



PARADA IM. KAZIMIERZA PUŁASKIEGO ZAPRASZA POLONIĘ Z CONNECTICUT DO NOWEGO JORKU NA 5 ALEJĘ. 3 PAŹDZIERNIKA 2021

BRIDGEPORT, CT

Szkoła Kultury i Języka Polskiego in św Jana Pawła II w Bridgeport zaprasza do wspólnego wyjazdu na Paradę Pułaskiego

Wyjazd autokarem o godzinie 10:30 am z parkingu przy kościele im. św. Michała Archanioła, 310 Pulaski Str. Bridgeport.

Cena za wynajem autokaru \$25.00 od osoby.

Zapisy prosimy zgłaszać do Edyty Kulak 203 224 9470.

„MALA POLSKA”- NEW BRITAIN, CT

Bilety na komfortowy autokar w cenie \$40 można rezerwować w sklepie MAX-MART przy 104 Broad St., w New Britain. Ilość miejsc jest ograniczona, prosimy więc o jak najszybsze zgłoszenie się na listę pasażerów do Pani Renaty B. właścicielki sklepu. Planowany wyjazd do Nowego Jorku w niedzielę, 3 października o godz. 8 AM rano sprzed Pulaski Club na Grove St. Powrót z Nowego Jorku ok. godz. 5-6 po południu.

Więcej informacji:
860 967-7345
860 883-2277



STAMFORD, CT

Komitet Parady Pułaskiego, Stamford, CT

Planowany rozkład dnia:

8:30 – msza św. w kościele Najświętszego Imienia Jezus, 325 Washington Blvd

9:30 – śniadanie

10:45 – wyjazd autokarów do Nowego Jorku

Przemarsz 5 Aleja

Powrót autokarem do Stamford
Obiad w Centrum Parafialnym
Opłata za śniadanie, podróż i obiad - \$10.00

Pytania i zgłoszenia:

Aldona T. – 203-559-6207

Halina Sz. – 203-451-4481

Iwona D. – 203-981-7975

Iwona M. – 203-554-3182

OWENS, SCHINE & NICOLA, P.C.

Usługi prawne od 1928



Konsultacja sprawy **BEZPŁATNA**
Ponad 20 lat doświadczenia

OBRAŻENIA CIAŁA

Wypadki samochodowe
Upadki i poślizgnięcia
Pogryzienie przez psa

ODSZKODOWANIA PRACOWNICZE

"DUI"

KUPNO I SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI

PRAWO RODZINNE

Rozwody
Opieka nad dzieckiem
Alimenty
Mediacje
Ostatnia wola Testamentu



LISA PYTERAK MAINOLFI

Adwokat - Mówię po polsku

799 Silver Ln, Trumbull, CT 06611
(203) 375 0600

17 Lenox Place, New Britain, CT 06050
(860) 356 7774



KUPNO I SPRZEDAŻ
NIERUCHOMOŚCI

Kasia Kasica
Realtor



117 North Main Street
Southington, CT 06489

Cell 860-681-6907

Office 869-621-8378

Fax 860-276-8062

@may_sunshine20@yahoo.com

c21allpointsrealty.com



Each office is independently owned and operated

Co ma wspólnego Order Uśmiechu z Jackiem i Agatką

Jacek i Agatka – jedna z najwcześniejszych powstałych telewizyjnych polskich dobranocek, emitowana przez Telewizję Polską w latach 1962–1973 (2 października 1962).

Autorką tej serii była Wanda Chotomska, a emisja tej dobranocki przypadła na godzinę 19:20 w jedynym programie telewizyjnym. Jacek i Agatka to były dwie pacynki (główki nakładane na palec). Pacynki zaprojektował Adam Kilian, a głosu obydwu bohaterom użyczyła Zofia Raciborska, która odtwarzała również postać Pani Zosi – sąsiadki Jacka i Agatki.

Tytułowy bohater Jacek zainspirował jednego z pacjentów szpitala dziecięcego w Konstancinie do pomysłu nagradzania dorosłych odznaczeniem od dzieci, po czym redakcja „Kuriera Polskiego” ogłosiła ogólnopolski konkurs, dzięki któremu powstał Order Uśmiechu.

Na pomysł nadawania Orderu wpadła w 1968 redakcja „Kuriera Polskiego” którego redaktorem naczelnym był Cezary Leżeński. Inspiracją był wywiad z Wandą Chotomską z okazji 5-lecia dobranocki dla dzieci Jacek i Agatka. Pisarka opowiedziała w nim o chłopcu ze szpitala rehabilitacyjnego w Konstancinie pod Warszawą, który chciał nadać medal lekarzowi, który się nim opiekował. Dziennikarze uznali, że dzieci mogą nagradzać dobrą pracę dorosłych, dlatego ogłoszono ogólnopolski konkurs na projekt odznaczenia. Na adres Telewizji Polskiej i do redakcji „Kuriera Polskiego” dzieci nadesłały 44 tysiące prac. Jury pod przewodnictwem Szymona Kobylńskiego wybrało projekt Ewy Chrobak. Order z nr 1 w lutym 1969 roku otrzymał lekarz z Poznania Wiktor Dega.

W 1979 (ogłoszonym przez ONZ Międzynarodowym Rokiem Dziecka) po wystąpieniu kanclerza Cezarego Leżeńskiego przed Zgromadzeniem Ogólnym Sekretarz Generalny ONZ Kurt Waldheim nadał Orderowi Uśmiechu rangę międzynarodową. Od tej pory Kapituła Orderu Uśmiechu stała się międzynarodowa. Jej pierwsze spotkanie odbyło się w maju 1980 roku. W 1990 roku po zmianie właściciela „Kuriera Polskiego” Kapituła została zawieszona, dlatego w 1992 roku zostało zarejestrowane niezależne Stowarzyszenie Kapituła Orderu Uśmiechu.

1–2 czerwca 1996 roku zwołano



w Rabce Pierwszy Światowy Złot Kawalerów Orderu Uśmiechu, podczas którego otwarto Muzeum Orderu Uśmiechu, które obecnie znajduje się na terenie Rodzinnego Parku Rozrywki „Rabkoland”, a miastu nadano status „Miasta Dzieci Świata”. II Złot odbył się ponownie w Rabce rok później, w 1997 roku.

W 2003 Międzynarodowa Kapituła Orderu Uśmiechu odbyła pierwsze w historii swoje posiedzenie poza Warszawą, miało to miejsce w Świdnicy, gdzie powstało pod jej patronatem Europejskie Centrum Przyjaźni Dziecięcej. Nadano wówczas miastu Świdnica tytuł „Stolicy Dziecięcych Marzeń” i ogłoszono 21 września Światowym Dniem Orderu Uśmiechu.

Obchody 50-lecia w 2018 r.

Obchody rozpoczęło wręczenie przez kanclerza Marka Michalaka Orderu Uśmiechu papieżowi Franciszkowi. W ramach obchodów 50-lecia istnienia Orderu Kapituła nadała po raz pierwszy honorowy tytuł Miasta Orderu Uśmiechu dla Głuchołaz. 25 maja 2018 na stadionie w Głuchołazach, 1024 dzieci z głuchołaskich szkół i przedszkoli biło rekord Polski w wpisem do księgi Guinnessa w ułożeniu znaku graficznego Orderu Uśmiechu z okazji jego 50-lecia.

W czerwcu 2018 roku w Rabce z tej okazji w ramach Roku Ireny Sendlerowej odbyła się Międzynarodowa Konferencja Naukowa Irena Sendlerowa Dzieciom. Biografia i przesłanie Kawalera Orderu Uśmiechu. Po raz drugi członkowie Międzynarodowej Kapituły Orderu Uśmiechu spotkali się poza Warszawą i wybrali osoby, które zostaną wyróżnione tym odznaczeniem. Na to posiedzenie przyjechali Kawalerowie Orderu Uśmiechu z Polski, Białorusi, Izraela, Litwy, Niemiec i Sudanu. Wzięli oni również udział w nadaniu Szkole Podstawowej przy Zespole Szkół Uzdrawiskowych w Rabce-Zdroju imienia Kawalerów Orderu Uśmiechu.

W 2018 roku Order Uśmiechu został wyróżniony przez redakcję Głosu Nauczycielskiego statuetką i tytułem Inicjatywa Edukacyjna Roku 2018.

Projekt orderu

Projekt Orderu Uśmiechu stworzyła dziewięciolatka z Głuchołaz – Ewa Chrobak. Od talerzyka i szklanki odrysowała słońce, do którego ręcznie dorysowała nierówne promienie. Projekt, z ponad 44 tysięcy innych, wybrało jury pod przewodnictwem Szymona Kobylńskiego, który dopracował go do znanej formy. Znak graficzny i nazwa „Order Uśmiechu” jest znakiem zastrzeżonym, do którego wyłączne prawa autorskie posiada Międzynarodowa Kapituła Orderu Uśmiechu.

