką, a wspólne zdobienie jajek jest też dużą atrakcją dla dzieci.

**Święconka** – zwyczaj nad wyraz żywy i lubiany, zwłaszcza przez dzieci. W Wielką Sobotę ludzie zbierają się w kościele, by ksiądz poświęcił pokarmy, które następnego dnia trafią na stół wielkanocny. Koszyk ze święconką musi zawierać jaja – w postaci kolorowych pisanek lub kraszanek, baranka – dawniej formo-



wanego z masła lub ciasta – dziś raczej cukrowego lub z czekolady, sól (ma chronić przed zepsuciem), chleb, wędlinę (w końcu to koniec postu), chrzan, pieprz i ciasta świąteczne (pascha, mazurek, babka). Koszyczek, najczęściej z wikliny, przystraja się listkami bukszpanu i nakrywa ozdobną serwetką.

**Niedziela wielkanocna** – to dzień radości, który rozpoczyna się śniadaniem wielkanocnym.

Dokończenie na str. 11

## SKLEP STWORZONY Z MYŚLĄ O POLAKACH W BELGII



# KUBUŚ

poleca

*posiadamy w ofercie pełną gamę  
polskich artykułów spożywczych*

*- swoje wędliny*

*alkohole, nabiał, domowa garmazurka,  
zawsze świeże ciasta z najlepszych polskich cukierni,*

*pieczywo i chleby wypiekane według  
tradycyjnych przedwojennych receptur  
z piekarni **Ranytas***

*wszystko w atrakcyjnie niskich cenach.*

**Realizujemy indywidualne zamówienia!**

*Polecamy nasz dział z książkami!*

*Tylko u nas znajdziesz książki:*

*Stanisława Cat - Mackiewicza, Józefa Mackiewicza,*

*Feliksa Konecznego,*

*Ferdynanda Antoniego Ossendowskiego,*

*Sergiusza Piaseckiego*



**kubus market**

**e-mail: polgros@hotmail.com**

**Rue Maria Malibran 107, 1050 Bruxelles**



*To bardzo ważne by po ciężkiej pracy wchodząc do biura  
za każdym razem być traktowaną z godnością i szacunkiem.*

Natalia Pogoda - pracownik MaxiClean

**MaxiClean i silakobiet.be z okazji  
Dnia Kobiet przygotowali wyjątkowy prezent**



**Chcemy podzielić się z Wami tym, co w tych trudnych  
czasach jest najcenniejsze, czyli wsparciem.**

Dlatego w marcu zapraszamy na bezpłatne konsultacje z Naszymi ekspertami

- nie możesz dodzwonić się do związków zawodowych
- chcesz dowiedzieć się, jak zoptymalizować swoje podatki
- potrzebujesz pomocy w wypełnieniu dokumentów z ubezpieczalni
- nie wiesz jak zarejestrować się na komunę czy założyć konto w banku
- masz problem - zabierz go ze sobą na konsultacje w MaxiClean.

**Zarezerwuj swój termin konsultacji już dziś  
Akcja trwa do końca marca.**

**+32 485 031 370**

Jesteśmy do Twojej dyspozycji również w sobotę  
- zadzwoń i poznaj szczegóły Dni Otwartych w MaxiClean.



Dokończenie ze str. 9

## Ku pamięci: wiosenno - świąteczne zwyczaje

Jest ono zazwyczaj bardzo uroczyste, obfite i skupia całą rodzinę. Na stole nie może zabraknąć święconki oraz jajek – którymi do-mownicy powinni się podzielić. Śniadanie wielkanocne jest zazwyczaj poprzedzone uczestnictwem w rezurekcji, czyli mszy św. upamiętniającej zmarłych wstanie Jezusa Chrystusa.

**Lany poniedziałek** – poniedziałek wielka-



bionym, czerwonym wózku, a piał głośno, gdyż karmiono go wcześniej ziarnem moczonym w spirytusie. Z czasem żywego koguta zaczęto zastępować sztucznym, np. z ciasta czy drewna.

Istnieje wiele innych, często lokalnych zwyczajów wielkanocnych, takich jak chociażby topienie/wieszanie Judasza, wielkie grzechotanie, pogrzeb żuru, wieszanie śledzia czy szukanie zajączka. Wszystkie one składają się na unikalną polską tradycję, niestety nie starczy tu miejsca, by choć w skrócie je wszystkie przybliżyć.

Pozwolę sobie jednak na jedną, wielkanocną wskazówkę dla dziewczyn: – Jeśli w Wielką Sobotę obmyjecie twarz w wodzie, w której gotowały się jajka na święconkę, to znikną piegi i inne mankamenty urody! Nie polecam jednak tej, gdzie użyto sztucznych barwników, gdyż piegi mogą istotnie zniknąć, lecz nasza karnacja zmieni się nie do poznania.

DP

nocny, kojarzony nieodłącznie ze śmigusem-dyngusem. Choć dziś zwyczaj ten przynosi na myśl głównie wyrostków atakujących przechodniów wiadrami z wodą, jest to tradycja stara i bardzo barwna. Kiedyś gospodarze wstawali rano, by skropić swoje pola wodą święconą, co miało zapewnić urodzaj i chronić uprawy przed gradobiciem. Śmigus polegał na delikatnym okładaniu się witekami wierzby lub palmami po nogach i wzajemnym oblewaniu wodą, co miało symbolizować wiosenne oczyszczenie z brudu i chorób, a później Kościół starał się także przekonać, że i z grzechu. Na śmigus nałożył się potem zwyczaj dyngusowania, dający możliwość wykupienia się od lania pisankami. Zmoczony tego dnia panny miały mieć większe szanse na zamążpójście. Chyba że któraś się obraziła – wtedy nieprędko miała znaleźć męża. Suche ubranie również nie wróżyło niczego dobrego. Znanym elementem tradycji był także kurek dyngusowy, którego ciągaliby od domu do domu kawalerowie, miał on przynosić zdrowie i pomyślność. Koguta wożono na przyzdo-

**ESPACE ART GALLERY**  
PRÉSENTE

Lucia WIERZCHOWA (sculptures), Maria JANIGA (monotypy), Ania JANIGA (objets contemporains), Magdalena PELCER (sculptures), Joanna KOSTON (sculptures), HOANG THI NGOC An (squares et encres de Chine) et Aleksandra BUJAKIEWICZ (sculptures) en hommage à Victor BARROS (sculptures, sculptures et gravures).

**COLLECTIF FÉMININS EN HOMMAGE À VICTOR BARROS**  
(Multidisciplinaires)

Vernissage le 04/03/2021 de 17h 30 à 21h 00\* et Exposition  
**Du 05/03 au 28/03/2021**  
Rue de Laeken, 83 à 1000 Bruxelles (Entre De Brouckère et Béguinage)  
Ouvert du mercredi au samedi inclus et le dimanche sur rdv  
GSM: 0032 (0) 497 577 120 - E-mail: e.a.g.gallery@gmail.com - www.espaceartgallery.eu  
\* Chargement des horaires suite au Covid et le samedi 06/03

## Aide ménagère à domicile Titres Services

Chaussée de Ninove 340, 1070 Anderlecht  
tel. 02 521 54 58, tel. 0483 41 64 04, Joanna 0483 41 64 05  
e-mail: fenixservice@onet.eu

Ruelle des Béguines 4A, 1380 Lasne, Tel: 02 653 66 06



**Oferujemy naszym pracownikom**  
**płatne urlopy, dni świąteczne, telefony służbowe**  
**bony żywnościowe 8€ (od pierwszego dnia pracy)**  
**do 100% zwrot kosztów transportu**

**Wszystkie świadczenia**  
**socjalne i emerytalne**  
**Pomoc w znalezieniu dodatkowej pracy**  
**Zaufaną i miłą obsługę**



## POLSKI SKLEP MIESZKO

**ZAPRASZA  
NA ZAKUPY**

Che de Charleroi 275  
1060 Saint-Gilles  
(przystanek Ma Campagne)

Godziny otwarcia  
pon. nieczynne  
wt.-sob.: 9.00-20.00  
niedz.: 9.00-19.00



**Tel. 0468/37.29.43**

## POLSKI WARSZTAT MECHANICZNY

**MTM**  
Cars

Zapraszamy:  
pon. - pt.: 8-18,  
sobota 8.00 - 15.00

Avenue Paul Gilson 445  
Drogenbos 1620

tel. **0484 657 136**  
TVA BE 0630.637.283



**PROMOCJA!**  
**Klimatyzacja**  
**tylko**  
**60 euro**

- ★ **Klimatyzacja i ozonowanie**
- ★ **mechanika pojazdowa**
- ★ **diagnostyka komputerowa**
- ★ **wymiana opon**
- ★ **przygotowanie auta do kontroli**
- ★ **przeglądy okresowe**

## Działalność Stowarzyszenia Femmes d'Europe w czasach pandemii

Rok 2020 wyrócił do górami nogami życie ludzi na całym świecie. W zasadzie z dnia na dzień zostaliśmy zamknięci w domach i musieliśmy przeorganizować naszą codzienność. Zaczęła się praca zdalna i zebrania. Przed takim samym wyzwaniem stanęło międzynarodowe Stowarzyszenie Kobiet Europy (Association Femmes d'Europe) istniejące już 44 lata i działające w Brukseli na zasadzie wolontariatu.

Fundusze pozyskiwane są dzięki organizacji wydarzeń kulturalnych i kiermaszów (bożonarodzeniowego i wielkanocnego), z których dochód jest w całości przeznaczony na realizację projektów charytatywnych. Beneficjentami są niezależne organizacje pozarządowe w Europie i krajach rozwijających się Afryki, Azji oraz Ameryki Łacińskiej pracujące na rzecz kobiet i dzieci znajdujących się w wyjątkowo trudnej sytuacji

zeznają przez dzieci ofiary przemocy i molestowania) oraz dla Centrum Praw Kobiet w Łodzi (zakup mebli i wyposażenia biura w komputery).

Stowarzyszenie liczące 23 grupy, reprezentujące m.in. Polskę, Belgię, Austrię, Bułgarię, Cypr, Danię, Finlandię, Francję, Grecję, Hiszpanię, Holandię, Irlandię, Litwę, Luksemburg, Portugalię, Rumunię, Szwecję, Węgry, Wielką Brytanię, Włochy oraz Islandię, Szwajcarię, Norwegię (AELE) w minionych latach przeznaczało średnio 340 tys. euro na projekty. Przeznaczało, bo nadszedł feralny rok 2020 i pandemia...

Organizacja Femmes d'Europe, jak z pewnością wiele innych, z dnia na dzień musiała dostosować się do pracy zdalnej na platformie ZOOM. Dla starszych członkiń okazało się to nie lada wyzwaniem, tym bardziej, że część z nich przebywa poza granicami Belgii i są w pełni zależne od jakości połączenia internetowego.

Ale zapał czyni przysłowiowe cuda. Co miesiąc odbywa się zebranie Rady Nadzorczej i Komitetu Projektów. Z kolei w styczniu miała miejsce Ceremonia Projektów, która cieszyła się bardzo dużą popularnością. Dotychczas ta uroczystość była organizowana w pięknym budynku Berlaymont i zazwyczaj uczestniczyło w niej około 300 osób. W tym roku, po raz pierwszy w 44-letniej historii stowarzyszenia, była to ceremonia online, którą obejrzało ponad 1300 osób!

