



Praca za granicą

IV kwartał 2022 Poznań

ISSN 2391-5597

nr **34**



**Pflegezeitgesetz
– czas na pożegnanie się**

**Demencja – historie,
które nie dają spokoju**

**Szare mydło (Kernseife)
– warto do niego wrócić!**

**Schwäbische Maultaschen
– niemieckie pierogi**



Od Redakcji

Oszczędzanie nie tylko w październiku

Panie i panowie opiekunki, którzy tak jak ja pamiętają czasy, kiedy do szkoły zakładało się fartuszek z dopinanym kohnierzykiem, pamiętają zapewne też pewną październikową akcję. Jeden z niewielu istniejących wówczas banków ogłaszał „październik miesiącem oszczędzania”. Dzieci uczono w ten sposób gospodarności – zbierały sobie pieniądze w ramach tzw. SKO (Szkolna Kasa Oszczędności). Były to też czasy, kiedy przynosiło się z powrotem do domu papier śniadaniowy po kanapce, do kolejnego użycia.

Wygląda na to, że w tym roku oszczędzać trzeba będzie bardziej niż kiedykolwiek i nie mam na myśli tylko bieżącego odkładania pieniędzy. Olbrzymi wzrost cen żywności, kosztów prądu, ogrzewania i paliwa w połączeniu z inflacją, już latem 2022 pozwolił niektórym opiekunom inaczej spojrzeć na postawy podopiecznych, określane niekiedy mianem „skąpstwa”.

Seniorzy mają stałe dochody z emerytur i oszczędności, które ciągle się kurczą i których nie mają jak powiększyć. Widzieli i przeżyli już niejedno i ciągną za sobą bagaż doświadczeń. Oszczędzają nawet jak nie muszą – wiedzą, że jutro jest nieprzewidywalne. To, co dzisiaj wydaje się niepotrzebne, jutro może zdecydować o być albo nie być.

Opiekunowie, mimo że zarabiają w stabilnej walucie, jaką jest euro i mniej niż rodacy zarabiający w złotówkach odczuwają skutki inflacji, inaczej patrzą już na kwestie oszczędzania. Wiadomo, każdy chciałby tak zmienić swoje wynagrodzenie, żeby pomimo zmian w cenach usług i produktów, nie musiał rezygnować ze swoich przyzwyczajzeń i oczekiwań. Ale jest przecież granica rynkowa płac, której nie da się przeskoczyć.

Wróciły czasy porównywania cen podstawowej żywności w Polsce i w Niemczech. Już latem 2022 roku wraz z wracającymi do Polski opiekunami, wjechało wiele kilogramów cukru. Busy i autokary wkrótce znowu będą zapakowane dodatkowym bagażem, składającym się z kupionych okazjnie produktów spożywczych. Tego już dawno nie było – w końcu w Polsce można było dostać te same rzeczy w podobnych cenach. Trudno przewidzieć dokładnie, co będzie w następnych miesiącach w bagażach opiekunek wracających do Polski, być może będą podobne do tych sprzed 15 lat.

Oszczędzanie nie polega tylko na odkładaniu pieniędzy. To codzienne działania, ciągły proces – dla niektórych niezrozumiały. Na pewno znają go doskonale ludzie starsi. Wiedzą, że oszczędzając od 40 lat wodę (np. zakręcając kran w trakcie mycia zębów) czy na ogrzewaniu (jesienią i zimą zakładając ciepłszy sweterek zamiast podkręcać termostat), na starość, pomimo wszelkich przeciwności losu, mogą mieć obok siebie przyjazną duszę – opiekunkę.

Może trochę na przekór, ale mam nadzieję, że te ciężkie czasy zmieniają, moim zdaniem, zbyt konsumpcyjny styl życia. Może znowu zacniemy naprawić zamiast od razu wyrzucać i kupować nowe. Może dzięki temu przestaniemy się bać, że utoniemy w tonach śmieci, bo będzie ich mniej. Może skończy się marnotrawienie żywności. Może wszyscy wyciągniemy z tej trudnej sytuacji dobre wnioski.

Będzie lepiej! Trzeba tylko przetrwać w spokoju i rozwadze.