Przyznawanie Orderu

Odznaczenie – w formie medalu przedstawiającego uśmiechnięte słońce – przyznawane jest w Polsce przez Międzynarodową Kapitułę Orderu Uśmiechu, mieszczącą się w Warszawie, której sekretariat znajduje się w Świdnicy. Spośród kandydatur nadesłanych przez dzieci z całego świata Kapituła wybiera laureatów. Kawalerem Orderu Uśmiechu zostaje dorosły, którego działalność jest wyjątkowa, nietuzinkowa i przynosi dzieciom największą radość, często ratuje ich życie.

Order przyznawany jest dwa razy do roku – wiosną i jesienią. Historycznie było to pierwszego dnia wiosny i ostatniego dnia lata. Orderu nie przyznaje się osobom zmarłym.

Prawo do używania tytułu Kawalera Orderu Uśmiechu mają jedynie osoby, którym go wręczono zgodnie z ceremoniałem. W wyjątkowych przypadkach Kanclerz Kapituły może wyrazić zgodę na odstąpienie od tradycyjnego ceremoniału, co miało miejsce w przypadku papieża Jana Pawła II, Krystyny Feldman (zmarła przed dekoracją, dlatego Order przekazano pośmiertnie) i króla Arabii Saudyjskiej Abdullaha bin Abdulaziza Al Sauda.

ciąg dalszy na str. 15

MARZI FLORIST

Kwiaty na każdą okazję

wesela chrzciny komunie pogrzeby urodziny imieniny itd.




atrakcyjne ceny
zawsze świeże kwiaty



dogodna lokalizacja

33 Fern St. New Britain, CT 06053

tel. (860)2291331

POLONIA – Dwutygodnik Społeczno - Kulturalny

adres: P.O. Box 563, Oxford, CT 06478
tel./fax: (203) 881-1962
email: Poloniakaz@aol.com
web: Polonia-news.cba.pl

REDAKCJA:

Kazimierz Kochanowicz - wydawca, redaktor naczelny, Alina Zawojski - redaktor wydania, Alicja Kochanowicz - opracowanie graficzne, Andrzej Więciorkowski - redaktor, ogłoszenia, reklamy, Zofia Więciorkowska - redaktor, Maciej Kochanowicz - web designer

WSPÓŁPRACUJĄ:

Aneta Matyszczyk, Wioletta Jusiński, Izabela Pardo-Malecka, Anna Czop, Jacek Zawojski, O. Marcin Ćwierz

Nie zamówionych materiałów redakcja nie zwraca. Zastrzega sobie również prawo skracania i opracowania tekstów niezamówionych. Za treść i język tekstów redakcja nie ponosi odpowiedzialności. Przedruk bez zezwolenia wzbroniony.

© 2009 Polonia Publishing, LLC



5 urocznych jesiennych miasteczek

Letnie, gorące dni odchodzą już wraz z nadchodzącą jesienią, której to sezon oficjalnie rozpoczął się 22 września. Poranki, wieczory stają się już chłodne i przypominają o zmieniającej się porze roku. Chociaż szczyt kolorowych liści jeszcze jest przed nami, ale na pewno gdzieś koło połowy października jesień wybuchnie swoimi, pięknymi kolorami. Oto 5 pięknych miejscowości, które zachęcamy do odwiedzenia o tej porze roku.

Monroe

Monroe to urocze małe miasteczko w powiecie Fairfield. Jesienne atrakcje związane są przede wszystkim z sadami owocowymi. W pobliżu znajduje się Beardsey's Cider Mill and Orchard gdzie można nabyć jabłka, wypieki z owoców lub cydr. Natomiast Great Hollow Lake to świetne miejsce na wędkowanie lub spacerować wśród drzew.

Mystic

Mystic to nadmorska wioska w południowym Connecticut z dużą ilością jesiennych liści, którym towarzyszy rześki morski powiew. Miasto ma prawie 400 lat i jest pełne zabytków architektury,

muzeów i wycieczek. Znajduje się tam Mystic Seaport Museum, w którym odtworzono wioskę rybacką w Nowej Anglii z XIX wieku. W Mystic Aquarium można zobaczyć jedyne wieloryby beluga w Nowej Anglii. Olde Mistick Village to centrum handlowe na świeżym powietrzu obok akwarium ze sklepami sprzedającymi ręcznie robione mydła, ozdoby świąteczne na każdą porę roku oraz lokalne miody, musztardy i pasty. Można również zdecydować się na wycieczkę łodzią i podziwiać nadmorski krajobraz.

Essex

Downtown Essex to malownicze miasteczko w Nowej Anglii z ciekawymi restauracjami i zapraszające na wyjątkowe podziwianie kolorów jesiennych liści. Essex słynie z pociągu parowego oraz łodzi rzecznych. Można skorzystać z kreatywnego sposobu zobaczenia jesiennych liści. Essex jest także siedzibą historycznego Muzeum Rzeki Connecticut, które mieści się w trzypiętrowym budynku (wcześniejszym magazynie parowców).

Litchfield

Litchfield jest pełne wyjątkowych atrakcji, których nie możemy pominąć. Po pierwsze, znajduje się tam, istniejący już 50-letni holenderski sklep (Dutch Epicure Shop), który specjalizuje się świeżym europejskim pieczywem i smacznymi ciastkami oraz sprzedaje holenderskie towary i artykuły spożywcze. Zapraszamy również do Ripley Waterfowl Conservancy, gdzie można zobaczyć ponad 60 gatunków ptactwa wodnego, a następnie należy wybrać się na spacer po zadaszonym moście do pobliskiego West Cornwall.

Kent

Kent zostało założone w 1739 roku, 37 lat przed oficjalnym powstaniem

Stanów Zjednoczonych i ma w sobie mnóstwo starodawnego uroku połączonego z nowoczesnymi udogodnieniami dla malowniczych jesiennych przygód. Znajduje się tam Kent Falls Brewing, mały browar produkujący piwo z chmielu uprawianego na tej samej farmie, na której znajduje się browar. House of Books to księgarnia z głównymi klimatami „Harry Potter” z czerwoną fasadą i zabytkowym drewnianym znakiem. Park stanowy Kent Falls zaprasza na jesienną wędrowkę oferując podziwianie wodospadów i pięknych kolorowych liści.

FedEx zatrudnia w CT

FedEx chce wzmocnić swoje usługi dodając 1200 pracowników. Zapotrzebowanie w FedEx Ground w Connecticut obejmuje osoby zajmujące się obsługą przesyłek, menedżerów i innych pracowników wsparcia. Będą to etaty w pełnym i niepełnym wymiarze godzin. David Westrick, rzecznik FedEx Ground, powiedział, że firma prowadzi obecnie sześć obiektów w Connecticut i zatrudnia w stanie ponad 4000 osób. To już drugi raz w tym roku, kiedy FedEx ogłosił rekrutację pracowników. W maju firma zatrudniła ponad 600 przewoźników. Osoby ubiegające się o pracę w FedEx muszą mieć co najmniej 18 lat. Nie ma kryteriów związanych z minimum wykształcenia.

Najlepsze szkoły średnie (high school) w CT

Według portalu „Niche-best school”

szkoła średnia Hotchkiss School w Lakeville została najlepszą szkołą w rankingu prywatnych szkół naszego stanu. Następne miejsce zajęła szkoła Choate Rosemary Hall z Wallingford a trzecią pozycję zajęła Loomis Chaffee School w Windsor.

Wśród publicznych szkół najwyżej uplasowała się szkoła Westport's Staples High School z Westport. Kolejne szkoły to New Canaan High School w New Canaan i Darien High School w Darien.

Sikorski rozpoczyna produkcję śmigłowca dla USMC

Pierwszy zbudowany w Connecticut ciężki helikopter dla Korpusu Piechoty Morskiej Stanów Zjednoczonych (U.S. Marine Corps) był wystawiany w piątek (24 września) po południu w Sikorsky Aircraft w Stratford. Jest to śmigłowiec CH-53K - King Stallion. CH-53K jest następcą CH-53E Super Stallion, który po raz pierwszy wzniósł się w powietrze w 1974 roku. Na tym jednak podobieństwo się kończy. King Stallion jest całkowicie nowy. Posiada najnowocześniejszą technologię lotniczą, potężne silniki pozwalające podwojenie udźwigu — do 27 000 funtów. Helikopter umożliwi amerykańskim żołnierzom piechoty morskiej bezpieczne wykonywanie dalekich misji w trudnych warunkach. Ma on zdolność podnoszenia ciężkich pojazdów do obsługi operacji USMC, takich jak ciężki transport szturmowy, pojazdy opancerzone.