Mimo niesprzyjającej sytuacji i niemożności organizowania na żywo wydarzeń kulturalnych, zostały podjęte działania pozwalające kontynuować długoletnie tradycje stowarzyszenia i zarabiać pieniądze na realizację projektów dla potrzebujących. Po koniec listopada zorganizowano pierwszy wirtualny kiermasz bożonarodzeniowy, potem jogę online i kurs gotowania. Przed nami konferencja online poświęcona kobietom-artystkom oraz bazar wielkanocny przewidziany na kwiecień. Już dziś zapraszamy do zakupów towarów oferowanych na stronie stowarzyszenia Femmes d'Europe ([www.assocfemmesdeurope.eu](http://www.assocfemmesdeurope.eu)) i dziękujemy za wsparcie!

życiowej. Dość wspomnieć o kilku projektach zrealizowanych przez polską grupę m.in. na rzecz Stowarzyszenia Klanza w Białymstoku (wyposażenie dwóch pokoiów terapeutycznych dla matek i dzieci ofiar przemocy), Środowiskowego Domu Samopomocy w Kwiecieńwie (zakup urządzeń rehabilitacyjno-sportowych), Fundacji Edukacyjnej im. Wandy Garczyńskiej w Wałbrzychu (remont sali gimnastycznej), Fundacji Ochrony Zdrowia w Sanoku (zakup nowoczesnego łóżka porodowego), białostockiej Fundacji „Oświeć Świat” (wyposażenie w urządzenia diagnostyczne i materiały dydaktyczne dla osób z autyzmem po 18. roku życia), na rzecz Przytułku Św. Salezego w Warszawie (zakup dziewięciu zdalnie sterowanych łóżek z trapezami), Fundacji „Dajemy Dzieciom Siłę” w Warszawie (wyposażenie dwóch pokoiów do składania



Iwona Darquenne  
[www.polacyzagranica.eu](http://www.polacyzagranica.eu)

blogerka uwielbiająca podróże oraz wywiady z ciekawymi ludźmi działająca na rzecz międzynarodowej organizacji Kobiety Europy (Femmes d'Europe)

**Bądź na bieżąco!**

Polub nas na Facebooku



BelgicaServices

## Oferujemy:

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



**100% zwrot kosztów transportu,** odzież ochronną, wakacyjne, premie roczne, wszelkiego rodzaju świadczenia socjalne oraz płatny urlop edukacyjny



**Pracę podczas nieobecności klienta** (centrum prasowania lub zastępstwo), pomoc w sprawach administracyjnych (bank, urząd gminy, ubezpieczenie itp.)



**W celu ułatwienia rozliczenia dwa przedostatnie pracujące dni** każdego miesiąca biura czynne są w godzinach od 9.00 do 19.00; w pozostałe dni pracujące biura czynne są od 9.00 do 17.00.



### NASZE BIURA:

CHAUSSÉE DE WATERLOO 117  
1060 SAINT-GILLES  
☎ 0489 95 44 33 (BEATA)

AVENUE ROGIER 411  
1030 SCHAERBEEK  
☎ 0485 46 06 06 (BEATA)

JAN VAN GENTSTRAAT 9  
2000 ANTWERPEN  
☎ 0488 01 20 00 (MARTA)

HALLESESTEENWEG 12  
1652 ALSEMBERG



WWW.BELGICASERVICES.BE



# BELGICA

DIENSTENCHEQUES • TITRES-SERVICES

## Międzynarodowy Dzień Kobiet 8 Marca

**Kobiety są prawdziwymi architektkami społeczeństwa.**

**-Harriet Beecher Stowe-**



[www.belgicaservices.be](http://www.belgicaservices.be)



**ZAPRASZAMY  
DO NOWEGO  
BIURA  
W ANTWERPII**

**Jan Van Gentstraat 9  
2000 Antwerpen  
03 301 11 11  
0488 01 20 00 (Marta)**

**dienstencheques@belgicaservices.be**

Niepostrzeżenie i w zawrotnym tempie minął już rok od momentu oficjalnego ogłoszenia przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) pandemii koronawirusa. Nieznana dotąd choroba, rzekomo przeniesiona na człowieka z nietoperza podkowiastego, rozlała się po świecie z chińskiego miasta Wuhan, wpływając na wszystkie obszary naszej egzystencji. Poza zagrożeniem zdrowia i życia potencjalnie śmiertelnym wirusem, musieliśmy dodatkowo stawić czoła nowym wyzwaniom, utrudnieniom i obostrzeniom, które zostały wprowadzone przez rządzących w większości państw świata. Rok przeżyty w cieniu zarazy odcisnął znaczące piętno na nas wszystkich, sprawiając, że z nostalgią i utęsknieniem wspominamy „stare dobre czasy”, mając wciąż w sercu nadzieję, że prędkiej czy później powrócą.

oddychanie przez materiał jest sporym utrudnieniem, podobnie jak praca w rękawiczkach czy częste dezynfekowanie dłoni, ale – jeśli wierzyć zapewnieniom medycznych autorytetów – stanowi skuteczną ochronę przed zarażeniem. Poza warunkami pracy, zmniejszył się także komfort dojazdów do miejsca jej wykonywania. Osoby podróżujące codziennie transportem miejskim, wciąż muszą zakrywać nos i usta, unikać dotykania poręczy i uchwytów oraz kaszlących i zakażonych współpasażerów, co w okresie jesienno-zimowym, stanowi nielada wyczyn.

Z powodu narzuconej konieczności zamknięcia prowadzonych firm, spora rzesza ludzi została pozbawiona zatrudnienia, a co za tym idzie – środków do życia. Mowa tu m.in. o właścicielach i pracownikach lokali gastronomicznych, hoteli, klubów fitness itd.



## ROK Z ZARAZĄ

**Praca.** Dla wielu z nas, życie zawodowe przeniosło się w domowe pielesze. Lokal mieszkalny stał się biurem, salą konferencyjną i miejscem zarządzania wszelkimi sprawami związanymi z pracą. Mieszkanie czy dom (w przypadku szczęściarzy) przekształcone zostały w swego rodzaju kwatery główne skąd płyną rozmaite rozkazy i informacje do podwładnych, do przełożonych, do kolegów i koleżanek, z którymi dzieliliśmy dotychczasowe życie zawodowe. Nie ma już wspólnych wyjść na lunch do przykładowej stolówki, picia kawy i plotkowania w pomieszczeniach socjalnych czy na korytarzach korporacji. Teraz biuro jest w salonie, sypialni, kuchni czy w ogródku, zależnie od aury, pory roku i warunków lokalowych rzecz jasna. Konsekwencją tego stanu rzeczy jest wzrost zainteresowania zakupem większych mieszkań i domów, zwłaszcza w Polsce, gdzie wielu lokalom mieszkalnym daleko jeszcze do europejskich standardów metrażowych.

W przypadku wszystkich tych, którzy nadal chodzą do pracy, czyli opuszczają swoje cztery kąty, także nastąpiły liczne zmiany. Jedną z nich jest obowiązek zakrywania nosa i ust масечкami. Wielogodzinne

Pośrednio, negatywne skutki zamrożenia gospodarki dotknęły także m.in. taksówkarzy, kucharzy, kelnerów itd. Najbardziej odczuwalne konsekwencje ekonomiczne dotyczą miasta żyjące dotychczas z turystyki. W Polsce najtrudniejsza sytuacja jest w Krakowie, które jeszcze w 2019 roku odwiedziło ponad 14 mln (milionów!) turystów, w większości zagranicznych. Rok później, z powodu epidemii, była ich tylko garstka. Podobnie, jak studentów, którzy kształcą się – o ile można to tak nazwać – zdalnie. W podobnie trudnej sytuacji znalazły się m.in. włoskie i hiszpańskie miasta cieszące się do tej pory niesłabnącym zainteresowaniem zwiedzających i urlopowiczów. Jak lokalne gospodarki tych miast podźwigną się z ekonomicznej zapaści i czy w ogóle sobie z tym poradzą – zobaczymy w najbliższych miesiącach.

**Edukacja.** Wśród dziedzin cierpiących z powodu szalejącej zarazy edukacja plasuje się niewątpliwie na jednym z czołowych miejsc. Zdalne nauczanie, w opinii wielu nauczycieli, jak i uczniów, to jedna wielka porażka.

*Dokończenie na str. 18*

Dokończenie ze str.17

# ROK Z ZARAŻĄ

W Polsce, podobnie, jak w Grecji, do tej pory nie otwarto szkół zamkniętych jesienią ubiegłego roku. We Francji dominuje model hybrydowy, czyli tydzień lekcji w szkole i tydzień przez platformy edukacyjne, na zmianę z innymi klasami. Dzięki temu, uczniowie mają namiastkę kontaktu z nauczycielami i kolegami, a rodzice trochę wytchnienia od ciągłej obecności pociech w domach. W Belgii czy Niemczech, lekcje odbywają się raczej normalnie, z zachowaniem zalecanych środków ostrożności i zgodnie z nałożonymi obostrzeniami. Czego nauczą się dzieci i młodzież przez ten rok? Czy można uznać, że był to normalny rok szkolny? Sami odpowiedzmy sobie na te pytania. Nim jednak to uczynimy, zastanówmy się, jak może poradzić sobie ze zdalnym nauczaniem pierwszoklasista lub czego nauczy się zdalnie student medycyny, powiedzmy przyszły chirurg czy ortopeda... Aż strach pomyśleć, jakie braki w wykształceniu objawiają się z czasem w niektórych zawodach... Wyjściem z impasu jest niewątpliwie samoedukacja oraz nadrabianie zaległości, dzięki pomocy rodziców, korepetytorów lub odpowiednich, wartościowych pomocy książkowych i internetowych. Wszystko to w zależności od dyspozycji czasowej opiekunów oraz ich możliwości finansowych.

**Sport.** Można śmiało powiedzieć, że w tej dziedzinie wysiłki wszelkich trenerów i ekspertów ds. promocji aktywności fizycznej, zostały zupełnie zniweczone. Wielomiesięczne zamknięcie klubów fitness, siłowni, basenów i innych obiektów sportowych oraz zawieszenie większości kursów grupowych, negatywnie wpłynęły na kondycję fizyczną, stan zdrowia i wagę sporej rzeszy ludzi. Osoby, które nie lubią biegania czy jazdy na rowerze, miały zdecydowanie ograniczony wybór dostępnych aktywności. Niewystarczająca ilość ruchu (co nie dotyczy oczywiście pań sprzątających oraz innych pracowników fizycznych) w połączeniu ze zdalną pracą, odbiły się na tych, którzy łatwo przybierają na wadze i mają większą skłonność do podgryzania mię-

dy posiłkami. Zadbanie o lepszą kondycję fizyczną i schudnięcie stają się w tym roku priorytetem dla sporej rzeszy ludzi, w tym dzieci i młodzieży. O częstsze wychodzenie z domu, przynajmniej na długie spacery i na słońce – co w deszczowym i pochmurnym klimacie Belgii nie jest oczywiste – powinni zadbać też seniorzy, którym radzi się siedzenie w domach dla ich własnego bezpieczeństwa. Tutaj można jednak polemizować. O ile bowiem, unikanie zbędnego wychodzenia, zwłaszcza w sezonie jesiennej pluchy i zimowego chłodu, może być wskazane, o tyle wiosenne i letnie miesiące zdecydowanie powinny być przeznaczone na łapczywe łapanie witaminy D3 i dotlenianie organizmu na świeżym powietrzu.