Dorota Lewandowska

Pflegezeitgesetz – czas na pożegnanie się



Wielokrotnie poruszaliśmy temat wsparcia, jakie mogą otrzymać od państwa niemieckie rodziny w przypadku konieczności bieżącej opieki nad osobami starszymi i niepełnosprawnymi. W prawie niemieckim znajdziemy także przepisy, które zapewniają pracownikom czas i przestrzeń, na pożegnanie się z ciężko chorymi krewnymi, którzy nie roszą nadziei na wyzdrowienie. Na ich mocy można uzyskać specjalny urlop w sytuacji, kiedy bliscy znajdują się w ostatniej fazie życia.

Zasady i sposób wykorzystania takiego urlopu reguluje ustawa *Gesetz über die Pflegezeit (Pflegezeitgesetz – PflegeZG, § 3)*, która weszła w życie 1 stycznia 2015 roku. Przepisy, które omówimy, nie dotyczą pracowników przedsiębiorstw zatrudniających poniżej 15 osób.

Jeżeli bliska osoba jest objęta leczeniem paliatywnym lub jest w stanie, którego nie można już wyleczyć, a przewidywana długość życia jest ograniczona do kilku tygodni lub miesięcy, można skorzystać ze specjalnego urlopu przez maksymalnie 3 miesiące. Urlop można wziąć w pełnym lub niepeł-

nym wymiarze. Prawo do takiego urlopu przysługuje nie tylko, jeśli osoba bliska przebywa w domu. Z takiego wsparcia można skorzystać również, gdy przebywa np. w hospicjum.

Aby uzyskać taki urlop, pracownik musi złożyć u pracodawcy wniosek o jego udzielenie, przynajmniej z 10-dniowym wyprzedzeniem. Podczas takiego urlopu w pełnym wymiarze, pracownikowi nie należy się wynagrodzenie. W sytuacji urlopu w niepełnym wymiarze – należy się wynagrodzenie proporcjonalnie do czasu wykonywanej pracy.

Do wniosku o udzielenie tego specjalnego urlopu należy dołączyć zaświadczenie wystawione przez *Pflegekasse* lub *Krankenkasse*. W okresie korzystania z urlopu na podstawie § 3 *Pflegezeitgesetz – PflegeZG*, pracownik podlega szczególnej ochronie przed wypowiedzeniem stosunku pracy.

Możliwość skorzystania z takiego urlopu jest bardzo wartościowa. Daje rodzinom niemieckim czas na okazanie osobie umierającej wsparcia, ciepła. Pozwala spędzić ze sobą czas – tak po prostu, ostatni raz.

Demencja – historie, które nie dają spokoju



Zatrzymajmy się na chwilę na podopiecznych – na ich historiach, na historiach o ludziach.

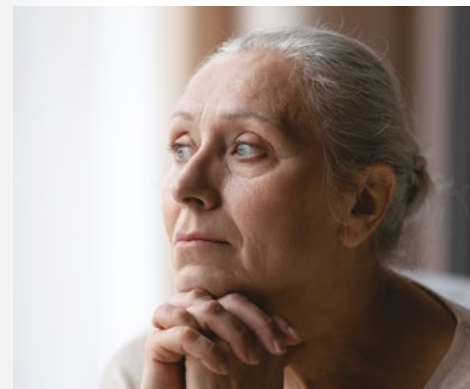
Miłość na zawsze

Ona – żona chora na Alzheimera, nieruchoma jak maskotka, w pięknych ubraniach, elegancka jak w filmie na podstawie „Pamiętnika” Nicolasa Sparka. On – mąż, codziennie tak samo zakochany, jak 50 lat temu, czekający na sygnał rozpoznania, którego nigdy nie dostał.



