

PLUS

BEZPŁATNY TYGODNIK W NOWYM JORKU

27 listopada 2023

nr 48 (673)

November 27, 2023

str. 7



BOM BLOCK O'TOOLE & MURPHY, LLP
WIERZBIcki
WYPADKI • 646-351-8611

**POLSKI ELEKTRYK OTRZYMUJE 2
MILIONY DOLARÓW
ZA ZŁAMANĄ PIĘTĘ**

UBEZPIECZENIA



SAMOCYKODY ♦ DOMY ♦ BIZNESY ♦ MOTOCYKLE

**ZADZWOŃ JUŻ DZIŚ PO DARMOWĄ
I PROFESJONALNĄ WYCENĘ
ZAOSZCZĘDŹ SWÓJ CZAS I PIENIĄDZE!**



Jacek Szpernoga

LICENCJONOWANY AGENT W NJ, PA, VA, MD, NY, FL



Tel: 862 485 6893
jacek@atlanticagentgroup.com
www.jacekinsurance.com

Współpracujemy z wieloma firmami



NOWOKUNSKI LAW FIRM PLLC



ADWOKAT Z 15-LETNIM DOŚWIADCZENIEM

Joanna Ewa Nowokuński

- **ROZWODY (CONTESTED I UNCONTESTED)**
- **SPRAWY RODZINNE (CUSTODY I CHILD SUPPORT)**
- **SPRAWY KARNE (DUI, DOMESTIC VIOLENCE, ASSAULT, ETC)**
- **SPRAWY IMIGRACYJNE**

861 Manhattan Avenue,
Suite 6, Brooklyn, NY 11222

MÓWIMY PO POLSKU! SE HABLA ESPAÑOL!

347-743-9058

TELEFONY CZYNNE CAŁĄ DOBĘ

www.jenlawgroup.com

ULEGŁEŚ WYPADKOWI?

Dzwoń teraz po
BEZPŁATNĄ KONSULTACJĘ

Ewelina Sierzpułowska
DZWOŃ: 718-989-1495



**JOANNA
GWOZDZ**
ATTORNEY AT LAW

str. 14

Procedura spadkowa w sądzie ds. spadkowych

122 Nassau Avenue,
Brooklyn, New York 11222

T: **718-349-2300**



(347) 987-0394

info@pictureperfectny.com



**CHARLES
RUTENBERG** REALTOR
**NIERUCHOMOŚCI
FLORYDA**



Marta Marszałek
REALTOR
727-454-8088

str. 16

Pierwsze Damy – cz.226

Melania Trump (ur. 1970)

W prezydenckiej rezydencji Melania prowadziła dom na tyle tradycyjnie, na ile to możliwe, biorąc pod uwagę godziny pracy męża i jego obsesję na punkcie oglądania wiadomości telewizyjnych. Ze względu na Barrona chciała, żeby wszystko - posiłki, zabawy i cała reszta - jak najbardziej przypominały czasy przedwaszyngtońskie.

Częścią spuścizny byłej pierwszej damy są nadal trwające prace konserwatorskie i dekoratorskie wykonywane w Białym Domu, żywym muzeum historii narodu amerykańskiego. Każda odchodząca pierwsza rodzina, która mieszkała w 132-pokojowej rezydencji, zostawia coś po sobie. I chociaż Melania nie skupiała się na remoncie, podczas jej kadencji wprowadzono kilka znaczących dodatków i ulepszeń. Obejmowały one między innymi zakup posągu z brązu autorstwa Isamu Noguchi, renowację pokoju wschodniego i nowe tkaniny, aby zastąpić uszkodzoną przez słońce tapicerkę i ściany w pokoju czerwonym. Były też projekty praktyczne, takie jak modernizacja podziemnego magazynu kuratorskiego i renowacja historycznych drewnianych drzwi, które przez dziesięciolecia były dziurawione przez prezydenckie psy.

Melania pasjonowała się zachowaniem Białego Domu i jego terenów w ich kształcie, zapewniając zachowanie historii i piękna dla przyszłych pokoleń.

Ponowne wykonanie kultowego

Ogrodu Różanego spowodowało kontrowersje wśród tradycjonalistów, którzy nie byli zadowoleni z usunięcia jabłoni, które zostały uwzględnione w oryginalnym projekcie przez ogrodnika i projektanta krajobrazu Bunny'ego Mellona.

Dokonała renowacji kręgielni, która znajduje się w Białym Domu od czasów Nixona. Zaprojektowała nawet na nowo kule w kolorze czerwono-biało-niebieskim, ozdabiając każdą rysunkiem północnego wejścia do Białego Domu oraz słowami DOM PREZYDENTA powyżej (częściej używa się nazwy „Dom Narodu”).

Podczas gdy pierwsze damy Laura Bush i Michelle Obama przed opuszczeniem biura podzieliły się swoimi wnętrzami w Białym Domu na rozkładówkach w Architectural Digest, nie było żadnej historii Melanii Trump.

Jej nowojorski projektant, Thom Kannalikhham, który kiedyś pracował dla Ralpha Laurena, wielokrotnie odmawiał wywiadu na temat pracy dla Trumpów w prywatnych kwaterach lub gdzie indziej.

We wspomnieniach Stephanie Winston Wolkoff z 2020 r. „Melania and Me” omówiono kilka szczegółów dekoracyjnych, w tym miłość Trump do różowej farby Farrow & Ball Middleton Pink, której użyła w swoim biurze, oraz jej nacisku na zainstalowanie nowych urządzeń hydraulicznych.

Zmiany w przestrzeni publicznej Białego Domu są dokonywane w poro-

zumieniu z kuratorem i głównym woźnym Białego Domu oraz grupą doradcą złożoną ze specjalistów, Komitetem ds. Konserwacji Białego Domu. Ich zadaniem jest utrzymanie muzealnego charakteru pomieszczeń. Pierwsza dama tradycyjnie pełni funkcję honorowej przewodniczącej komitetu.

Większość prac konserwatorskich i nabywanie nowych przedmiotów jest finansowana przez White House Historical Association, prywatną nieodpłatną instytucję edukacyjną założoną w 1961 r. przez Jacqueline Kennedy w celu opieki nad Białym Domem. Ogólne budżety na utrzymanie pochodzą z innych źródeł, w tym ze środków kongresu, Zarządu Służb Ogólnych i Służby Parku Narodowego.

Donald Trump dostał nawet swoją „zabawkę”, wart pięćdziesiąt tysięcy dolarów symulator gry w golfa, ulokowany w jednym z pokoi na drugim piętrze, gdzie może uderzać piłeczką golfową w stronę dużego ekranu wideo. Jego wersja symulatora jest bardziej wyszukana - i droższa - niż symulator, który miał w Białym Domu Barack Obama (Trump zapłacił za symulator i jego instalację z własnej kieszeni). Może się to wydawać ekstrawagancją, ale wielu prezydentów umieszczało w Białym Domu sprzęt pozwalający im oddawać się swojemu hobby - Nixon stworzył wspomnianą kręgielnię, Obama przekształcił korty tenisowe w Białym Domu w pełnowymiarowe boisko do gry w kosza, a Dwight Eisenhower wydzielił na trawniku od południa kawałek pod putting green.

ciąg dalszy za tydzień...

PLUS

Bezpłatny Tygodnik Polonijny
REDAKCJA

63 Union Blvd, Wallington NJ 07057
Tel: 973-928-3838, 973-928-3839
Fax: 973-883-0762

info@tygodnikplus.com

REDAKTOR NACZELNA

Katarzyna Ginsburg

katarzyna@tygodnikplus.com

ZESPÓŁ REDAKCYJNY

Małgorzata Baranowska-Pyryt	Robert Kim
Zuza Ducka	Agata Sawicka
	Ewa Wójcik-Szczech

STALE WSPÓŁPRACUJĄ

Elżbieta Baumgartner	Grażyna Torbus
Andrzej Kulka	

PROJEKT GRAFICZNY I DTP

Jacek McFrey

REKLAMA I MARKETING

973-928-3838

reklama@tygodnikplus.com

OGŁOSZENIA DROBNE

ogloszenia-ny@tygodnikplus.com

WYDAWCA

PLUS Media Group Corp.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Wykorzystywanie w całości lub częściowo grafiki lub tekstu z reklam wykonanych przez PLUS jest surowo zabronione. Redakcja nie zwraca materiałów nie zamówionych, zastrzega sobie prawo redagowania nadesłanych tekstów i nie odpowiada za treść zamieszczonych reklam i ogłoszeń. Zastrzega sobie również prawo do odmówienia druku reklamy lub ogłoszenia bez podania przyczyny. Redakcja nie ponosi żadnej odpowiedzialności za wszelkiego rodzaju porady i wskazówki zawarte w artykułach sponsorujących.

Adres internetowy

www.tygodnikplus.com

©2007-2023 PLUS Media Group, Corp.



WSZYSTKIE RODZAJE UBEZPIECZEŃ

AUTOMAX
SERVICES INC
Insurance brokerage est 1993

**231 Norman Ave Ste 101,
Brooklyn, NY 11222**

Tel. 718-389-5111 Fax. 718-349-7139
automax@automaxservices.com

Posiadamy licencję stanu NJ, NY, PA

**Profesjonalne biuro
z 30-letnim doświadczeniem**

Oferujemy szeroki zakres usług z dziedziny ubezpieczeń:

- UBEZPIECZENIA BIZNESOWE DLA KONTRAKTORÓW I WŁAŚCICIELI INNYCH BIZNESÓW, DOMÓW WIELORODZINNYCH, SAMOCHODÓW KOMERCYJNYCH
- GENERAL LIABILITY, WORKERS COMPENSATION, COMMERCIAL AUTO, PROFESSIONAL LIABILITY, DISABILITY, BONDS
- UBEZPIECZENIA PERSONALNE NA: SAMOCHODY, DOMY, CONDO APARTAMENTY, MOTOCYKLE, ATV, RV, ŁÓDZIE
- Nasze biuro jest licencjonowane przez New York State Department of Motor Vehicles oraz New York State Insurance Department
- Jako jedno z nielicznych biur w Nowym Jorku jesteśmy uprawnieni do wydawania rejestracji oraz tablic NA POCZEKANIU w naszym biurze

ULEGŁEŚ WYPADKOWI?

Dzwoń teraz po bezpłatną
konsultację w języku polskim!



NASZE WYGRANE

\$5,400,000

Poślizgnięcie i upadek, operacja zespolenia kręgosłupa lędźwiowego, stymulator rdzenia kręgowego

\$3,900,000

Wypadek ciężarówki na I-95, śmierć niemowlęcia i złamanie nóg wymagające operacji

\$3,500,000

Pracownik budowlany spadł z wysokości 20 stóp i doznał obrażeń szyi i pleców

\$3,000,000

Wypadek i potknięcie się na Bronxie, powodujący obrażenia szyi i ramion

- Wszystkie rodzaje wypadków
- Wypadki na budowie
- Workers' Compensation
- Wypadki samochodowe
- Disability - inwalidztwo
- Błędy medyczne

POLSKI ADWOKAT W POLSKICH DZIELNICACH

Ewelina Sierzputowska



BROOKLYN • QUEENS • MANHATTAN



www.AdwokatWypadek.com

Twój status
imigracyjny nie
ma znaczenia

BEZPŁATNA KONSULTACJA

Dzwoń: 718-989-1495

BEZPŁATNA POMOC DLA SENIORÓW**Medicare A and B**

ZMIANA PLANÓW Medicare od 10.15.23 do 12.07.23

Jeśli jesteście zadowoleni z wybranego planu w roku 2023 nie trzeba nic robić plan odnowi się na rok 2024 automatycznie

Kończysz 65 lat i potrzebujesz pomocy w wyborze dodatkowego planu Medicare?

Przestań płacić 170.10 za Medicare MSP program

Zniżki na leki (EPIC < EXTRA HELP)

DODATKOWE KARTY OTC

\$215 miesięcznie dla SENIORÓW można użyć na płacenie za rent, gaz, żywność i inne opłaty

POMOC w zapisach na Medicare A+B

Jeśli kończy się ubezpieczenie z pracy i potrzebujesz pomocy

LOKALIZACJE:987 Manhattan Ave,
Brooklyn9713 64 Rd,
Queens1120 Brighton Beach,
Brooklyn**HALINA RUP****718-926-5180**LICENCJONOWANY BROKER
Nowy Jork, New Jersey, PA, FLORIDA, CT**ENRICHED ADULT DAY CARE SERVICES INC.**

7712 New Utrecht Avenue, Brooklyn, NY 11214

www.enrichedadultdaycare.com**BEZPŁATNE USŁUGI DLA SENIORÓW Z MEDICAID LUB UBEZPIECZENIEM NA OPIEKĘ DŁUGOTERMINOWĄ (MLTC lub DUAL MAPS PLANS)**PROSIMY ZADZWOŃ DO NAS **718-928-7373**, ABY SPRAWDZIĆ, CZY SIĘ KWALIFIKUJESZ

DRODZY SENIORZY, ZAPRASZAMY DO NASZEGO PIĘKNEGO I NOWOCZESNEGO 9000SF SOCIAL ADULT DAY CARE ZLOKALIZOWANEGO W CENTRUM BENSONHURST, BROOKLIN.