**Życie rodzinne.** Przebywanie w domu z pozostałymi domownikami częściej niż do ogłoszenia epidemii i wprowadzenia tzw. lockdownu, sprawiło, że w wielu rodzinach pojawiły się konflikty, z użyciem przemocy fizycznej i psychicznej włącznie. Prym w tym zakresie wiedzie w Europie Francja, która już od lat plasuje się na czele listy krajów, gdzie odnotowuje się najwięcej przypadków przemocy rodzinnej, zwłaszcza względem kobiet. Zamknięcie w czterech ścianach, ciągła obecność innych, brak własnego kąta, przeciążenie obowiązkami rodzinnymi i zawodowymi, sprawiły, że niejedna rodzina przeżywa poważny kryzys. Jeśli do tego wszystkiego, dołączył się jeszcze brak pracy i środków do życia, ciasnota w za małej klitce, strach o bliskich – zwłaszcza w rodzinach wielopokoleniowych – to sytuacja jest naprawdę trudna. Z drugiej zaś strony, odizolowanie ludzi starszych, ograniczenie im kontaktów z wnukami, zaniechanie rodzinnych spotkań i uroczystości, sprawiają, że rodzina może zacząć się sypać, czyli mówiąc bardziej naukowo – ulegną rozpadowi tradycyjne więzi rodzinne. Jedynym lekarstwem na nękaną rozlicznymi bólami współczesną rodzinę, niekiedy jeszcze rozrzuconą po kraju i



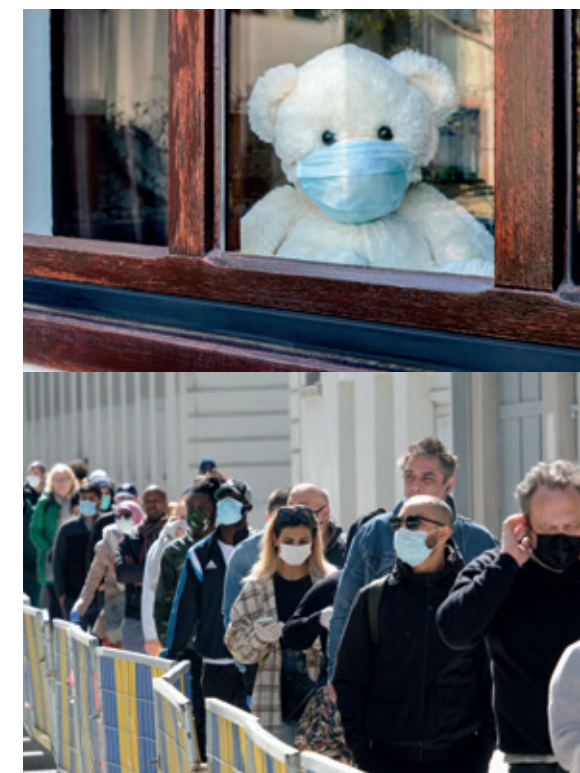
po świecie, jest regularne podtrzymywanie kontaktów (telefonicznych, mailowych, listownych), spotkanie się w mniejszym gronie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, a także otoczenie szczególną opieką najbardziej potrzebujących uwagi, pomocy, miłości i ciepła członków rodziny, czyli dzieci, seniorów, rodziców w pojedynkę wychowujących potomstwo oraz osoby samotne – z wyboru czy za zrządzeniem losu.

**Spotkania towarzyskie.** Znamy z własnego doświadczenia lub z opowieści innych spotkania przy kawie, winie czy piwie przez internet. Przyszło nam już spędzić Wielkanoc i Boże Narodzenie z daleka od części rodziny. Podobnie z niejedną uroczystością rodzinną, w której nie mogliśmy uczestniczyć z powodu wprowadzonych przez rząd ograniczeń. Podobnie jak my, dorośli, zostaliśmy pozbawieni wielu okazji do spotkań, świętowania czy zwykłego spędzania czasu z dalszą rodziną, przyjaciółmi i znajomymi, tak nasze dzieci – pozbawiono przez ten rok normalnych kontaktów z rówieśnikami. Zabrano im to, czego dorastający młodzi ludzie potrzebują najbardziej – ich grupy rówieśniczej. Zamknięcie szkół, zawieszenie części zajęć pozalekcyjnych oraz konieczność ograniczenia kontaktów społecznych sprawiły, że życie towarzyskie dzieci przeniosło się po części w świat wirtualny. W internecie się gra i spotyka. Przez kamerkę można pokazywać koleżance, w co się obecnie bawi, a koleżanka odwzajemni się tym samym. Dzieci niezmiernie łatwo przystosowują się do rozmaitych sytuacji, a z czasem będą je uważać za normalne. I tutaj właśnie, psychologowie, pedagodzy i rodzice biją na alarm. Życie w świecie wirtualnym i kontakty przez wszelkiego rodzaju urządzenia nie mogą zastąpić relacji osobistych i spotkań w rzeczywistości, w trakcie których kształtuje się młody człowiek i jego postawa wobec ludzi oraz tzw. kompetencje społeczne, niezbędne mu w doro-

śląm życiu. Stąd też zaleca się m.in. radykalne ograniczenia dotyczące korzystania z komputera i smartfona, które są konieczne, by uniknąć poważnych zaburzeń osobowościowych u dzieci i młodzieży.

**Zdrowie.** Poza ludźmi, którzy odeszli z powodu wirusa z Wuhan, a także tych, którzy go przechorowali, są jeszcze inne - ukryte - ofiary pandemii. Długo by trzeba wymieniać kategorie osób ponoszących negatywne skutki zdrowotne na skutek nie tyle samego wirusa, ile utrudnionego dostępu do badań diagnostycznych, terapii antyrakowych, zabiegów kardiologicznych i wielu wielu innych.

Dokończenie na str. 21



POLSKI PRODUCENT RUSZTOWANIA NA RYNKU EUROPEJSKIM



**SPRZEDAŻ I WYNAJEM RUSZTOWAŃ**  
montaż demontaż transport

**Proponujemy rozwiązania  
dla każdej inwestycji - małej i dużej**



Brusselsesteenweg 173, 1785 Merchtem  
Tel. **05 247 99 19**, tel: **+32 493 07 58 16**  
office@delta-echafaudages.be  
Przedstawiciel na Belgię, tel. **+32 493 07 23 15**  
piotr.kolota@delta-echafaudages.be

**www.delta-echafaudages.be**  
**BEZPIECZEŃSTWO BEZ KOMPROMISU!**

Dokończenie ze str. 19

## ROK Z ZARAŻĄ

Przykładowo, w minionym roku o 90 proc. spadł odsetek wykrywanych nowotworów. Nie dlatego jednak, że ich nie ma. Przyczyną jest z jednej strony unikanie przez nastraszonych ludzi wszelkiego kontaktu ze służbą zdrowia, a z drugiej, przekształcanie niektórych szpitali w placówki „covidowe”, skupiające się tylko i wyłącznie na jednej chorobie. Pesymistyczne prognozy przewidują, że choroby onkologiczne zbiórą prawdziwe żniwo wśród populacji w ciągu kilku lat od pierwszego wiosennego zamknięcia w domach. A przecież, pozostają jeszcze setki innych, poważnych, potencjalnie śmiertelnych chorób, których diagnostyka i leczenie zostały zaniedbane, zapomniane i odstawione na boczny tor. Cierpi jednak nie tylko ciało. Psychiatrzy i psychologowie obserwują od połowy minionego roku wzrost pacjentów z zaburzeniami natury psychicznej, w tym głównie z depresją. Gabinety wspomnianych specjalistów pękają w szwach przyjmując też młodszych niż dotychczas chorych. W szpitalach psychiatrycznych powstają oddziały dziecięce, gdzie leczy się dotkniętych różnymi formami uzależnień, depresją i innymi poważnymi problemami młodych i bardzo młodych ludzi.

Jak widać więc, ogłoszona przez WHO pandemia koronawirusa nie ogranicza się wyłącznie do aspektów zdrowotnych. Wielorakie konsekwencje lockdownów, ograniczeń, restrykcji i pozbawienia normalnego życia dotyczą rzesze ludzi na różne sposoby. Jak zawsze podczas wojny – czy to z wrogiem widzialnym czy niewidzialnym – najbardziej cierpią najsłabsi, najmłodsi i najstarsi oraz najbardziej wrażliwi. Stąd też niezmiernie ważnym jest, by starać się funkcjonować możliwie jak najbardziej normalnie, choć z maseczką i płynem dezynfekcyjnym. Podtrzymywać relacje społeczne i dbać o więzi międzyludzkie. Myśleć o sobie i o innych. A także, mimo piętrzących się niekiedy trudności i sytuacji bez precedensu, darzyć się wzajemną życzliwością, być otwartym na drugiego człowieka i mieć szczerze i dobre serce. Krótko mówiąc, należy zachować elementarne zasady humanizmu w tym coraz bardziej nieludzkim świecie, o czym mówił już dekady temu św. Jan Paweł II\*, przestrzegając ludzkość przed zbytnim rozwojem technologii i zepchnięciem człowieka na dalszy plan, pozbawiając go godności i wolności.

Anna Karska

\*„Redemptor hominis” – pierwsza encyklika Jana Pawła II, ogłoszona 4 marca 1979 roku

**Systemy satelitarne**

Satservice.be 40 polskich programów bez abonamentu i opłat

Doładowania telewizji na karte

telewizja na karte

nc+ Poczuj wolność bez comiesięcznych rachunków

PL tvn24 tvn7 tvn TVP1 TVP2 30 Discovery

tel. 0496-94-33-83, www.sat-service.be

**CSC** www.csc-en-ligne.be

**ACV** www.acv-online.be

2000 Antwerpen 078.15.20.58

1000 Bruxelles 02.508.87.11

09.265.42.11

**architekt**

C&K architects sprl

www.archck.com

- nadzory budowlane
- przebudowy
- projekty wnętrz
- regularyzacje
- projekty domów, kamienic, biur, przemysłowe, itd

avenue Ernestine 4/2, 1050 Bruxelles

**Nauka jazdy**

RIJLESSEN RAF

Potrzebne prawo jazdy? **PROMOCJA**

Masz problemy z parkowaniem? **Pakiet 20h 1250€ 1140€**

Potrzebna pomoc na egzamin praktyczny? **do 31 marca 2020**

Skontaktuj się z nami!

SMS/Whatsapp: 0468 125 742



# *LAT DOŚWIADCZENIA*

*Od 15 lat dzielimy się z Wami naszym doświadczeniem.  
Oferujemy pomoc, pamiętamy o Was,  
zapewniając  
naszym Pracownikom  
wszystko, co jest niezbędne  
do wykonywania pracy  
komfortowo, a przede wszystkim bezpiecznie.*

Rue L. Courouble 51  
1030 Schaerbeek  
tel. 02 880 99 41  
gsm 0485 87 64 88  
schaerbeek@batist.be

Av. Jean Volders 16  
1060 Saint-Gilles  
tel. 02 880 99 45  
gsm 0485 87 64 16  
saint-gilles@batist.be

Grote Steenweg 83  
2600 Berchem  
tel. 03 281 66 86  
gsm 0485 87 64 18  
batist1@batist.be

Quellinstraat 43  
2018 Antwerpen  
tel. 03 555 98 75  
gsm 0485 87 64 21  
batist3@batist.be

Rue du Peuple(T) 50  
7333 Saint-Ghislain  
tel. 065 70 00 33  
gsm 0494 16 82 83  
tertre@batist.be

# Tutaj zawsze znajdziesz pomocną dłoń

**„Niech się zacznie ode mnie  
Jeżeli ktokolwiek gdziekolwiek  
Potrzebuje pomocy,  
Niech zawsze napotka  
Wyciągniętą do siebie dłoń  
Al – Anon i Alateen  
Niech to będzie moja dłoń  
i niech się zacznie ode mnie”**

**Deklaracja Al- Anon**

## **KIM JESTEŚMY? AL-ANON**

Nasza Wspólnota Al-Anon działa na całym świecie. Mamy zasady i tych zasad się trzymamy. Jedynym naszym celem jest niesienie pomocy rodzinom osób uzależnionych od alkoholu. Jeżeli masz w rodzinie lub wśród bliskich kogoś, kto choruje na alkoholizm to Al-Anon jest tym miejscem, gdzie możesz znaleźć pomoc.