Marianna z rozczuleniem wspomina pracę u pary małżeńskiej w Monachium. „Obejrzałam setki fotografii i filmów z ich życia. Pan codziennie pokazywał je niby dla mnie, ale ciągle zerkał na żonę. Liczył na jej „przebudzenie” pod wpływem wspomnień. To była piękna miłość i piękna para. Miawali ciche dni, czasami się ostro pokłócili, ale przez te wszystkie lata to były tylko chwile nieporozumień. Większa część ich życia to było wspólne spędzanie czasu, okazywanie sobie czułości, wspieranie się. Mieli taki plan, żeby na późną starość przeprowadzić się do Portugalii, kupili już nawet tam dom. Choroba Alzheimera dała znać o sobie, kiedy żona miała 61 lat i postępowała bardzo szybko. Ten pan (oboje mądrzy, wykształceni ludzie) zrobił dla żony wszystko, co można było zrobić z punktu widzenia współczesnej medycyny. Niestety, po niecałych 4 latach żona przestała go kompletnie rozpoznawać. Nie poznawała też dzieci, nikogo i niczego. Była jak na to schorzenie bardzo spokojna. Pozwalała się bez problemu umyć, ubrać, nakarmić. Nie była agresywna, nie uciekała. Czy Pani wie, że on przez 6 lat zawsze

jak wracał z biura, przynosił jej kwiaty? To było piękne i straszne zarazem. Codziennie wchodził do domu z tym samym wyrazem nadziei na twarzy, całował ją w rękę i próbował dać te kwiaty. I czekał na choćby najmniejszy błysk rozpoznania, że ona wie, że go pamięta, że nadal... Mam wiele lat doświadczenia w pracy w opiece, byłam w różnych miejscach, ale tę parę zapamiętam na zawsze. I powiem może coś niezbyt popularnego, ale sama nie potrafię zdecydować, kto w tej sytuacji miał gorzej – żona, którą choroba pozbawiła wszystkich wspomnień czy mąż, który zachował wszystkie wspomnienia wspólnego, dobrego życia, ale nie miał ich z kim dzielić? Mąż zmarł na zawał serca, kiedy był z wizytą u znajomych, reanimacja się nie powiodła. I wiecie co? Ona po kilku dniach dostała silnego wylewu i też odeszła. Może to zwykły przypadek a może jednak jakoś wiedziała o jego obecności? Tego się nigdy nie dowiem”.



Dwa nieszczęścia

On – tata z w miarę świeżą diagnozą – demencja czołowo-skroniowa. Tata, który podjął się samotnej opieki nad niepełnosprawną intelektualnie córką, kiedy żona nie wytrzymała i odeszła. Ona – ta córka, sama zagubiona. Nie wie, dlaczego tata jednocześnie ją odpycha i woła po imieniu.

Dla Beaty było to jedno z bardziej obciąża-

jących psychicznie miejsc pracy. „Ten pan poświęcił całe swoje życie opiece nad córką. Nie wiem dokładnie, co jej było, chyba po prostu taka się urodziła. Jej mama odeszła, jak dziewczynka miała dwa latka, ona jej nie pamięta. Tata bardzo dbał o córeczkę, starał się też, żeby nie została zamknięta w czterech ścianach. Chodziła do szkoły specjalnej, na terapie. Przyjeżdżał po nią codziennie taki specjalny transport, jeździła na kilka godzin do jakiejś pracy. Podobno mieli swój rytuał powitalny – jak wracała do domu, zawsze rzucała się w jego objęcia z „tatuś, tatuś, mój kochany tatuś”. Jak do nich trafiłam, to ona miała już 51 lat, a on 80. Niby jeszcze funkcjonował dobrze w znanym sobie otoczeniu, jednak miał problem z rozpoznawaniem twarzy. W jego umyśle gdzieś tam funkcjonowała twarz córki jako małej dziewczynki. I tęsknił za nią, pytał ciągle, gdzie jego córeczka, popłakiwał. A ona, nie rozumiała, co się dzieje. Dla niej tata był ciągle taki sam, a dla niego ta pani po 50-tce, która próbowała się do niego przytulać, była obcą osobą. Więc ją odpychał i pytał, co robi w jego domu. Wiele widziałam w swojej pracy w opiece, ale uwierzcie mi, to było coś strasznego. Oboje płakali – ona wołała „tatuś, tatuś, to ja”, a on rozpaczał „gdzie jest moja córeczka, co się z nią stało, powiedzcie mi”. Mieli takiego zaprzyjaźnionego prawnika, był ustanowiony jako dodatkowy opiekun prawny dla tej córki, gdyby ojcu coś się stało, dla mnie był też osobą do kontaktu. Widział kilka razy, jak wyglądają powroty córki do domu z pracy, jaki to dramat dla obojga. Po kilku tygodniach zakończyłam tam pracę. I córka i tata trafili do specjalistycznych ośrodków opiekuńczych. Czy mieli możliwość się spotykać? Nie wiem i na prawdę nie wiem, czy ich rozdzielenie było najlepszym rozwiązaniem. Pewnie nie, ale nikt nic lepszego nie wymyślił. Strasznie mi było żal ich obojga, taka wielka losowa niesprawiedliwość z piętnem demencji”.