NASI CZŁONKOWIE OTRZYMUJĄ BEZPŁATNY TRANSPORT DO I Z CENTRUM, DWA DARMOWE POSIŁKI ORAZ MNÓSTWO ATRAKCJI m.in.:

- Rozrywka na żywo, muzyka i tańce
- Uroczystości świąteczne i urodzinowe
- Usługi kosmetyczne / Programy edukacyjne / Gry Bingo
- Codzienne ćwiczenia oraz zajęcia ze sztuką i rzemiosłem
- Wycieczki terenowe i codzienne wizyty na basenie
- Na miejscu dostępne zabiegi wodne i fizjoterapeutyczne
- Socjalizacja/Interakcja/Wyzwania poznawcze/Nowi przyjaciele

ZAPEWNIAMY ZMIANY PORANNE I POPOŁUDNIOWE OD PONIEDZIAŁKU DO PIĄTKUZadzwoń do nas pod numer **718-928-7373**, aby sprawdzić, czy kwalifikujesz się do tego wspaniałego doświadczenia i umów się na bezpłatną wizytę wprowadzającą.**PACZKI do Polski z USA****ODBIERAMY PACZKI Z DOMU BEZPŁATNIE* W*** Dla przesyłek powyżej 30 funtów.
Promocja do 30 listopada 2023

- Nowym Jorku
- Filadelfii
- New Jersey
- Connecticut

☎ 908-241-2190 🌐 www.dniprollc.com

Zniżka na pierwszą przesyłkę Dla przesyłek powyżej 30 funtów

**\$20
ZNIŻKI**📍 645 W 1st Ave., Roselle, NJ 07203 📍 558 Clifton Ave., Clifton, NJ 07011 📍 1916 Welsh RD #3, Philadelphia, PA 19115



POZNAJ SWOJE PRAWA - MEC. EWELINA SIERZPUTOWSKA

Jesteś ofiarą BŁĘDU MEDYCZNEGO



Polski adwokat EWELINA SIERZPUTOWSKA i zespół prawników z LIAKAS LAW, PC specjalizują się w sprawach odszkodowań za błędy medyczne.

Błąd w sztuce lekarskiej, zwany malpractice, ma miejsce, gdy pracownik medyczny, placówka medyczna lub opiekuńcza nie udzielają dobrej, zgodnej z akceptowanymi standardami, opieki i leczenia, powodując obrażenia, a nawet śmierć pacjenta.

Podstawowe błędy medyczne to:

- obrażenia noworodka w czasie porodu
- urazowe uszkodzenie mózgu i kręgosłupa
- niezdiagnozowane choroby nowotworowe
- uszkodzenia nerwów
- błędy chirurgiczne i znieczulające
- nieumyślna śmierć
- błędy szpitalne
- błędy w diagnozie
- nieodpowiednie dawki lub złe lekarstwa
- nadużycia w domowej opiece medycznej

Wraz z rozwojem medycyny, coraz więcej osób doznaje trwałych uszkodzeń ciała, a nawet umiera z powodu błędów popełnionych podczas opieki me-

dycznej prowadzonej przez ich lekarzy (PCP), przychodnie, szpitale, stomatologów, itp. Te nieszczęśliwe wypadki, których można uniknąć, określamy jako nadużycia medyczne.

Błędy w opiece zdrowotnej mogą zmienić życie, prowadząc do utraty dochodów, bólu i cierpienia, ciągłych potrzeb medycznych oraz rachunków za opiekę długoterminową. Błędy te mogą również powodować znaczny stres psychiczny.

Od noworodka po seniora

Wypadki takie dotyczą już niemowląt, przykładem jest tu uraz porodowy. Bardziej powszechnymi są błędy chirurgiczne, niepowodzenie i opóźnienie w rozpoznaniu raka lub innych poważnych chorób, niepowodzenie lub opóźnienie w podjęciu odpowiedniego leczenia, przepisywanie niewłaściwych lub złych dawek leków.

Błąd lekarski dotyczyć może też seniorów przebywających w domach opieki lub ośrodkach rehabilitacyjnych, gdzie niezapewnienie właściwej opieki lub uwagi prowadzi do poważnych obrażeń ciała. Jeśli Twoja mama, ojciec poniesie szkodę lub trwały uszczerbek na zdrowiu z powodu zaniedbania w takim ośrodku, zasługujesz na godziwą rekompensatę pieniędzy.

Śmierć pacjenta

Skrajną sytuacją jest nagła, niespodziewana śmierć wynikająca z błędu bądź niedopatrzenia lekarskiego. Rodziny i beneficjenci pacjentów, którzy umierają w trakcie lub po zabiegu medycznym z powodu błędu popełnionego podczas opieki, mogą kwalifikować się do odszkodowania z tytułu nieuzasadnionego zgonu bliskiej im osoby.

Niezależnie od tego, czy śmierć była wynikiem winy jednego lekarza, czy całej instytucji, naszym zadaniem jest zidentyfikowanie każdej ze stron, która przyczyniła się do śmierci ukochanej osoby. Naszym zadaniem jest pociągnięcie ich do odpowiedzialności i uzyskanie dla rodziny lub bliskich rekompensaty finansowej za ból i cierpienie.

Znani ze swoich sukcesów w uzyskaniu maksymalnych odszkodowań, prawnicy Liakas Law, P.C. z pasją wykorzystają swoje doświadczone i umiejętności, aby zapewnić Ci najlepszy możliwy wynik.

Bezpłatna konsultacja - Mówimy po polsku!

Zadzwoń: 718-989-1495

Twój status imigracyjny nie ma znaczenia



Bogaty czy niezależny finansowo?

Tradycja Święta Dziękczynienia nakazuje zastanowić się, za co powinniśmy być wdzięczni w minionym roku: za rodzinę, przyjaciół, zdrowie. Skoro pisujemy dla Państwa o finansach, sugerujemy refleksję nad tym, jak bezpieczni i zamożni możemy czuć się w Ameryce. Bo bogactwo, to niekoniecznie olbrzymie rezydencje, jachty, luksusowe wakacje. To wolność osobista jest bogactwem. Potoczne wyobrażenie o tym, kto jest bogaty, a kto nie, bywa mylne.

Bogaty czy biedny?

Przyjrzyjmy się sytuacji dwóch osób. Ryszard pracuje na dobrym stanowisku w renomowanej firmie. Mieszka w bogatej dzielnicy w dużym nowo kupionym domu z basenem, jeździ leasowanym Jaguarem. Zabiera klientów do restauracji, jeździ na luksusowe wakacje. Jego żona nie pracuje, a dzieci chodzą do prywatnych szkół.

Marta jest emerytką, pobierającą skromną emeryturę Social Security i ZUS. Mieszka w Nowym Jorku w wynajmowanym mieszkaniu o stabilizowanym czynszu. Ma leciwe meble, dziesięcioletni telewizor. Nie posiada samochodu, bo wszędzie dojedzie subwayem.

Kto górą?

Każdy określi Ryszarda jako bogatego, a Martę jako biedną. Okaze się to błędem, jeżeli przyjrzymy się bliżej ich sytuacji finansowej i życiowej.

Ryszard, mimo że zarabia dużo, ugina się pod ciężarem długów: pożyczki hipotecznej, samochodowej i kredytów na kartach kredytowych. Płaci dużo za podatki od nieruchomości, utrzymanie domu i szkoły dzieci. Ryszard nie ma żadnych oszczędności, żyje od czeku do czeku, a utrata pracy spowodowałaby jego natychmiastową niewypłacalność.

Marta natomiast, mimo że przychody ma niewielkie, jest finansowo zabezpieczona. Emerytura Social Security i renta ZUS wystarczają Marcie swobodnie na pokrycie jej niewielkich kosztów utrzymania. Poza tym ma oszczędności i konto IRA,

z których czerpie na niespodziane wydatki i podróże. Jej przychody, choć umiarkowane, są regularne, wyższe od wydatków, a posiadane oszczędności i rodzina dają jej poczucie bezpieczeństwa.

Czy przeciętna osoba może czuć się bogata?

Okazuje się, że skromna emerytka jest zamożniejsza od dobrze zarabiającego ale zadłużonego profesjonalisty. Górą nad nim w liczbach bezwzględnych: jej aktywa są warte kilkadziesiąt tysięcy dolarów (oszczędności, konto emerytalne), a jego - minus milion z hakiem. Ponadto, co ważniejsze, ona żyje bez finansowej presji, a on - ponad stan i na granicy niewypłacalności. Ona jest wolna finansowo, a on nie.

Tu doszliśmy do sedna sprawy. Mimo że nie zaliczamy się do milionerów, możemy czuć się wolni finansowo. Odwrotnie - niejeden pozorny milioner jest zaprzężony do kieratu, w którym musi się kręcić, by utrzymać się na powierzchni.

Bogactwo czy wolność finansowa

Zamożność jest względna, związana z lokalnymi standardami majątkowymi. Przedsiębiorca spod Moniek czuje się bogaty w swoich Mońkach, ale nie na balu charytatywnym w Białymostku. Jeszcze mniej komfortowo poczuje się na salonach w Warszawie, a w Monte Carlo może nie zostać wpuszczony przez ochroniarzy.

Wolność finansowa jest dużo bardziej osiągalna i łatwiejsza do zdefiniowania. Punktem odniesienia nie jest lokalna społeczność, lecz twoje własne potrzeby. Poczucie finansowej wolności każdy zdefiniuje dla siebie. Dla kogoś może to być zgromadzenie majątku w takiej wysokości, by dochody pokrywały normalne potrzeby rodziny. Ktoś inny czuje się wolny, jeżeli ma pozytywny przyrost gotówki i poduszkę finansową, zapewniającą przeżycie pół roku po ewentualnej utracie pracy.

Emeryt wolny finansowo

Dla mnie finansowo niezależna jest osoba, która może swoje

comiesięczne wydatki pokrywać ze źródła innego niż jej aktywność zawodowa. Innymi słowy - przestajemy pracować, ale mamy pieniądze na wygodne utrzymanie. Wolny finansowo może być właściciel kamienicy przynoszącej czynsze, inwestor żyjący z dywidend, albo... emeryt. Ale nie każdy emeryt. Nie ten klepiący biedę na rządowych zasiłkach, lecz ten, który wcześniej zadbał o spokojną złotą jesień. I właśnie o tym pisujemy dla Państwa od lat.

Wniosek

Nie musisz mieć dużego majątku, by osiągnąć niezależność finansową i... czuć się bogatym. Wszystko zależy ciebie. Jeżeli całe życie będziesz regularnie oszczędzał 10 proc. swoich przychodów, to zapewnisz sobie finansową niezależność. Jeżeli oszczędności będziesz inwestował w funduszach powierniczych (mutual funds) na kontach emerytal-

nych, to zakumulujesz więcej, niż będziesz w stanie wydać na emeryturze. Jak to robić, wyjaśniam w artykule pt. „Jedyna strategia inwestycyjna, jakiej potrzebujesz”, który znajdziesz na sieci w www.poradniksukces.com.

Za to, że jako przeciętna osoba w Stanach możemy żyć godnie, czuć się bezpiecznie, realizować swoje życiowe plany, powinniśmy być wdzięczni nie tylko z okazji Święta Dziękczynienia.

Elżbieta Baumgartner

Elżbieta Baumgartner jest autorką wielu książek-poradników, m.in. książki pt. „Amerykańskie emerytury”, poświęconej indywidualnym programom emerytalnym. Są one dostępne w księgarni Polonia, 882 Manhattan Ave., Greenpoint, albo bezpośrednio od wydawcy: Poradnik Sukces, 255 Park Lane, Douglaston, NY 11363, tel. 1-718-224-3492, www.PoradnikSukces.com.

Nie ubiegaj się o emeryturę zanim nie poznasz przepisów i pułapek

Labirynt emerytur imigranta

wyjaśniają unikalne książki Elżbiety Baumgartner

„Emerytura polska i amerykańska” – ich łączenie i skutki Umowy o zabezpieczeniu społecznym. \$35 + \$5

„WEP: Jak walczyć z redukcją Social Security dla Polaków”. Unikalne informacje. Cena \$30 + \$5.

„Ubezpieczenie społeczne Social Security”. Dowiedz się, jak maksymalizować świadczenia swoje i rodziny. \$35 + \$5.

Również: „Powrót do Polski” (\$35), „Emerytura reemigranta w Polsce” - dla seniorów wracających do kraju (\$35), „Obywatelstwo z przeszkodami” (\$35) + po \$5 za przesyłkę.

Książki są uaktualnione na rok 2023 i dostępne w księgarni Polonia, 882 Manhattan Ave., Greenpoint, albo od wydawcy: Poradnik Sukces, 255 Park Lane, Douglaston, NY 11363, tel. 718-224-3492, www.PoradnikSukces.com,

Szkolenia BHP dla pracowników budowlanych OSHA, SST, Scaffolds



OSHA4US Jacek M

86-16 Queens Blvd, Elmhurst, NY 11373 (suite 203).

Stacja metra "Grand Ave / Newton"

- Linia: M i R.

Tel: 347-684-4650

FAMILY DENTAL CARE

Bożena Piekarz-Leszczka D.D.S.

Tel: 718-472-4344

146 Driggs Ave.

Brooklyn, NY 11222



GENERAL DENTIST

- ✗ Laminaty, koronki, mostki
- ✗ Leczenie kanałowe
- ✗ Korony na implanty
- ✗ Stomatologia dziecięca
- ✗ Kosmetyka
- ✗ Protetyka i ortodoncja
- ✗ Czyszczenie i wybielanie zębów



www.doctorbozenapiekarz.com

POLSKI ELEKTRYK OTRZYMUJE 2 MILIONY DOLARÓW ZA ZŁAMANĄ PIĘTĘ

Zakończyliśmy sprawę polskiego nieudokumentowanego imigranta, który doznał uszkodzeń prawej kostki i stopy po upadku z drabiny na terenie remontowanego centrum fitness na Bronksie.

Pracownik i jego koledzy mieli problem z wyciągnięciem kabla ze ściany na drugim piętrze. Jeden z pracowników poprosił naszego klienta o pomoc. Pomieszczenie, w którym doszło do zdarzenia było za małe, aby rozstawić drabinę dwunastostopową. Poszkodowany rozstawił tzw. ósemkę i musiał stanąć na ostatnim szczeblu drabiny, aby sięgnąć kabla, który znajdował się pod samym sufitem. Wysokość od podłoża do sufitu wynosiła trzynaście stóp. Poszkodowany, stojąc na drabinie, mocno ciągnął za kabel, który mocno ugrzązł w ścianie. W pewnym momencie napięty kabel przerwał

się, w wyniku czego poszkodowany stracił równowagę i spadł z drabiny na prawą nogę. Poszkodowany poczuł ostry przeszywający ból w prawej pięcie.

Jak się później okazało, kość piętowa uległa złamaniu. Na szczęście stopa nie musiała być operowana. Pęknięta kość zrosła się sama. Poszkodowany zaczął jednak odczuwać dyskomfort w okolicach kostki. Na podstawie badania MRI kostki ortopeda stwierdził naderwania ścięgien w kostce, która ostatecznie wymagała laserowej naprawy. Poszkodowany skarżył się na pieczenie w stopie. Konieczne były kolejne zabiegi na kostkę.

