

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort | 7 |
| 1. Allgemeines | 8 |
| 1.1 Eckdaten Polen | 8 |
| 1.2 Geografie | 9 |
| 1.3 Geschichte | 10 |
| 1.4 Amtssprache | 15 |
| 1.5 Staatsform | 16 |
| 1.6 Politische Parteien und aktuelle Situation | 16 |
| 1.7 Feiertage, Feste und Bräuche in Polen | 18 |
| 1.8 Schulferien | 20 |
| 1.9 Lebenshaltungskosten | 20 |
| 1.10 Die Orte beim Namen nennen | 21 |
| 1.11 Religion und Kirche | 22 |
| 1.12 Medien | 24 |
| 2. Als EU-Bürger in Polen | 26 |
| 2.1 Reisedokumente | 26 |
| 2.2 Arbeitserlaubnis | 26 |
| 2.3 Aufenthaltsgenehmigung | 26 |
| 2.4 Einbürgerung | 27 |
| 2.5 Rentenregelung | 28 |
| 3. Arbeiten in Polen | 29 |
| 3.1 Staatliche Arbeitsvermittlung in Polen (Arbeitsämter) | 29 |
| 3.2 Private Arbeitsvermittlungen, Zeitarbeitsfirmen und Internet-Jobbörsen | 29 |
| 3.3 Entsendung durch den deutschen Arbeitgeber | 29 |
| 3.4 Direktanstellung in Polen | 29 |
| 3.5 Firmengründung oder Selbstständigkeit | 30 |
| 3.6 Weitere Unternehmensformen | 31 |
| 3.7 Bewerbung | 32 |
| 3.7.1 Initiativbewerbung | 33 |
| 3.7.2 CV/Lebenslauf und Motivationsschreiben | 33 |
| 3.7.3 Bewerbungsgespräche | 33 |
| 3.8 Arbeitsvertrag | 33 |
| 3.9 Steuernummer (NIP) | 34 |
| 3.10 PESEL-Nummer | 34 |

| | |
|--|----|
| 4. Umzug und Wohnen in Polen | 36 |
| 4.1 Wohnungssuche | 36 |
| 4.2 Mietvertrag und polizeiliche Meldung | 37 |
| 4.3 Wohnungskündigung, Nachsendeauftrag, Abmeldung in Deutschland | 38 |
| 4.4 Anerkennung von Abschlüssen | 39 |
| 4.5 Führerschein und Autofahren in Polen | 39 |
| 5. Praktisches im Alltag | 42 |
| 5.1 Währung | 42 |
| 5.2 Stromspannung | 42 |
| 5.3 Post, Telekommunikation und Internet | 42 |
| 5.4 Bankdienstleistungen | 43 |
| 5.5 Öffentliche Verkehrsmittel | 44 |
| 5.6 Sprache | 45 |
| 5.6.1 Einstieg in die Sprache | 47 |
| 5.6.2 Wie und wo kann ich die Sprache lernen? | 47 |
| 5.6.3 Lehrbücher und Wörterbücher | 48 |
| 5.7 Schulpflichtige Kinder | 49 |
| 5.8 Bildungswesen | 49 |
| 5.9 Familienleben | 52 |
| 5.10 Freizeitgestaltung | 53 |
| 5.11 Ladenöffnungszeiten und Shopping | 53 |
| 5.12 Geschäfte machen in Polen/mit Polen | 54 |
| 5.13 Krankenversicherung | 55 |
| 5.14 Sozialversicherung, Rentenversicherung, Krankenversicherung und Krankengeld (sog. ZUS) | 56 |
| 5.15 Kindergeld und Elternzeit | 56 |
| 5.16 Mutterschutz | 57 |
| 5.17 Heiraten in Polen bzw. mit polnischem Partner | 57 |
| 5.18 Als Austauschschüler in Polen (kurz- oder langfristig) | 58 |
| 6. Studieren in Polen | 59 |
| 6.1 Praktikum und Freiwilligendienste | 60 |
| 7. Adressen | 61 |
| 8. Listen | 75 |