



Praca za granicą

1 kwartał 2023 Poznań

ISSN 2391-5597

nr **35**



**Kalendarz świąt
niemieckich 2023**

**Podopieczny nie chce jeść
– sposoby na niejadka**

**Niechciani towarzysze
w domu osób starszych**

**Marlenehose
(Marlene-Hose)**



Dzieciństwo i starość

Mam dwóch kilkuletnich sąsiadów. Kochani chłopcy – bliźniaki. Ale jak to dzieci – nie słuchają poleceń, są wszędzie tam, gdzie nie powinni być, robią rzeczy, które wprowadzają dorosłych w zakłopotanie albo irytację. Uczą się dopiero mówić, ale mówią do dorosłych i do siebie rzeczy, których nie wypada powiedzieć. Nie chcą rysować, malować farbami, bo nie widzą, żeby dorośli to robili. Chcą być w kuchni, włączać i wyłączać urządzenia elektryczne, brać do ręki to co widzą u dorosłych – pilota, myszkę od komputera, komórkę, nożyczki itp. Dąsają się i złością na zakazy, płaczą, żeby sprowokować u dorosłych zachowania, które chcą uzyskać – akceptację dla robienia tego co oni chcą. Jeżeli chce im się pić, bez wahania sięgną po wodę do prasowania, bo butelka wygląda jak zwykła woda do picia. Chcą wyjść teraz już zaraz, nie chcą się położyć spać, chociaż są zmęczeni. Bawią się jedzeniem, brudząc przy tym siebie i wszystko dookoła. Siorbią, mlaskają, bez skrępowania puszczają wiatry. Potrafią udrapnąć, popchnąć, uderzyć.

Tak naprawdę ich zachowania niewiele się różnią od zachowania osób starszych z demencją. Różnica polega głównie na świadomości otoczenia, że dziecko z czasem nabędzie prawidłowych nawyków. Zrozumie, co jest dla niego niebezpieczne, co nieprzyjemne dla innych, czym się można bawić a od czego trzymać z daleka. Będzie ładnie zachowywać się przy stole, nauczy się panować nad emocjami, gdy coś będzie nie po jego myśli.

Ludzie, których dotknęło w podeszłym wieku nieszczęście demencji skroniowo-czołowej, choroby Alzheimera czy innego rodzaju otępienia, będą tylko traciли kolejne nawyki. Nie przystosują swojego zachowania do norm społecznych.

Doświadczeni opiekunowie osób starszych wiedzą, że najważniejszym punktem ich pracy jest tolerancja i cierpliwość. Tak samo jak przy dzieciach, z tym, że dzieciom łatwiej się wybacza. Dziecko, które „nabroi” przyjdzie się potem przytulić, podzieli się z nami ciasteczką, czasami nawet powie przepraszam. Nasi podopieczni nie są mistrzami okazywania wdzięczności, nie przepraszają, bo albo nie pamiętają, jak się zachowali albo też nie widzą w swoim zachowaniu nic złego.

W nadchodzącym 2023 roku życzę więc wszystkim opiekunkom i opiekunom osób starszych, aby nadal znajdowali w sobie tę wyjątkową moc cierpliwości i tolerancji, szacunku dla ludzi zagubionych w swojej rzeczywistości. I życzę również otoczeniu społecznemu, w którym funkcjonują opiekunki i opiekunowie osób starszych – firmom, rodzinom chorych – umiejętności spojrzenia na ich pracę z należyty szacunkiem.

Dorota Lewandowska

„Starość nie jest niczym innym, jak tylko powtórzeniem wieku dziecięcego”

(Antyfanes 405–333 p.n.e.)

Kalendarz świąt niemieckich 2023

Kalendarz świąt niemieckich odzwierciedla specyfikę Niemiec jako państwa federacyjnego. Nie zawsze dzień ustawowo wolny od pracy będzie obowiązywał wszędzie. W niektórych landach decydują o tym np. proporcje pomiędzy liczbą ludności katolickiej a protestanckiej. Są też święta specyficzne tylko dla danego landu – np. Internationaler Frauentag to dzień wolny od pracy tylko w Berlinie, a Welthindertag w Turynii (obchodzony 20 września). Buß- und Betttag jest od 1995 roku ustawowo wolnym dniem od pracy tylko w Saksonii. Jako ciekawostkę przypominamy, że do 1994 roku było to święto ogólnoniemieckie. Zostało zniesione dla zrównoważenia kosztów wprowadzenia nowego rodzaju składki – pielęgnacyjnej. To z niej pochodzą fundusze, które dzisiaj pomagają wielu rodzinom niemieckim w sfinansowaniu kosztów opieki nad osobami starszymi.