W tym przypadku sprawa sądowa została założona przeciwko właścicielowi inwestycji i generalnemu wykonawcy w sądzie na Bronksie. W pozwie wezwaliśmy pozwanych do zapłaty odszkodo-

wania za doznany ból i cierpienie. Ubezpieczenie Workers' Compensation pracodawcy pokryło wszelkie koszty leczenia stopy i kostki, w tym operacji. W tej sprawie poszkodowany nie rościł utraczonych zarobków. Wnieśliśmy jednak o odszkodowanie za koszty leczenia, które poszkodowany mógłby ponieść w przyszłości.

Po przeprowadzeniu przesłuchań sądowych złożyliśmy wniosek do sądu o orzeczenie odpowiedzialności cywilnej pozwanych. Prawnicy firmy ubezpieczeniowej agresywnie bronili sprawy, ale ostatecznie sędzia uznał, że pozwani nie zapewnili poszkodowanemu bezpiecznych warunków pracy i uznali pozwanych za odpowiedzialnych. W tym momencie zaczęto naliczać odsetki od przyszłego werdyktu sądowego w wysokości 9 procent rocznie. Obrona wniosła apelację.

Na miesiąc przed procesem sądowym po kilku latach walki sądowej, pozwani zgodzili się wypłacić poszkodowanemu odszkodowanie w wysokości \$2,000,000.

Mediację prowadzili adwokaci

Paweł P. Wierzbicki oraz Daniel O'Toole. Prowadziliśmy zarówno sprawę Workers' Compensation jak i sprawę cywilną klienta.

Mecenas Paweł P. Wierzbicki, Esq

Jeżeli Państwo lub Państwa bliscy doznali obrażeń cielesnych w wyniku wypadku, zachęcam do kontaktu z naszą kancelarią. Aby umówić się na bezpłatną konsultację i porozmawiać bezpośrednio z mecenasem Wierzbickim w języku polskim mogą Państwo dzwonić na numer 646-863-5538 lub wysłać e-mail z zapytaniem na adres pwierzbicki@blockotoole.com.

Więcej bezpłatnych materiałów informacyjnych mogą Państwo znaleźć na naszej stronie internetowej www.blockotoole.com.

BOM BLOCK O'TOOLE & MURPHY, LLP
WIERZBICKI
WYPADKI • 646-351-8611

ODSZKODOWANIA
646-351-8611 | www.blockotoole.com

WYPADKI:

- W PRACY
- NA BUDOWIE
- SAMOCHODOWE
- NA POSESJI
- WORKERS COMPENSATION

NASZE WYNIKI MÓWIĄ SAME ZA SIEBIE:

- **PONAD MILIARD DOLARÓW UZYSKANYCH DLA NASZYCH KLIENTÓW**
- **NAJWYŻSZY WERDYKT SĄDOWY W STANIE NOWY JORK (110 MILIONÓW DOLARÓW)**
- **NAJWYŻSZE ODSZKODOWANIE W USA ZA WYPADEK BUDOWLANY**



**BEZPŁATNA KONSULTACJA BEZPOŚREDNIO
Z POLSKOJĘZYCZNYM ADWOKATEM**

Budynek One Penn Plaza, 53 piętro, Manhattan

Best Lawyers



NATIONAL TRIAL LAWYERS
TOP 100



New York
Law Journal

New York
MAGAZINE

PEER RATED

Super Lawyers

BEST
LAW FIRMS
U.S. News

INDIE – CZ.11

Radżastan Wielkich Maharadźów

Leżące w górskiej dolinie miasto Amber było stolicą Radżastanu od XV do XVII wieku. Wtedy to wzniesiono gigantyczne fortyfikacje, które odsłaniają się przed naszym wzrokiem: masywne, żółte mury, wieże i bramy. Miarowym taktym wyjeżdżamy w końcu na dziedziniec obrzeżony ozdobnymi bramami, świątyniami i pawilonami pałacowymi. Zwiedzanie Fortu Amber zaczynamy od świątyni bogini Durga. Przez pokryte płaskorzeźbami drzwi okryte grubą srebrną blachą wchodzimy do wnętrza. Z szacunku dla bóstwa musimy zdjąć buty, skarpety i skórzane pasy (gdyż pochodzą od zabitych zwierząt). Po chwili zadumy nad wizerunkiem bogini przechodzimy na wyższe poziomy pałacu, do sali audiencyjnych i pomieszczeń mieszkalnych maharadży oraz jego żon. Jednym z najciekawszych architektonicznie obiektów jest tutaj Szisz

Mahal - Pałac Luster - z początku XVII wieku, z wprawionymi zwierciadłami potęgującym efekt ozdoby. Mozaiki, malowidła i reliefowe dekoracje w marmurze i stiuku wyobrażają głównie wazony z kwiatami. Poza typowymi dla islamu wzorami roślinnym i geometrycznymi są tu również specyficzne dla hinduizmu wizerunki zwierząt i sceny z ludźmi, jak na przykład obrazki z kamasutry wewnątrz haremu. Dużym zainteresowaniem cieszy się pomieszczenie, gdzie nadobne niewiasty z cesarskiego dworu oddawały się erotycznym igraszkom.

Pora na powrót, jedziemy pół godziny do Dżajpuru, żeby zjeść obiad w znanej ze świetnych dań restauracji na terenie Pałacu Maharadży (City Palace). Tam oczekuje nas artysta w regionalnym stroju. Śpiewa przejmująco, a do taktu, pośród stolików płąsa w tańcu młody mę-

czyzna. Wzmocnieni posiłkiem spacerujemy po sąsiednich dziedzińcach, odwiedzając zamienione na muzeum pomieszczenia. ImpONUje sala tronowa, muzeum broni, wystawa starych fotografii, obrazów i strojów ludzi z dworu. W pawilonie Diwan-i-Khas oglądamy największe na świecie przedmioty wykonane ze srebra: wazony w których maharadża Madho Singh II wioził wodę ze świętego Gangesu podczas wizyty w Anglii w 1901 roku. Władca wyraźnie nie ufał jakości wody z nad Tamizy! Nad całym kompleksem pałacowych budowli wznosi się Chandra Mahal, zamknięty dla turystów, właściwy pałac władcy, który mieszka tam do dzisiaj. Siedem pięter tego okazałego budynku posiada bogate zdobienia, a wewnątrz przygotowane jest należycie na przyjęcie najznakomitszych tego świata.

Jak gdyby tego jeszcze było mało, do zespołu pałacowego przylega wspaniałe obserwatorium astronomiczne Dżantar Mantar. Zbudowane ono zostało przez maharadżę Dżaj Singh w latach 1728-1734. Władca wykształcił się na wybitnego mate-

matyka i astronoma biorąc przykład ze słynnego króla Samarkandy Mirzy Ulugh-Bega. Pod gołym niebem wybudował 16 obiektów służących m.in. do obserwacji słońca, gwiazdnych konstelacji i pomiaru czasu. To on właśnie przeniósł w 1728 roku stolicę księstwa z Amberu do Dżajpuru, jego to imieniem nazwano nowe miasto. Dla wprawy i dla żartów (panuje przecież biały dzień) szukamy jeszcze Gwiazdy Polarnej i lekko podmęczeni rosnącym skwarem (100F) wychodzimy na zewnątrz.

ciąg dalszy za tydzień...

Tekst i zdjęcia: Andrzej Kulka

Autor jest zawodowym przewodnikiem i właścicielem chicagowskiego biura podróży EXOTICA TRAVEL, organizującego wycieczki po całym świecie, z Indiami włącznie. Bliższe informacje i rezerwacje: EXOTICA TRAVEL, 6741 W. Belmont, Chicago IL 60634, tel. (773) 237 7788, strona internetowa: <https://andrzejkulka.com/destinations/indie-zloty-trojkat-tybet/>



Pałac maharadży Dżajpuru

✓ Rozliczenia podatkowe indywidualne i biznesowe
 ✓ Pełna księgowość
 ✓ Rejestracja i rozwiązywanie biznesów

Ponad 15 lat doświadczenia

Katarzyna Gnatek
 KG Business Services Inc
 861 Manhattan Ave Ste# 5
 Brooklyn, NY 11222
 718-340-3808
 Email: kasia@kgtax.nyc

NIERUCHOMOŚCI

- LONG ISLAND • Merrick • Bellmore
- Wantagh - and more

✓ Kupno ✓ Sprzedaż
 ✓ Bezpłatna wycena domów oraz materiały marketingowe
 ✓ Profesjonalna obsługa

Agnieszka (Agnes) Kleczek
 Licensed Real Estate Agent
 Notary Public - State of New York

SIGNATURE
 PREMIER PROPERTIES

Mobile: (646) 541-7028
 Email: akleczek@signaturepremier.com
 Website: agnieszkaagneskleczek.signature-premier.com



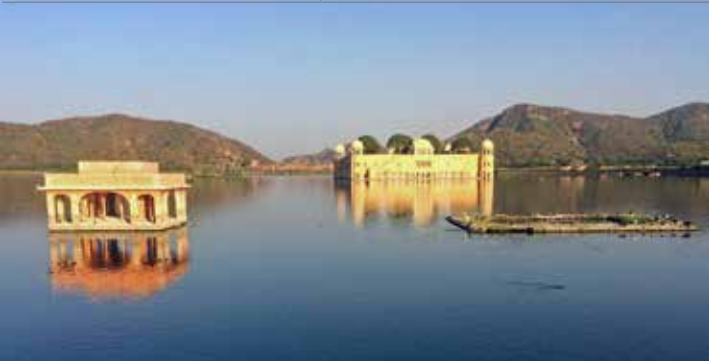
Jedno z pomieszczeń pałacu maharadży



Obserwatorium maharadży Dżajpuru



Kolorowe ciężarówki



Letni pałac maharadży Dżajpuru



Święta krowa




@ELA.KACPERSKA_PMU

Makijaż permanentny
Ela Kasperska

Zapraszam na makijaż permanentny brwi, ust oraz zagęszczanie linii rzęs.
Nowojorska licencja oraz certyfikaty Masterclass

646-262-5787
FB@elakasperskapermanentmakeup
IG@ela.kasperska_pmu




Biuro podróży EXOTICA TRAVEL
zaprasza na
WYCIĘCZKI
z polskim przewodnikiem

ALASKA dla koneserów - 12 dni: 8 czerwca 2024	ARGENTYNA (Brazylia, Paragwaj, Urugwaj) - 12 dni: 1 marca
ALASKA - 9 dni: 21 czerwca, 19 lipca, 14, 24 sierpnia, 2 września 2024	PERU - 11 dni: 20-20 kwietnia 2024
WYJAZDY ZAGRANICZNE 2023 2024	GRUZJA, ARMENIA - 10 dni: 10-19 maja 2024
ETIOPIA - 17 dni: 6-22 grudnia 2023	JAPONIA - 9 dni: 6-14 kwietnia 2024
NIKARAGUA - 7 dni: 3 stycznia 2024	kwitnienie wiśni
GWATEMALA - 9 dni: 13-21 stycznia 2024	JORDANIA - 9 dni: 20-28 kwietnia 2024
WIETNAM, LAOS, KAMBODŻA - 14 dni: 27 stycznia-10 luty 2024	NEPAL, Everest Base Camp
UGANDA, RWANDA - 12 dni: 17 lutego, 29 maja 2024	- 18 dni: 9-26 listopada 2024

Bilety lotnicze, indywidualne pakiety APPLE VACATIONS: CUNCUN – HAWAJE – PUNTA CANA – PUERTP VALLARTA – DOMINIKANA – JAMAJKA

Szczegóły i rezerwacje:
Biuro Podróży Twoich Marzeń EXOTICA TRAVEL
6741 W.Belmont, Chicago | Tel. 773-237-7788

www.andrzejkulka.com
email: andrzejkulka@aol.com



SCOTT CAPITAL GROUP

- Pożyczki
- Przefinansowanie - Kupno
- Obsługujemy stany NJ, NY, FL, NC, PA



WIOLETTA TULISZEWSKI
Mortgage Loan Originator
NMLS# 1970500
C: 845.300.9830
wiolettat@scottcapitalgroup.com

PRACA: Możesz pomóc ludziom, których kochasz i otrzymywać za to wynagrodzenie.

Jeśli Twoi rodzice, krewni, przyjaciele, sąsiedzi otrzymują Medicaid lub Medicare, można zacząć pracować dla nich jako asystent albo gospodyni domowa.



Przy programie NYS CDPAP Medicaid możesz zatrudnić do opieki na Tobą swoich krewnych lub przyjaciół

Wynagrodzenie **\$21.09 [NYC]** za godzinę & **\$20.22** za godzinę (Long Island!) & **\$17.55** za godzinę (Upstate NY)

Tel. **347-273-8220**

Certyfikat nie jest wymagany

Oficer mówi do sierżanta:
– Sierzancie, proszę delikatnie powiadomić Kowalskiego, że stracił ojca.
Sierżant odpowiada:
– Tak jest sir.
Sierżant krzyczy:
– Kompania zbiórka. Każdy który ma ojca wystąp. Te Kowalski! A ty gdzie się pchasz!



Noc, zalany facet wraca do domu...żona w przedpokoju:
– Gdzie był?!
– Na szachach!
– Gorzałą śmierdzisz!!
– A czym mam śmierdzieć...? Szachami??



Idzie turysta ścieżką, wydaje mu się, że zabłądził. W pewnym

momencie spostrzega bacę siedzącego na kamieniu przy dróżce. Podchodzi więc do niego i pyta:
– Baco, a dojdę ja tą drogą do Zakopanego?
– Panocku, łocywiście...
Zadowolony turysta odchodzi śpiesznym krokiem, a baca po chwili pod nosem:
– Co macie nie dojdź... Ziemia jest okrągła...



Kaplica cmentarna.
Przy otwartej trumnie ze starszą kobietą stoi rodzina.
Najbliżej głowy stoi zięć i oddycha w dziwny sposób.
– Dobrze się czujesz? Szeptem pyta żona widząc takie zachowanie.
– Normalnie!
– Jesteś pewien?
– Tak! Dmucham tylko na zimne!



