



Drogie Polki!

Maj! Co to był za miesiąc! Majówka pod hasłem "Poznajmy się!" była pierwszym wydarzeniem w naszej nowej, drugiej lokalizacji w Hadze w dzielnicy Laak. Od teraz będziemy spotykać się również w VrouwenBuurtLab przy Van Meursstraat 1 w Hadze. To jest okazja do świętowania. Impreza została dopięta na ostatni guzik dzięki naszej fantastycznej koordynatorce lokalizacji Laak Gosi Kaczmarczyk i cudownym wolontariuszkom POLKI, które nie tylko zaplanowały i zorganizowały spotkanie, ale i zadbały, by nikt z naszych gości nie czuł się niezauważony.

Dziękujemy serdecznie wszystkim, którzy przyczynili się do sukcesu naszej majówki. Naszym sponsorom jesteśmy wdzięczne za wsparcie, które umożliwiło nam zorganizowanie pysznego poczęstunku. Szczególne podziękowania dla VrouwenBuurtLab za przyjęcie nas pod swoje skrzydła i udostępnienie nam swojej lokalizacji.

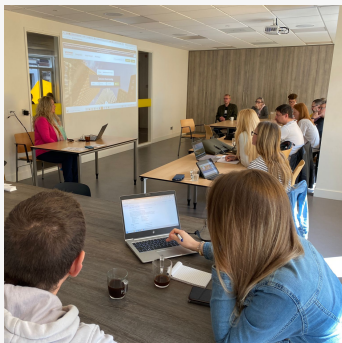
Dziękujemy również wszystkim, którzy do nas zawitali. Zapraszamy na kolejne spotkania na Laaku już w czerwcu, o szczegółach wydarzeń przeczytacie poniżej.





Co jeszcze ciekawego wydarzyło się w maju?

Warsztat dotyczący ubiegania się o mieszkanie socjalne cieszył się Waszym dużym zainteresowaniem, dlatego powtórzymy go w czerwcu, w naszej nowej lokalizacji w dzielnicy Laak. W ten sposób chcemy kolejnym osobom dać szansę skorzystania z tej cennej wiedzy!



Oczywiście, nie możemy zapomnieć także o naszej comiesięcznej grupie wsparcia, która niezmiennie wzbudza Waszą uwagę i entuzjazm. Powrócił temat stawiania granic, tym razem w relacjach z partnerami i teściami. Jak się okazuje, jest to kwestia ważna dla wielu osób i cieszymy się, że dyskusja i wsparcie w ramach grupy okazały się dla Was wartościowe.



Pragniemy również zwrócić Waszą uwagę na webinar o dwujęzycznym wychowaniu dziecka. Jest to temat, który dotyczy prawie każdej polskiej rodziny mieszkającej za granicą i warto posłuchać rozmowy z ekspertkami – logopedą Anną Held i psychologiem Joanną Durlik, aby uporządkować swoją wiedzę na ten temat i być świadomym, czy nasze dziecko potrzebuje dodatkowego wsparcia w tym zakresie, czy też nie. Webinar można obejrzeć na naszym fanpage'u:



[Link do transmisji na Facebook'u](#)

Dziękujemy że jesteście z nami i do zobaczenia w siedzibie POLKI w dzielnicy Segbroek, jak i naszej nowej filii w dzielnicy Laak!

[Dowiedz się więcej na temat tych i innych wydarzeń. Kliknij tutaj!](#)