W domowej opiece nad osobami starszymi w Niemczech dzień ustawowo wolny od pracy to sygnał, że może zjawić się, na dłużej niż zwykle, ktoś z rodziny podopiecznych.

To także konieczność dostosowania rytmu i zakresu zakupów. Podopieczni mogą mieć odwołane wizyty w Tagespflege, fizjoterapię czy gimnastykę. Starsi ludzie z reguły nie lubią i nie rozumieją zmian w swoim rozkładzie dnia i dobrze jest uprzedzić ich o świętach. Seniorzy potrzebują więcej czasu na oswojenie się z inną sytuacją.

Bez względu na formę zatrudnienia w Niemczech, czy to na polską umowę, czy niemiecką, czy w opiece domowej czy w „Heimie”, dla wielu opiekunek osób starszych najważniejsze święta to Boże Narodzenie. Jest to czas, kiedy nie tylko opiekunki, ale i inni pracujący za granicą, gremialnie wracają do Polski, do rodzinnych domów. W 2023 roku Wigilia Bożego Narodzenia przypada na niedzielę (w 2024 roku będzie to środa). Więcej opiekunów decyduje się na podjęcie pracy w opiece w okresie wielkanocnym. W 2023 roku dni wolne w Niemczech z okazji Wielkanocy to 7 kwietnia (w Polsce Wielki Piątek jest normalnym dniem pracy) oraz 9 i 10 kwietnia (w 2024 roku będzie to odpowiednio 29.03, 31.03 i 1.04).

Kalendarium niemieckich świąt państwowych 2023

2023	Datum	Wochentag	Wo?
Neujahr (Nowy Rok)	01.01	Sonntag	alle Bundesländer
Heilige Drei Könige (Trzech Króli)	06.01	Freitag	BW, BY, ST
Internationaler Frauentag (Międzynarodowy Dzień Kobiet)	08.03	Mittwoch	nur Berlin
Karfreitag (Wielki Piątek)	07.04	Freitag	alle Bundesländer
Ostersonntag (Niedziela Wielkanocna)	09.04	Sonntag	nur Brandenburg
Ostermontag (Poniedziałek Wielkanocny)	10.04	Montag	alle Bundesländer
Tag der Arbeit (Święto Pracy)	01.05	Montag	alle Bundesländer
Christi Himmelfahrt (Wniebowstąpienie Pańskie)	18.05	Donnerstag	alle Bundesländer

Pfingstsonntag (Zielone Świątki)	28.05	Sonntag	BB
Pfingstmontag (Zesłanie Ducha Świętego)	29.05	Montag	alle Bundesländer
Fronleichnam (Boże Ciało)	08.06	Donnerstag	BW, BY, HE, NW, RP, SL
Maria Himmelfahrt (Wniebowzięcie Marii Panny)	15.08	Dienstag	BY, SL
Weltkindertag (Światowy Dzień Dziecka)	20.09	Dienstag	nur TH
Tag der Deutschen Einheit (Dzień Zjednoczenia Niemiec)	03.10	Dienstag	alle Bundesländer
Reformationstag (Święto Reformacji)	31.10	Dienstag	BB, MV, SN, ST, TH
Allerheiligen (Wszystkich Świętych)	01.11	Mittwoch	BW, BY, NW, RP, SL
Buß- und Betttag (Dzień Pokuty i Modlitwy)	22.11	Mittwoch	nur SN
1 Weihnachtstag (1. Dzień Bożego Narodzenia)	25.12	Montag	alle Bundesländer
2 Weihnachtstag (2. Dzień Bożego Narodzenia)	26.12	Dienstag	alle Bundesländer

BW: Baden-Württemberg

BY: Bayern

BE: Berlin

BB: Brandenburg

HB: Bremen

HH: Hamburg

HE: Hessen

MV: Mecklenburg-Vorpommern

NI: Niedersachsen

NW: Nordrhein-Westfalen

RP: Rheinland-Pfalz

SL: Saarland

SN: Sachsen

ST: Sachsen-Anhalt

SH: Schleswig-Holstein

TH: Thüringen

Podopieczny nie chce jeść – sposoby na niejadka



Niedożywienie jest groźne w każdym wieku, także w tym podeszłym. Według specjalistycznego portalu pflege.de, w przypadku osób starszych o niedożywieniu mówimy w dwóch kategoriach:

- niedożywienie ilościowe (*Quantitative Mangelernährung*) – organizm nie otrzymuje wystarczającej ilości żywności. Może to prowadzić do niedoboru ważnych składników odżywczych, utraty wagi, osłabienia i zwiększenia podatności na infekcje.
- niedożywienie jakościowe (*Qualitative Mangelernährung*) – organizm otrzymuje duże ilości pożywienia, ale stosowana jest nieprawidłowa dieta. Organizm nie dostaje wystarczająco dużo białka, witamin, mikro- i makroelementów. Prowadzi to do pogorszenia stanu zdrowia zarówno na poziomie poznawczo-umysłowym, jak i motorycznym.

W potocznej niemczyźnie funkcjonuje nieco już przestarzałe określenie na niejadka – *Suppenkasper*. To postać z wierszyków znanego XIX wiecznego niemieckiego autora moralizatorskich książeczek dla dzieci – Heinricha Hoffmanna. Bajkowy Kasper – zdrowy i rumiany chłopiec, nagle zaczął odmawiać jedzenia zup i po pięciu dniach zmarł. Jeżeli nasz podopieczny, jak *Suppenkasper* nie chce jeść, można zastosować kilka opiekuńczych trików.

W przypadku niedożywienia ilościowego:

- pomimo odmowy spożycia posiłku czy też braku deklaracji, na co starsza osoba ma ochotę, zapraszaj ją zawsze do stołu. Możesz powiedzieć – nie musi Pani/Pan jeść, proszę tylko ze mną posiedzieć. (*Sie müssen nicht essen. Bitte setzen Sie sich einfach zu mir.*)
- przygotuj na talerzu przed podopiecznym małą, naprawdę małą porcję posiłku. I nie namawiaj do jedzenia, ale sam jedz spokoj-

nie i powoli. Jest bardzo prawdopodobne, że podopieczny po chwili sięgnie po jedzenie.

- jeżeli podopieczny nie chce usiąść przy stole, zanieś mu do pokoju, bez zbędnych komentarzy, małą i ładnie przygotowaną przekąskę. Jest duża szansa, że zniknie, jak nie będziesz patrzeć.
- osoby starsze często przywiązują większą wagę do przyjmowania leków, niż do spożywania posiłków. Argumentuj, że leki podane na pusty żołądek nie działają dobrze. (*Frau Müller, bitte essen Sie wenigstens ein Stückchen Butterbrot. Sie müssen Ihre Medikamente gleich einnehmen und auf leeren Magen wirken sie nicht so gut.*)
- nakrywaj ładnie do stołu, tak, jakby to było święto albo mieli przyjść goście. Starsi ludzie reagują dobrze na znane z młodości sytuacje, w których musieli przystosować się do konwenansów.
- u seniorów często jest tak jak u dzieci – do jedzenia zachęca ich kolorowe posiłki. Położenie na talerzyku warzyw w kontrastowych kolorach (np. żółta papryka, liść sałaty, plaster pomidora) skoncentruje ich uwagę na jedzeniu.

W przypadku niedożywienia jakościowego – kiedy senior je, jednak niezdrowo:

- nie wprowadzaj gwałtownych zmian w diecie seniora, ale rób to stopniowo,
- zamień tłuszcze zwierzęce na roślinne,
- ogranicz ilość cukru – np. na podwieczorek zamiast ciasta podaj pieczone jabłko lub sałatkę owocową,
- staraj się powoli zmieniać proporcje w posiłkach na rzecz warzyw (mniejszy kawałek mięsa i więcej surówki, mniejszy kawałek wędliny a więcej pomidora czy sałaty)

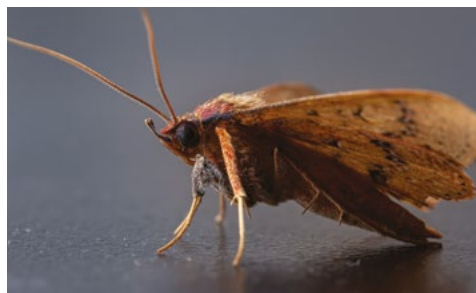
- zamiast gotowych napojów z dużą ilością cukru, podaj sok przygotowany np. z marchewki i pomarańczy albo herbatkę ziołową,
- jeżeli senior ma swoje autorytety (polityk, aktor, sportowiec) i upiera się przy niezdrowych przekąskach (wafelki, batoniki itp.), powiedz, że w Internecie była informacja, że idol nigdy tego nie je.