Opracował K.K

Danek Real Estate Services, LLC



Grace (Grazyna) Danek
- Medynska
Broker/Owner

**Pomoc
w sprzedaży
i zakupie
nieruchomości
również
z foreclosure
w Fairfield
i New Haven
County.**

Licensed in CT
CT License #
REB.0756589

Tel./Cell. 203-820-6613
E-mail: gdanek28@gmail.com

**259 Jackson Ave
Stratford, CT 06615**

POLSKI SKLEP MEBLOWY STAN FurnitureLLC

***Jadalnie * Sypialnie * Biura * Przedpokoje
*Meble dziecięce * Wersalki * Narożniki***



Kanapy * Fotele *

Krzesła *

Krzesła barowe *



European solutions
for
*Super Living
Experience!*

call (860) 817-6225 (860) 229 - 0879
email: superliving@sbcglobal.net

Godziny otwarcia

Wtorek - Piątek.
10:00am do 5:00pm
Sobota i niedziela.
10:00am do 2:00pm

**59 High St.,
New Britain**

Effatha...

Jezus opuścił okolice Tyru i przez Sydon przyszedł nad Jezioro Galilejskie, przemierzając posiadłości Dekapolu. Przeprowadzili Mu głuchoniemego i prosili Go, żeby położył na niego rękę. On wziął go na bok, z dala od tłumu, włożył palce w jego uszy i śliną dotknął mu języka; a spojrzawszy w niebo, westchnął i rzekł do niego: „Effatha“, to znaczy: Otwórz się. Zaraz otworzyły się jego uszy, więzy języka się rozwiązały i mógł prawidłowo mówić. Jezus przykazał im, żeby nikomu nie mówili. Lecz im bardziej przykazywał, tym gorliwiej to rozgłaszali. I przepętnieni zdumieniem mówili: „Dobrze wszystko uczynił. Nawet głuchym słuch przywraca i niemym mowę”. (Mk 7, 31-37)

Jedną z najgorszych pomyłek w patrzeniu na drugiego człowieka jest powierzchowność, ocenianie innych przez pryzmat tylko tego, co widać na zewnątrz, bez wejścia w głębię tego, co dany człowiek czuje, co przeżył, jaką miał historię życia. Myślimy, że ten, kto jest bogaty, piękny, zawsze uśmiechnięty, na pewno musi być szczęśliwy. Pociągają nas tacy ludzie, zachwyca ich styl

życia, który prezentuje nam często telewizja czy portale plotkarskie. Odstraszają nas natomiast biedni, uzależnieni, poranieni, ci, których nędza zepchnęła na margines, tak że często są oni poza obszarem naszego myślenia, albo jeśli są to jako ci gorsi, słabsi, niezaradni, leniwi.

No cóż, osądzamy na podstawie tego, co widzimy, co pierwsze rzuca nam się w oczy, nie znając tego, co jest głębiej. W moim kapłańskim życiu spotykałem wielokrotnie ludzi odrzuconych, poranionych, z powodu tego, że na przykład pili alkohol i nie potrafili poradzić sobie z życiem, pracą, rodziną. Pierwszy mój odruch był zawsze ten sam: osąd, krytyka, katalogowanie ich jako złych i podłych grzeszników. Czasem rzeczywiście tak było, rzeczywiście byli złymi, podłymi grzesznikami. Zdarzało się jednak, że mój sąd był przedwczesny, złośliwy i niepełny, bo gdy poznałem ich historię życia, już nie miałem ochoty ich krytykować.

Teraz ostrożnie podchodzę do drugiego człowieka, w myśl zasady: zamiast potępiać usprawiedliwiał, a jeśli nie chcesz usprawiedliwiać,

to nie potępiaj. Nikt bowiem nie jest aż tak zepsuty, aż tak zły czy nędzny, by nie znalazł w sobie choć iskierej dobra, która może na nowo rozpaść w nim ogień dobroci, miłości i przemienić jego życie.

Rozumie to Pan Bóg, który do końca wierzy w człowieka i choć ten człowiek może być skreślony przez wszystkich, to Bóg trwa do końca w nadziei, że może go przemienić i uzdrowić. A może uzdrowić nawet najtwardszego grzesznika, jeżeli ten przyjdzie i poprosi o Jego łaskę. To uzdrowienie dokonuje się często poza ludzkim spojrzeniem, tam, gdzie człowiek zostaje sam na sam z Bogiem, tak jak pokazuje to Ewangelia.

Jezus celowo zabiera tego człowieka z dala od tłumu, od ludzi, dla których ten chory może być obiektem drwin, krytyki, osądów, gdyż tak właśnie w czasach Jezusa traktowano ludzi chorych czy kalekich. Być może ten człowiek nie radził sobie z ich spojrzeniami. Chociaż nie słyszał tego, co mówili, i nie mógł im odpowiedzieć, na pewno cierpiał wewnątrz, i przeżywał swoją niemoc. A może ta właśnie niemoc, ta głuchota stała się skutkiem zamknięcia się na innych, którzy nim pogardzali. Może tak bardzo nie chciał słyszeć ich drwin, że ogłuchł. Ewangelia nie podaje, że takim był od urodzenia, a zatem gdzieś nabawił się tej słabości.

Czy ja swoim czysto ludzkim spojrzeniem na drugiego człowieka,

swoim osądem czy krytyką mogę sprawić, że zamknie się on w sobie, stanie się wewnętrznie głuchy i niemy? Na pewno tak. Tak potraktowany człowiek stanie się niezdolny do tego, by mówić, bronić się, przeświadczony, że jest tym gorszym. Może się tak stać i dlatego św. Paweł przestrzega, by nie robić różnicy między żadnym człowiekiem, nie stwarzając sztucznych podziałów z powodu tego, że ktoś jest lepiej czy gorzej uzdolniony, pobożniejszy czy bardziej grzeszny, bogaty czy biedny, zdrowy czy chory. Czyniąc tak możemy zranić, a nawet zniszczyć czyjeś życie, które potem będzie trudno naprawić i uzdrowić.

Wszystko zależeć będzie od tego, czy ta osoba pójdzie z tym do Jezusa i czy pozwoli dotknąć się Jego uzdrawiającej łasce. Jezus nie osądza nikogo, lecz wszystkich traktuje równo, każdemu daje szansę i gotów jest uzdrowić najgorsze zranienia. To Jezus mówi nam za każdym razem, gdy klęczymy w konfesjonale, w miejscu, gdzie traktuje nas inaczej niż ludzie i ten świat, gdzie mówi do mnie: effatha, otwórz się, nie zamykaj się w sobie, nie skupiaj na tym, co mówią czy myślą o tobie ludzie, lecz na tym, co mówię ci Ja. A mówię ci, że jesteś wspaniałym człowiekiem!

o. Marcin Ćwierz OSPPE

Monsignor Bojnowski Manor



★★★★★
5 Star Rating
for Overall Quality Care
by Nursing Home Compare
www.medicare.gov

poziom naszego serwisu
oceniany jest na 5 gwiazdek
który możesz sprawdzić na

www.medicare.gov

- * wykwalifikowany personel medyczny 24 godziny na dobę
- * fizykoterapia oraz inne terapie dla pacjentów
- * programy socjalne i terapeutyczne
- * hospicjum
- * piękne wnętrza
- * pomoc w przygotowaniu pacjentów na powrót do domu
- * koordynacja serwisów po powrocie do domu
- * możliwość tymczasowej opieki nad pacjentem
- * serwis klerykalny
- * **rehabilitacja krótkoterminowa**
- * **serwis terapeutyczny przez 7 dni w tygodniu**

Akceptujemy: Medicare, Medicaid, Blue Cross,
Connecticare and Aetna Insurances.

tel. 860-229-0336

50 Pulaski St, New Britain, CT 06053

Teresa Ciechanowski D.M.D.

Serdecznie zaprasza do gabinetu dentystycznego



T.C. Dental

Oferujemy pełny zakres
usług dentystycznych
Honorujemy większość
ubezpieczeń medycznych

Prosimy dzwonić pod numer

860-229-0622

Akceptujemy pacjentów w wieku do 21 lat

z ubezpieczeniami stanowymi

Husky A, Husky B

czyszczenie zębów, egzamin i zdjęcia tylko \$100 dla nowych pacjentów
wybielanie zębów Philips Zoom biały uśmiech w godzinę \$350

LEKARZ I PERSONEL MÓWIĄ PO POLSKU

393 West Main St. New Britain, CT

Piórem kronikarza Czas zmienić wizerunek bohatera



Każde pokolenie od momentu ożywienia człowieka przez Stwórcę, toczy podobne życie, tylko przy użyciu innych środków technicznych.

Pierwotne plemiona schronienia przed zimnem i niepogodą, jak też przed nieprzyjaciółmi szukały w jaskiniach. Starsi uczyli młodych polować i bronić się przed zaborczymi plemionami, czy też na nie napadać (zależało to od cech charakteru przywódcy). Strugano więc ostrym kamieniem maczugi i ćwiczone ich używanie. Z biegiem lat maczugę dozbrajano, aż do momentu, gdy przeobraziła się ona w broń atomową, która potrafi zabić miliony, a nawet tych, którzy się jeszcze nie narodzili.