Masz swoją historię z pracy w opiece do opowiedzenia? Napisz do nas!

Szare mydło (*Kernseife*) – warto do niego wrócić!



mydłem lekko zszarzałej bawełnianej bielizny czy pościeli, przywróci jej śnieżną biel. W opiece nad osobami starszymi często zdarzają się sytuacje, w których odzież została zabrudzona moczem lub stolcem. Niestety zwykłe pranie nawet w najlepszych proszkach nie zawsze usuwa ślady i nieprzyjemny zapach. Sprawdzonej babcią metodą będzie najpierw przepłukanie takiej odzieży zimną wodą, a następnie namoczenie przed praniem właściwym w szarym mydle.

Szare mydło dobrze sprawdza się także przy myciu. Nie ma może tak ujmującego zapachu, jak wiele innych drogerijnych mydeł, płynów pod prysznic czy płynów do kąpieli, ale dla skóry jest bezpieczne. Nie wywołuje alergii, nie przesusza skóry. Jest doskonałym środkiem myjącym dla delikatnej skóry osób starszych i każdej innej osoby. Przy systematycznym stosowaniu szarego mydła do mycia się, można sporo zaoszczędzić na balsamach do ciała – nie będą potrzebne. Szare mydło nadaje się również do mycia włosów. Wzmacnia je i poprawia kondycję skóry głowy (z wyjątkiem włosów farbowanych – kolor szybciej się wypłukuje). Ponieważ ma mocny odczyn zasadowy, na koniec do włosów powinno użyć się płukanki z octem (1 łyżka octu na 1 litr wody).



Nie tylko podopieczni, ale też starsza generacja opiekunek i opiekunów seniorów, pamięta jeszcze czasy, kiedy praktycznie jedynym, ale królewskim środkiem czystości w domu było... szare mydło (niem. *Kernseife*). I choć pod nazwą szare „mydło” sprzedaje się też mydło sodowe (jasne i twarde), które ma podobne właściwości, to prawdziwe szare mydło jest potasowe. Ma ciemniejszy (beżowo-brązowy) kolor niż mydło sodowe i jest bardziej miękkie.

Ekologiczne trendy życia w ostatnich latach sprawiły, że szare mydło powróciło do domów jako podstawowy produkt, służący nie tylko do utrzymania czystości. Do czego nadaje się szare mydło? Przede wszystkim jest doskonałym środkiem piorącym. Namoczenie i wygotowanie w wodzie z szarym

Roztworem z szarego mydła dokładnie posprzątam cały dom – umyjemy nim blaty, meble, kafelki, podłogi, ramy okienne, toaletę. Jeżeli komuś brakuje zapachów, do których przyzwyczailiśmy nas gotowe środki czystości, kilka kropli naturalnych olejków eterycznych (np. limonkowego, waniliowego, sosnowego) uzupełni ten brak. Dodanie olejku z drzewa herbacianego wzmocni działanie odkażające szarego mydła.

Istnieje dużo więcej sposobów zastosowania szarego mydła – m.in. do zwalczania szkodników roślin. Ciekawostką z medycyny ludowej, znaną w Niemczech jak

i w Polsce, jest działanie szarego mydła jako środka zapobiegającego nocnym skurczom łydek (*Wadenkrämpfe*) i łagodzącego zespół niespokojnych nóg (*Restless-Legs-Syndrom*). Mydło w płóciennym woreczku należy umieścić pod prześcieradłem w dolnej części łóżka.