W każdej sytuacji, kiedy podjęte przez opiekuna działania nie przynoszą efektu, można poprosić rodzinę seniora o zorganizowanie konsultacji dietetycznej. Pamiętaj również, że gwałtowny spadek masy ciała, utrata smaku i łaknienia u podopiecznego może być objawem groźnej choroby i wymaga to wizyty u lekarza. Dotyczy to również opiekunów – dbaj o siebie!

Niechciani towarzysze w domu osób starszych



Nie, to nie o krewnych, sąsiadach czy przyjaciółach w nadmiarze i do przesady odwiedzających seniorów. To o dobrze znanych nam molach – i tych spożywczych, i tych ubraniowych. Miewamy z nimi do czynienia w nowych miejscach pracy, gdzie w domu jest dużo zakamarków, do których nikt dawno nie zaglądał. Jednak nawet tam, gdzie jest czysto i świeżo, nie jesteśmy bezpieczni od tych żarłocznych stworzeń.



Mole ubraniowe – die Kleidermotten

Mól włosienniczek, potocznie zwany odzieżowym lub ubraniowym to mały motyl nocny (6-9 mm). Dorosłe mole nic nie jedzą, jednak mogą złożyć nowe jaja. Ulubione pożywienie ich larw (*Kleidermottenlarve*) to futra (*Pelze*), wełna (*Wolle*), dywany (*Tepiche*), tapicerka (*Polsterstoffe*), tkaniny bawełniane (*Baumwollstoffe*), moher (*Mohair*), pióra (*Federn*) i niektóre tkaniny sztuczne (*künstliche Stoffe*). O ich żerowaniu na tkaninach świadczą ubytki i dziury. Skąd się biorą w mieszkaniach? Wlatują przez otwarte okna, w okresie od maja do września, przynosimy je sami z dworu np. na wełnianym swetrze. Można je zniechęcić do zagnieżdżenia się w domu. Nie lubią wielu naturalnych zapachów – lawendy, octu, drzewa sandałowego. Jest cała masa chemicznych środków



zarówno odstraszających mole, jak i zwalczających ich obecność. Wiele opiekunek osób starszych pamięta charakterystyczny zapach rzadko stosowanych w dzisiejszych czasach kulek z naftaliny (*Mottenkugeln*).

Jeżeli zauważymy, że koło mebli tapicerowanych latają mole, albo wylatują one z otwartej szafy, to czeka nas wielkie sprzątanie. Trzeba wyprać całą odzież w temperaturze 60 stopni, a delikatne tkaniny włożyć na kilka dni do zamrażarki. Szafy dokładnie umyć wodą z detergentem lub szarym mydłem i dodatkowo wodą z octem. Dywany i meble tapicerowane najlepiej wystawić na kilka dni na mroz.

Mole spożywcze – die Dörrobstmotten

Mól spożywczy, zwany również kuchennym, to również ćma – omacnica spichrzanka, czyli *Vorratsmotte* (*Kornmotte*, *Hausmotte*). Mole spożywcze są ciemniejsze od moli odzieżowych i mają wyraźnie zaznaczone poprzeczne paski na skrzydłach. Do domu wlatują przez otwarte okna, przynosimy je do domu z zakupami. Larwy *Dörrobstmotte* uwielbiają przede wszystkim produkty sypkie – kasze (*die Grütze*), mąkę (*das Mehl*), otręby (*die Kleie*), cukier (*der Zucker*). Jeżeli zauważymy coś w rodzaju cieniutkich niteczek, które sklejają ziarenka np. kaszy – to ślady larw moli. Metody zapobiegania

zalegnięcia się moli spożywczych polegają głównie na ich odstraszaniu. Nieoceniony naturalny sposób, to wyłożenie w szafkach kuchennych liści laurowych (*der Lorbeerblatt*). Zaleca się także przesypanie moli smakołyków do szczelnie zamykanych pojemników. Gdy pomimo podjętych środków mole się pojawią, czeka nas wielkie sprzątanie i szorowanie wszystkich zakątków szaf kuchennych. Zapasy żywności sypkiej niestety dla bezpieczeństwa najlepiej przeznaczyć na karmę dla ptaków.



Marlenehose (Marlene-Hose)



Co w tym niezwykłego? Choć trudno to sobie wyobrazić, to dopiero w latach 60-tych XX wieku spodnie stały się w pełni akceptowanym strojem wyjściowym dla kobiet. Wcześniej, nie tylko w Niemczech, spodnie u kobiet były tolerowane jedynie jako odzież robocza w fabrykach i element ubrania sportowego w niektórych dyscyplinach. Ba, istniały nawet przepisy wprost zakazujące kobietom noszenia spodni.