Zbrojenie, które dawało kolejnym pokoleniom poczucie bezpieczeństwa i komfortu autonomicznego nakreślało jednocześnie postęp techniczny, więc polepszanie i ułatwianie życia.

W każdym jednak pokoleniu przewija się narzekanie dorosłych na swoją młodzież. Że jest lekkomyślna, samolubna i bawiąca się nie tym, co potrzeba. Dorośli starają się wychować bowiem swoje pociechy na wzór i podobieństwo swoje. Te, wchłaniają rodzicielskie i szkolne nauki, jak też wszystkie będące w ich zasięgu. Często, by mieć święty spokój i nie odpowiadać na tysiące trudnych, „beźmyślnych” pytań, wtykamy swoim dzieciom do rąk płyty z agresywnymi gramami mówiąc: pobaw się kochanie.

Ongiś młodzież racząc się w karczmach miodem dawała ucha krwawym opowieściom wędrowców i bardów o wojnach, bijatykach. Napawała się i ostrzyła szablę, by przy byle nadarzającej się okazji sprawdzić swoje umiejętności w jakiejś burdzie czy rzeźbie.

Dziś bardów zastąpił Internet, po którego stronach dzieci i młodzież swobodnie żeglują dając oka i ucha temu, co one proponują. A proponują, poza encyklopedycznymi wiadomościami, również instrukcje zbudowania w warunkach domowych bomby, proch dymny, list wybuchowy, a nawet jak sporządzić środek odurzający. Są też rady na dobrą zabawę: Z kumplami zidentyfikujcie jakąś brykę i napchajcie jej do baku np. bananów, truskawek, podpasek. Ubaw jest, gdy koleś nie może odpalić grata. Znaleźć też można porady dla morderców, ale nie będę ich cytował, gdyż są zbyt drastyczne. Natomiast z podręcznika terrorysty można dowiedzieć się, jak maskować swoje zabójcze zamiary, jak podkładać ładunki wybuchowe, by miały większe pole rażenia...Poza Internetem zła może młodzież dotknąć też podczas koncertów muzycznych. Oto Marilyn Manson, psychopatyczny wytwór Ameryki, w trakcie swoich występów rozdaje dragi i kopuluje z osłem. To samo robi na teledysku ze świnią. Ponadto urywa łeb chomikowi, czy

zjada własne ekskrementy.

Czy więc młodzież jest nie dobra? Czy też nasiąka otaczając ją rzeczywistością? W odległych czasach zabójczymi szarżami, teraz terrorystycznymi zamachami. Bo przecież mimo woli, bawiąc się, uzbrajają w agresję i chęć sprawdzenia się, czy dostępne im środki techniczne nie są dla nich za trudne.

My też uderzmy się w piersi, bo młodzieży za wzór bohaterstwa stawiamy wojennych dowódców pilotów, którzy stracili najwięcej wrogich maszyn, albo zbombardowali kilka miast na terytorium nieprzyjaciela, a w szkole wciskamy do głów uczniom, jak to Kaligula podstępnie wyróżzał nieprzyjaznych mu senatorów. Może czas zmienić status bohaterstwa i dawać za przykład tych, którzy propagują pokój, pomagają ludziom i wskazują jak kochać drugiego człowieka, mimo jego wad i ułomności charakteru.

Andrzej Kamiński

Powroty

Po 4 tygodniach powróciłem do USA z kolejnego pobytu w Polsce. Pięknie ta nasza Polska i chociaż obracałem się tylko w okolicach Rzeszowa przyjemnie było zobaczyć swoje rodzinne strony i zachodzące tam zmiany. Zachwyca mnie zawsze, gdy z okien samolotu podziwiam coraz lepiej zarysowujące się kontury zabudowań, dróg, pól uprawnych i lasów. Obserwuję ten widok aż do momentu zetknięcia się kół samolotu z płytą lotniska.

Zadając sobie pytanie czy obecny pobyt w Polsce był udany czy też nie, trudno jest odpowiedzieć jednym zdaniem. Jeżeli wziąć pod uwagę fakt, że przez swój pobyt udało się podbudować zdrowie kogoś bliskiego to mogę określić ten wyjazd jak najbardziej za udany. Jeżeli jednak popatrzę z turystycznego punktu widzenia, to nie udało mi się zaliczyć kolejnych ciekawych miejsc w Polsce. Chociaż nie powiem, są i ciekawostki - poznałem dokładnie życie pensjonariuszy w domu seniora, zaliczyłem kilka szpitali i nabrałem jeszcze większej pokory do życia i kwestii ludzkiego przemijania.

Jednak nie – były i wyjątki. Wyrwałem się na jeden dzień do Warszawy i pół dnia spędziłem w parku Pałacu Lubomirskich/Potockich w Łańcucie.

Do Warszawy wybrałem się na zaproszenie Małgorzaty Wójcik ze Stowarzyszenia Wspólnota Polska do siedziby na Krakowskim Przedmieściu. Piękny, położony w samym sercu starej Warszawy gmach, trochę świecił pustką. Niestety, ale chyba ze względu na pandemię covidową większość imprez zostało odwołanych lub ograniczonych do minimum.

Pomimo występujących ograniczeń Warszawa jak zawsze tętniła życiem. Na Starym Mieście przewijały się większe



lub mniejsze grupki turystów, słychać było koncerty muzyków, kolumna króla Zygmunta witała wszystkich przybyłych, a Zamek Królewski zapraszał turystów do wnętrza.

Najbardziej zatłoczone (chyba ze względu na sierpień) moim zdaniem było Muzeum Powstania Warszawskiego. Mogę się mylić – może tak jest w każdym dniu otwarcia muzeum. Co ciekawe, było bardzo dużo młodych ludzi zorganizowanych w wieloosobowe grupy lub pojedynczo. W tłumie tym wyróżniały się również mundury młodych ludzi – żołnierzy z WOT. Po wejściu do budynku muzeum – głęboka cisza. Jedynie słychać było odgłosy z małych sal kinowych, gdzie wyświetlane były filmy dokumentalne z tamtych krwawych wydarzeń. Najbardziej

wstrząsająca dla mnie była sekcja muzeum dokumentująca bestialstwo i zwyrodnienie niemieckich żołnierzy na ludności cywilnej miasta.

Kto był w Muzeum Zamku w Łańcucie to nie potrzebuje mojego opisu tego pięknego miejsca. A kto jeszcze tego nie zrobił, to bardzo polecam. Naprawdę warto.

Przelot Polskimi Liniami LOT, na których to liniach wielu Rodaków nie pozostawia suchej nitki, był bardzo przyjemny. Tak lot do Polski czy też do USA. Może to za sprawą bezpośredniego połączenia lotniczego Newark – Rzeszów – Newark... a może wynika to z faktu, że w jedną stronę kapitanem Dreamlinera była kobieta.

Podczas pobytu w Polsce z pogodą było różnie. Fakt faktem, że pierwsze dwa tygodnie była przepiękna, słoneczna pogoda, ale w następnych tygodniach było w kradkę - raczej chłodno i więcej deszczu. Czyli klimatyzacja w domach nie była absolutnie potrzebna. Rzecz inaczej miała się jednak, gdy się podróżowało samochodem. Biorąc pod uwagę ilość samochodów na drogach, zakorkowany Rzeszów oraz spaliny, to A/C w samochodach był nie tylko potrzebne, ale wręcz konieczne.

Ciekawym zjawiskiem była postawa naszych rodaków w stosunku do Covida. W pierwszym tygodniu pobytu zauważyłem w miejscach publicznych bardzo dużo masek na twarzach. Jednak w kolejnych tygodniach maski te jak gdyby zaczęły znikać. W czwartą niedzielę, tuż przed odlotem do USA w kościele parafialnym niewielka ilość wiernych uczestniczących we mszy św. zakrywała usta i nos. Nie wiem czy to dobrze czy źle.

Po odbytych z Rodakami rozmowach doszedłem do wniosku, że większość z nich (wiedząc o tym lub nie) przechorowała już covid i w myśl medycznych teorii posiadała już przeciwciała uodparniające. A więc

po co maski? My Polacy jesteśmy najlepszymi lekarzami dla siebie i chyba na Podkarpaciu takich „samoistnych” lekarzy jest najwięcej. Region ten charakteryzuje się najniższym procentem zaszczepionego społeczeństwa.

W Polsce, podobnie jak i tutaj w USA, strach jest włączać odbiornik telewizyjny, gdzie spikerzy większości programów telewizyjnych przedstawiają alarmujące dane o wzroście zachorowań na Covid-19. Ciekawe co nas będzie czekać za pół roku czy też za rok....

Jak gdyby mniej Rodacy narzekali na sytuację w kraju. Narzekali raczej na pewien niedosyt z aktualnej sytuacji. Gospodarka owszem - ruszyła z kopyta i jest czym się chwalić. Postęp widzi każdy gołym okiem. To wielki sukces, bo daje wszystkim nadzieję, że w końcu będzie bardziej normalnie. Większość podkreślała jednak, że jest konieczność wielu newralgicznych reform pozwalających Polsce i Polakom uporządkować swój własny kraj. Jednakże ciągnie się to zbyt wolno.