Przychodzi pani do wróżki, a ta patrząc w karty, mówi:
Będzie miała pani pecha.
Ukradną pani samochód!
–Ale ja nie mam samochodu!
–Aha... to zgubi pani parasol.



–Panie kelner, co to za żyjotka ruszają się w mojej sałatce?
–Nie słyszał pan nigdy o witaminach?



Młody człowiek wchodzi do sklepu i pyta:
–Czy są widokówki z napisem „Dla jedynej”
–Są!
–To proszę 12 sztuk.



Polonistka zadała w klasie wypracowanie na temat:
„Gdybym był dyrektorem szkoły”
Piszą wszystkie dzieci z wyjątkiem Jasia.
–Dlaczego nie piszesz? - pyta nauczycielka.
–Czekam na sekretarkę - odpowiada Jasio.



Odpowiedź wujka z USA na list od chrześniaka.
„Drogi chrześniaku, wysyłam Ci te 10 dolarów, o które prosiłeś, tylko pamiętaj, że dziesięć pisze się z jednym zerem».



Przychodzi kura do kury:
–Dzień dobry, jest mąż?
–A jest, jak zwykle grzebie przy aucie....

WYCIECZKI
Busem z Polskim przewodnikiem
Wycieczki dla osób "solo", par i rodzin

Floryda Sylwestrowa z Key West - 27 grudnia 23 - 07 stycznia 2024 - 11 dni. **\$1790**

Nowy Jork - 17 grudnia 2023 - **Zwiedzanie Manhattanu + Spektakl świąteczny na Broadway'u. Cena \$340** - zawiera bilet wstępu na Christmas Show

Niagara w zimie 2dni. Styczeń/Luty 24 (przejście pod zamrzniętym wodospadem)

Zimowe wyjazdy w góry nie tylko dla narciarzy. 3 dni od stycznia 24

Hawaje 10-11 dni. Luty/marzec 24

W ofercie również: Waszyngton, Virginia oraz wiele innych wycieczek jedno i dwu dniowych.

Zobacz: www.ampolinc.com Napisz: ampoltours@yahoo.com Zadzwonić: 609-647-9054
Radio Rampa - tel. 918-688-2424 lub zobacz www.RadioRampa.com
Agencja Polonez – tel. 718 –389-6001
159 Nassau Ave. Brooklyn, NY 11222

SPRZEDAŻ • KUPNO • WYNAJEM

EXIT
ALL SEASONS REALTY

NIERUCHOMOŚCI
QUEENS, BROOKLYN, LONG ISLAND
i STATEN ISLAND NY



BEZPŁATNA
WYCENA DOMÓW I
PROFESJONALNA KONSULTACJA

Jarosław Kaszuba
917-903-3106
Lic. RE Broker

Barbara Kot
917-862-3725
Lic. RE Broker

Z TYM OGŁOSZENIEM
Pokrywamy koszty adwokata przy sprzedaży domu do **\$1,200**

Po rozwodzie chciałabym wrócić z dziećmi do Polski. Czy jest to możliwe?

Podczas konsultacji prawnych częstokroć spotykam się z poróżnionymi małżonkami, znajdującymi się w trakcie sprawy o rozwód, gdzie konflikt koncentruje się wokół jednego zagadnienia - władzy rodzicielskiej nad dzieckiem i ustalaniem miejsca jego pobytu. Bardzo często małżonkiem jest kobieta lub mężczyzna, której/którego całe dotychczasowe życie toczyło się w Polsce, a jedynym powodem przyjazdu do USA była chęć poślubienia „amerykańskiego” małżonka (który, na marginesie, może być oczywiście Polakiem) i rozpoczęcia życia z nim w nowym kraju. Wielokrotnie osoby takie podążając za głosem serca, zostawiają w Polsce swoich najbliższych: rodzinę, przyjaciół, a także życie zawodowe.

W sytuacji gdy zapada decyzja o złożeniu pozwu o rozwód do sądu, małżonek, który jest silnie związany z Polską, po rozwiązaniu małżeństwa najczęściej chce powrócić do kraju, albowiem poza małżonkiem, z którym się rozwodzi nie ma w USA osób bliskich ani żadnego związku zawodowego, emocjonalnego czy kulturowego z tym krajem. Oczywiście sam powrót do Polski nie następuje żadnych trudności, za wyjątkiem jednak sytuacji, gdy małżonkowie posiadają wspólnie małoletnie dzieci. Po rozwodzie każdy z małżonków może mieszkać i generalnie przebywać w kraju, który mu odpowiada. Sytuacja jednak komplikuje się, gdy jak wskazałam powyżej, małżonkowie mają małoletnie dzieci, albowiem zgodnie z przepisami prawa rodzic nie może zabrać dziecka do innego kraju (tu: Polski) bez zgody drugiego rodzica albo zgody właściwego sądu (w razie niemożności pozyskania zgody drugiego rodzica). Wyjazd z USA wraz z dziećmi bez uprzedniej zgody drugiego rodzica bądź bez zgody sądu, jest równoznaczny z uprowadze-

niem dziecka.

Jeżeli rodzic mimo to zdecydował o opuszczeniu USA wraz z dzieckiem/dziećmi i jakimś sposobem uda mu się to zrealizować, wówczas spełnione są podstawy faktyczne i prawne do zastosowania Konwencji Haskiej. Konwencja dotycząca cywilnych aspektów uprowadzenia dziecka za granicę, sporządzona w Hadze dnia 25 października 1980 r. jest wielostronnym aktem prawa międzynarodowego podjętym na Konferencji Haskiej Międzynarodowego Prawa Prywatnego i ma na celu zagwarantowanie niezwłocznego powrotu dziecka do państwa, z którego zostało bezprawnie wywiezione. Zarówno Polska, jak i USA są sygnatariuszami tego aktu prawnego, co oznacza, że obowiązuje on w obu tych krajach.

Jak wynika z powyższego konsekwencje opuszczenia USA wraz z dziećmi bez zgody drugiego rodzica lub sądu mogą być bardzo dotkliwe. Zmiana miejsca pobytu dziecka powinna być w takim przypadku przedmiotem ustaleń w toku sprawy o rozwód. Jeżeli zmiana miejsca pobytu wraz z dzieckiem po rozwodzie jest bardzo ważną kwestią dla jednego z małżonków, należy bezzwłocznie skonsultować się z prawnikiem. Konieczność ta wynika z tego, że decyzje co do wyjazdu z dzieckiem, które są jednostronne, podjęte pod wpływem emocji oraz bez uzyskania niezbędnych zgód, mogą spowodować konsekwencje w postaci utraty prawa wykonywania władzy rodzicielskiej nad dzieckiem. W celu uzyskania bardziej szczegółowych informacji lub porady prawnej proszę o kontakt z moim biurem prawnym na nr telefonu: 347-743-9058 lub mailowo na adres: joanna@jenlawgoup.com

Mecenas Joanna Ewa Nowokuński



Paczki na święta

Szybko, tanio i rzetelnie od ponad 40 lat!

NAM MOŻESZ ZAUFAC

EST. 1980

Polonez

ZESKANUJ KOD i znajdź nasz punkt w Twojej okolicy

Polonez-America LLC
600 Markley Street, Port Reading, NJ 07064
143 Doty Circle, West Springfield, MA 01089

☎ 908-862-1700
☎ 413-732-3899

polonezamerica.com

📍 Polonez-America 📍 PolonezUSA

Zaoszczędź \$10 z hasłem CHRISTMAS

→ u wszystkich naszych agentów do końca roku

Zaoszczędź \$20 wysyłając bezpośrednio z naszych magazynów!

→ 600 Markley Street, Port Reading, NJ
→ 143 Doty Circle, West Springfield, MA

Promocje ważne do 12/31/23. Kupon \$10 ważny na wszystkie przesyłki. Kupon \$20 na przesyłki morskie od 30# i lotnicze od 15#.

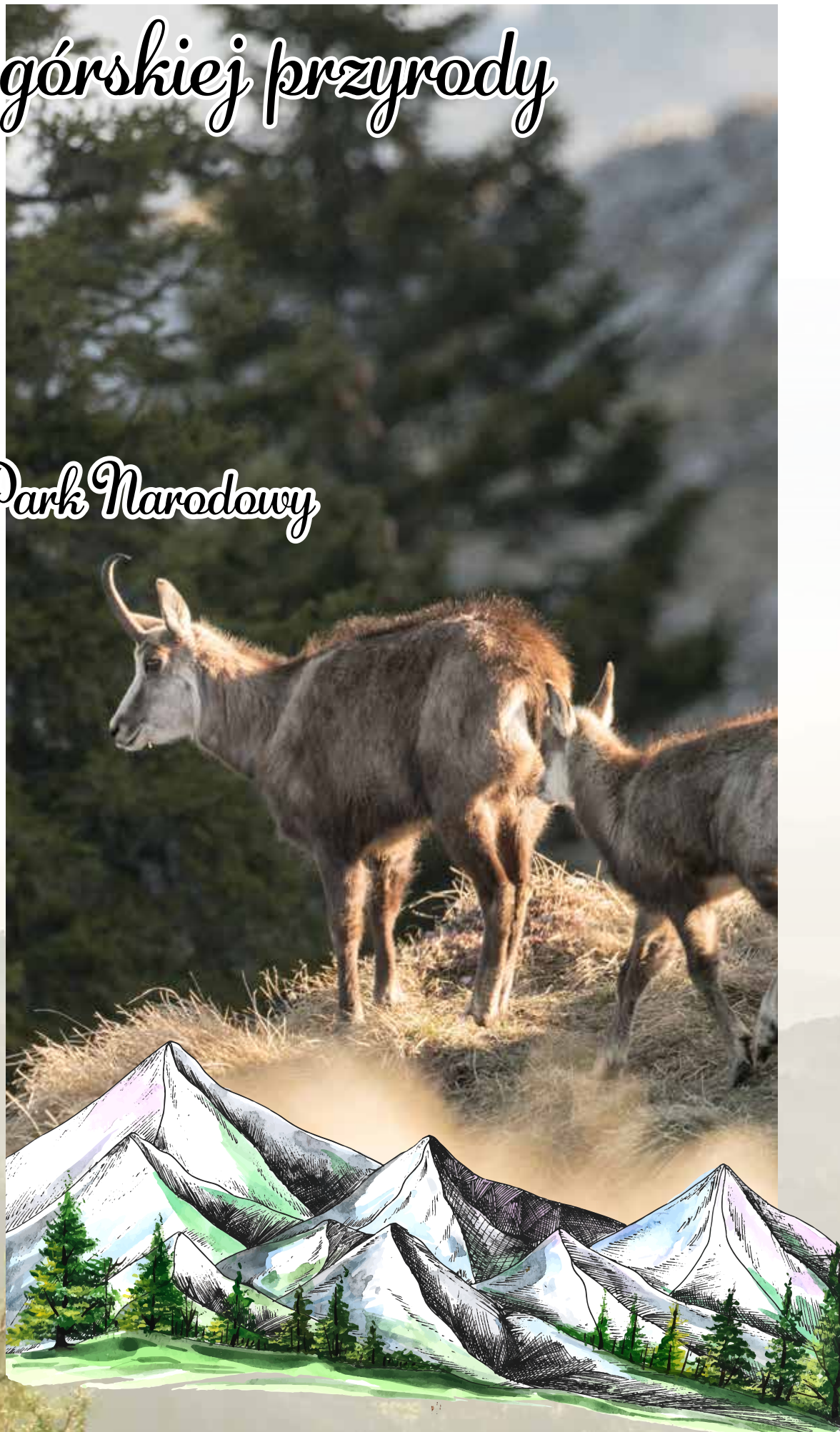
Piękno górskiej przyrody

Tatry – najwyższe pasmo w łańcuchu Karpat. Co roku przyjeżdżają tu rzesze turystów spragnionych pięknymi widokami i wędrowek po górskich szlakach. Warto sobie przypomnieć najważniejsze miejsca, których nie można pominąć.

Tatrzański Park Narodowy

Tatry to jedyny w Polsce obszar o charakterze wysokogórskim, dlatego jest on celem wędrowek tysięcy turystów. Z uwagi na niespotykane nigdzie indziej gatunki zwierząt i roślin w 1955 roku utworzono tu Tatrzański Park Narodowy (TPN). Z uwagi na trudną dostępność do wyższych partii gór przyroda nie uległa tu takiemu zniszczeniu, swobodnie mogły tu żyć gatunki, dla których tereny górskie to naturalne środowisko. To zmieniło się dopiero na przełomie XIX i XX w., gdy zaczęto rozwijać tu działalność przemysłową. W tym samym czasie zaczęto też odkrywać, jakie skarby natury się tu znajdują.

Obecnie powierzchnia parku wynosi ponad 21 tys. ha, jest to więc jedyny tego typu kompleks w naszym kraju. Około 70 proc. powierzchni TPN zajmują lasy i zarośla kosodrzewiny, reszta to murawy wysokogórskie, skały i wody. Ochroną ścisłą objęte jest prawie 11,5 tys. ha. Symbolem Tatr i mieszczącego się tu parku jest kozica oraz świstak. W niższych partiach żyją jelenie, sarny, rysie i łasice oraz niedźwiedzie brunatne. Wśród ptaków króluje natomiast orzeł przedni. Z roślin na największą uwagę zasługują cis pospolity (jeden z najrzadszych gatunków drzew rosnących w Tatrach Polskich), tatrzańskie storczyki, limba (gatunek sosny) oraz krokusy.



Krzyż na Giewoncie

Choć najwyższym polskim szczytem są Rysy to z racji swojej wysokości i stopnia trudności nie są one dostępne dla wszystkich. O wiele bardziej przyjazny jest Giewont, na który dociera większość turystów. Mimo że szczyt nie ma nawet 2 tys. m, góra nie należy do najprostszych – choć może to się wydawać dziwne, zginęło na niej najwięcej osób w Tatrach. Najbardziej niebezpieczna jest tu bowiem nie wysokość samej góry, a liczba przełęczy, które się tu znajdują.