Uwierz, że z każdej sytuacji jest wyjście i że możemy być zadowoleni lub nawet szczęśliwi,

niezależnie od tego czy osoba uzależniona od alkoholu nadal pije czy nie. Postaramy się abyś zrozumiał, że zmiana Twojego nastawienia może wpłynąć na uzdrowienie bliskiej Ci osoby z alkoholizmu.

## **AA- ANONIMOWI ALKOHOLICY**

Jeżeli masz kłopoty z piciem, albo jeżeli Twoje picie jest w tym miejscu, w którym zaczęło Cię niepokoić, to być może Wspólnota Anonimowych Alkoholików i jej program jest w stanie pomóc Tobie w wyjściu z alkoholizmu.

Anonimowi Alkoholicy to grupa osób, które dzielą się nawzajem swoim doświadczeniem w rozwiązywaniu wspólnego problemu jakim jest alkoholizm a także siłą i nadzieją. Pomagają w ten sposób innym alkoholikom w zdrowieniu. W AA na pierwszym miejscu stawia się trwanie w trzeźwości i pomaganie innym członkom Wspólnoty w jej utrzymaniu.

Wspólnoty AA i Al- Anon nie są związane z żadną sektą, wyznaniem, ugrupowaniem politycznym, organizacją lub jakąkolwiek instytucją.

Do naszych grup może zgłosić się każdy, kto czuje taką potrzebę i chce pomóc sobie, rodzinie lub chorującemu na alkoholizm.

Anonimowość w obu wspólnotach jest gwarancją bezpieczeństwa dla wszystkich członków.

## **TRUDNY CZAS PANDEMII**

W dobie pandemii, pozamykani w czterech ścianach, często nie wiemy gdzie szukać pomocy. Uwierz, że czasami jeden telefon może pomóc w rozwiązaniu trudnej dla Ciebie sprawy lub sytuacji. Nowoczesna technika pozwala na uczestniczeniu w mitingach polskojęzycznych online praktycznie w większości państw. Na stronach internetowych AA i Al-Anon znajdziesz wiele ciekawych artykułów oraz linki do mitingów w różnych aplikacjach. Dziś jesteś w Brukseli, jutro możesz być w Paryżu lub Londynie. Wszędzie zostaniesz ciepło i radośnie przywitany.

## **JAK TRAFILIŚMY DO WSPÓLNOTY**

*Wstąpiłam do wspólnoty Al-Anon dwa lata temu i wcale nie dlatego, że mój mąż pił. Powodem był brak porozumienia między mną, a niepijącym już kilkanaście lat małżonkiem. Szukałam pomocy, ale nie dla siebie. Byłam pewna, że nasze nieporozumienia leżały tylko i wyłącznie po jego stronie. We Wspólnocie nauczyłam się, że najpierw muszę zacząć od siebie. To ja muszę się zmienić, zacząć zauważać własne błędy i pracować nad złymi cechami swojego charakteru.*

*Al-Anon pomaga mi bardzo w rozwoju duchowym. Dostaję tu dużo miłości, zrozumienia i wsparcia. Uczę się pokory. Nawet teraz w czasie pandemii nasza wspólnota wciąż działa. Spotykamy się na mitingach online. Dzwonimy do siebie i wspieramy. Dzięki Wspólnocie i pracy nad sobą moje małżeństwo nabrało nowego blasku. Dziś jestem znów szczęśliwa i radosna.*

*Szczęśliwa*

*Do Al-Anon przyszedłam, by dowiedzieć się jak pomóc mojemu partnerowi zdrowieć. Byłam wystraszona i zawstydzona. Gdy weszłam do sali zo-*

*baczyłam tyle uśmiechniętych i pogodnych kobiet, że nie bardzo wiedziałam, czy to jest na pewno to miejsce, którego szukałam. Moje wątpliwości zostały szybko rozwiane. Życie spędzone w domu gdzie był alkohol, później w małżeństwie odcisnęło się na mnie, moim postępowaniu i braku emocjonalnej równowagi -czyli spokoju.*

*Jestem w Al-Anon ponad rok. Uczęszczam na mityngi, czytam naszą literaturę, co pozwala mi się wyciszyć, skupić na sobie i wstawać rano z pogodą ducha. Szukałam pomocy dla partnera, znalazłam dla siebie. Dzisiaj mam wielu przyjaciół, którzy rozumieją mnie jak mało kto. Nie radzą, nie pouczają, po prostu są. Zawsze gotowi wysłuchać i wesprzeć.*

*Pandemia to wyjątkowo ciężki czas dla mnie, jak zapewne dla wielu osób. Staram się jednak uczęszczać na spotkania online i sięgać do naszych książek. Nie sadziłam, że w tak nerwowej, impulsywnej osobie jaką byłam, zagości spokój, radość i pogoda ducha.*

*Pogodna*

*Zanim przystąpiłam do Al-anon stosowałam mnóstwo różnych sposobów na to, aby powstrzymać mojego partnera od picia. Nieustanne prośby, groźby, ciągle kontrolowanie, przejmowanie obowiązków, branie odpowiedzialności, ponoszenie konsekwencji, płacz, krzyk, straszenie nie skutkowało. We mnie wzrastał gniew, agresja, poczucie krzywdy i wykorzystania. Czułam się wyniszczona psychicznie i fizycznie. Byłam zmęczona życiem, przytłoczona ciężarem problemów, pozbawiona nadziei na lepsze dziś i jutro.*

*Uczestnictwo w grupie Al-Anon pomogło mi zrozumieć nieskuteczność tych działań, które w rezultacie nie powstrzymywały partnera od picia. Dowiedziałam się, że alkoholizm jest chorobą i żadne moje próby zmiany drugiej osoby czy sposoby na wpłynięcia na nią, nie są w stanie jej wyleczyć. W grupie Al- Anon zrozumiałam, że potrzebuję pracy nad sobą, aby odnaleźć równowagę emocjonalną oraz spokój. Z czasem wszystko to odzyskałam.*

*Dokończenie na str. 27*





**Aaxe** TITRES-SERVICES

**Belgijska firma Aaxe Titres-Services  
z 17-letnim doświadczeniem  
zatrudni panie i panów do sprzątania  
(z własnymi godzinami lub bez)**

#### Nasze biura

**Etterbeek - Bld St. Michel**  
Boulevard Saint-Michel 61  
1040 Bruxelles  
tel. 02/770.70.68  
Krystyna: 04 96 30 24 68  
Agnieszka: 04 9905 17 46

**Molenbeek-Basilique**  
Boulevard du Jubilé 27  
1080 Bruxelles  
tel. 02/420.33.50  
Dorota: 04 97 4290 21  
**sobota 9h00 do 13h00**

**Wolouwe-Montgomery**  
Rue du Duc 4  
1150 Bruxelles  
tel. 02/762.60.94  
Jolanta: 04 95 25 99 84

**Uccle - St. Gilles-Ixelles**  
Rue Vanderkindere 205  
1180 Bruxelles (Uccle)  
tel. 02/344.44.71  
Aneta: 04 90 44 78 00

**Diegem**  
Pegasuslaan 5 / 1  
1831 Diegem  
tel. 02/709.20.45  
Paulina: 04 86 20 84 40  
**środa od 8h do 16h**

## Zapewniani

- miłą, zaufaną i profesjonalną obsługę
- legalizację godzin u pracodawców prywatnych oraz pomoc w znalezieniu dodatkowej pracy na terenie Brukseli
- świadczenia socjalne i emerytalne
- bony żywnościowe od pierwszego dnia pracy
- płatne: urlopy edukacyjne, zwolnienie lekarskie, dni świąteczne
- zwrot kosztów transportu
- upominki świąteczne
- szkolenia zawodowe
- kurs francuskiego
- odzież ochronną

**Serdecznie zapraszamy do współpracy**

Dokończenie ze str. 25

## Tutaj zawsze znajdziesz pomocną dłoń

*Dziś patrzę pozytywniej na siebie i innych, jestem pewniejsza siebie, wzrosło poczucie mojej wartości. We Wspólnocie otrzymałam potrzebną mi pomoc i wsparcie. Wiem że nie jestem już sama z tym zmartwieniem. Są ludzie, którzy mnie rozumieją, ponieważ doświadczyli tego co ja. Nasza sytuacja rodzinna uległa znacznej poprawie. Ja zdrowieję w Al-Anon, mój partner we Wspólnocie AA. Moje życie nabiera sensu, oboje pracujemy nad naszym wspólnym dobrem jakim jest zdrowie, wzajemne relacje oraz pogoda ducha.*

*Pomimo trudnej sytuacji spowodowanej przez covid, nadal utrzymuje kontakty z osobami ze Wspólnoty oraz uczestniczę w meetingach online.*  
Wdzięczna

*Moje życie opanował chaos, totalna rozterka, zagubienie, bezsens i straszna bezsilność. Czuję, że tracę coś ważnego, że ucieka ze mnie pierwiastek życia. Ból, cierpienie, uporczywe mocno męczące myśli i chyba wszystkie z możliwych i trudnych emocji towarzyszyły mi cały czas. Alkohol, który pozornie pomagał, obdarowywał mnie ukojeniem mocno rozkołatanych myśli i emocji, płynął już w moim krwiobiegu prawie codziennie. Początkowo to co mi dawał, bardzo szybko też zabierał. To błędne koło stało się moim koszmarem. Pseudo-przyjaciel zaczął zabierać bezlitośnie wszystko. Stanąłem w miejscu gdzie picie stało się koniecznością i weszło we wszystkie obszary mojego życia. Byłem zdezorientowany i nie wiedziałem co się ze mną dzieje. Myślałem raczej o końcu swojego życia niż o tym, że jest jakieś rozwiązanie, które mogłoby mi pomóc.*

*Okazało się jednak zupełnie inaczej, że jest grupa ludzi, która bardzo skutecznie pomaga, a jedynym warunkiem uzyskania tej pomocy była moja szczerza chęć jej przyjęcia. Tą grupą byli Anonimowi Alkoholicy i to właśnie oni uratowali mi życie.*

*Po przekroczeniu progu AA zobaczyłem, że można żyć bez alkoholu, że jest szansa i nadzieja również dla mnie. Zostałem bardzo ciepło przyjęty i uświadomiony, że moją przypadłością jest choroba alko-holowa, którą da się leczyć a Wspólnota*

*AA może mi w tym pomóc.*

*Dziś jestem już trzeźwy od dłuższego czasu. Przekonałem się, że dzieje się to za sprawą ludzi, którzy zechcieli mi pomóc, a są nimi Anonimowi Alkoholicy i jestem im bardzo wdzięczny. Opuścił mnie lęk, strach i beznadzieja, życie nabrało wy-*



*rażniejszych kolorów i choć doskonale wiem, że jeszcze długa droga przede mną, to bardzo chcę nią kroczyć- drogą trzeźwości.*

*W czasie pandemii członkowie AA korzystają z meetingów na wielu platformach internetowych.*

*W razie potrzeby dzwonią do siebie i utrzymują stały kontakt. Mamy też swój telefon zaufania dla potrzebujących pomocy*

*Marcin Alkoholik*

### NASZE TELEFONY ZAUFANIA:

WSPÓLNOTA AL-ANON

„MISJA”

**+32 486 983 229**

WSPÓLNOTA AL-ANON

„ŚWIATŁO”

**+32 485 866 445**

WSPÓLNOTA

ANONIMOWYCH

ALKOHOLIKÓW

**+32 488 080 063**

**Ceresit**  
www.rbbuilders.be

Woluwelaan 141B, 1831 Diegem  
e-mail: info@rbbuilders.be  
tel. 02 256 92 36, fax 02 256 92 96  
Rafał: gsm 0032 479 25 73 02  
Mariusz: gsm 0032 487 274 292  
Otwarte poniedziałek - piątek: 7 - 19, sobota 7-14

**SKLEP FIRMOWY SPECJALIZUJĄCY SIĘ W FASADACH**

- izolacje, krepki, siatki, mozaiki (na bazie żywicy), kamienie
- nakładanie krepki maszynowo
- szeroka gama kolorów mieszanych na miejscu
- sprzedaż narzędzi marki KUBALA do pracy przy izolowaniu i wykańczaniu fasady
- szkolenia z zakresu wykonywania prac na fasadach

**GRATIS** • wycena przez mail  
• pomoc w rozwiązywaniu problemów technicznych budowy

**Farby**  **SIGMA**

Skomponuj kolor o jakim marzysz!