Harmonogram na czerwiec

Lokalizacja SEGBROEK

Piątek 2 czerwca

18.00 Taalcafé

20.00 Klub Książki

Niedziela 4 czerwca

13.00-17.00 Polski Dzień Dziecka na Newtonplein w Hadze

Piątek 9 czerwca

18.30 Info Plaza – indywidualne konsultacje (finanse osobiste, pomoc prawna na terenie RP)

19.00 Taniec z Alicją

20.00 Grupa wsparcia dla kobiet na emigracji

Piątek 16 czerwca

18.00 Taalcafé

19.00 Taniec z Alicją

20.00 Jak radzić sobie z samotnością – warsztat

Piątek 23 czerwca

18.30 Info Plaza – indywidualne konsultacje (finanse osobiste)

19.30 Targi językowe w POLCE

Piątek 30 czerwca

18.00 Taalcafé

20.00 Klub Książki

Lokalizacja LAAK

Sobota 10 czerwca

10.30 Jak oszczędzać na rachunkach za energię – warsztat

Wtorek 20 czerwca

19.00 Grupa wsparcia dla kobiet na emigracji

Sobota 24 czerwca

10.00 Jak ubiegać się o mieszkanie socjalne: krok po kroku

Wtorek 27 czerwca

19.30 Siła, radość i witalność, czyli jak budować pewność siebie?

Uwaga! Jeśli chcesz mieć pewność, że newsletter zawsze będzie do Ciebie dostarczony to sprawdzaj również inne foldery / spam. Następnie kliknij na: „Zgłoś, że to nie jest spam” lub przenieś wiadomość do swojego folderu głównego, w przeciwnym razie wiadomość zostanie po pewnym czasie usunięta.

Przypominamy, że w naszym centrum przy wejściu wpisujemy się na listę obecności.

Uwaga: Na niektóre spotkania w naszej siedzibie obowiązują zapisy, mailowo lub poprzez wysłanie wiadomości przez Messenger na naszej stronie na Facebooku.

E-mail

FACEBOOK

SEGBROEK



Piątek 2 czerwca, godz. 20.00

Klub Książki

Czerwcowe spotkanie Klubu Książki będzie o najważniejszych dla Was książkach. Każda książka, czy to beletrystyka, literatura faktu czy też poradnik, przeczytana w odpowiednim momencie naszego

życia, może nas poruszyć i dać impuls do zmiany, zmienić naszą perspektywę i sposób postrzegania siebie i innych.

Zapraszamy na spotkanie. Jak zawsze nie ma lektur obowiązkowych, jest za to nasza biblioteka, kawa, herbata i najlepsze towarzystwo. [Wstęp wolny.](#)

Facebook

Piątek 2, 16 i 30 czerwca, godz. 18.00

Taalcafé

Zapraszamy do udziału w Taalcafé – konwersacjach po holendersku na poziomie początkującym i średniozaawansowanym.

W miłej atmosferze i pod czujnym okiem naszej wolontariuszki Carolien porozmawiamy na bieżące i interesujące Was tematy.

Wstęp wolny. Prosimy o zapisy przez nasz Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl

Wyślij email

FACEBOOK



Niedziela 4 czerwca, godz. 13.00-17.00

Polski Dzień Dziecka na Newtonplein

Serdecznie zapraszamy na czwartą już edycję naszego rodzinnego festynu z okazji Dnia Dziecka na Newtonplein w Hadze!

Będzie mnóstwo atrakcji dla dzieci i dorosłych, nie zabraknie też typowo polskiego jedzenia. W programie animacje dla dzieci, zabawy taneczne, zajęcia sportowe, zumba, malowanie buziek, poduszki do skakania i mnóstwo ciekawych warsztatów. O świetne humory i dobrą zabawę zadbają m.in. DJ Wróżka, Rainbow Kids Animator, Sound Upspring i FitTime Revolution.

Adres: Newtonplein, Haga. **Wstęp wolny.**

Sprawdź adres

FACEBOOK

Piątek 9 i 16 czerwca, godz. 19.00

Taniec z Alicją

Zapraszamy na lekcje tańca, które od pierwszych zajęć cieszą się ogromnym powodzeniem! Bo kto nie chciałby poruszać się trochę w rytm zmysłowej muzyki pod okiem doświadczonej instruktorki?

Zapisy poprzez Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl



Koszt: 3 euro za każde zajęcie, płatne z góry za cały miesiąc (w czerwcu będzie to 6 euro).

Warunkiem potwierdzenia miejsca jest wpłata całej kwoty na nasze konto.

Stichting POLKA NL79 TRIO [0320 1492 50](https://www.polka.nl)

Liczba miejsc jest ograniczona ze względu na wielkość sali.