Zapytaj swoich podopiecznych o szare mydło – na pewno znajdą jeszcze inne zastosowanie *Kernseife*! To może być ciekawy temat do rozmowy. A jeżeli chcesz oszczędzić i żyć ekologicznie – zacznij używać szarego mydła.

Filtr do parzenia kawy – to nie jest takie oczywiste



W większości niemieckich domów obojętne czy jest to wiosna, lato, jesień czy zima, poranna praca opiekunki osób starszych zaczyna się od tej samej czynności. Wstawia kawę w ekspresie przelewowym. Otwiera szafkę, zaspana sięga najpierw po papierowy filtr do kawy, którym wykłada pojemnik na kawę w ekspresie. Wydaje się, że filtr to kuchenny drobiazg, który istniał od zawsze, ale tak nie jest.

Filtr do kawy jest chronionym prawem wzorem użytkowym, który wymyśliła Melitta Bentz (ur. 1873 r. Drezno, zm. 1950 r.

Porta Westfalica). Jak podają liczne źródła internetowe, Pani Bentz była wielbiczką picia kawy. Bardzo przeszkadzało jej, że wypicie tego ostatniego, najlepszego łyżeczki kawy z dna filiżanki, było praktycznie niemożliwe bez zmieszania się płynu z fusami (*der Bodensatz*). To były czasy, kiedy w szkołach pisano jeszcze piórem ze stalówką, a żelazną częścią każdej szkolnej wyprawki była bibuła do osuszania nadmiaru atramentu (*das Löschblatt*). Pani Bentz jako 35-letnia mama wpadła na pomysł wykorzystania bibuły z wyprawki syna. W zużytej puszcze zrobiła na dnie otwórki,

wyłożyła jej wnętrze bibułą. Jej metoda parzenia kawy spodobała się wielu znajomym. Kawę można było wypić do tego ostatniego łyčka.

Melitta Bentz w czerwcu 1908 roku otrzymała wpis w cesarskim rejestrze zastrzeżonych wzorów użytkowych na swój pomysł, a w grudniu tegoż roku zarejestrowała pod swoim nazwiskiem firmę z kapitałem własnym w wysokości 73 fenigów. Początkowo była to typowa firma rodzinna – produkcją zajmowała się Pani Bentz z mężem i dziećmi. W relatywnie krótkim czasie przekształciła się w przedsiębiorstwo zatrudniające najpierw kilku, a potem kilkudziesięciu pracowników. Nie tylko Pani Bentz nie lubiła fusów od kawy – na jej produkt było wielu chętnych.

W ciągu niewielu lat firma rozwinęła produkcję filtrów do parzenia kawy. Początkowo w formie metalowego, okrągłego kubka z uszkiem i dziurkami, po współcześniejsze porcelanowe owalne dzbanuszki z dziurkami w podstawie. Na filizankę zakłada się pojemniczek, wkłada się filtr z bibuły i można zaparzyć doskonałą kawę bez fusów. Tę technikę parzenia kawy wykorzystuje się nadal w elektrycznych przelewowych ekspresach, codzienne użytkowanych przez opiekunów.

W niektórych domach osób starszych w zakamarkach szaf kuchennych nadal stoją tradycyjne pojemniki do zaparzania kawy Pani Bentz. Losy firmy po II wojnie światowej były burzliwe. Obecnie na rynku funkcjonuje duża międzynarodowa grupa kapitałowa, produkująca m.in. filtry do kawy i sprzęt gospodarstwa domowego pod nazwą Melitta.

Schwäbische Maultaschen – niemieckie pierogi



Nie ma chyba narodu na świecie, który nie może poszczycić się przepisem na pierogi. Znamy więc m.in. litewskie kołduny, gruzińskie chinkali – rodzaj pierogów nadziewanych surowym mięsem. Znamy pierogi na-

dziewane mięsem wcześniej ugotowanym i zmielonym albo z nadzieniem z różnych warzyw i serów (włoskie ravioli, chińskie dim sum) czy ze słodkim wkładem (np. polskie pierogi z truskawkami).