**visage**  

**Nowość!**

**META4** firma reklamowa

chaussée de boondael 270  
1050 ixelles

odzież+nadruk 

reklama na samochodach 

oklejanie witryn 

**produkty ochronne**

stojaki do dezynfekcji + personalizacja 

MASKI ochronne + personalizacja 

**www.meta4.be**  
**meta4bxi**  
**info@meta4.be**  
**GSM 0497 487 467**

# Ukłon w stronę natury



Belgia dla większości ludzi kojarzy się z goframi, frytkami, czekoladą oraz piwem, jednak to nie wszystko, co można powiedzieć o tym małym królestwie....

Belgia należy do krajów z rozwiniętym przemysłem, gospodarką rolną, transportem drogowym oraz wodnym. Zależnie od regionu to wszystko ma duży wpływ na czystość oraz jakość wód. Przeprowadzane w minionych latach badania wskazują, że wielu przypadkach w znacznym stopniu przekroczone zostało stężenie metali ciężkich oraz innych niebezpiecznych dla wodnego ekosystemu substancji.

W trosce o środowisko naturalne oraz bezpieczeństwo ryb, a w efekcie zdrowie człowieka, producenci sprzętu oraz sami wędkarze poszukują alternatywnych materiałów dla toksycznego, szkodliwego oraz powszechnie stosowanego

go obciążenia, a co za tym idzie wielokrotnie po każdej odbytej wędkarskiej wyprawie w łowisku pozostaje wiele ciężarków, które w negatywny sposób wpływają na środowisko naturalne.

Jeżeli łowimy z wywózki np. z łodzi lub z



pontonu w miejscach trudnodostępnych, gdzie zależy nam na precyzyjnym umiejscowieniu zestawu, a następnie uwolnieniu obciążenia w celu skutecznego holu ryby, najprostszym sposobem jest tzw. „zrywka”, w której stosuje się zwykłe, naturalne kamienie, odpowiednio dobrane do warunków. Kamienie mocujemy za pomocą gumki (idealnym materiałem do tego celu będzie stara rowerowa dętka) do bezpiecznego klipsa na zestawie końcowym. W ten sam sposób można również obciążyć zestaw łowiąc z wywózki łódką zanętową. Jest to skuteczna, praktyczna, ale również bezpieczna dla środowiska naturalnego metoda zalecana oraz stosowana przez wielu karparzy i nie tylko karparzy na całym świecie.



łowiu. W ofercie wielu marek produkujących obciążenie do zestawów znajduje się wiele produktów wykonanych ze stopów metali, betonu i innych, które w znacznie mniejszym stopniu wywierają negatywny wpływ na środowisko naturalne. O krok dalej idą sami wędkarze, którzy coraz częściej sięgają po naturalne materiały i wykorzystują w tym celu naturalne kamienie.

Jakie alternatywne materiały stosować do obciążenia zestawów końcowych?

Z racji tego, iż wędkarstwo karpiove w zależności od metody połowu oraz warunków panujących na łowisku, w celu skutecznego zacięcia ryby wymaga stosowania odpowiednio dobrane-



Obciążenie z kamieni naturalnych idealnie nadaje się również do łowienia klasycznego z rzutu, jednak należy kierować się ważnymi zasadami.

*Dokończenie na str. 30*

# Ukłon w stronę natury



kamuflażem dla naszego zestawu końcowego.

Jakie są atuty kamiennych ciężarków? Przede wszystkim łatwa dostępność materiału, minimalna szkodliwość dla środowiska (w zależności od kleju zastosowanego do umocowania krętlika) ale również cena ... Wielu wędkarzy dobrowolnie decyduje się na samodzielne wykonywanie takich ciężarków, nie tylko ze względu na ekonomię, ale przede wszystkim w trosce o środowisko naturalne.

## Ciężarki betonowe

Kierując się trendami producenci poszukują alternatywnych materiałów służących do obciążenia zestawów.

Kolejnym materiałem, który został w tym celu wykorzystany jest beton. Od pewnego czasu dostępne są ciężarki wykonane właśnie z tego materiału i znalazły już wielu zwolenników, którzy z powodzeniem i satysfakcją je stosują. Prym w tej dziedzinie wiedzy czeska marka UFO SINKER. Dzięki zastosowaniu specjalnych mieszanek betonu i innych substancji stworzyli ciężarki, których zaletą jest nie tylko to, że mają odpowiednie proporcje masy do wielkości ciężarków, przy czym nie odbiegają od standardów w tej dziedzinie. Dodatkową zaletą tych ciężarków jest ich chłonność, dzięki której po zanurzeniu w dipie lub atraktorze smakowym lub zapachowym

Aby bezpiecznie wykonać rzut i nie narazić się na uszkodzenie wędziska lub zerwanie zestawu należy zastosować odpowiednią gramaturę obciążenia, do wędziska którym się posługujemy oraz dobrać odpowiedni kształt ciężarka, który ułatwi rzut na satysfakcjonującą nas odległość. Łowiąc w kanałach lub rzekach, ale również w wodach stojących, w miejscach, gdzie istnieje duże ryzyko utraty obciążenia lub celowego wypięcia z bezpiecznego klipsa naturalne kamienie będą idealnym materiałem, który nie tylko doskonale utrzyma w miejscu prezentowaną przynętę, ale przy okazji będzie idealnym naturalnym

mogą służyć jako dodatkowe źródło nęcenia ryb. Należy również zaznaczyć, że przy tych wszystkich atutach ciężarki te są również bezpieczne dla środowiska naturalnego, a to jest jedna z najważniejszych zalet alternatywnych materiałów stosowanych do obciążania zestawów.

Poza wędkarstwem karpowym istnieją również inne metody i także w tych dziedzinach



producenci starają się z lepszym lub gorszym skutkiem wprowadzać różnego rodzaju materiały alternatywne. Niestety w tym przypadku ze względu na właściwości ołowiu trudno jest zastąpić ten materiał zamiennikiem. O ile udaje

się to w wędkarstwie spinningowym, o tyle przy metodach spławikowych jest to dość trudne do wykonania. W tym przypadku jedynym plusem jest to, że różnica w ilości używanego ołowiu w wędkarstwie spławikowym jest mniejsza aniżeli w wędkarstwie karpowym, jednak nie zmienia to faktu, iż w przypadku utraty zestawu nadal zatrutą on środowisko naturalne.

Alternatywnych dla ołowiu materiałów jest znacznie więcej, lecz nie zawsze znajdują one zastosowania w wędkarstwie - chociażby stal itp. W powyższym artykule starałem się przybliżyć jednak te najbardziej popularne i najmniej szkodliwe dla wód oraz ich otoczenia.

Być może nadejdzie taki czas, że zostaną wprowadzone zakazy stosowania ogólnodostępnych ciężarków ołowianych, ale do tego czasu droga daleka, dlatego w trosce o środowisko naturalne już teraz warto zadbać o nie poprzez etyczne podejście do wędkarstwa i poszukiwanie i promowanie alternatywnych materiałów dla ołowiu ...

Mariusz Jezierski



**SERWIS I NAPRAWA**

- ☐ telefonów
- ☐ komputerów
- ☐ tabletów
- ☐ konsol do gier
- ☐ nawigacji

**027 207 207**

RUE DES MENAPIENS 44, 1040 ETTERBEEK

Samuel AYDIN

**ADWOKAT**

Przykładowy zakres prowadzonych spraw:

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

4 rue de la Presse  
1000 Bruxelles

0477/36.04.09 (fr/en)  
0484/27.87.88 (pl/fr)  
0475/22.83.61 (pl/fr)

e-mail: aydinavocat@yahoo.fr

**Odkryj thermomix & kobold**

**również na kredyt**

tel. 0 484 159 874

f AniaMix

**Nie daj się zaskoczyć!**

**SYSTEMY ALARMOWE I MONITORING**

Bezprzewodowe alarmy z powiadomieniem na tel. GSM

IDEALNE DO ZABEZPIECZENIA

- ➔ domu
- ➔ terenu budowy
- ➔ sklepu
- ➔ biura

Satservice.be

www.satservice.be

tel. 0496943383, e-mail: satelite77@hotmail.fr

SYGNALIZACJA

- ➔ włamania
- ➔ utraty zasilania
- ➔ pożaru
- ➔ napadu

# Kobiety – muzy,

**K**obiety, kobiety, kobiety... Często nazywane są „słabą płcią”, ale okazuje się, że dzięki osobistemu wdziękowi, stylowi, czarowi i szykowi, niejednokrotnie zapisały się na kartach historii i podbiły wiele zatwardziałych męskich serc, a czasem osiągały to, czego nie udawało się osiągnąć mężczyznom. Stawały się też muzami artystów, kochankami i żonami znanych polityków, a nawet szpiegami.

Przełomem w postrzeganiu kobiet stała się epoka pozytywizmu, a więc II poł. XIX w., kiedy to dzięki emancypacji, panie rozpoczęły karierę zawodową i przestały być jedynie pięknym dodatkiem u boku mężczyzny. Dziś, jako że Dzień Kobiet jest już tuż, przedstawię sylwetki kilku niezapomnianych przedstawicielek płci pięknej, które stały się ikonami kobiecości.

Gdy mówi się o pracy w wywiadzie, pierwszym skojarzeniem jest najczęściej filmowy Agent 007, James Bond. Ale istniały też kobiety parające się szpiegostwem i to nie w filmach, a w rzeczywistości. Najśłynniejszą była oczywiście Mata Hari, urodzona w II poł. XIX w., której prawdziwe nazwisko brzmiało Margareta Gertruda Zelle. Ta czarująca, choć niewykształcona Holenderka, została szpiegiem w wyniku splotu zaskakujących zdarzeń. Gdy była nastolatką, wyrzucono ją ze szkoły – za romans z dyrektorem, została tym samym pozbawiona szansy na zdobycie wykształcenia w tamtych rygorystycznych czasach. Nie załamała się jednak i szybko znalazła roz-

wiązanie swoich kłopotów: dzięki anonsom matrymonialnym, poznała kapitana z Holenderskich Indii Wschodnich, Rudolfa McLeoda. Starszy o dwadzieścia lat oficer zakochał się bez pamięci w 19-letniej dziewczynie i wkrótce ją poślubił. Ale Greta nie była zwolenniczką stabilnego, spokojnego życia. Uwielbiała kosztowne stroje i piękną biżuterię, toteż fundusze męża dość szybko uległy wyczerpaniu. W tej sytuacji, kapitan McLeod zdecydował, że wyjadą do Holenderskich Indii Wschodnich, gdzie będzie mniej okazji do rozrzutności. I choć na Jawie Margareta urodziła dwoje dzieci, to nie zносиła roli matki. Znudzona, wdawała się coraz częściej w romanse, co ostatecznie doprowadziło do rozpadu małżeństwa w 1902 r., po powrocie do Amsterdamu. Ale rozstanie z mężem oznaczało dla niej kłopoty finansowe. Zastanawiając się, skąd wziąć środki na wygodne życie, postanowiła wyjechać do Paryża i zostać luksusową prostytutką. Aby spotkać odpowiednio bogatych mężczyzn, zaczęła od roli egzotycznej tancerki i wtedy właśnie wymyśliła sobie pseudonim Mata Hari, co w języku indonezyjskim znaczy „słońce”. Swoje występy wzorowała na orientalnej kulturze Wschodu, a tańcząc przypominała bohaterki z „Baśni tysiąca i jednej nocy”. Podczas streaptisu nie była wulgarna i wkrótce stała się sławna. Osiągnęła to, co chciała: bogactwo, ofiarowane przez hojnych adoratorów. Ale po kilku latach i dla niej nadeszły ciężkie czasy, gdyż wybuch I wojny św. oznaczał definitywny koniec jej kariery. Poza tym była coraz starsza... Wróciła do Amsterdamu, ale nudziła się, więc po pewnym czasie wyjechała z powrotem do pełnego rozrywek Paryża. W tym czasie zainteresował się

nią brytyjski wywiad...