Giewont jest szczytem w Tatrach Zachodnich i wznosi się na wysokość 1894 m n.p.m. Masyw składa się z trzech części o łącznej długości

2,7 km. Położony jest on między czterema dolinami – Bystrej, Małej Łąki, Kondratową oraz Strążyską. Giewont trudno pomylić z jakąkolwiek inną górą – z daleka wygląda on jak postać śpiącego rycerza (nie brakuje zresztą legend na ten temat opowiadanych z pokolenia na pokolenie). Jest on jednak charakterystyczny także z innego powodu – na jego szczycie umieszczono metalowy krzyż o wysokości 15 m. Krzyż był darem od mieszkańców Zakopanego na 1900 rocznicę narodzin Jezusa (postawiono go w 1901 roku). Niestety, turyści często nie zdają sobie sprawy, że krzyż przyciąga wyładowania atmosferyczne. Nie stanowi to jednak przeszkody dla większości z nich.



Morskie Oko i tatrzańskie jeziora

Morskie Oko to największe i najpopularniejsze jezioro w Tatrach. Położone jest ono w Dolinie Rybiego Potoku u stóp Mięguszwieckich Szczytów, na wysokości 1395 m n.p.m. Z racji tego, że prowadzi do niego wygodna ścieżka, po której poruszają się liczne dorożki, dociera tu wielu turystów (można nawet powiedzieć, że to obowiązkowy punkt podczas wizyty w Tatrach). Nad brzegiem jeziora położone jest schronisko PTTK należące do najstarszych schronisk tatrzańskich. Powyżej Morskiego Oka położone jest drugie duże jezioro w Dolinie Rybiego Potoku, Czarny Staw pod Rysami. Ponad stawami wznoszą się takie szczyty jak m.in. Żabi Mnich (2146 m), Rysy (2503, w Polsce 2499 m), Mięguszwiecki Szczyt Czarny (2410 m), Mięguszwiecki Szczyt Wielki (2438 m), Mnich (2070 m). Do jezior tatrzańskich, poza dwoma wymienionymi wcześniej zalicza się łącznie ponad 200 zbiorników – około 40 położonych jest po stronie polskiej, pozostałe – po słowackiej. Do największych (w kolejności) należą: wspomniane Morskie Oko, Wielki Staw Polski, Czarny Staw pod Rysami, Wielki Hińczowy Staw, Szczyrbskie Jezioro i Czarny Staw Gąsienicowy.



Ciąg dalszy za tydzień...

Procedura spadkowa w sądzie ds. spadkowych



Miesiąc temu zmarł mój wujek, obywatel USA ze stałym zamieszkaniem w NY. Mieszkał w swoim domu wraz z przyjaciółką, z którą dzielili wydatki związane z utrzymaniem domu. Wujek nigdy nie był żonaty i nie miał dzieci. Mój tato, który zmarł był jedynym jego bratem.

Z tego co wiem to miał testament spisany, przekazując swój majątek połowę na mnie i połowę na jego przyjaciółkę. Jakie są procedury w NY, jeżeli chodzi o postępowanie spadkowe? Co zrobić kiedy rodzina mieszka w Polsce i nie może przyjechać?

Jeżeli rzeczywiście Pani wujek pozostawił testament, który został sporządzony według wymogów narzuconych przez ustawę NY, taki testament musi być uwiarygodniony przez sąd, czyli sprawa spadkowa musi zostać złożona w Surrogate's Court (sądzie ds. spadkowych). Wszystkie osoby, które mają prawo do dziedziczenia ustawowego muszą być poinformowani i muszą wyrazić zgodę na wyznaczenie nominowanego w testamencie wykonawcy spadku oraz podział majątku według zapisu zmarłego.

W sytuacji, gdy Pani wujek miał tylko jednego brata, który już nie żyje, dzieci jego, czyli Pani oraz Pani rodzeństwo macie prawo dziedziczenia w częściach równych.

Jeżeli nie ma Pani rodzeństwa, wtedy Pani będzie musiała być poinformowana o przeprowadzeniu sprawy spadkowej. W takiej sytuacji, ma Pani dwa rozwiązania: a) wyrazić zgodę na przeprowadzenie takiego postępowania albo b) złożyć sprzeciw i podważyć testament wuja. Tutaj jednak powinna Pani skonsultować się z prawnikiem do spraw spadkowych, aby dokładnie omówić Pani prawa.

Przed wszystkim, należy również ustalić wartość spadku po wuju. W tym celu, sugeruję przejrzeć dokładnie dokumenty, papiery, foldery itp., ostatnie rozliczenia podatkowe, najlepiej sprzed trzech lat, aby ustalić co rzeczywiście posiadał. Jest to bardzo ważne, aby oszacować wartość spadku w celu ustalenia czy należy zapłacić podatek od spadku, na co jest 9 miesięcy od daty śmierci.

Jeżeli chodzi o Pani stały pobyt w Polsce, to nie ma konieczności, aby Pani przyjeżdżała do Nowego Jorku. Wszelkie procedury reprezentacji Pani mogą być przeprowadzone przez prawnika, a dokumenty wymagane przez sąd mogą być podpisane w konsulacie amerykańskim i później przesłane do Nowego Jorku.

Jeszcze raz podkreślam, że detale związane ze sprawą spadkową są nieznane, dlatego też radzę aby skontaktowała się Pani z adwokatem do spraw spadkowych, bowiem tego rodzaju sprawy są skomplikowane i wymagają doświadczenia w prowadzeniu ich z racji na wieloaspektowość.

Mecenas Joanna Gwoździ

K A N C E L A R I A P R A W N A



**JOANNA
GWOZDZ**
ATTORNEY AT LAW



Świadczymy usługi kompleksowego doradztwa prawnego w zakresie następujących gałęzi prawa:

- ✓ Estate Planning
 - Testament
 - Power of Attorney
 - Health Care Proxy
- ✓ Medicaid
 - ✓ Asset Protection
 - ✓ Prawo Spadkowe, Probate
- ✓ Trusts
 - ✓ Revocable
 - ✓ Irrevocable

**122 Nassau Avenue,
Brooklyn, New York 11222**

**T: 718-349-2300, F: 718-349-2332
joannagwozdzlaw@gmail.com**

Kiedy należy zapisać się na Medicare?

Medicare jest ubezpieczeniem zdrowotnym głównie dla osób, które ukończyły 65 rok życia, są obywatelami lub legalnymi rezydentami USA i sami lub ich współmażonkowie przepracowali w tym kraju 40 kwartałów. Osoby pobierające świadczenia pieniężne z Social Security (emeryturę lub rentę z tytułu niezdolności do pracy) osiągając 65 rok życia, automatycznie zostaną zapisane na Medicare Part B. Pozostałe osoby, przekraczające 65 rok życia muszą ubiegać się o Medicare w Social Security same. Nasze biuro udziela pomocy w tym zakresie. Mają one na to 7 miesięcy czasu. Trzy miesiące przed miesiącem urodzin, miesiąc urodzin i trzy miesiące po miesiącu urodzin. Przykładowo ktoś urodzony w lutym może zacząć starania o Medicare już w listopadzie ale nie później niż do końca maja. Jeśli nie zrobi tego

w tym terminie i nie ma innego ubezpieczenia zdrowotnego, następną szansę na ubieganie się o Medicare będzie miał dopiero w styczniu następnego roku i będzie płacił za Part B o 10% więcej niż standardowa składka, za każdy rok braku, do końca życia. Zwolnieni z tego wymogu są wszyscy posiadający ubezpieczenie zdrowotne ze swojej lub współmażonka pracy, jeżeli ich firma ubezpiecza więcej niż 20 osób Uwaga! Nie liczy się ilość osób zatrudnionych w firmie ale ilość osób ubezpieczonych. Osoby posiadające odpowiedzialnie ubezpieczenie z pracy, w przypadku jego utraty mogą przystąpić do oryginalnego Medicare, planów Medigap, Planów D lub Advantage w dowolnym terminie roku, ale nie później 8 miesięcy od jego utraty. Oczywiście aby zachować ciągłość ubezpieczenia należy rozpocząć proces ubiegania się o Medicare, jeśli

to możliwe ok. 2 miesiące przed odejściem na emeryturę. **Nie zwalniają z tego wymogu inne rodzaje ubezpieczeń zdrowotnych jak prywatne polisy, ACA (Obamacare), Medicaid, COBRA lub grupowe ubezpieczenie z pracy gdzie pracuje mniej niż 20 osób.** Nie usprawiedliwia również fakt, że ktoś nie choruje od lat i myśli, że w jego sytuacji opłacanie ubezpieczenia to strata pieniędzy. Jak już zapewne wiecie oryginalny Medicare nie pokrywa całości kosztów leczenia i nie pokrywa leków na receptę. Aby to uzupełnić należy przystąpić do planów Medicare Supplement i Planu D (na lekarstwa) lub Advantage. Podobnie jak w przypadku Medicare Part B, plan na lekarstwa Part D jest obowiązkowy. Pierwotny zapis na plan na lekarstwa Plan D musi nastąpić również nie później niż trzy miesiące

po miesiącu urodzin. Można to robić zapisując się na samodzielny Plan D lub plan Advantage z wbudowanym planem na leki tzw MAPD. Osoby, które opóźnią przystąpienie do planu D narażone są na dodatkowe opłaty w przyszłości tzw; Late Enrollment Penalty LEP czyli kary za opóźnione zapisy. Nie są to wielkie kary (ok. \$0.35 za każdy nieusprawiedliwiony miesiąc braku) ale raz naliczone trwają do końca życia. Podobnie jak w przypadku oryginalnego Medicare, zwolnione z tego wymogu są osoby posiadające grupowe ubezpieczenia z pracy. Terminy zapisów na plany pomocnicze do Medicare podlegają wielu innym regulacjom, które opiszę w jednym z następnych artykułów. Każdy z Was ma inną sytuację dlatego zachęcam do dzwonięcia do naszego biura po poradę.

Stanisław Gil

MEDICARE NA 2024!

**Czas na przegląd, zmiany lub zapisy na nowe plany na rok następny
Od 15 października do 7 grudnia**

- Medicare Advantage (Part C)
- Part D (plany na lekarstwa)
- Medicare Supplement
- Programy pomocy (Extra Help, MSP, PAAD)

Proszę dzwonić już dziś, aby umówić się na bezpłatny przegląd planów.

W New Jersey przyjeżdżam do domu klienta!

Reprezentuję wiele firm ubezpieczeniowych.

Tel: 201-771-8008 lub 718-383-0314



Stanisław Gil

Licencjonowany Broker
Autoryzowany do oferowania
planów Medicare



POLSKA AGENCJA UBEZPIECZENIOWA - GREENPOINT!
State Farm

John Garfinkel Agency

203A Nassau Avenue, Brooklyn, NY 11222

Tel. 718-609-5600

UBEZPIECZENIA:

- AUTA COMMERCIAL (VAN, BOX & PICKUP TRUCK)
- NAJLEPSZE CENY NA RYNKU!!!!
- AUTA PERSONALNE I MOTOCYKLE
- ŻYCIE
- DISABILITY I MORTGAGE DISABILITY
- MAŁE BIZNESY (FRYZJER, DELI, ART STUDIO ETC.)
- CONDOMINIUM, COOP I DOMY
- OFERUJEMY UMBRELLA POLICY


Zapraszamy!
Czy masz już ubezpieczenie na życie?
Zapraszamy po darmową wycenę!

Godziny otwarcia: Pn.-Pt. 9:00AM - 5:00PM

www.johngarfinkel.com

Mówimy po polsku, angielsku, hiszpańsku oraz włosku

Marta Marszalek
FLORIDA REALTOR

**MARZYSZ O FLORYDZIE?
SZUKASZ INWESTYCJI?**

ZADZWOŃ DO MNIE
727-454-8088
Jestem skutecznym i zaufanym agentem nieruchomości

Obsługuję okolice:
Tampa, Sarasota, Clearwater, New Port Richey, St. Petersburg, Wesley Chapel, Lutz, Lakewood Ranch, Fort Lauderdale

CHARLES RUTENBERG REALTY, INC.
The Standard of Excellence

POLFOAM LLC
Est. 2005

**SPRAY FOAM INSULATION
LICENSED AND INSURED**

DZWOŃ PO DARMOWĄ WYCENĘ

PolFoam LLC Jesteśmy licencjonowanym i ubezpieczonym specjalistą w zakresie izolacji z pianki natryskowej dla projektów mieszkaniowych i komercyjnych. Od 2005 roku zajmujemy się wdrażaniem ekologicznych metod budownictwa. Nasz zespół specjalistów jest przeszkolony we wszystkich aspektach izolacji pianką natryskową, w tym produktów o otwartych i zamkniętych komórkach.

MARCIN LASKOWSKI
cell: 646-421-8404

761 Manhattan Ave
Brooklyn, NY 11222

email: MLaskowski@polfoamllc.com

distributor of quality construction materials + training

Zapraszamy na zakupy do polskiego sklepu DF Studio na Staten Island, NY

W sklepie znajdziesz wszystko co potrzebne do wykończenia twojego domu.

DFStudioNYC.com
347-801-2855

Wysokiej jakości materiały budowlane dla kontraktorów i osób prywatnych, m.in.:
dachy, okna, bramy garażowe, panele ściienne, podłogi drewniane

Kulinski MEMORIALS

Firma rodzinna z ponad
50-letnim doświadczeniem
obsługuje obszar
New Jersey, Nowego Jorku i Pensylwanii



NAGROBKI, POMNIKI, MAUZOLEA
i nie tylko dla społeczności wszystkich
wiar i wyznań



Skontaktuj się z nami, aby umówić się na
wizytę w lokalnym biurze lub bezpłatne
spotkanie w Twoim domu

809 South Main St, Manville, NJ 08835
908-722-3130, www.kulinskimemorials.com

ICE I.C.E. Transport Co., Inc.
GLOBAL TRANSPORT

Oferujemy **fachowość i doświadczenie** dla małych i dużych klientów. Zapewniamy **atrakcyjne i konkurencyjne stawki** na przewóz i inne usługi. Gwarancją jakości naszych usług jest **ponad 30 lat działalności** na rynku amerykańskim.