Klasyczne spodnie Marlene-Hose cechowały się wysokim stanem (*hoher Taillenbund*) i szeroką nogawką (*weites Bein*) z zakładkami (*Bügelfalten*) i kieszeniami bocznymi (*Hüftpassentaschen*) typu banan albo w stylu francuskim. Szerokość nogawki w kostce sięgała do 54 cm (*die Hosenbeinbreite am Knöchel erreichte bis zu 54 cm*). Specyficzna była również ich długość – albo prawie do samej ziemi (*fast bis zum Boden*) albo co najmniej do połowy pięty (*bis zur Hälfte der Ferse*). W dzisiejszej modzie pojęcia Marlene-Hose używa się do różnych modeli spodni z różnych materiałów, nawet z dzinsu. Eleganckie i codzienne spodnie są dziś zwykłą częścią garderoby kobiecej i pewnie tylko nasi podopieczni pamiętają, jaką sensację wzbudzała ubrana w garnitur Marlena Dietrich.

W zakamarkach szaf naszych wiekowych pań podopiecznych można znaleźć specyficznie uszyte spodnie, które w niemieckiej i światowej modzie spopularyzowała Marlena Dietrich. Nietuzinkowa osobowość Marleny Dietrich wyrażała się między innymi przez lekceważenie konwenansów modowych ówczesnych czasów. To ona już w latach 30-tych ubiegłego stulecia chętnie zakładała stroje stylizowane na męskie garnitury. W filmach i w życiu codziennym nosiła proste spodnie garniturowe, najczęściej z miękkiej, delikatnej wełny (*Wolle*).

Deutsch ist einfach!

Mówić, rozmawiać, powiedzieć

Tak to jest w opiece nad osobami starszymi, że jeżeli słabo znamy język, to częściej mówimy niż rozmawiamy. Mówimy, co chcemy zrobić, gdzie idziemy, co ma zrobić osoba starsza. W kategorię ciut dziwnego mówienia wpisuje się gderanie i mruczenie pod nosem – niby mówimy do siebie, ale chcemy, żeby ktoś to usłyszał. Rozmowa to coś więcej – wymieniamy się z kimś opiniami, poglądami, informacjami. W konstruktywnej rozmowie rozwiązuje się konflikty i wyjaśnia niektóre sytuacje. Rozmowa przybie-

ra niekiedy formę pogaduszek o wszystkim i niczym, ale też i plotek.

Opiekunki osób starszych wieczorami rozmawiają z bliskimi i znajomymi na czacie. To nowa forma rozmowy, inna niż rozmawianie przez telefon i w sumie nadaje nowy wymiar pojęciu „rozmowa”. Na czacie możemy używać mikrofonu i kamery, ale czat może też mieć formę tylko pisemną. Trudno zrozumieć starszym pokoleniom, że „rozmawiamy” pisząc do siebie. Tak czy siak (*so oder so*)...

Deutsch ist einfach!

rozmawiać z kimś – sich mit jemandem unterhalten

mówić – sprechen, reden

powiedzieć – sagen

rozmawiać z kimś na czacie – sich mit jemandem im Chat unterhalten

rozmawiać o wszystkim i niczym – über Gott und die Welt reden

rozmawiać przez telefon – telefonieren

szczerze mówiąc – ehrlich gesagt

mówić do siebie – mit sich selbst reden

łatwo ci mówić – du hast gut reden

rozmawiać w języku niemieckim – Deutsch sprechen

mruczeć coś pod nosem – etwas in den Bart murmeln (brummen)

gderać – meckern, nörgeln

pogaduszki – die Plauderei

gadać o czymś – über etwas reden

obgadywać kogoś – über jemanden klatschen, über jemanden lästern

Kokos – Schlagsahne

Nietolerancja laktozy pochodzącej z mleka krowiego jest częstą przypadłością związaną nie tylko z podeszłym wiekiem. Jest to coraz częściej występująca alergią pokarmowa, również wśród opiekunów. Nie tylko w chłodne, zimowe dni, trudno wyrzec się bitej śmietanki – smakuje jako dodatek do kawy, owoców, ciast, a posypana orzeszkami i polana czekoladą, jest sama w sobie świetnym deserem.