Ponieważ Mata Hari kochała pieniądze i niezależność, zdecydowała się zostać szpiegiem na rzecz wywiadu francuskiego. W zamian za współpracę, zażądała miliona franków, które... otrzymała. Jej zadaniem było przedostanie się do Belgii, więc wyruszyła w podróż statkiem, przez Portugalię i



Holandię. W czasie jednego z postojów, na pokład weszli angielscy pracownicy wywiadu, poszukujący niemieckiej agentki – Clary Benedict. Mata Hari została aresztowana i oskarżona o szpiegostwo na rzecz Niemiec. Zaprzeczyła i przyznała się, że pracuje dla wywiadu francuskiego, który z kolei wyparł się współpracy ze zdekonspirowanym szpiegiem. Francuzi, za plecami Maty, poprosili o jej odesłanie do Hiszpanii. Tam ta wciąż piękna kobieta zaczęła obracać się w kręgach niemieckich dyplomatów, a uzyskane tym sposobem informacje przesyłała do stolicy Francji. W 1917 r. została wezwana do Paryża, a następnie aresztowana pod zarzutem szpiegostwa na rzecz Niemiec. Stwierdzono, że była podwójnym agentem na usługach Francji i Niemiec. Mata Hari nie przyznała się do współpracy z wywiadem wroga, podkreślając, iż pieniądze dostawa-

# uwodzicielki, szpiegdy...



ła za usługi seksualne. Ani bogaci kochankowie, ani najlepsi adwokaci nie zdołali jej ocalić. Została rozstrzelana 15 października 1917 r. Uznano ją za superszpiega, choć określenie „super” w tym wypadku jest mocno przesadzone. Mata Hari była niewątpliwie kobietą kochającą luksus, a szpiegostwo było dla niej jednym ze sposobów zarobienia wielkich pieniędzy.

Inną postacią, która trwale zapisała się w pamięci nie tylko Argentczyków, jest niewątpliwie Eva Peron, zwana powszechnie Evitą. Sylwetka tej niezwyklej kobiety została przybliżona europejskim odbiorcom przede wszystkim dzięki musicalowi „Evita” z 1996 r., w reżyserii Alana Parkera. María Eva Duarte de Peron urodziła się na argentyńskiej prowincji w 1919 r., ale od najmłodszych lat marzyła, aby zostać modelką i aktorką. Jako nastolatka uciekła do Buenos Aires, gdzie powoli zaczęła robić karierę. Były to ciężkie czasy w Argentynie, gdzie w 1943 r. doszło do przewrotu wojskowego. Jednym z ważnych ludzi w państwie był w tym czasie płk. Juan Peron, którego Evita spotkała w 1944 r. podczas akcji charytatywnej na rzecz ofiar trzęsienia ziemi. Eva był niezwykle ambitną kobietą: nie tylko wkrótce poślubiła Perona, ale też zaczęła go namawiać do udziału w kampanii prezydenckiej. Ponieważ wywodziła się z proletariatu, wykorzystwała swoją pracę w radiu do wygłaszania przemówień, w których solidaryzowała się z biednymi. Propagowała program reform „ku lepszemu światu”. To dzięki niej Juan Peron został prezydentem i to ona zaczęła odgrywać istotną rolę polityczną w rządzie. Utworzyła Fundację Evy Peron, pomagającą ubogim, dzięki czemu zdobyła

uwielbienie milionów. Niestety, zmarła bardzo młodo, w wieku 33 lat, na raka macicy. Eva Peron była bez wątpienia charyzmatyczną postacią, działaczką polityczną i społeczną, która na stałe wpisała się w historię XX w. O tym, jak bardzo była uwielbiana przez naród, świadczy rozpacz obywateli po jej śmierci.

Bez kobiet, świat byłby zapewne mało interesujący, bo ta słaba płęć inspirowała mężczyzn do działania. Świetnym tego przykładem była Gala, muza, kochanka i w końcu żona ekscentrycznego hiszpańskiego artysty, Salvadora Dalego. Naprawdę nazywała się Helena



Diakonowa i była Rosjanką. Po raz pierwszy spotkała Dalego w 1929 r., kiedy wraz z mężem i córką przyjechała do Hiszpanii, gdzie Salvador zapraszał latem znanych wtedy surrealistów. Jak wspominają biografowie, Gala nie była zbyt urodziwa, ale za to inteligentna i pewna siebie. To ona dostrzegła geniusz Salvadora i choć była o dziesięć lat starsza, zauroczyła Dalego od początku. Gala rozwiódła się z mężem i resztę życia, aż do jej śmierci w 1982 r.,

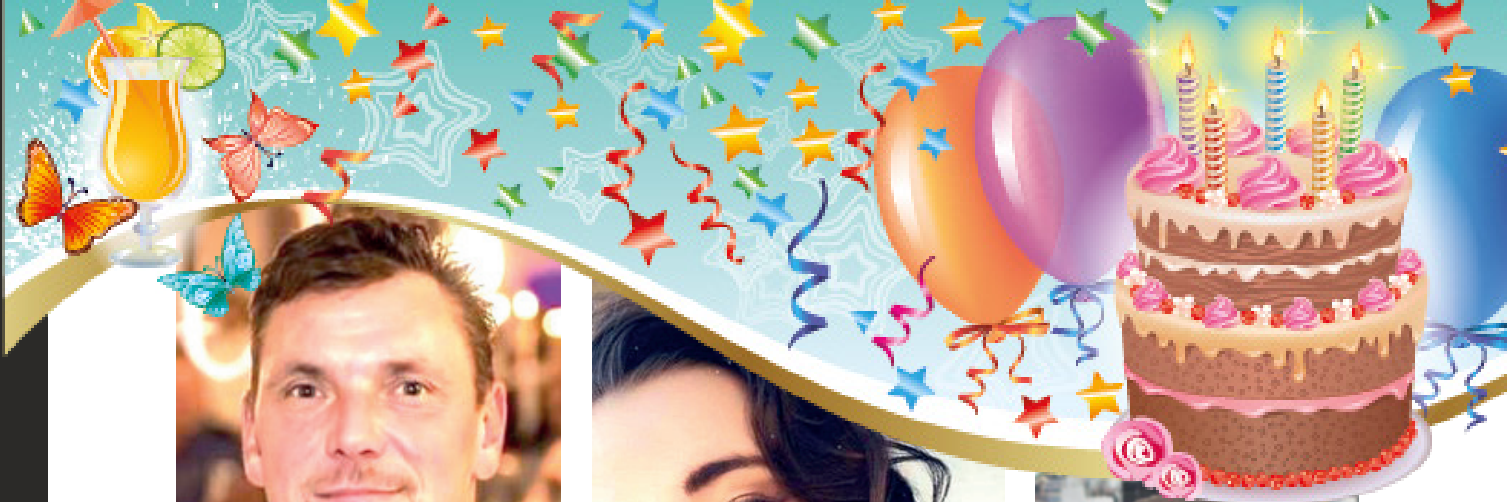
spędziła z tym hiszpańskim artystą. Wielu uważa, że Gala była nie tylko muzą Dalego. On miał jej zawdzięczać ocalenie przed szaleństwem i przedwczesną śmiercią. Dlaczego? Ponieważ był dziwakiem w życiu codziennym i to właśnie za radą Gali zaczął traktować swe dziwactwa jako zalety. Poza tym Gala jako pierwsza uwierzyła w geniusz wybranka, promowała jego malarstwo nawet wtedy, gdy żyli w biedzie i pożyczali pieniądze. Była przy Salvadorze cały czas, gdy malował. O tym, jak wielką rolę odgrywała w życiu artysty, świadczy dobitnie fakt, że od momentu śmierci ukochanej, Dali namalował tylko jeden obraz. Od tego czasu nie miał już chęci żyć ani tworzyć.

Ktoś kiedyś powiedział, że przyszłość należy do tych, którzy wierzą, że spełnią się ich marzenia. Zaprezentowane tu sylwetki trzech różnych kobiet są tego dowodem. Każda z bohaterek jasno wyznaczyła sobie cele, do których dążyła i osiągnęła je. Zapewne pomógł im w tym charyzmatyczny charakter i kokieteria. A ponieważ Dzień Kobiet zbliża się wielkimi krokami, a w Belgii niewielu mężczyzn pamięta o tym święcie, więc wszystkim kobietom, małym i dużym, ślę życzenia – drogowskaz:

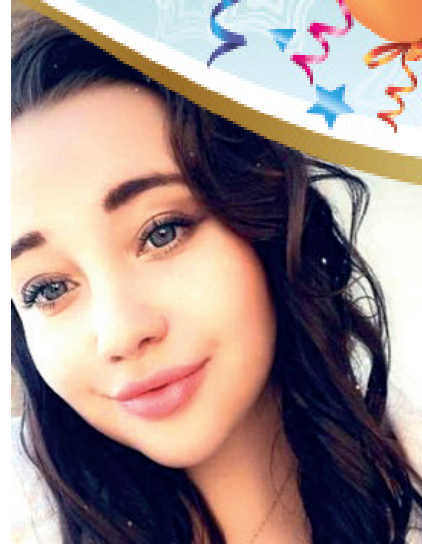
„Bądź jak szampan, uderzaj do głowy...”

Bądź jak 6 w totka,  
jedna jedyna na całe życie...  
Bądź jak Ferrari z salonu,  
nigdy nie zawieź...  
Bądź jak Media Markt,  
NIE DLA IDIOTÓW!!!  
Bądź sobą!”