W Niemczech najbardziej znane pierogi to szwabskie *Maultaschen*. Są daniem wpisanym na listę potraw uznanych przez Unię Europejską za produkt regionalny. Z ich powstaniem wiąże się legenda – podobno wymyślili je mnisi. Chcąc ukryć, że jedzą w poście mięso, zmieszali je z warzywami i schowali w cieście.

Podstawowe składniki farszu klasycznych *Maultaschen* to szpinak, mięso i cebula. Proporcje i gatunek mięsa zależą od każdej gospodyni. Może to być mięso mielone albo jakaś wędzonka lub resztki z pieczeni. Dodatkami mogą być namoczona czerstwa bułka, jajka, natka pietruszki. Składniki powinny być bardzo drobno posiekane lub zmielone razem na gładką masę. Kształt

Maultaschen różni się znacznie od naszego wyobrażenia pieroga. Jeżeli gotuje się je w rosole, to mają przeważnie kształt dużych prostokątów. Jeżeli podsmaża się je na patelni, to farsz rozsmarowuje się na blacie ciasta, zwija w duży rulon i kroi na porcje. W Niemczech można kupić mrożone *Maultaschen* i niejedna niemiecka gospodyni przygotowuje szybki obiad, rozpuszczając w wodzie kostkę rosółową i wrzucając pierożki do wrzącego bulionu.

Zachęcamy do samodzielnego wykonania *Maultaschen*. Każdy ma swój ulubiony przepis na ciasto pierogowe i każdy będzie dobry, ograniczymy się więc do przygotowania farszu.

Składniki:

(Zutaten):

- 1 czerstwa bułka (1 Brötchen vom Vortag)
- 1 cebula (1 Zwiebel)
- 1 ząbek czosnku (1 Knoblauchzehl)
- 1 pęczek natki pietruszki (1 Bund Petersilie)
- 1 łyżka masła (1 El Butter)
- 1 jajko (1 Ei)
- 300 g świeżego szpinaku (ew. 250 g mrożonego) (300 g frischer Blattspinat)
- 400 g mieszanego mięsa mielonego (400 g gemischtes Hackfleisch)
- pieprz (Pfeffer), sól (Salz), gałka muskatołowa (Muskatnuss)

Przygotowanie:

- 1 Namoczyć bułkę. Obrane i cienko pokrojone cebulę i czosnek zeszklić na łyżce masła. Dodać szpinak i dusić aż szpinak zmięknie i trochę odparuje.
- 2 Ostudzoną masę wymieszać z mięsem, dodać odcisniętą bułkę i zmielić w maszynce lub rozdrobnić blenderem. Dodać drobno pokrojoną natkę i jajko. Doprawić solą, pieprzem i szczyptą gałki muskatołowej.
- 3 Umieścić farsz w cieście. Gotować pierogi porcjami w gorącym rosole. Smacznego!

Deutsch ist einfach!

Relacja a relacje

Na początek łatwe słówko – *die Fußballweltmeisterschaftsübertragung*, czyli – transmisja sportowa z mistrzostw świat w piłce nożnej. Dlaczego łatwe? Bo wysłuchanie albo obejrzenie relacji sportowej czy innego raportu lub sprawozdania (*der Bericht, die Meldung*) jest o wiele prostsze niż utrzymanie relacji międzyludzkich (*zwischenmenschliche Beziehungen*).



W pracy w opiece nad osobami starszymi jesteśmy często świadkami relacji rodzinnych (*die Familienverhältnisse*). Od tego, jak nawiążemy relacje z podopiecznymi i ich otoczeniem (*eine Beziehung aufnehmen*) zależy, czy będzie się nam pracowało lepiej czy gorzej. W opiece bardzo ważne jest utrzymanie relacji opartych na zaufaniu (*Vertrauensverhältnis*). Większość opiekunów osób starszych to ludzie, którzy od pierwszego kontaktu wzbudzają zaufanie (*Vertrauen wecken*) rodzin osób starszych. Na zdobycie zaufania (*Vertrauen gewinnen*) u podopiecznych trzeba poczekać zwykle trochę dłużej.