Po tych 4 tygodniach powróciłem do USA - kraju, który zawsze będzie moją drugą ojczyzną. Pierwszą zawsze będzie Polska, miejsce, gdzie się urodziłem, wychowałem, spędziłem lata młodości, czasy buntu i miłości... Jednak zawsze jakaś siła ciągnie mnie z powrotem. Czuję się tam bardzo dobrze, ale lata spędzone tutaj w USA nie pozwalają mi na porzucenie wszystkiego i na powrót do Polski. Stany Zjednoczone są krajem, który w pewnym okresie mojego życia podał mi rękę, udzielił mi schronienia, gdy byłem w potrzebie. Tutaj mam żonę, swoje dzieci, wnuki.... Tutaj chyba pozostanę...

Jednak, gdy jestem w Stanach Zjednoczonych to myślę o Polsce - i na odwrót - gdy jestem w Polsce to myślę o USA.

Kazimierz Kochanowicz

„aby język giętki, powiedział wszystko, co pomyśli głowa” „I don't wanna - kiedy pada motywacja do dwujęzyczności.”

„Przekrój” z 1947 roku zamieścił ogłoszenie z „Kuriera Wielkopolskiego” przesłane przez jednego z czytelników. Brzmiało tak:

„*Maturalne kursy dla eksternów i komplety angielskiego, francuskiego, rosyjskiego. Lekcje prowadzi polonista-lingwista Michał Archaniol Ligenza-Niewiarowski maestro włoskiego bel canta, tenor o skali mezzo-sopranu (3000 lekcji wciąż dwa razy dziennie) absolwent 2 seminariów: nauczycielskiego i duchownego.*”

Ogłoszenie podpisane było komentarzem czytelnika: „*Dosyć! Jeśli pan powie, że jest pan ponadto szafą grającą, to będziemy w obawie, że się pan przepracowuje.*”

Anons przypomina mi trochę grafik ambitnego amerykańskiego licealisty: hiszpański, chiński, jazda figurowa na lodzie, tenis i skrzypce. Może nawet lepiej-podchodzi pod zajęcia polskiego przedszkolaka: niemiecki, angielski, pianino, piłka nożna, balet. Dumni rodzice inwestują w intelektualny i sportowy potencjał swoich geniuszy.

Skąd mogła się brać godna do pozazdrośczenia motywacja pana Ligenzy-Niewiarowskiego? Specjaliści dzielą motywację na dwa rodzaje. Pierwszy, to motywacja zewnętrzna - w przypadku dzieci jest to działanie rodziców w celu nakłonienia do określonego zachowania z wykorzystaniem perswazji, nacisków w postaci kar i nagród, albo wizji negatywnych konsekwencji. Doza strachu jest tutaj niezbędna. To metoda kija i marchewki. Druga, to motywacja wewnętrzna- za nią idzie aktywność w dążeniu do osiągnięcia czegoś, ochota poznania, wewnętrzne zainteresowanie tematem. Okiem wyobraźni widzę, że za

motywacją Pana Michała Archaniola stoi zawsze Mama, ale mogą się mylić.

Ambicją większości naszego polskiego środowiska jest wychowanie dwujęzycznych dzieci. Czy wystarcza nam motywacji? Na pewno jest ona silna zanim milusińscy przyjdą na świat. Natknęłam się w jednym z artykułów o dwujęzyczności z postacią (R. de Louw), która sugeruje, że już w okresie prenatalnym powinniśmy mówić do dziecka w naszym ojczystym języku. „Takie zachowanie nie będzie oczywiście mieć żadnych skutków lingwistycznych, ale najważniejsze jest wykształcenie w sobie nawyku wychowania dwujęzycznego” mówi artykuł. Tak więc drodzy rodacy do brzuchów należy mówić po polsku. Jednakże prawdziwe wyzwanie stawiają nam późniejsze lata szkolne.

Językowa rebelia

Jest ogólnie problemem ludzi dwujęzycznych, bo jak mówisz tylko jednym językiem to się przecież przeciw niemu nie zbuntujesz. Następuje u dzieci gdy nie chcą już używać języka rodziców. Przyczyn może być parę. Jedni przestają mówić po polsku, bo spotkało ich coś nie milego ze strony rodaków np. ich polski został wyśmiany, inni idą do szkoły gdzie wiadomo, że muszą komunikować się z rówieśnikami i odnaleźć w skomplikowanych układach społecznych. Są i tacy, którzy się po prostu w angielskim zakochują, bo jest łatwiejszy i umożliwia czytelny przekaz emocji. Językowa rebelia jest normalna. To etap, który przechodzi większość dzieci dwujęzycznych. Najlepiej jest jednak gdy ma miejsce w momencie kiedy język rodziców jest już doskonale

opanowany.

Antidotum na rebelię

Nie ma. Jedno jest pewne. Im większe robi się z tego halo tym bunt się umacnia. Specjaliści radzą by trzymać się języka polskiego. Nawet jak nam dziecko odpowiada po angielsku. Karcąc, usilnie poprawiając powodujemy, że mówienie po polsku będzie się kojarzyło z karą. Powinna w problemie buntu językowego pomóc wspomniana wcześniej motywacja wewnętrzna. Warunkiem jej skuteczności jest jej emocjonalny charakter. Wszyscy palacze wiedzą, że należy palenie rzucić a otyli wiedzą, że trzeba schudnąć, bo się umrze na chorobę krążenia albo inną. Kończy się jednak jedynie na świadomości co się powinno zrobić a nie na działaniu. Brakuje właśnie elementu emocjonalnego. Jeśli ktoś z rodziny byłby otyłym palaczem i umarł na zawał serca zmienia się zupełnie perspektywa. Budzi się motywacja wewnętrzna by o siebie zadbać. Może to drastyczne przykłady, ale doskonale obrazują wewnętrzną motywację. Podobnie jest z używaniem języka polskiego w rodzinach dwujęzycznych. Trzeba znaleźć sposoby by zmotywować dzieci wewnętrznym.

Najlepiej jeśli dziecko, nastolatek jest emocjonalnie związany/a z kimś w Polsce dziadkami, kuzynostwem. Czasem dzieci są wysyłane na kolonie i obozy w Polsce gdzie znajdują polskich przyjaciół. Takie więzi pozytywnie motywują do używania polskiego. Nie liczyłabym raczej na dzieci polskich znajomych, gdyż między sobą działy po polsku mówić nie będzie.

Jeszcze są dobre polskie filmy, szczególnie

dla młodszych dzieci. Filmy wciągają a przy okazji język się doskonali. Rodzinne gry po polsku powinny również pomóc, tylko problem polega na tym, że rodzic musi z dziećmi pograć i upewnić się, że w czasie gry używają polskiego. Polska muzyka jest czasem bardzo dobrym środkiem pielęgnowania języka. Miałam znajomą, która urodziła się w Stanach, mówiła po polsku słabo, ale za to znała się na polskiej muzyce lepiej niż ja (Marysia została siostrą karmelitanką na marginesie).

Znalazłam także informację na jednej ze stron dla mówiących po hiszpańsku, że dobrze jest regularnie zabierać dzieci do rodzimej restauracji. Jedzenie będzie się kojarzyło z przyjemnością co pomoże w kultywowaniu i języka i kultury, a oglądanie sportu w języku rodzimym może zmotywować szczególnie chłopców.

No i dajcie dzieciom tego i-pada! Niech sobie ściągają duolingo po polsku. Młodsze dzieci bardzo tę aplikację lubią.

Wiem, że może nie podałam rewolucyjnych sposobów na obudzenie wewnętrznej motywacji, ale niestety się nie da. Jest ona mobilizowana przez niezmiennie czynniki jak pozytywne kontakty międzyludzkie oraz przyjemność i satysfakcja z wykonywanej czynności.

Niechaj pan Michał Archaniol Ligenza-Niewiarowski służy nam jako pozytywny bodziec do pielęgnacji języka rodzimego. Był on polonista-lingwistą doskonale władającym angielskim, francuskim i rosyjskim. My spokojnie możemy się skupić tylko na dwóch językach i nawet nie brać lekcji emisji głosu dwa razy dziennie.

Anna Czop

333 Bridgeport Ave * Shelton, CT 06484

Curtiss*Ryan Honda

Curtiss-Ryan HONDA



- * Jeden z największych dealerów samochodowych marki Honda
- * Curtiss Ryan Honda, dealer otwarty od 1973 roku
- * Kupno, sprzedaż, porada, pożyczka, ubezpieczenie, wyposażenie... wszystko załatwimy na twą korzyść.
- * Większy wybór - lepszy serwis - niższe ceny - łatwa decyzja - Curtiss Ryan Honda!!!

tel. 203.929.1484

Otwarty: Pon.-Czw. 9AM-8PM, Piątki 9AM-6PM, Soboty 9AM-5PM



(Exit 13 z drogi numer 8)

Serdecznie Zapraszamy

Jeżeli szukasz pracy,
większych zarobków
i niezależności w pracy - Już znalazłeś!
Zgłoś się niezwłocznie do:
**Curtiss Ryan Honda
w Shelton.**

**Poszukujemy sprzedawcy
samochodów.**

Czy posiadasz samochód firmowy?