Iwona Darquenne



*Dziś są Twoje urodziny.  
Dużo szczęścia od rodziny.  
Moc uśmiechu ślemy ci,  
by radosne były dni!*



*Życzymy Tobie powodzenia,  
apetytu do jedzenia,  
forsy dużo, dzieci kupę,  
fajną pracę i chałupę! zycza Bielousy.*



*Wszystkiego najlepszego!*



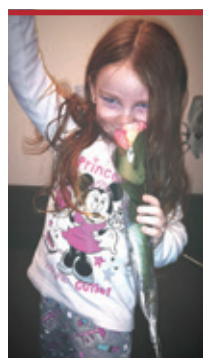
*Naszym przepięknym, marcowym jubilatkom  
życzymy szczęścia, powodzenia i pociechy z najbliższych*



*Z okazji urodzin oprócz  
szczęścia, zdrowia i miłości  
życzymy kompletu gości  
w Comblain-la-Tour*



*STO  
LATEK  
i sam  
wiesz co  
jeszcze  
Aga  
Max  
Paula  
i przyjaciele*



*Kochana córeczko  
Dla Ciebie wszystkie cuda tego świata  
Dla Ciebie ciepło słonecznego lata  
Dla Ciebie gwiazdki, co błyszczą na niebie  
Dla Ciebie nutki ptaszków śpiewie  
Dla Ciebie kwiatki kolorowe  
I marzenia deserowe...  
Dla Ciebie wszystko  
czego zapragnie dusza  
Bo jesteś słodkim aniołkiem  
Który wciąż do miłości zmusza!  
Bukiet najpiękniejszych urodzinowych  
życzeń  
Przesyłają rodzice i siostra.*

# LIFT SERVICE

CONCEPT



**gsm 0484 76 40 80 - Arek**  
**www.conceptxxl@yahoo.com**

**Jedyna polska winda od 1. do 16. piętra**  
**4 windy do dyspozycji**

(lift na przychłepce max wysokość 1.90m idealny do przejścia przez garaż na tył bloku)  
**przeprowadzki krajowe i międzynarodowe**  
**wszelkie zezwolenia na transport**  
a także 3 miesięczne badania techniczne OGB na windy



**faktura vat**

**Zapraszamy do współpracy  
firmy, a także osoby prywatne  
POLSCY KIEROWCY,  
mówimy biegle po  
flamandzku i francusku**

## NOWOŚCI!

**Wynajem dźwigów dekarских: 50 m udźwig do 1000kg,  
Montaż szkła za pomocą Glassboya  
25m udźwig 3000kg idealny do belek stalowych, drewnianych, dachówki.  
Wynajem podnośnika koszowego do 36 metrów.  
Posiadamy także przysawkę do szkła (udźwig do 1000kg) z możliwością przełożenia okien nad budynkiem.**



# Bikini Killer

**H**istorie seryjnych morderców, inteligentnych psychopatów czy zabójców o miłej aparycji, zawsze wzbudzają zainteresowanie zarówno u specjalistów z dziedziny kryminalistyki, jak i medycyny, ale również u laików, żadnych mocnych wrażeń. Charles Sobhraj to postać niezwykle tajemnicza, barwna i zagadkowa, zatem nie sposób obok jego życiorysu przejść obojętnie. Nie był to zwykły opryszek, ale bestia o tysiącu twarzy, setkach talentów i milionach pomysłów zakotwiczonych w sferze chorych fantazji. Jednym słowem geniusz zbrodni. Poznając jego życiorys można odnieść wrażenie, że to komediodramat z wątkami sensacyjnymi, niekiedy doprawiony scenami grozy i makabry.



Charles Gurhmuk Sobhraj przyszedł na świat w kwietniu 1944 roku w Sajgonie. Jego matką była Wietnamka, ojcem hinduski biznesmenem. Żyli bez ślubu, a ich związek nie trwał długo. Następnie związała się z francuskim oficerem stacjonującym w Indochinach, który adoptował Charlesa. Rodzice jednak nie poświęcali mu tyle uwagi, co swoim późniejszym dzieciom. Ciągłe podróże z Azji do Francji, brak miejsca, które mógłby nazwać swoim domem oraz wychowanie w surowej dyscyplinie i problemy osobiste doprowadziły do tego, że Sobhraj szybko stał się drobnym młodocianym przestępcą. W listopadzie 1962 roku po raz pierwszy trafił do więzienia za kradzież samochodu oraz nielegalny pobyt na terenie Francji. Skończyła mu się wiza, więc po odbyciu kary musiał zostać wydalony. Sześć miesięcy za murami

francuskiego więzienia spędził pracując w kuchni, ale nie był to dla niego stracony czas. Uczył się tam pilnie karate i języka włoskiego.



Po odbyciu kary miał 30 dni na uprządkowanie swoich spraw przed deportacją, jednak nie miał zamiaru nigdzie się wybierać – przynajmniej na razie. Pojechał do Paryża, gdzie ukrywał się wśród wietnamskiej społeczności; wpadł w szemrane towarzystwo. Chciał kupić nową tożsamość, ale nie miał pieniędzy na fałszywy paszport. Parał się drobnymi kradzieżami i włamaniami, wpadł w ręce policji, kiedy jechał kradzionym samochodem bez ważnych dokumentów. Tym razem jego odosobnienie trwało trzy lata. W tym czasie próbował uciec, ale został złapany i osadzony w paryskim więzieniu Poissy, które przed wiekami zbudowano jako klasztor, a później rozbudowano podczas rewolucji francuskiej. Było to miejsce, które stało się domem dla najbardziej znanych francuskich przestępców, w tym kilku nazistów. Obowiązywała tam surowa dyscyplina. Więźniom nie wolno było robić „domu” ze swoich cel przez wieszanie zdjęć rodzinnych lub trzymanie pudełka z rzeczami osobistymi. W ciągu dnia, gdy mężczyźni przebywali we wspólnym pomieszczeniu, strażnicy lubili sprawdzać poszczególne cele

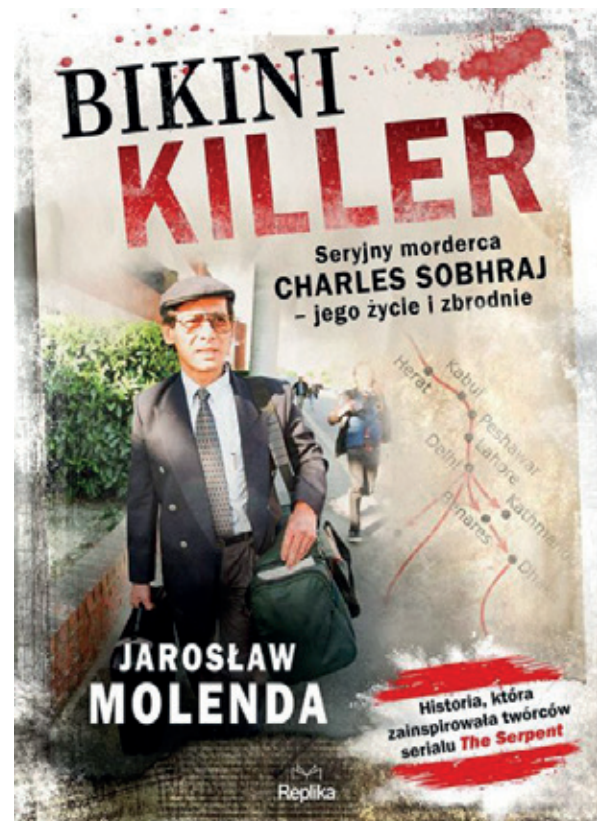
i przeglądać je skrupulatnie. Zakazane było posiadanie radia czy gazety; nawet listy bezwzględnie cenzurowano i często rekwirowano. Pobyt Sobhraj w tym paryskim więzieniu był być może dla niego ostatnią szansą, ale nie wykorzystał jej. Zamiast tego nauczył się manipulować, wykorzystywać swoją czarującą, uwodzicielską osobowość, aby nakłonić ludzi do spełnienia jego woli.

W 1970 roku poślubia córkę rzeźnika spod Paryża i aby uniknąć kolejnego aresztowania, ucieka z nią do Indii. Pieniądze na podróż zdobywa okradając po drodze turystów. Po dotarciu na miejsce prowadzi przestępczy tryb życia. W 1973 roku Sobhraj został aresztowany i uwięziony po nieudanej próbie napadu z bronią w rękę na sklep jubilerski w Hotelu Ashoka, ale udało mu się uciec, z pomocą żony, przez udawanie choroby. Po jakimś czasie Chantal opuszcza go i wraca do domu, a on wpada w wir coraz śmielszych przestępstw. Sobhraj używa 10 różnych tożsamości: udaje handlarza klejnotów, handluje narkotykami, przemycza samochody, w końcu zostaje mordercą. W jego przestępczym procederze pomagają mu zaufani i lojalni ludzie, wśród nich jest młody Hindus, Ajay Chowdhury. W 1975



roku popełnia pierwszą zbrodnię, ofiarą jest młoda kobieta, Teresa Knowlton, która została znaleziona martwa... w bikini. Dopiero kilka miesięcy później przeprowadzono sekcję zwłok, jak również przebadano inne dowody kryminalistyczne, które dowiodły, że jej utonięcie, pierwotnie uważane za wypadek podczas pływania, było morderstwem.

Charles Sobhraj był jak kameleon – umiał grać zarówno człowieka Zachodu, jak i Wschodu, przedstawiciela różnych profesji.



Ze względu na swój modus operandi zyskał przydomki: najpierw „Bikini Killer”, później „Wąż”. Podejrzewany nawet o dwadzieścia zabójstw, mordował przede wszystkim na słynnym w latach 60. i 70. szlaku hipisów – w Tajlandii, Nepalu, Malezji, Indiach, polując głównie na zachodnich turystów. Inteligentny i bezwzględny. Jego czarująca powierzchowność kryła męczyzną zdolnego do najpotworniejszych czynów. Zabijał z zimną krwią. Nie znał litości i nie odczuwał wyrzutów sumienia. Potrafił po mistrzowsku manipulować ludźmi, doskonale zacierał ślady i przez wiele lat wodził policję za nos. Do dziś uważany jest za jednego z najbardziej przebiegłych i niebezpiecznych kryminalistów na świecie.

Charles Sobhraj obecnie przebywa w więzieniu w Katmandu. Na temat jego życia i zbrodni powstało kilka publikacji i filmów. Jedną z nich jest książka Jarosława Mołendy Bikini Killer, a w styczniu 2021 roku miała miejsce premiera serialu The Serpent, który powstał w kooperacji platformy Netflix i BBC (BBC One, tylko dla brytyjskiej widowni).

Tomasz Spec



# Czy nadszedł czas na zmiany?

Czasami trzeba coś w swoim życiu zmienić, aby nie popaść w antytwórczą stagnację. Czasami może się zdarzyć, że jeśli nie dokonamy tych zmian, to zamiast lepiej? będzie działało się coraz gorzej. Sprawdź czy u Ciebie nadszedł czas na zmiany. Odpowiedz sobie na pytanie: jaka jestem, jaki jestem. To jest Twoja psychozabawa. Poznaj siebie i dowiedz się, czy w Twoim życiu nadszedł czas na zmiany...

## 1. Czy jesteś zadowolony z życia?

- a) nie...
- b) 50/50...
- c) tak...

## 2. Czy masz kogoś, komu możesz zdradzić swoje tajemnice?

- a) nie...
- b) nie lubię się zwierzać...
- c) mam taką osobę...

## 3. Czy jesteś zakochany?

- a) nie...
- b) można tak powiedzieć...
- c) tak...

## 4. Czy jesteś zadowolony z Twoich finansów?

- a) zdecydowanie nie...
- b) mogłoby być lepiej...
- c) raczej tak...

## 5. Czy dobrze sypiasz?

- a) nie...
- b) różnie bywa...
- c) tak...

## 6. Czy boisz się tego, co może nastąpić jutro?

- a) tak...
- b) czasami...
- c) nie, nigdy...

## 7. Czy jesteś zadowolony ze swojej pracy?

- a) nie lub jestem bezrobotny...
- b) nie jest źle...
- c) zdecydowanie tak...

## 8. Czy denerwują Cię sukcesy innych ludzi?

- a) często...
- b) rzadko...
- c) nigdy...

## 9. Czy odpoczywając, robisz to co lubisz?

- a) nie...
- b) różnie bywa...
- c) tak...

## 10. Czy możesz powiedzieć o sobie, że jesteś "wolnym człowiekiem"?

- a) nie...
- b) trudno powiedzieć...
- c) tak...