Ufność (*die Zuversicht, das Vertrauen*) jest pozytywną cechą charakteru. Niestety zdarzają się sytuacje, w których ktoś zawiedzie nasze zaufanie, zniszczy je (*Vertrauen zerstören*) roznosząc lub rozpuszczając plotki na jakiś temat (*Gerüchte verbreiten, Klatsch verbreiten*). Utracone zaufanie ciężko jest odbudować (*Vertrauen wieder aufbauen*). Dlatego bardzo ważne jest, żeby w relacjach towarzyskich (*soziale Beziehungen*) nie zdradzić przypadkiem tajemnic powierzonych nam w zaufaniu (*anvertraute Geheimnisse*). Ale tę tajemnicę można wszędzie rozgłaszać (*das Geheimnis verbreiten*)...

relacja sportowa – *der Sportbericht*

zdawać relację – *einen Bericht geben*

relacje międzyludzkie – *zwischenmenschliche Beziehungen*

nawiązać relację – *Beziehung aufnehmen*

mieć dobre/trudne relacje rodzinne – *gute/schwierige Familienverhältnisse haben*

Deutsch ist einfach!

Krzyżówka

OZNACZA NIEWIADOMĄ	ZAŁOŻYCIEL TEB, MAŻ HARMONII	FILMOWE TROFEUM	PRAWNICZY ADEPT	IBIZA NA SZOSIE
RODNIK KWASOWY	ODMIERZA KROPLE	DAR SKŁADANY BOSTWU	CZŁONEK BRYTYJSKIEJ IZBY LORDÓW	
CZARNA WODA	TRYT DLA WODORU	ZE SZCZYTEM TRZY KORONY	WŚRÓD FUTER	
ZAPADA WIECZOREM	ROBI OBICIA MEBLOWE ZE SCENĄ	1/2 WARTOŚCI DŹWIĘKU	ROZ- MYSLNE UTRUD- NIANIE	
ZE STOLICĄ W TALLINIE	DELFIN	WONNY ZWIĄZEK	TEKST NA SZYLDZIE	
			DZIĘDZIEL	
GAZELA Z KENII	PRZODEK MEKSYKANINA	WIEŻOWIEC	CUKIEREK ŚMIETAN- KOWY	
POLSKI JEEP	MIASTO NA GÓRNYM ŚLĄSKU	PODOBNA DO PSZCZOŁY		
COLLETTE, AKTORKA	SÓL KWASU AZOTO- WEGO	SIŁABA KAWA		
"G" Z BEMOLEM	FISKALNA W SKLEPIE			
BRAT ABLA				



Prosimy o przesyłanie poprawnych odpowiedzi na adres Redakcji: Arbeitlandia, ul. Emilii Szczanieckiej 1a/24, 60-215 Poznań, z dopiskiem na kopercie „Krzyżówka”, do dnia 9 grudnia 2022 roku. Osoby, które prześlą prawidłowe rozwiązanie razem z zamieszczonym obok kuponem, otrzymają bon o wartości 50 PLN do wykorzystania w sklepie internetowym sklep.carework.pl. Fundatorem nagrody jest CareWork - carework.pl. Regulamin konkursu jest dostępny na www.arbeitlandia.eu.

Laureatką ostatniej krzyżówki została Pani Justyna M. z Nysy – gratulujemy!

NOWY ROK, NOWE MARZENIA?

Z CAREWORK ICH SPEŁNIENIE

BĘDZIE ŁATWIEJSZE!

Sprawdź nasze oferty!

Oferujemy atrakcyjne
wynagrodzenie
i premię świąteczną nawet

+340 EURO brutto*
za 4 dni pracy!

* z pracą w Wigilię, dwa dni Bożego Narodzenia
i Nowy Rok (85 euro brutto za każdy dzień)



Agencja opieki
nad osobami
niezamoznymi

www.tuv.com
ID: 9105078343

Oddział w Gliwicach

ul. Dolnych Wałów 9
44-100 Gliwice
☎ 32 336 90 60

Oddział w Poznaniu

ul. Głogowska 84
60-741 Poznań
☎ 61 662 10 81 lub 82

Oddział we Wschowie

ul. Kuśnierska 4
67-400 Wschowa
☎ 65 520 47 18

Legnica

☎ 666 012 659

Leszno

☎ 602 134 800