Jest ratunek w sytuacji, gdy szkodzą nam produkty mleczne, ale też wtedy, gdy lubimy żywność roślinną (wegańską). W roli bitej śmietanki świetnie sprawdza się mleczko kokosowe. W sklepach można dostać najczęściej puszkę lub kartoniki. Aby nasza we-

gańska i bezlaktozowa śmietanka się udała, trzeba spojrzeć na zawartość tłuszczu w produkcie – powinno być go przynajmniej 60%. Przed użyciem dobrze jest schłodzić mleczko kokosowe przez kilka godzin w lodówce. Po otwarciu wyraźnie widać dwie warstwy – białą, dosyć twardą i gęstą, a pod spodem – wodę kokosową, którą trzeba odlać (i wypić, bo to bardzo wartościowy produkt).

Po oddzieleniu białej masy kokosowej, postępujemy tak samo, jak w przypadku śmietanki z mleka krowiego. Śmietanka kokosowa będzie miała nieco mniej atrakcyjny kolor, niż ta tradycyjna, ale w smaku niczym jej nie ustępuje!

Składniki:

(Zutaten):

- **puszka lub kartonik tłustego, gęstego mleczka kokosowego min. 60%** (eine Dose oder eine Packung Kokosmilch, fettreich min. 60%), dickflüssig)
- **śmietan-fix (Sahnestandmittel) – opcjonalnie**
- **cukier puder według gustu** (Puderzucker je nach Geschmack)

Przygotowanie:

- 1 Twardą część schłodzonego mleczka kokosowego włożyć do zimnego naczynia i miksować około 5-10 min (jeżeli dodamy stabilizator – będzie to ok. 5 min, bez niego zajmie to kilka minut dłużej).
- 2 Pod koniec miksowania dodawać stopniowo cukier puder, do oczekiwanego poziomu słodkości.

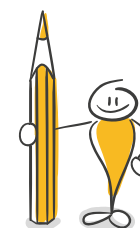


Bitą śmietankę z mleka kokosowego można stosować tak samo jak tradycyjną bitą śmietanę. Jeżeli będzie spożywana bezpośrednio po przygotowaniu, nie trzeba dodawać sta-

bilizatora. Jeżeli ma postać dłużej w lodówce lub posłużyć do dekoracji np. tortu, stabilizator jest niezbędny.

Krzyżówka

KAPIEL PAROWA	DŹWIG PORTOWY	MODEL UBIORU	NP. ROSÓŁ	POBORY AKTORA
			GRA ZE STRITEM	
			KUGUAR	
TABUN KONI	CIĄGNIĘTA SIEĆ	MOSIADZ LUB BRAZ UMACNIA NASYPY		GŁOS LWA
			POKUTA	
KONKURENCJA SZTANGISTÓW			POMYSŁ	
WSCHODZI RANO	HARACZ	AWANTURA ZDROBIAŁE CZOŁO		TAMUJE KREW
			GRUPA PRZESTĘPCZA, GANG	MAZISTA MASA
CENNA KARTA	KWIAT BĘDĄCY SYMBOLEM HOLANDII	ZAMKNIĘCIE U BRAMY	BYK W ZODIAKU	
SPIEKOTA			ADAM ..., POETA	SSAK PODOBNY DO ŚWINI
BARDZO MAŁA SKALA	MAŁY CHŁOPIEC	ŻYWE SREBRO		BLUZA AMAZONKI
	NARZUTA			
SZACHOWY REMIS		TEKST NA SZYLDZIE		
			PLYNIE PRZEC GOLENIÓW	
SKŁONNOŚCI LIŚCIE MARCHWI		GLUSZEC ALBO BAZANT		



Prosimy o przesyłanie poprawnych odpowiedzi na adres Redakcji: Arbeitlandia, ul. Emilii Szchanieckiej 1a/24, 60-215 Poznań, z dopiskiem na kopercie „Krzyżówka”, do dnia do dnia 10 marca 2023 roku. Osoby, które przesyła 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.

PREMIA

WIELKANOCNA

za pracę

7, 9 i 10 kwietnia 2023

GWARANTOWANE

255 EURO
brutto



Agencja opieki
nad osobami
niezależnymi

www.tuv.com
ID: 9105078343

Oddział w Gliwicach
ul. Dolnych Wałów 9
44-100 Gliwice

Oddział w Poznaniu
ul. Głogowska 84
60-741 Poznań

Oddział we Wschowie
ul. Kuśnierska 4
67-400 Wschowa



Zadzwoń!

 **61 662 10 81**

www.carework.pl