### Jeśli uzyskałeś(aś) 10-22 punkty

Nadszedł ten czas, kiedy powinienś wprowadzić zmiany w swoim życiu. Test nie odpowiada na pytanie, co musisz zmienić. Ten problem musisz sam zdiagnozować, a następnie przyjąć plan działania i konsekwentnie go realizować. Jeżeli tego nie zrobisz, Twoja frustracja będzie się pogłębiała i będziesz wpadał w coraz głębszy

życiowy dół, z którego coraz trudniej będzie Ci się wydostać. Przestań się bać i chwyć byka za rogi! To jest Twój czas na zmiany!

### Jeśli uzyskałeś(aś) 23-37 punktów

Nie jest tak, że musisz w swoim życiu wszystko diametralnie zmieniać, ale są sprawy, z którymi najwyższy czas się uporać. Na razie udajesz, że to co Cię dreczy, nie jest tak ważne lub po prostu starasz się o tym nie myśleć. Problemy mają jednak do Ciebie, że lubią się nawarstwiać, a niezrealizowane potrzeby powodują coraz większą frustrację. Najważniejsze jest jednak to, że to co powinieś zmienić, możesz na razie uczynić w sposób bezkonfliktowy. Nadszedł czas na niewielkie zmiany. A może większe?

### Jeśli uzyskałeś(aś) 38-50 punktów

Wszystko wskazuje na to, że w Twoim przypadku nie nadszedł czas na zmiany. Być może dzieje się tak dlatego, że nie czekasz aż to, co powinno być zmienione, zmieni się samo. Na bieżąco rewidujesz aktualny stan swojego życia i robisz wszystko, aby Twoje pragnienia i problemy nie nawarstwiały się. Z jednej strony jest to postawa bardzo korzystna dla Ciebie, ale czasami myśląc o sobie, zapominasz o bliskich Ci ludziach. Czas na zmiany? Nie! Jeszcze nie!

<http://www.psychotesty.dejzy.pl/>

| Pytanie | a | b | c |
|---------|---|---|---|
| 1       | 1 | 3 | 5 |
| 2       | 1 | 3 | 5 |
| 3       | 1 | 3 | 5 |
| 4       | 1 | 3 | 5 |
| 5       | 1 | 3 | 5 |
| 6       | 1 | 3 | 5 |
| 7       | 1 | 3 | 5 |
| 8       | 1 | 3 | 5 |
| 9       | 1 | 3 | 5 |
| 10      | 1 | 3 | 5 |



# Horoskop

## Wróżka Henry

\* numerologia \* horoskop partnerski  
\* tarot \* runy \* talizmany runiczne

WRÓŻBY RÓWNIEŻ ONLINE (skype, messenger)

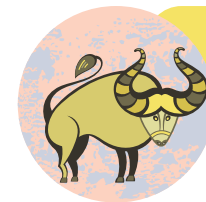
tel. 0496 41 22 40, [henryka.lorenc@wp.pl](mailto:henryka.lorenc@wp.pl)

Możliwość dojazdu do klienta również poza Brukselę!



### BARAN 22.03.-20.04.

Najważniejsza w tym miesiącu będzie rodzina. Tylko druga osoba, która darzy Cię szczerą miłością, może zapewnić Ci zadowolenie. To dobry czas na rzucenie nałogu.



### BYK 21.04.-21.05.

Jeśli nie zapanujesz nad swoim językiem, sprawisz ukochanej osobie wielką przykrość. Kto panuje nad sobą, panuje nad swoją przyszłością.



### BLIŹNIĘTA 22.05.-21.06.

Na pewno w tym miesiącu nie zabraknie pieniędzy w Twoim portfelu. Wręcz przeciwnie - szykują się dodatkowe dochody. Słuchaj rad osób godnych zaufania.



### RAK 22.06.-22.07.

Kiedy tylko pojawi się okazja, rozwijaj swoją karierę zawodową. Przygotuj się z wyprzedzeniem na zmiany, jakie zajdą w Twoim życiu.



### LEW 23.07.-23.08.

Ktoś obdaruje Cię cennym подарunkiem. Być może chodzi o okazję lub propozycję, która przyniesie ogromne korzyści. A może chodzi o miłość?



### PANNA 24.08.-23.09.

Utrzymuj dobre stosunki ze wszystkimi osobami ze swojego najbliższego otoczenia. Jeśli nie chcesz wejść w konflikt z ukochaną osobą, unikaj zazdrości.



### WAGA 24.09.-23.10.

Twoje kaprysy mogą być źródłem nieprzyjemności dla najbliższych osób. Oferuj ludziom więcej niż od nich bierzesz. Chroń układ oddechowy.



### SKORPION 24.10.-22.11.

Bądź cierpliwy, bo to najlepsze narzędzie do osiągnięcia sukcesu. Staraj się nie marnować pieniędzy na błahostki. Będziesz się teraz cieszył stabilnością.



### STRZELEC 23.11.-20.12.

Czeka Cię radosny miesiąc wypełniony miłością, optymizmem oraz nowymi pasjami. Zwróć uwagę na to, czego nie widać na pierwszy rzut oka.



### KOZIOROŻEC 22.12.-20.01.

To będzie nowy początek lepszego i bardziej świadomego życia. Bardzo ważnym elementem jest zakończenie starych projektów oraz eliminacja szkodliwych nawyków.



### WODNIK 21.01.-19.02.

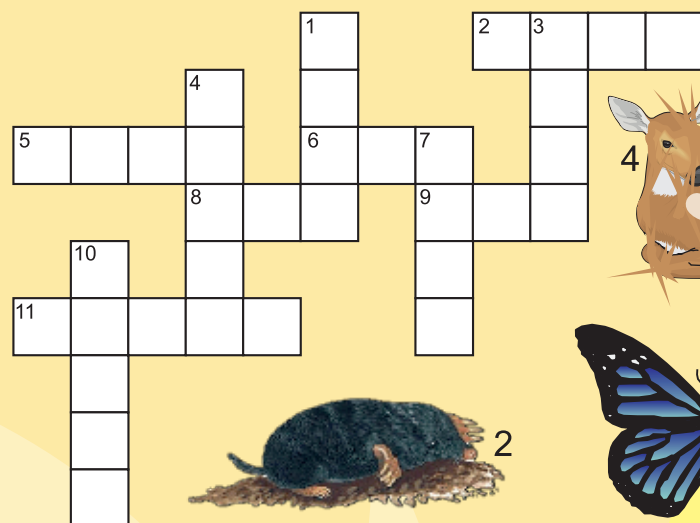
Dzięki perfekcyjnemu opanowaniu swoich umiejętności, możesz odnieść sukces w każdej dziedzinie. Komfort Twego życia ulegnie poprawie.



### RYBY 20.02.-20.03.

Nie musisz bać się porażek. Większość zadań wykonasz na zadawalającym poziomie. Cały czas utrzymuj wysoką pewność siebie.

Odgadnij nazwy zwierząt i wpisz w odpowiednie miejsce



Jedna jaskółka wiosny nie czyni...  
Pomóż tej jednej znaleźć drogę do reszty



### Uśmiechnij się

Na lekcji religii nauczyciel omawia z 5 i 6-latkami Dziesięć Przykazań. Właśnie omówili przykazanie o szanowaniu rodziców i nauczyciel spytał:

- A czy jest jakieś przykazanie, które mówi o tym, jak traktować braci i siostry?

Jasio (najstarszy z rodzeństwa), odpowiedział:

- Nie zabijaj.

\*\*\*

Jasio podchodzi do nauczycielki i mówi:

- Nie chce pani straszyć, ale mój tato powiedział, że jeśli nadal będę mieć uwagi w dzienniczku, to ktoś dostanie skórę!

\*\*\*

Znajdź 5 różnic w obrazkach



Połącz kropki i pokoloruj obrazek



Marcowe przysłowia

Czasem w marcu zetnie wodę w garncu.

Czego nie dokáže marzec, dokáže kwiecień.

Czterdziestu męczenników jakich, będzie czterdzieści dni takich.

Gdy bocian na święty Józef przybędzie, to śniegu już nie będzie.

Gdy marzec mglisty, w lecie czas dżdżysty.

Gdy na Józka bociek siądzie, mrozu więcej nie będzie.

Gdy w marcu burza z grzmiotem, miesiąc pogodny potem.

Gdy w marcu od południa ryknie, wielki ci z tego urodzaj wyniknie.

Ile mgieł w marcu, tyle deszczów w czerwcu.

Jak po Benedykcie ciepło, to i w lecie będzie piekło.

Jeśli w święty Kazimierz pogoda, to na kartofle uroda.



Byśmy zawsze były górą  
I jeździły dobrą furą!  
Byśmy miały kasy w bród,  
Przekroczyły sławy próg,  
By faceci przy nas mdleli,  
Nosić nas na rękach chcieli,  
By nam dali coś w prezencie,  
gdy dzień 8 marca będzie

**nowinki**

Litery z pól z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) kończy się literą poprzedzającą określenie.

Litery z pól z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie - tytuł przeboju zespołu Maanam.

A

Ż

L

[illegible]

- A) Rozsądek (7)
- B) Drzewo w grądzie (4)
- C) Radz. cztery kółka (9)
- Ć) W gardle, gdy chce się pić (7)
- D) „Łączy” hutnika z Gortatem (4)
- E) Jechanie konno (11)
- F) Młody żbik (5)
- F) Tales z Miletu (7)
- G) Zajmuje się badaniem trzęsień ziemi (9)
- H) „Okrycie” m mleku (6)
- I) Aleksander ... (Bolesław Prus) (8)
- J) Zawody w studio (11)
- K) Odbite światło (7)
- L) Zgrubienie na pniu drzewa (6)
- Ł) Komedia Mieczysława Krawicza z 1938 (11)
- M) Szczęki na chodniku (4)
- N) Jaszczurka z przylgami (5)
- Ń) „Już taki jestem ... ..” (9)
- O) Domowe – nie dymi (7)
- P) Wodoru – to deuter (6)
- R) Janusz Kamiński (8)
- S) Wyścigi jednośladów w trudnym terenie (8)
- Ś) Dewot (8)
- T) Nieudane ciasto (5)
- U) Kraj z Machu Picchu (4)
- W) Krzew kokainowy (11)
- X) Hrabstwo w W. Brytanii (Colchester) (5)
- Y) Wódka podawana z lodem (6)
- Z) Pracownik, który jeździ z dołu do góry, i z góry na dół (9)
- Ż) Dywersja (7)

Byśmy zawsze byli górą  
I jeździły dobrą furą!  
Byśmy miały kasy w bród,  
Przekroczyły stawy próg,  
By faceci przy nas mdleli,  
Nosić nas na rękach chcieli,  
By nam dali coś w prezencie,  
gdy dzień 8 marca będzie

**nowinki**



**BATIST**

Titres-Services  
Dienstencques

**Kochane Panie  
- miłości, radości,  
szczęścia, szaleństwa,  
sukcesów,  
nieszkodliwych ekscesów,  
kasy, grona przyjaciół  
i multum czasu.**

**ekipa BATIST**

Rue L. Courouble 51  
1030 Schaerbeek  
tel. 02 880 99 41  
gsm 0485 87 64 88  
schaerbeek@batist.be

Av. Jean Volders 16  
1060 Saint-Gilles  
tel. 02 880 99 45  
gsm 0485 87 64 16  
saint-gilles@batist.be

Grote Steenweg 83  
2600 Berchem  
tel. 03 281 66 86  
gsm 0485 87 64 18  
batist1@batist.be

Quellinstraat 43  
2018 Antwerpen  
tel. 03 555 98 75  
gsm 0485 87 64 21  
batist3@batist.be

Rue du Peuple(T) 50  
7333 Saint-Ghislain  
tel. 065 70 00 33  
gsm 0494 16 82 83  
tertre@batist.be