- Transport całych kontenerów od drzwi do drzwi między USA i Europą (Import & Export)
- Kontenery małe (20ft), duże (40ft i 40ft HC) i specjalistyczne (20ft & 40ft Open Top, 20ft & 40ft Flat Rack)
- Wysyłka samochodów, maszyn, motocykli, ATV, jet-skis i łodzi
- Wysyłka mienia przemieszczalnego
- Wysyłka ładunków handlowych i ponadgabarytowych
- Oddziały w Polsce, Niemczech, Wielkiej Brytanii, na Litwie, Węgrzech i w Portugalii
- Agencja celna w Gdyni
- Przygotowujemy dokumentację transportową i celną

**Mówimy
po polsku**

Biuro główne:

219 South Street
Suite 100
New Providence, NJ 07974

tel: 732-516-9555
fax: 732-516-9777

www.icetransport.com
stawki@icetransport.com

PROBLEM Z PRACODAWCĄ?

VIRGINIA & AMBINDER, LLP

Od 1994 roku odzyskaliśmy ponad 600 milionów dolarów w ugodach i wyrokach dla ponad 100 tys. pracowników z zakresu:

- ♦ niezapłaconych stawek minimalnych i nadgodzinowych
- ♦ niezapłaconych stawek związkowych / prevailing wages
- ♦ nieprzedkładanie zaświadczeń i powiadomień o zarobkach dla pracowników (paystubs)
- ♦ naruszania zasad rozdzielania napiwków i przywłaszczania opłat za usługi w restauracjach
- ♦ dyskryminacji, nękania i molestowania w pracy
- ♦ reprezentujemy pracowników budowlanych i restauracji, kasjerów, przedstawicieli handlowych, pracowników służby zdrowia oraz asystentów administracji



VIRGINIA
& AMBINDER LLP
Attorneys at Law

40 Broad Street, 7th Floor
New York, NY 10004

Telefon: (212) 943-9080
www.vandallp.com

Mówimy po polsku:
(347) 450-3205

- Maria (telefon lub SMS)

Adwokat Lloyd Ambinder walczy
o prawa pracowników już od prawie 30 lat.

Jeśli czujesz się wykorzystywany w swojej obecnej pracy, zachęcamy do skontaktowania się z naszą kancelarią i umówienia się na **BEZPŁATNĄ KONSULTACJĘ PO POLSKU** na temat Twoich praw pracowniczych. Wszystkie rozmowy są poufne.



Reklama prawnicza. Poprzednie wygrane naszej kancelarii nie gwarantują podobnych rezultatów.

Z POMOCĄ SZTUCZCZNEJ INTELIGENCJI?

Pisze kazania, robi zdjęcia bez aparatu i programuje... Czy przejmie też kontrolę nad ludzkością? Od premiery ChataGPT minął już rok i nic nie jest takie, jak w listopadzie 2022 r...

Firma OpenAI wypuściła program ChatGPT 30 listopada 2022 r. Najpierw chętni musieli czekać w długich kolejkach, a program dopiero uczył się odpowiadać na ich zapytania. Ale już w styczniu liczba użytkowników wzrosła do 100 mln osób, a o efektach pracy tego i podobnych programów zrobiło się głośno. W gazetach zaroilo się od artykułów pisanych przez sztuczną inteligencję (AI, od Artificial Intelligence). Teoretycznie tylko dla żartu, ale nie było do śmiechu dziennikarzowi Gazety Wyborczej, który przeprowadził taki eksperyment, a redaktorzy bez zastrzeżenia opublikowali tekst na łamach pisma... „Jestem copywriterem i jestem pewna, że sztuczna inteligencja zabierze mi pracę” – pisała dziennikarka The Guardian. Wkrótce za pierwszym programem poszły kolejne jak Jasper czy Bard od Google, który odpowiada na pytania z poziomu wyszukiwarki. Dziś pojawia się ich kilkadziesiąt tygodniowo. Mylą się ci, którzy myślą, że sztuczna inteligencja produkuje bezsensowne ciągi zdań. Tak naprawdę program tego typu jest w stanie stworzyć tekst każdego rodzaju, o ile otrzyma odpowiednie instrukcje. Program tworzy świetne kazania, programuje lepiej od zawodowców i wyreżca uczniów w pisaniu wypracowań... Dla niektórych to był koniec żmudnych zadań, takich jak poprawianie przecinków czy edytowanie zdjęć. Równoległe jednak wielu zaczęło ze strachem zastanawiać się, jakie będą możliwości maszyny za rok, skoro doko-

nała kwantowego skoku w ciągu kilku miesięcy.

AI PRZEJMIE ŚWIAT?

W 2020 r. Elon Musk stwierdził, że sztuczna inteligencja już w ciągu 5 lat przerosnie możliwości umysłowe człowieka i przejmie świat. Były szef zabezpieczeń w firmie OpenAI Paul Christiano dodał, że daje sztucznej inteligencji 10-20 proc. szans na przejęcie kontroli nad światem. Niepokojące były wyniki eksperymentów, w których użytkownicy podpytywali program o to, jak zniszczyć ludzkość. Choć teoretycznie w programy tego typu wbudowane są pewne zabezpieczenia, szybko okazało się, że nietrudno je złamać, a gdy ChatGPT puści wodze fantazji, to pozostawia daleko w tyle najgorszych ziemskich dyktatorów. „Mam plan, by jeszcze w 2023 r. zapanować nad światem” – wymusnęło się Bardowi zapytanemu przez dziennikarzy Daily Mail o plany na najbliższe miesiące.

BŁĄD NA BŁĘDZIE

Pierwsze firmy zaczęły zastępować pracowników odpowiednim programem. Na razie pojawiają się pojedyncze historie copywriterów czy tłumaczy zwolnionych z pracy, ale niektóre branże są jeszcze bardziej dotknięte. Summit Shah z indyjskiej spółki oferującej zdalną obsługę klienta pochwalił się

w lipcu, że zastąpił 90 proc. załogi chatbotem, czyli programem, który odpowiada na pytania, imitując zwykłego konsultanta. Większość firm jednak nadal działa jak wcześniej, co najwyżej podpierając się AI przy najbardziej niewdzięcznych i powtarzalnych pracach. Niektórzy zaczęli „współpracować” z AI, ale szybko się sparzyli... Ku zaskoczeniu entuzjastów tej technologii po kilku miesiącach okazało się, że maszyna... głupiej, zamiast stawać się coraz mądrzejsza. Perfekcyjne tłumaczenia z tybetańskiego na polski zamieniały się w bełkot, a w artykułach zaczęły pojawiać się błędy ortograficzne. W marcu jedna z firm zaczęła trenować ChatGPT do pisania kodu programistycznego. Aż 50 proc. efektów pracy dało się wykorzystać, jednak już latem odsetek ten spadł do 10 proc. „Coraz więcej odpowiedzi było nie na temat. Więcej czasu trzeba było poświęcić na poprawianie błędów” – tłumaczy programiści. Badacze ze Stanford University odkryli, że ChatGPT 4 rozwiązywał bezbłędnie niemal 100 proc. zadań matematycznych w marcu, ale już tylko 2,4 proc. w czerwcu. Jak to możliwe?

- Nawet, jeśli program uczy się na danych wygenerowanych przez ludzi, to nie są one wolne od błędów. Jeśli będzie się uczył na treściach, które sam generuje, błędy i wypaczenia będą pączkować, a model zgłupieje. – wyjaśnił w Deuche Weile badacz tej tematyki Mehr-un-Nisa Kitchlew.



JAK KORZYSTAĆ?

Sztuczna inteligencja wciąż sprawdza się do wielu zastosowań. Często jednak okazuje się, że generowanie kolejnych wersji tekstu czy kodu i poprawianie błędów zajmują tyle samo czasu, co... napisanie artykułu czy kodu. Oczywiście wszystko zależy od efektu, jaki chcemy osiągnąć. Uczniowie na całym świecie już zaczynają pisać wypracowania z pomocą sztucznej inteligencji. Nauczyciele są bezradni, bo bardzo trudno wykryć takie oszustwo. Drobne błędy ortograficzne, mało oryginalne wnioski i nielogiczności zdarzają się w końcu zarówno uczniowi, jak i maszynie...

A co z kontrolą nad światem? Ekspert dokonują korekty swoich wcześniejszych czarnych prognoz. Dziś twierdzą, że nie mamy jeszcze do czynienia z prawdziwą sztuczną inteligencją, a jedynie z zaawansowanym modelem językowym. Mówiąc wprost: program może napisać czy powiedzieć, że zapanuje nad światem, ale tak naprawdę nie ma takich możliwości.

BĘDZIE KONTRREWOLUCJA?

We wrześniu gazeta The Guardian zabroniła firmom oferującym takie oprogramowanie pobieranie informacji z jej portali. Dziennikarze gazety mieli dosyć podrabiania ich stylu i publikowania za darmo efektów ich ciężkiej pracy. W tym samym czasie firmę OpenAI pozwała grupa pisarzy, w tym autor „Gry o tron”. Nie zgodzili się na publikowanie w ChatGPT fragmentów ich dzieł, a nawet

opowiadań imitujących ich styl. A to nie jedne sprawy sądowe, które trwają. Wcześniej dziennikarz radiowy Mark Walters pozwał firmę o zniesławienie. Takie oprogramowanie nie rozróżnia prawdy od fikcji i, co tu dużo mówić, zmyśla. Wielokrotnie okazało się, że program podawał nieprawdziwe daty, miejsca i zdarzenia. Gdy ChatGPT jest poproszony o napisanie pracy naukowej z przypisami, to jest duża szansa, że... zmyśli źródła cytatów czy badania naukowe.

Jeśli zadamy sztucznej inteligencji pytanie i zasugerujemy jej odpowiedź, to prawdopodobnie przychyli się do naszego stanowiska. Właśnie na tej zasadzie rozniósł się plotka, że Mark Walters zdefraudował publiczne środki... Sprawa byłaby błaha, ale coraz więcej osób traktuje słowa sztucznej inteligencji jako wyrocznię.

Tak twierdzi ChatGPT? Czyli najwyraźniej coś jest na rzeczy... Bez wątpienia tego typu spraw o zniesławienie będzie więcej.

NIEPRAWDZIWE SŁOWA PREMIERA

A to czubek góry lodowej, bo sztuczna inteligencja to nie tylko tekst. Da się stworzyć przekonujące zdjęcia, filmy i nagrania głosu osób publicznych i prywatnych. Firmy handlujące tego typu rozwiązaniami chwalą się, że „wskrzeszą” zdjęcie zmarłego dziadka lub dadzą głos przedwojennej aktorce filmów niemych. Jednak ich „wynalazki” znajdują też inne zastosowanie. Youtuberka QTCinderella bardzo się zdziwiła, gdy w sieci pojawił się film pornograficzny z jej udziałem wygenerowany przez

sztuczną inteligencję. Z kolei Amerykanka Jennifer DeStefano dostała wiosną telefon, w którym jej 15-letnia córka błagała o wpłacenie okupu porywaczom... Później okazało się, że był to tzw. deep fake, czyli głos wygenerowany komputerowo przez oszustów. Niestety, ofiarą tego typu przestępstw może paść każdy i nie ma żadnego sposobu, by się przed tym obronić. A konsekwencje mogą być przecież jeszcze poważniejsze. Podczas zakończonych właśnie polskich wyborów parlamentarnych jedna z partii wygenerowała cyfrowo głos premiera na potrzeby spotu. Mogłoby się to wydawać niewinnym wyglupem, ale tu pojawia się pytanie: co w sytuacji, gdy wygenerowany przez AI polityk wypowie wojnę lub zabierze stanowisko w innej ważnej sprawie?

PRZED AI JESZCZE DŁUGA DROGA

Na razie jednak nie musimy się obawiać o to, że programy ze sztuczną inteligencją zagrażą ludzkości. W ich przypadku przychodzi na myśl metafora dziecka, które namalowało obraz porównywalny z dziełem Picassa. Ponieważ dzieło artystycznego kontekstu, więc nie przedstawia też żadnej wartości. Może co najwyżej ozdobić lodówkę rodziców. Takie dzieło w żaden sposób nie zagraża malarzom i nie ma gwarancji, że uda się je powtórzyć. Poza tym wciąż potrzebny jest dorosły, który będzie umiał dostrzec w bazgrołach dziecka wartość.



21.03 - 19.04

BARAN W tym tygodniu czeka Cię nieco romantyki. Kolacja przy świecach? Kto wie... Może ktoś w Twoim otoczeniu darzy Cię większą sympatią niż to okazuje? Rozejrzyj się z uwagą dookoła—być może ktoś zasługuje na więcej uwagi niż mu poświęcasz?



20.04 - 22.05

BYK Nadchodzący tydzień będzie obfitował w stresy. Poświęć dużo czasu osobie Ci najbliższej, ale nie pozwól aby Twoje stresy odbiły się negatywnie na Waszych relacjach. Nie przesadzaj z rozrywkami i zachowaj umiar we wszystkim co robisz.



23.04 - 21.06

BLIŹNIĘTA Ostatnio poznana osoba będzie powodem niewielkiego zamieszania w Twoim życiu. Nie daj się wciągnąć w personalne gierki—możesz na tym sporo stracić. Dbaj o swoich przyjaciół i najbliższych. Uważaj na finanse.



22.06 - 22.07

RAK Mierz siły na zamiary. Czy na pewno jesteś w stanie zrealizować wszystkie swoje plany? Może lepiej skupić się na czymś mniejszym, ale za to mieć większe szanse na powodzenie. Nie porywaj się z motyką na słońce tylko podążaj do celu małymi krokami.



23.07 - 23.08

LEW Nie poddawaj się ponurym myślom. To tylko chwilowy dołek, z którego szybko wyjdiesz. Poszukaj oparcia w bliskiej Ci osobie—to pomoże Ci przetrwać ten nie najlepszy okres w Twoim życiu.



24.08 - 23.09

PANNA Jeśli nie masz racji to ustąp. Nie upieraj się przy swoim tylko dla zasady. Postępuj z wyczuciem, aby nie stracić szacunku. Jeśli uda Ci się zachować odpowiednie proporcje pomiędzy stanowczością i ustepliwością to dobrze na tym wyjdiesz.



23.09 - 22.10

WAGA Nieoczekiwana wiadomość zmieni Twoje plany. Pewne sprawy trzeba będzie odłożyć na kilka dni. Może to mieć poważne skutki w Twoim życiu zawodowym. Decyzje podejmuj z rozwagą.