Będziesz miał pracując z nami!

Nasz pakiet wynagrodzeń, benefits,
klimat w pracy i reputacja są wśród
najlepszych.

Jesteśmy EOE i beznarkotykowym
miejscem pracy.

Podanie (resume) wysłać na

General Manager

Curtiss Ryan Honda

333 Bridgeport Ave, Shelton, CT 06484

ed@curtissryan.com

tylko z tym ogłoszeniem

EXTRA \$100.00

obniżki na zakup samochodów

ważne tylko w Curtis-Ryan Honda w Shelton

nie można łączyć z innymi ofertami, tylko jeden kupon przy transakcji,
wcześniejsze transakcje wykluczone

Ciekawostki

O nadwadze decyduje nie to, ile jemy, ale to, co jemy

Autorzy artykułu opublikowanego w *American Journal of Clinical Nutrition* podważają powszechnie panujące przekonanie, że to nadmierna ilość spożywanego jedzenia prowadzi do otyłości. Ich zdaniem model bilansu energetycznego, zgodnie z którym nadwaga i otyłość pojawiają się, gdy pobieramy więcej energii niż wydajemy, zawiera liczne błędy. Proponują stosowanie modelu węglowodanowo-insulinowego, zgodnie z którym nadwagę i otyłość powoduje to, co jemy, a nie ile jemy.

Zgodnie ze stosowanym obecnie modelem bilansu energetycznego zachęca się do spożywania mniejszych ilości pokarmów i większej aktywności fizycznej. Jednak działania takie nie przynoszą skutku, a osób z nadwagą i otyłych jest coraz więcej. Jak mówią autorzy wspomnianego artykułu, model bilansu energetycznego bierze pod uwagę podstawy fizyki, bez uwzględniania biologicznych mechanizmów prowadzących do przybierania na wadze. Dlatego też zaproponowali model węglowodanowo-insulinowy, zgodnie z którym ważniejsze jest to co jemy, a nie ile jemy. Ich zdaniem bowiem epidemia otyłości spowodowana jest częściowo przez hormonalną reakcję na zmianę jakości pożywienia, a w szczególności na obecność w dużych ilościach cukru i wysoki indeks glikemiczny pokarmów, co prowadzi do zmian w metabolizmie.

Wszędzie otacza nas wysoko przetworzona, smaczna żywność, która jest do tego intensywnie reklamowana. W tej sytuacji łatwo przyjmować więcej kalorii niż się potrzebuje, a na nierównowagę energetyczną wpływ ma też siedzący tryb życia. Zgodnie z tą filozofią przyjmowanie zbyt dużych ilości pożywienia w połączeniu z brakiem aktywności fizycznej prowadzi do nadwagi. Problem jednak w tym, że pomimo kampanii informacyjnych zachęcających do jedzenia mniej i ćwiczenia więcej, epidemia otyłości zatacza coraz szersze kręgi.

Główny autor artykułu *The Carbohydrate-Insulin Model: A Physiological Perspective on the Obesity Pandemic* doktor David Ludwig z Boston Children's Hospital i Harvard Medical School mówi, że model bilansu energetycznego nie uwzględnia biologicznych przyczyn przybierania na wadze. Weźmy na przykład pod uwagę okres szybkiego wzrostu nastolatków. W tym czasie młodzi ludzie mogą zwiększyć spożywaną liczbę kalorii o 1000 dziennie. Ale czy to ta zwiększona ilość kalorii powoduje, że rosną czy też nagły wzrost powoduje, że są głodni i się przejadają?, zwraca uwagę Ludwig.

Model węglowodanowo-insulinowy zakłada, że przyczyną nadwagi jest to co jemy, a nie ile jemy. Zgodnie z nim przyczyną współczesnej epidemii otyłości są współczesne nawyki żywieniowe, które powodują, że jemy bardzo dużo pokarmów o wysokim indeksie glikemicznym, szczególnie zaś wysoko przetworzonych, łatwych do strawienia węglowodanów. Taka

żywność prowadzi do zmian w naszym metabolizmie, których wynikiem jest odkładanie się tłuszczu i przybieranie na wadze.

Gdy spożywamy wysoko przetworzone węglowodany nasz organizm zwiększa wydzielanie insuliny, a zmniejsza wydzielanie glukagonu. To zaś powoduje, że komórki tłuszczowe dostają polecenie przechowywania większej ilości kalorii. A skoro więcej energii jest odkładane, to mięśnie i inne aktywne tkanki otrzymują mniej kalorii. Mózg zauważa więc, że ciało nie dostaje wystarczającej ilości energii i generuje sygnały, przez które czujemy się głodni. Jakby jeszcze tego było mało, gdy organizm próbuje przechowywać energię, metabolizm może zwalniać. W ten sposób możemy czuć się głodni, mimo że w naszym organizmie ciągle odkłada się tłuszcz.

Dlatego też powinniśmy brać pod uwagę nie tylko to, ile jemy, ale również co jemy oraz jak żywność wpływa na hormony i metabolizm. Zdaniem Ludwiga, poważny błąd modelu bilansu energetycznego polega na tym, że traktuje on wszystkie kalorie tak samo, niezależnie od źródła, z jakiego je przyjmujemy.

Sposób na walkę z cukrzycą? Pozycja stojąca zwiększa wrażliwość na insulinę

Działanie insuliny, jednego z kluczowych hormonów metabolizmu węglowodanów, może być zakłócone m.in. przez nadwagę, co prowadzi do zmniejszenia wrażliwości na insulinę i grozi rozwojem cukrzycy typu 2. oraz chorób układu krążenia. Fińscy naukowcy z Uniwersytetu w Turku zauważyli właśnie, że pozycja stojąca jest powiązana ze zwiększeniem wrażliwości na insulinę. To zaś może oznaczać, że wydłużenie czasu, w którym w ciągu dnia stoimy może pomóc w zapobieganiu chorobom przewlekłym.

Cukrzyca typu 2. to jedna z najbardziej rozpowszechnionych chorób cywilizacyjnych. Jest ona związana z insulinoopornością, przez co zwiększa się poziom glukozy we krwi.

Trzeba przy tym pamiętać, że cukrzyca typu 2. jest bardzo ściśle związana z trybem życia, przede wszystkim z dietą i aktywnością fizyczną. Wiadomo, że regularna aktywność fizyczna odgrywa ważną rolę w zapobieganiu tej chorobie. Naukowcy z Turku chcieli zaś zbadać związek pomiędzy insulinoopornością a siedzącym trybem życia, aktywnością fizyczną i sprawnością u mało aktywnych dorosłych, u których występuje zwiększone ryzyko rozwoju cukrzycy typu 2. i chorób układu krążenia.

Podczas badań, których wyniki opublikowali w *Journal of Science and Medicine in Sport*, zauważyli, że niezależnie od poziomu aktywności, masy ciała czy sprawności fizycznej, pozycja stojąca zwiększa wrażliwość na insulinę. Nigdy wcześniej nie



opisane tego związku. Nasze odkrycie pokazuje, że powinniśmy część czasu, w którym siedzimy, zastąpić staniem. Szczególnie wówczas, gdy nie jesteśmy aktywni fizycznie, mówi doktorantka Taru Garthwaite.

Autorzy badań pokazali też, jak ważny jest odpowiedni skład organizmu. Zwiększony odsetek tłuszczu był ważniejszym czynnikiem wpływającym na wrażliwość na insulinę niż aktywność fizyczna, sprawność czy czas spędzony w pozycji siedzącej. Jednak pozycja stojąca była powiązana ze zwiększeniem wrażliwości na insulinę niezależnie od składu ciała.

Wiemy, że regularna aktywność fizyczna jest korzystna dla zdrowia. Wydaje się, że aktywność, sprawność i siedzący tryb życia są powiązane z metabolizmem insuliny, ale nie bezpośrednio, a poprzez ich wpływ na skład organizmu, wyjaśnia Garthwaite.

Badania sugerują, że wydłużenie czasu, w którym w ciągu dnia znajdujemy się w pozycji stojącej może pomóc w zachowaniu zdrowia, jeśli nie jesteśmy zbyt mało aktywni fizycznie.

W następnym etapie badań Finowie chcą sprawdzić, jak zmiany w codziennej aktywności i braku aktywności wpływają na choroby układu krążenia i choroby metaboliczne. Celem będzie sprawdzenie, czy skrócenie o godzinę czasu, w którym siedzimy, będzie miało wpływ na metabolizm i odkładanie się tkanki tłuszczowej, w tym na wrażliwość na insulinę i regulację poziomu cukru we krwi, wyjaśnia Garthwaite.