Zapisz się

FACEBOOK



Piątek 9 czerwca, godz. 18.30

Info Plaza - indywidualne konsultacje (finanse osobiste, pomoc prawna na terenie RP)

Serdecznie zapraszamy Was na indywidualne, bezpłatne konsultacje z:

1. pracownikiem socjalnym Anną Gołębiowską, na których będzie można:

- uzyskać informacje dotyczące spraw socjalnych
- poprosić o poradę w sprawach dotyczących finansów
- uzyskać pomoc w tłumaczeniu pism urzędowych
- skonsultować inne problemy natury administracyjno-finansowej.

2. radcą prawnym Martą Irla-Sowińską w sprawach związanych z koniecznością podjęcia czynności na terytorium Polski, m.in. w zakresie spraw spadkowych, uregulowania stanu prawnego nieruchomości położonej w Polsce, prawa rodzinnego lub sporów z wykonawcą robót budowlanych.

Uwaga: Porady nie dotyczą spraw karnych ani spraw związanych z prawem holenderskim.

Konsultacje są **bezpłatne**. Obowiązują wcześniejsze zapisy poprzez nasz Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl

Zgłoś się

FACEBOOK

Piątek 9 czerwca, godz. 20.00

Grupa wsparcia dla kobiet na emigracji

Zapraszamy na cykliczne spotkania grupy wsparcia, gdzie pod opieką Moniki, naszej certyfikowanej terapeutki rodzinnej i life coacha oraz Doroty, dyplomowanej psychoterapeutki, możecie podzielić się swoimi trudnościami, porozmawiać z innymi kobietami, czy posłuchać opowieści o ich doświadczeniach dotyczących



życia za granicą. Bo warto o tym rozmawiać, chociażby po to, żeby wiedzieć, że nie jesteśmy w tym odosobnieni!

Wstęp wolny. Zapisy przez nasz Messenger na Facebooku lub mailem: inschrijven@polkacentrum.nl.

Wyślij email

FACEBOOK

SEGBROEK



Piątek 16 czerwca, godz. 20.00

Jak radzić sobie z samotnością – warsztat

- Masz psa, kota, przyjaciół, rodzinę, hobby itp., a i tak odczuwasz samotność?
- Może lęk przed samotnością w przyszłości odbiera Ci możliwość

cieszenia się życiem?

- A może podejrzewasz, że bliska Ci osoba zmaga się z samotnością?

Jeśli nie możesz uporać się z niestabilnymi nastrojami i negatywnymi emocjami, nie potrafisz ustalić, w czym tkwi problem, czujesz się źle – ten warsztat jest dla Ciebie!

Na spotkaniu zapoznamy Cię z oznakami, które mogą sugerować samotność, poznasz sposoby na jej zapobieganie oraz zwalczanie, dowiesz się także, kiedy konieczne jest skorzystanie z pomocy psychologa.

Wstęp wolny. Zapisy przez nasz Messenger na Facebooku lub mailem: inschrijven@polkacentrum.nl.

Zapisz się

FACEBOOK

Piątek 23 czerwca, godz. 18.30

Info Plaza – indywidualne konsultacje dotyczące finansów osobistych

Serdecznie zapraszamy Was na indywidualne, bezpłatne konsultacje z pracownikiem socjalnym Anną Gołębiowską, na których będzie można:

- uzyskać informacje dotyczące spraw socjalnych
- poprosić o poradę w sprawach dotyczących finansów
- uzyskać pomoc w tłumaczeniu pism urzędowych
- skonsultować inne problemy natury administracyjno-finansowej.

Konsultacje są bezpłatne. Obowiązują wcześniejsze zapisy poprzez nasz Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl



SEGBROEK

Info Plaza

Wyślij email

FACEBOOK

SEGBROEK



Piątek 23 czerwca, godz. 19.30

Targi językowe w POLCE

Zastanawiasz się nad rozpoczęciem kursu języka holenderskiego? Mieszkasz w Hadze i chcesz poznać ofertę zajęć w swojej okolicy? Zapraszamy na targi językowe, podczas których zaprezentujemy

niekomercyjną ofertę różnych instytucji działających na terenie Hagii!

Wstęp wolny. Prosimy o zapisy przez nasz Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl

Zgłoś się

FACEBOOK

Piątek 30 czerwca, godz. 20.00

Klub Książki

W ostatnim dniu czerwca, u progu lata porozmawiamy o dobrych książkach. Czym dla Was jest dobra książka?