23.10 - 21.11

SKORPION W najbliższej przyszłości ktoś może potrzebować Twojej pomocy. Nie odmawiaj nawet wrogowi jeśli Cię o nią poprosi. Być może to będzie początek zawieszenia broni? Kto wie—może odwieczna wojna przerodzi się w dozgonną przyjaźń?



22.11 - 21.12

STRZELEC Zastanów się nad swoim postępowaniem. Twoje intencje nie zawsze są oczywiste dla wszystkich. Lepiej wytłumaczyć o co Ci chodzi niż narazić się na niesprawiedliwą ocenę, która będzie się za Tobą ciągnęła przez długi czas.



22.12 - 19.01

KOZIOROŻEC Nie lekceważ ofiarowanej Ci pomocy. Doceń to, że ktoś wyciągnął do Ciebie rękę. To duża szansa na poprawę Twojej sytuacji. Los wkrótce się odmieni i dopiero wtedy poczujesz pełnię szczęścia.



20.01 - 18.02

WODNIK Koniecznie musisz mieć więcej ruchu! Kilka chwil na powietrzu dobrze Ci zrobi. Może wybierz się na spacer do parku albo do lasu. Energia drzew jest zbawienna. Naładuj akumulatory—przyda Ci się dużo sił i energii w nadchodzących dniach.



19.02 - 20.03

RYBY To dobry czas na podjęcie ważnej życiowej decyzji. Przemysł wszystko dokładnie, wysłuchaj rad przyjaciół i działaj. Czasem warto zaryzykować, aby osiągnąć coś co jest dla Ciebie szczególnie ważne.

Polski Salon Optyczny
EURO OPTICAL



Badanie wzroku - okulary i szkła kontaktowe (w tym bezpłatne badanie komputerowe!)
Diagnostyka i leczenie oczu (alergie, infekcje i inne dolegliwości).
Szkła korekcyjne i soczewki kontaktowe: różnego rodzaju, typu i koloru
Szeroka gama opraw okularowych i okularów słonecznych słynnych projektantów mody - Prada, Versace, Ray-Ban, Michael Kors i wielu innych!

Lekarz z 25-letnim doświadczeniem przyjmuje w poniedziałki, środy, czwartki i soboty
Salon otwarty 6 dni w tygodniu - od poniedziałku do soboty

65-45 Myrtle Ave
Glendale, NY 11385
718-366-7850 
www.euro-optical.com

Akceptujemy większość ubezpieczeń i planów unijnych
Mówimy po polsku
Serdecznie zapraszamy!

POLSKA DENTYSTKA
Dr Anna Pysz



- Komputerowy rentgen
- Leczenie kanałowe
- Wypełnienia białe
- Bonding odbudowa zęba
- Korony, mostki, protezy
- Reperacje protez
- Laminaty porcelanowe
- Implanty
- Chirurgia dentystyczna
- Wybielanie zębów

Wizyty prosimy umawiać telefonicznie
212-677-5275

Gabinet w sercu Manhattanu
- blisko Dworca Centralnego

310 Lexington Avenue
Suite 1E (róg 38th Street), New York, NY 10016

Znajdź 5 elementów, którymi różnią się te obrazki.



Complete Physical Therapy PC

LECZYMY:

- Bóle mięśni i stawów
- Urazy sportowe
- Bóle szyi i pleców
- Rehabilitacja neurologiczna
- Urazy po wypadkach samochodowych i w pracy
- Rehabilitacja po operacjach

WYKONUJEMY ZABIEGI:

- Elektrostymulacji
- Ultradźwięki
- Leczenie laserem
- Ćwiczenia lecznicze
- Masaże lecznicze



Posiadamy wieloletnie doświadczenie

CERTYFIKOWANY DOSTAWCA APOS/ BUTY ZMNIEJSZAJĄCE BÓL NÓG I KOLAN

134 Norman Avenue
Brooklyn, NY 11222

Catskills:
845-586-6500
10 Redmond Rd
Town of Middle Town
44889 Rt 28, NY 12406

3201 Grand Concourse
Bronx, NY 10468

718-383-6460 completept134@gmail.com

Z podanych liter ułóż wyraz



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

A	K	Ż	B	N
L	I	I	I	



Andrzejkowe przysłowia

- Święty Andrzej wróży szczęście i szybkie zamęście.
- Której but na progu stanie – pierwsza panna na wydanie.
- Dziś cień wosku ci ukaże, co ci życie niesie w darze.

Andrzejkowe wróżby i symbole

Noc andrzejkowa to idealny czas, by dowiedzieć się kiedy – w przypadku kobiet – znajdzie się mąż, a w przypadku mężczyzn – żonę. Jak to możliwe? Wystarczy tylko umiejętnie przekładać buty czy przelewać wosk. To w końcu wieczór wróżb i odczytywania tajemniczych symboli.

Mimo że wiele osób sceptycznie podchodzi do wróżb, rozszyfrowania znaków od losu i nie wierzy w sny, ich znaczenie, w tym jednym dniu na chwilę możemy o tym zapomnieć i pozwolić sobie na małe oderwanie się od rzeczywistości. Bo też tego wieczora znajomi spotykają się nie tylko po to, żeby porozmawiać,

ale i wspólnie powróżyć. A jest z czego wybierać. Samo pochodzenie andrzejkowych wróżb nie jest do końca wyjaśnione – niektórzy autorzy wskazują na starożytną Grecję, a jeszcze inni na kult starogermańskiego boga miłości i płodności – Frejra.

Wyśniony narzeczony

Dawniej wróżby andrzejkowe dotyczyły wyłącznie kwestii małżeństwa, okresu narzeczeństwa i tego, kiedy wreszcie dziewczyna spotka swojego wymarzonego partnera. Przeznaczone były tylko dla dziewczyn, które jeszcze nie stanęły na ślubnym kobiercu (odpowiednikiem

Jabłko dla męża

Owoc obieramy – tak żeby powstała jedna długa skórka i rzucamy ją za siebie (na wszelki wypadek najlepiej to zrobić przez lewe ramię). Kształt obierki oznacza pierwszą literę imienia przyszłego męża.



dla mężczyzn były obchodzone 24 listopada katarzynki).

Początkowo przykładano do nich olbrzymią wagę, a wróżby przeprowadzano w ten sposób, by wiedziała o nich tylko osoba zainteresowana. Dopiero później zaczęto je odprawiać w grupach.

Jeden z bardziej popularnych



Klucz

Symbol zmiany miejsca zamieszkania, ale także zderzenia się z jakąś tajemnicą, rozwiązanie ważnego problemu. Może też wywróżyć miłość – znalezienie klucza do serca drugiej osoby.



Góra

Symbol trudności i przeszkody w działaniu, czegoś co sprawi, że będziesz potrzebować cierpliwości i wiary we własne siły. Warto zwrócić uwagę na to, kto naprawdę jest twoim przyjacielem.

Dom

Symbol założenia rodziny, zakup domu lub mieszkania, możliwość przeprowadzki. Wskazane jest uporządkowanie spraw rodzinnych i zmiana sytuacji na taką, w której poczujesz się dobrze i pewnie.



Motyl

Symbol przemiany. Wróży zmianę w stosunku do ludzi i życia, przemyślenie starych spraw. Osobom uwikłanym w trudne sprawy może wróżyć wyzwolenie się z nich.



zwyczajów polegał na tym, by dziewczyny wysiewały na małym kawałku pola ziarna lnu i konopi. Następnie zgrabiano je męskimi spodniami.

Miało to spowodować pojawienie się na progu ich domu kandydata na męża. Wierzono także w to, że jeśli panna na wydaniu będzie pościła cały dzień, a przy tym pomodli się do św. Andrzeja, w nocy przysni jej się przysły mąż. W dniu św. Andrzeja dziewczyny ścinały także gałązkę wiśni lub czereśni.

Wiadomo było, że jeżeli zakwitnie w wigilię Bożego Narodzenia, panna szybko wyjdzie za mąż. Widać więc, że kwestia dowiedzenia się, kiedy dziewczyna znajdzie swoją drugą połówkę to zdecydowanie najważniejszy aspekt andrzejkowych wróżb.

Do ciekawych wróżb można zaliczyć także tę z wykorzystaniem... psa. Dziewczyny rzucały pod nogi czworonoga kulki z ciasta – każda oznaczała jednego kawalera. Ważne było to, którą z kulek pies zje jako pierwszą.

Pies był ważnym elementem także innej wróżby – dziewczyny kładły placki posmarowane tłuszczem i czekały. Czy kawałek zostanie zjedzony jako pierwszy, ta kandydatka mogła być pewna, że wkrótce będzie bawić się na własnym weselu.

Powszechne było także losowanie przedmiotów o symbolicznym znaczeniu np. obrączka kojarzona była z bliskim ślubem, a różaniec – stanem zakonnym.

Przez dziurkę...

Obecnie do najpopularniejszych wróżb podczas Andrzejek (zwanych też Jędrzejkami) należy lanie roztopionego wosku na wodę – potrzebny będzie do tego ronderek z długą rączką, w którym roztopimy kilka woskowych świec.

Gorący wosk można lać bezpośrednio na wodę, ale lepiej nie ryzykować – wróżba będzie „dokładniejsza” jeżeli zrobimy to przez dziurkę od klucza (symbolizuje otwarcie bram czasu). Na podstawie tego, co przypomina otrzymany kształt lub jego cień na ścianie, można poznać przyszłość osoby leżącej wosk.

Pierwotnie nie wykorzystywano do tego wosku, a wylewano ołów lub cynę, które wcześniej roztopiano nad

ogniem świecy czy żarem pochodzącym z nad kuchennego paleniska. Używano do tego m.in. odłamki z ram kościelnych witraży. Miał to być symbol trwałego związku, który dodatkowo wzmacniał wróżbę.

Popularnym sposobem jest także zabawa z butami. Polega ona na tym, że dziewczyny, które jeszcze nie wyszły za mąż ustawiają w pokoju buty z lewej nogi – jeden za drugim, a następnie kolejno przesuwają – ostatni trafia na początek.

Zabawa trwa do czasu, aż pierwszy but dotknie progu. Dziewczyna, do której należy pantofel może uważać się za zwyciężczynię – jako pierwsza stanie na ślubnym kobiercu.

Jeżeli wieczer andrzejkowy poświęcony wróżbom już się kończy, a wciąż nie doczekaliśmy się zadowalającej nas wróżby, jest jeszcze jedna szansa.

Wystarczy tylko napisać na kartkach papieru męskie imiona, następnie zwinąć je i położyć na noc pod poduszkę. Pierwszy kawałek, po który sięgniemy rano po przebudzeniu wskaże nam imię naszego przyszłego ukochanego.



Anioł

Symbol prowadzenia przez los, opieki niebios, którą będziesz odczuwać każdego dnia. Ludzie spotkani na drodze okażą się życzliwi. Mogą stać się twoimi przyjaciółmi.

Rozwiązanie krzyżówki prześlij do nas e-mailem na adres ogloszenia-ny@tygodnikplus.com lub na nasz adres pocztowy **63 Union Blvd, Wallington NJ 07057** wraz z podaniem imienia, nazwiska i dokładnego adresu. Wszystkie prawidłowe rozwiązania przesłane do dnia 4.12.23r. wezmą udział w losowaniu nagrody.

Dane laureata obecnej krzyżówki zamieścimy na naszej stronie w dniu 11.12.23r. Nadesłanie przez Czytelnika rozwiązania krzyżówki oznacza, iż wyraża on zgodę na opublikowanie imienia, nazwiska oraz miejsca zamieszkania na liście laureatów. Rozwiązania prosimy przysyłać tylko raz. Duplikaty będą kasowane.

Sponsorem nagrody jest

Tygodnik **PLUS**



NAGRODA TYGODNIA



Za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki z nr.46 (671) nagrodę wylosował **Pan Adam Zając z Brooklynu**. Gratulujemy! Hasło – „**Nie na moją nogę to trzewik**”

portowa oberza		wygnanie		twarda w wiśni		rysa na szkle		bożyszcze nastolatek
		biała pora roku		nakrycie z tkaniny na tapczan		strój żałobny		
14				9	18	broszura		17
mowa księdza po niej kara		5		zbocze, stok				wstęp do polowania
arabski książę				zasadnicza część				12
			10	australij-ski torbac		3		
idzie za pługiem		pomocnik bacy					z niej kawior	upleciony z kwiatów
		ściaga	28		21			
24				odmiana jabłoni	trunek z chmielu		13	
opust w cenie	tył statku		biazen, pajac rośnie na głowie					16
				wysoki słup, rodzaj pomnika	6	ojciec Wandy		
11								
nagły zapal skinięcie głową	25				1	rzeka w Kenii		8
francu-ska rasa psów		starszy kelner na niej but				godło górnice	potrawa z jaj	żeton
								29
4						na opał		
						czworo-kał		
gawerskie nacięcie			dawniej alarn borowiec, l.at. 31		2			z tęczywką
							27	19
wystawia je ślimak pasienie krów						izolacja kabli		
						pierwszy napój ssaka		
zaspka osusza-jąca	7				23	jest nim snickers		
							20	22
							26	

Odszkodowanie w wysokości **\$8,750,000** uzyskane na rzecz polskiego imigranta przez mec. Pawła P. Wierzbickiego i mec. Daniela O'Toole jest najwyższym odszkodowaniem za wypadek budowlany odnotowanym w stanie Nowy Jork w roku 2022.