Urządzenie onkomagnetyczne: nowa eksperymentalna metoda leczenia glejaka

Grupa naukowców z Houston Methodist Neurological Institute (HMNI) opracowała innowacyjne noszone na głowie urządzenie,

które wykorzystuje zmienne pole magnetyczne do zmniejszenia guza mózgu. Urządzenie onkomagnetyczne może stać się skutecznym nieinwazyjnym narzędziem do domowego leczenia glejaka, najbardziej rozpowszechnionego guza mózgu.

Naukowcy najpierw zauważyli, że ich urządzenie szybko zabija komórki glejaka w hodowlach komórkowych oraz zmniejsza rozmiary ludzkiego guza wszczepionego do mózgu myszy. Wykorzystali je również do zmniejszenia guza u pacjenta, który cierpiał na ostatnie stadium glejaka i dla którego nie było żadnych zatwierdzonych metod leczenia.

W ciągu ostatnich 40 lat dokonano jedynie minimalnego postępu w leczeniu glejaka. Średnią długość życia pacjentów ze zdiagnozowanym guzem udało się wydłużyć z 9 miesięcy do 15-20 miesięcy obecnie, a stosowane metody – głównie radio- i chemioterapia – mają bardzo zły wpływ na zdrowie i komfort życia pacjentów. Stąd też poszukiwanie bardziej skutecznych i mniej obciążających organizm metod leczenia.

Urządzenie opracowane przez Houston Methodist Research Institute składa się z trzech silnych stałych magnesów neodymowych, które są szybko obracane przez silniki elektryczne. Tempem, częstotliwością i czasem obrotów steruje programowalny mikrokontroler. Całość umieszczona jest w specjalnych opakowaniach odpornych na wibracje i izolowanych od dźwięku i temperatury z zewnątrz. Pojemniki takie montowane są do hełmu, który nosi pacjent.

Niedawno na łamach *Frontiers in Oncology* twórcy urządzenia opisali przypadek pacjenta, na którym je przetestowali. Pacjentem tym był 53-letni mężczyzna, u którego w 2018 roku zdiagnozowano masywny guz mózgu. Rozciągał się on od lewego płata czołowego i dotarł do prawego płata, rozprzestrzeniając się rozlegle na ciało modzelowate. Guz wywołał też silny obrzęk mózgu.

W czerwcu 2018 r. pacjent trafił na stół operacyjny. Badania histopatologiczne potwierdziły, że mężczyzna cierpi na najbardziej agresywny nowotwór mózgu – glejaka wielopostaciowego. Po zabiegu był leczony radio- i chemioterapią. Niecały rok później pojawiły się pierwsze niepokojące wyniki badań obrazowych, a od początku 2020 roku kolejne badania wykazywały, że – pomimo kontynuowanego leczenia – nowotwór powrócił.

A.Z.

Little Angels Home Care LLC

745 Osborn Road, Naugatuck CT 06770

Providing:
Elderly Care, Hourly Companion,
Live-in Caregivers, Weekends

We take long term life ins. and state cases

Reg. # HCA0000732

203-278-1436

Disallowing number Telefonica
475 439 3878

www.littleangels-homecare.com

E: littleangeshomecare48@yahoo.com



Ewa Grzymala

KIWI: ZASTRZYK ODPORNOŚCI

Zielony, soczysty miąższ z białym, suto okraszonym czarnymi pestkami sercem - oto esencja kiwi. Trzeba się do niego dobrać, żeby docenić jego urodę. Z zewnątrz jest raczej nienachalna. Szarobura skórka pokryta miękkim meszkiem raczej nie wygra w konkursie na najpiękniejszy owoc świata. Ale czy wszystko musi być naj? Kiwi zwycięża tyłoma argumentami zdrowotnymi, że uroda nie musi się przejmować. Co warto wiedzieć o owocach kiwi?



Kiwi zawiera ponad 200 proc. dziennego zapotrzebowania osoby dorosłej na witaminę C

Kiwi: Jak je jeść?

Niedawno usłyszałam zamknięty w pytaniu zarzut: „dlaczego rozplywasz się nad tym ziemniakiem?”. Kiwi może przypominać ziemniaka, może nawet dostać tytuł najmniej atrakcyjnego wśród owoców, co nie zmienia faktu, że warto je jeść. Najlepiej codziennie. Jak? Na wiele sposobów. Solo, zarówno po zdjęciu skórki, jak i po przekrojeniu na pół, gdy miąższ można wyjeść łyżeczką.

Jest też doskonałym dodatkiem do porannej owsianki, wszystkich wariacji na temat sałatek warzywno-owocowych, musów i deserów. Wyjątkowo dobrze komponuje się z natką pietruszki i daniami mięsnymi. Jest dobrym dodatkiem do potraw na bazie czerwonego i białego mięsa. To więcej niż element dekoracyjny i orzeźwiająca nuta. Kiwi pomaga strawić mięsne przysmaki. Jakże jeszcze skrywa atuty?

Kiwi dla metabolizmu

Ten zamszowy owoc to dużo więcej niż bogactwo korzystnego dla metabolizmu błonnika. Małe czarne pestki kiwi doskonale budzą leniwe jelita, sprzyjają usuwaniu złożeń i niwelują zaparcia. Ważnym, usprawniającym trawienie, argumentem jest też zawarty w kiwi potas, a kolejnym aktywnym. Brzmi enigmatycznie, ale ta substancja skutecznie rozkłada białka, dlatego oplaca się dodać kiwi do mięsnych



Twarda skórka chroni bardzo delikatny miąższ kiwi

rarytasów, by trawienie przebiegło sprawnie i bez zbędnych atrakcji.

Kiwi i witamina C

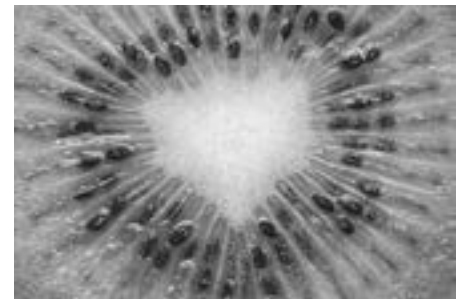
Ta niepozorna szarawa kulka zawiera ponad 200 procent dziennego zapotrzebowania osoby dorosłej na witaminę C, strażniczkę naszej odporności. Jesień wdarła się do wciąż letniego kalendarza, więc czym prędzej musimy pomyśleć o jej wzmocnieniu. Witamina C jest najbardziej kapryśną, bo niezwykle ulotną. Przedawkowaniem nie musimy sobie jednak zaprzętać głowy, bo nadmiar wydalimy z organizmu wraz z moczem.

Dlaczego wielu z nas wciąż ma niedobory witaminy C, mimo że ta jest obecna niemal we wszystkich owocach i warzywach? Bo C ztraca się nie tylko w obróbce termicznej, ale nawet w trakcie usuwania skórki czy krojenia rośliny. Zasada jest prosta: im świeższe warzywa i owoce, tym więcej z nich skorzystamy. Najwięcej witaminy C pozyskamy z surowych roślin, nie z suplementów diety.

Kiwi: Siła antyoksydantów

Witamina C jest silnym i niejedynym antyoksydantem, którym możemy się cieszyć włączając kiwi do jadłospisu. A przeciwutleniaczy nigdy za wiele. Wszak wolne rodniki, nie przebijając w środkach, bezustannie nas atakują. Nie ma na nie skuteczniejszej broni niż produkty wysyczone antyoksydantami, a kiwi ma wśród nich ważne miejsce. Obecne stale w menu pomoże ograniczyć stany zapalne, zahamować procesy przedwczesnego starzenia komórek i rozwój wielu chorób cywilizacyjnych, nie pomijając cukrzycy, miażdżycy, nadciśnienia i nowotworów.

Naukowcy potwierdzają, że antyoksydanty mają wyjątkowo korzystny wpływ na schorowany układ kostno-stawowy, nie wykluczając reumatoidalnego zapalenia stawów oraz układu sercowo-naczyniowego.



Kiwi nie bez powodu nazywane jest owocem dla cukrzyków

Kiwi dla diabetyków

Kiwi ma swoje ważne miejsce w diecie cukrzycowej. Jest niskokaloryczne, zawiera dużo wody i wysokie dawki błonnika. Ma też niski indeks glikemiczny - więcej argumentów chyba nie trzeba. Obecny w kiwi błonnik nie tylko przyspiesza pracę jelit, ale korzystnie wpłynie też na metabolizm węglowodanów.

Obok grejpfruta, kiwi jest najlepszym owocowym wyborem przy kłopotach z poziomem cukru we krwi.