Taka, z której dowiadujecie się czegoś nowego czy taka, która porusza Wasze emocje? Polemy sobie nawzajem

SEGBROEK



dobre książki, sezon urlopowy tuż,

tuż. **Wstęp wolny.**

Facebook

LAAK



Sobota 10 czerwca, godz. 10.30

Jak oszczędzać na rachunkach za energię – warsztat

Koszty energii elektrycznej i gazu ziemnego przekładają się na rosnące w szalonym tempie rachunki. Jak nad nimi zapanować, aby nie popaść w długi?

Zapraszamy na szkolenie zorganizowane wspólnie z LOKAAL Informatiepunt (mobilnym punktem informacyjnym/ info busik), na którym specjaliści z gminy Haga podpowiedzą Ci, jakie działania możesz podjąć, aby utrzymać swoje wydatki na energię pod kontrolą. Poznasz również szczegóły akcji gminy Haga dotyczącej instalacji energooszczędnych urządzeń w Twoim domu.

Spotkanie będzie tłumaczone na język polski. Liczba miejsc ograniczona.

Wstęp wolny. Zapisy przez nasz Messenger na Facebooku lub mailem: lokaal@denhaag.nl

Wyślij email

FACEBOOK

Wtorek 20 czerwca, godz. 19.00

Grupa wsparcia dla kobiet na emigracji

Zapraszamy na cykliczne spotkania grupy wsparcia, które od stycznia odbywają się regularnie w siedzibie Polki w Segbroek, a od teraz będą również na Laaku.

Spotkania prowadzą Monika, terapeutka rodzinna i life coach oraz Dorota, dyplomowana psychoterapeutka. Zadbają one o dobrą atmosferę, aby każda z Was mogła porozmawiać o mniejszych czy większych trudnościach związanych z mieszkaniem za granicą i nie tylko.

Wstęp wolny. Prosimy o zapisy przez nasz Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl

Zapisz się

FACEBOOK



LAAK



Sobota 24 czerwca, godz. 14.00

Jak ubiegać się o mieszkanie socjalne: krok po kroku

Na tym spotkaniu dowiesz się:

- jak zareagować na oferty mieszkania
- kto może prosić o tzw. *urgentie* i gdzie można składać wnioski o przyspieszenie otrzymania mieszkania.
- jak zapisać się na stronę Woonnet Haaglanden

Wstęp wolny. Prosimy o zapisy przez nasz Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl

Zgłoś się

FACEBOOK

Wtorek 27 czerwca, godz. 19.30

Siła, radość i witalność czyli jak budować

pewność siebie?

Wyobraź sobie, że w sytuacjach rodzinnych i zawodowych bije od Ciebie pewność siebie, że czujesz się dobrze w swojej skórze, nie boisz się oceny i bez obaw wyrażasz swoje zdanie. Brzmi dobrze?



Nie musisz sobie tego wyobrażać.

Serdecznie zapraszamy Cię na nasz warsztat o budowaniu pewności siebie, poprzez który chcemy wesprzeć i wzmocnić głosy kobiet i umożliwić im spełnianie się w każdej dziedzinie życia.

Dowiesz się na nim m.in.:

- co oznacza pewność siebie i jaka jest Twoja osobista jej definicja
- co jest twoją supermocą i jak to może wpłynąć na budowanie własnej pewności siebie
- jak używać i tworzyć język, który wzmocni Twoją pewność siebie.

Wstęp 5 euro. Prosimy o zapisy przez nasz Messenger lub mailowo: inschrijven@polkacentrum.nl.

Wyślij email

FACEBOOK

Do zobaczenia w POLCE!



Wspierają nas



niedziela.nl

Fonds 1818



 SHARE ON FACEBOOK

 SHARE ON TWITTER

 FORWARD EMAIL

Polka - Centrum voor Poolse Vrouwen

Regentesseplein 148

2562 GR Den Haag

The Netherlands

info@polkacentrum.nl

Otrzymujesz ten e-mail ponieważ jesteś na liście
subskrybentów, aby się wypisać, kliknij poniżej:

[Usuń z listy](#)