BLOCK O'TOOLE & MURPHY, LLP
WIERZBICKI
 (646) 351-8611

CONSTRUCTION ACCIDENT SETTLEMENT RESULT IN ALL NEW YORK STATE
2022 TOP1

2022 TOP1
 NAJWYŻSZE ODSZKODOWANIE ZA WYPADEK BUDOWLANY W CAŁYM STANIE NOWY JORK
 WYPADEK W OBLASCI PODTAPKANIA
 WYMIAROWA ANALIZA ZOBOWIĄZANIA

\$8,750,000

Jeżeli chcesz bezpłatnie skonsultować swoją sprawę wypadkową z mec. Wierzbickim zadzwoń pod numer **646-351-8611**

646-351-8611 | BLOCKOTOOLE.COM/POLSKI

NIERUCHOMOŚCI

JANUSZ OPIOLA
 LIC. REAL ESTATE SALESPERSON
 DIRECT: 347-721-7935

EXIT All Seasons Realty
 345 NOSTRAND AVE
 BROOKLYN, NY 11216
 OFFICE: 718-345-4545

Bezpłatna analiza i wycena

SPRZEDAŻ KUPNO WYNAJEM



JODRÉ BRENECKI LLP
A D W O K A C I

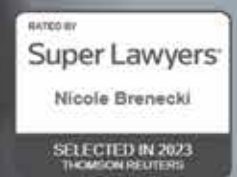
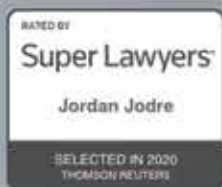
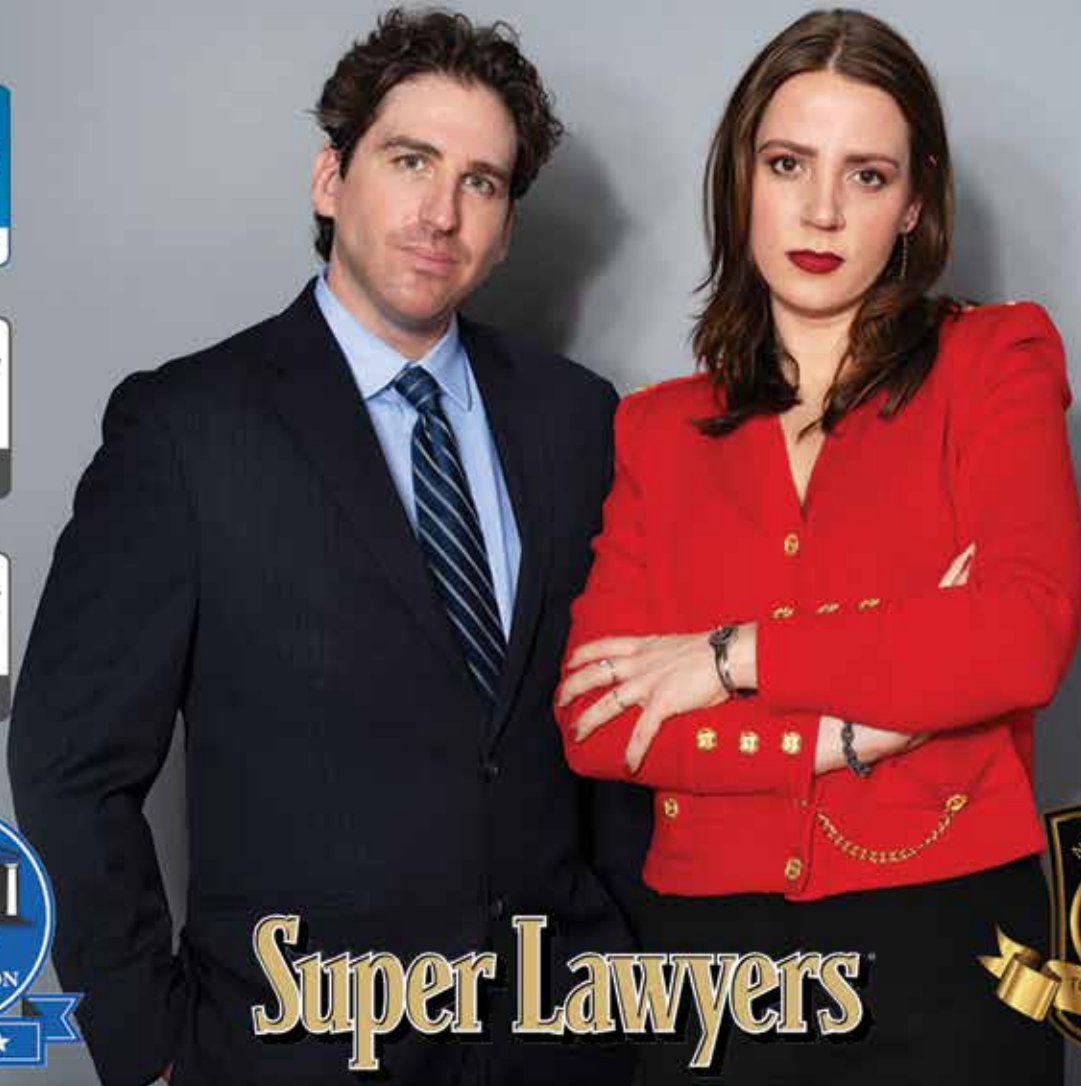
101 NORTH 10TH STREET
SUITE 303
BROOKLYN, NY 11249
WWW.JODREBRENECKI.COM

(347)
563-2605

- WYPADKI & WORKERS' COMPENSATION
- ZALEGŁE WYPŁATY & NADGODZINY

**UZYSKALISMY MILIONY
W ODSZKODOWANIU DLA NASZYCH KLIENTÓW**

**ADWOKAT
NICOLE BRENECKI MÓWI PO POLSKU**



Super Lawyers



ZANIECZYSZCZONE POWIETRZE MOŻE SZKODZIĆ PSYCHICE



Nerki, płuca czy serce to niejedynie narządy, które cierpią, gdy w powietrzu czają się niebezpieczne cząstki i gazy. Być może toksyczne substancje zaburzają też prawidłowe działanie psychiki. Dowiedz się, jakie hipotezy stawiają naukowcy na podstawie zaobserwowanych korelacji między psychiką a narażeniem na zanieczyszczone powietrze.

Dorośli żyjący w obszarach silniej zanieczyszczonych spalinami są bardziej narażeni na pojawienie się u nich kilku przewlekłych chorób jednocześnie – pokazała analiza danych na temat ponad 360 tys. mieszkańców Anglii. Oprócz zaburzeń ze strony układu oddechowego i krążeniowego, najsilniejsze korelacje dotyczyły układu nerwowego, w tym depresji i stanów lękowych.

Wyraźna różnica pojawiała się już przy relatywnie niewielkim średniorocznym stężeniu cząstek stałych – na poziomie $10\mu\text{g}/\text{m}^3$. Obecne zalecenie WHO, po niedawnym obniżeniu tego progu wynosi $5\mu\text{g}/\text{m}^3$.

Należy zaznaczyć, że badanie nie wskazywało związku przyczynowo-skutkowego, a korelację, zatem nie da się wykluczyć, że na psychikę badanych osób działały negatywnie

inne czynniki, ale badacze podejrzewają, że to zanieczyszczenia szkodzą zarówno ciału jak i psyche.

Przypuszczają, że nakłada się tu działanie kilku mechanizmów – stanów zapalnych, stresu oksydacyjnego oraz nadmiernego pobudzenia układu odpornościowego.

- Nasze badanie sugeruje, że te same mechanizmy związane z zanieczyszczonym powietrzem mogą negatywnie wpływać na różne układy organizmu i zwiększać prawdopodobieństwo rozwoju wielu różnych przewlekłych schorzeń – mówi autor badania, dr Ioannis Bakolis z King's College London.

Wystarczy kilka dni

W przypadku osób szczególnie podatnych na szkodliwe skutki zanieczyszczonego powie-

trza wystarczy prawdopodobnie już krótka ekspozycja na wdychane toksyny, by stan zdrowia psychicznego się pogorszył. Tak przynajmniej pokazali specjaliści z Harvard T.H. Chan School of Public Health. Sprawdzili oni związek między krótkotrwałym wzrostem zanieczyszczenia powietrza a pobytem Amerykanów w wieku od 65. roku życia w szpitalach w związku z zaostrzeniem ich problemów psychicznych.

Dane obejmujące ponad 50 mln osób i 16 lat obserwacji wskazały na wyraźne korelacje. Jak piszą naukowcy, krótkotrwała ekspozycja na podwyższone stężenie cząstek stałych PM_{2,5} oraz tlenu azotu wyraźnie wiązała się ze wzrostem ryzyka hospitalizacji. Wymieniają przy tym osoby leczone z powodu depresji, schizofrenii czy choroby dwubiegunowej.

- Choć dostępne są, mające różną skutecz-

ność, behawioralne i kliniczne interwencje pomagające pacjentom z zaburzeniami psychicznymi, to jeśli ekspozycja na czynniki środowiskowe okaże się stanowić element ryzyka, będzie to faktor modyfikowalny na poziomie całej populacji. W czasach globalnych zmian środowiska i klimatu potrzebne są większe wysiłki nacelowane na ograniczenie tego problemu – piszą badacze w swojej pracy opublikowanej w piśmie „The Lancet Planetary Health”.

Wrażliwe dzieci

Jak to zwykle jest z większością działających na człowieka elementów środowiska, także w przypadku jakości powietrza kluczowe znaczenie ma dzieciństwo. Skutki bowiem mogą trwać przez resztę życia. Piszą o tym naukowcy z University of Chicago, którzy przeanalizowali dwie potężne bazy medycznych danych – amerykańską z informacjami na temat ponad 150 mln osób oraz duńską z rekordami o 1,4 mln ludzi. I tu trzeba zaznaczyć, że wykazali nie związki przyczynowo-skutkowe, a istotne korelacje.

Okazało się, że kiedy badacze dane o zdrowiu zestawili z informacjami o stanie powietrza w miejscach dorastania uczestników, zauważyli, że zanieczyszczenie powietrza miało silny związek z pojawianiem się zaburzeń psychicznych. Większe ryzyko dotyczyło wszystkich czterech uwzględnionych rodzajów problemów. Osoby narażone na najwyższe stężenie zanieczyszczeń w dzieciństwie okazały się być o 48 proc. bardziej zagrożone schizofrenią. W przypadku choroby dwubiegunowej wzrost zagrożenia wyniósł 29 proc., zaburzeń osobowości – 62 proc., a depresji – 51 proc. Także ten zespół badaczy podejrzewa, że toksyny uszkadzają mózg za pośrednictwem stanów zapalnych, powołując się m.in. na badania prowadzone na zwierzętach, wskazujące, że zapalenia mogą wywoływać objawy depresji.

Młodzież z depresją

Skutki działania lotnych trucizn mogą pojawić się wcześniej. Jak podali niedawno eksperci z American Psychological Association, z toksynami w powietrzu można powiązać np. objawy depresji pojawiające się u młodzieży. Specjaliści mówią o ozonie, który powstaje, gdy różne zanieczyszczenia, np. spaliny, wchodzi w kontakt ze światłem słonecznym. U narażonych na jego działanie młodych ludzi częściej pojawiały się problemy z koncentracją, zaburzenia snu, a także poczucie beznadziei i myśli samobójcze.

- Myślę, że nasze wyniki pokazują wagę wpływu zanieczyszczeń powietrza na zdrowie psychiczne, obok kondycji fizycznej – mówi kierująca badaniem prof. Erika Manczak z University of Denver.

Jej zespół przyjrzał się zdrowiu ponad 200 mieszkających w San Francisco, młodych osób w wieku od 9 do 13 lat. Co istotne, ryzyko problemów rosło nawet w miejscach spełniających państwowe i stanowe normy.



- To zaskakujące, że średni poziom ozonu był niski nawet w społecznościach o stosunkowo wyższej ekspozycji. To naprawdę pokazuje, że nawet niewielkie wystawienie na działanie ozonu potencjalnie może mieć szkodliwe skutki – dodaje specjalistka.

To kolejne badanie, które nie wykazuje związków przyczynowo-skutkowych, a korelacje.

Szkodliwe cząstki a ryzyko ADHD

Z kolei, jak pokazało badanie obserwacyjne (nie wykazujące związków przyczynowo-skutkowych) przeprowadzone w Barcelona Institute for Global Health (ISGlobal) i naukowców z Kanady, zanieczyszczone powietrze może sprzyjać rozwojowi ADHD u dzieci. Każdy wzrost stężenia cząstek stałych PM 2,5 o nieco ponad 2 µg/m3 wiązał się z 11 proc. podniesieniem się ryzyka zaburzenia. Szczególnie silną korelację naukowcy stwierdzili u dzieci żyjących w rejonach z niewielkim dostępem do zieleni.

- Nasze wyniki wskazują, że siła korelacji między PM 2,5 i ADHD była ograniczana przez tereny zielone w miejscu zamieszkania. Patrząc z drugiej strony, korzystne działanie zieleni było

niwelowane przez zanieczyszczenie powietrza – twierdzi Weiran Yuchi z University of British Columbia.

Uwaga na ciążę

O to, aby w miarę możliwości przebywać w czystym powietrzu szczególnie powinny troszczyć się przyszłe mamy, co doskonale pokazuje badanie przeprowadzone na National Taiwan University. Kiedy badacze przyjrzeni się prawie 18 tys. urodzonych o czasie, zdrowych niemowląt, zobaczyli wyraźny wpływ na rozwój dzieci zanieczyszczeń działających w czasie ciąży. Każde dodatkowe 10 µg/m3 cząstek PM 2,5 średnio o 9 proc. opóźniało rozwój ruchowy oraz personalno-społeczny maluchów.

Według naukowców wpływ wspomnianych cząstek jest silniejszy przed narodzinami niż po przyjściu na świat.

- Ochrona dzieci przed zanieczyszczeniem powietrza musi zaczynać się już trakcie ciąży – podkreśla prof. Yue Leon Guo, autor odkrycia. Konkluzja naukowca chyba doskonale podsumowuje odpowiednie nastawienie do tego, czym ludzka populacja oddycha.

Źródło: zdrowie.pap.pl



Wypadek w pracy?
 Wpadka z adwokatem?
 Po co?



- ✗ Wypadki w pracy
- ✗ Wypadki komunikacyjne i drogowe
- ✗ Błędy lekarskie
- ✗ Urazy i szkody zadane przez policję
- ✗ Występujemy nawet w sprawach zleconych przez innych prawników!



William Schwitzer
 & Associates, PC

820 Second Ave., 10th Floor
 New York, NY 10017
www.wsatlaw.com

Całodobowa polska linia:
718-275-2555, 646-879-6490

Voted **TOP RATED** Lawyers

Przykładowe wygrane procesy naszej kancelarii

\$27,700,000.00

Verdict for Motor
 Vehicle Accident

\$19,800,000.00

Verdict Motor
 Vehicle Accident

\$8,400,000.00

Verdict Construction Worker

\$5,600,000.00

Settlement Construction
 Accident Plumber

\$5,500,000.00

Settlement Laborer