Kiwi dla oczu

Wśród licznych antyoksydantów, które skrywa ten niepozorny owoc, dwa mają szczególne zasługi dla ochrony narządu wzroku. Mowa o luteinie i zeaksantynie, które chronią oczy, zapobiegają zwyrodnieniu plamki żółtej, w konsekwencji pogorszeniu wzroku, a w ostateczności jego utracie.

Ważne, by znalazło miejsce w jadłospisie wszystkich, którzy codziennie obciążają oczy pracą przy komputerze i czytaniem książek. Profilaktyka jest tańsza i mniej obciążająca niż leczenie. Jedzmy z głową, wtedy mniej wydamy na leczenie.

KATERING u Edyty

Tradycyjna polska kuchnia
na wszystkie okazje!

Wesela, komunie, chrzty,
pogrzeby, urodziny, święta
i inne imprezy okolicznościowe

POLECAMY DOMOWE:

dania,
potrawy,
ciasta i torty,
swojski stół
z kielbasami,
szynkami,
boczkami,
smalcem
i wiejskim
chlebem

EDYTA KULAK

tel: 203 224 9470

Z dostawą do domu na terenie CT

Nie odnawiaj obecnej POLISY, zanim nie sprawdzisz naszej oferty!!!

Reprezentujemy
Ubezpieczalnie:

Travelers
Metropolitan
Safeco
National Grange Mutual
Progressive
Kemper
National General Formerly Tower
Dairyland
Foremost
American Modern
Quincy

- ★ Posiadamy SUPER ceny dla młodych kierowców
- ★ Nazbierałeś mandatów i szukasz taniego UBEZPIECZENIA?
- ★ Skontaktuj się z nami
- ★ Jesteśmy w stanie uaktywnić POLISĘ przez telefon

m
GROUP

Posiadamy również atrakcyjne ceny polis na:

DOMY JEDNORODZINNE I WIELORODZINNE, BIZNESY ORAZ ŻYCIE

15 LAT doświadczenia w ubezpieczeniach

Barbara - 203-301-0555, cell: 203 515 5709

www.mgroupnow.com BasiaMrozik@optonline.net



Barbara Mrozik

NOWA LOKALIZACJA → 244 BRIDGEPORT AVE, MILFORD, CT 06460
Duży parking z tyłu budynku



Jubileusz 30-lecia Wspólnoty Polskiej !

W dniach 18-19 września 2021 r. Stowarzyszenie WSPÓLNOTA POLSKA świętowało 30-lecie swojej działalności.

Stowarzyszenie „Wspólnota Polska“ od 30 lat wspiera rodaków rozsianych za granicami Polski. Skupia ochotników, którzy pracują na rzecz pomocy rodakom w kultywowaniu polskości.

30 lat temu wśród założycieli i członków „Wspólnoty Polskiej” było wielu senatorów i posłów, działaczy niepodległościowych, hierarchów kościelnych i wybitnych naukowców, rozumiejących potrzebę współpracy z Rodakami rozsianymi po świecie. Obecnie w Stowarzyszeniu działa ponad 4 tysięcy członków skupionych w 23 oddziałach terenowych. „Wspólnota Polska” prowadzi Domy Polonii w Krakowie, Rzeszowie,

i Polaków poza granicami kraju oraz Stowarzyszenia „Wspólnota Polska“

Odsłonięta została tablica nadająca Światowemu Centrum Polonii w Pułtusku imienia Ignacego Jana Paderewskiego – tablicę odsłoniła Marszałek Sejmu RP Elżbieta Witek. Wręczone zostały również nagrody im. Andrzeja Stelmachowskiego; w tym roku laureatami byli Minister



Poznaniu, Lublinie, Łomży, Ostródzie i Warszawie oraz Dom Polonii – Zamek w Pułtusku.

Właśnie w Domu Polonii w Pułtusku odbyły się zaplanowane wcześniej dwudniowe obchody jubileuszu 30-lecia, które obejmowały szereg wydarzeń. Uroczystości jubileuszowe 30-lecia Stowarzyszenia „Wspólnota Polska“ uświetnili swoją obecnością m.in.: Minister Adam Kwiatkowski, Minister Michał Dworczyk, Senator Stanisław Karczewski, Poseł Joanna Fabisiak, ks. Biskup Wiesław Lechowicz, ks. Prof. Dr hab. Ryszard Czekalski Rektor UKSW, Andrzej Kraśnicki Prezes PKOL, prof. Jan Żaryn – Dyrektor Instytutu Dziedzictwa Myśli Narodowej im. Romualda Dmowskiego i Ignacego Paderewskiego, Tadeusz Pilat Prezydent Europejskiej Unii Wspólnot Polonijnych, przedstawiciele duchowieństwa, przedstawiciele władz samorządowych z Panem Wojciechem Grzegorzakiem Burmistrzem Pułtuska na czele, dyrektorzy i przedstawiciele zaprzyjaźnionych instytucji i ministerstw, mediów, przedstawiciele Stowarzyszenia „Wspólnota Polska” – ciała statutowych, Prezisi oddziałów Stowarzyszenia, Dyrektorzy Domów Polonii.

Miała miejsce uroczysta msza św. W Bazylice w Pułtusku w intencji Polonii

Michał Dworczyk i Związek Polaków na Białorusi;

Z wydarzeń kulturalnych miała miejsce wystawa poświęcona prof. Andrzejowi Stelmachowskiemu, marszałkowi Senatu RP pierwszej kadencji, z inicjatywy którego powstało Stowarzyszenie „Wspólnota Polska”;

W amfiteatrze im Krzysztofa Klemczona miała miejsce występ artystyczny Haliny Mlynkowej z zespołem;

Natomiast z wydarzeń historycznych: turniej husarski „O pierścień Lwa lechistanu – Króla Jana III”, rekonstrukcja bitwy pod Wiedniem.

Miał miejsce również piknik i Wielki Finał Husarski

Obecnie Stowarzyszenie działa pod patronatem Kancelarii Prezesa Rady Ministrów i współpracuje z Ministrem Spraw Zagranicznych. Stowarzyszenie, traktując swoją pracę jako służbę, stale rozwija zakres zaangażowania w celu umacnianiu więzi Polonii i Polaków zamieszkałych za granicą z Ojczyzną.

Małgorzata Wójcik

Zdjęcia - archiwum Stowarzyszenia Wspólnota Polska



55. Polsko-Amerykański Festiwal

Każdego roku, już od 55 lat, w Amerykańskiej Częstochowie odbywa się Polsko-Amerykański Festiwal. Tradycyjnie trwa on przez pięć dni. Rozłożony jest on na dwa pierwsze weekendy września. W tym roku nasz Festiwal przypadł na dni: 4-6 września (Labor Day Weekend) oraz na kolejny weekend 11-12 września. Organizacją tego dorocznego przedsięwzięcia zajmuje się Komitet Festiwalowy, z przewodniczącą p. Teresą Wójcik, wraz z Ojcami i Braćmi Paulinami, na czele z o. Marcinem Ćwierzem OSPPE, Przeorem klasztoru. Tegoroczny Festiwal, po rocznej przerwie spowodowanej pandemią koronawirusa, był wyjątkowo udany i zgromadził na terenie Sanktuarium ponad 31 tys. osób, przybyłych do Doylestown z wielu różnych stanów USA.

Plac festiwalowy tradycyjnie już, podzielony był na kilka tematycznych części. Przy wejściu znajdowały się stoiska wielu różnych lokalnych sprzedawców, oferujących lokalne produkty oraz towary i pamiątki przywiezione prosto z Polski. Od strony Ogrodu Różańcowego, znajdował się park rozrywki z karuzelami, kolejkami górskimi oraz innymi atrakcjami dla dzieci i młodzieży. Poza atrakcjami dla najmłodszych uczestników Festiwalu, nie mogło również zabraknąć rozrywki dla starszych. Na dużej scenie pod pawilonem oraz na scenie w „Polskiej Wiosce” można było podziwiać występy zespołów muzycznych i tanecznych. Na scenie odbywały się też pokazy polskich zwyczajów związanych m.in. z obchodami tradycyjnych dożynek oraz polskiego wesela.

Na placu festiwalowym, za 'Polską Wioską', znajdowały się namioty licznie zgromadzonych grup historyczno-rekonstrukcyjnych. Większość z nich reprezentowały XVII wiek. W czasie festiwalu można było oglądać pokazy walki, strzelectwa oraz szermierki z ich udziałem. Nie zabrakło również grupy rekonstrukcyjnej przedstawiającej okres II wojny światowej oraz grupy Słowian i Wikingów.

Główną część placu festiwalowego wypełniały oczywiście budki z



tradycyjnym polskim jedzeniem. Nie mogło zabraknąć takich specjalów jak: gołąbki, pierogi, kielbasa, bigos, placki ziemniaczane i wiele innych potraw. Były także polskie lody oraz funnel cake. Wszyscy chętni bardziej wyszukanych smaków mogli udać się do 'Polskiej Wioski', gdzie znajdował się domek Polskiej Szkoły, w którym serwowano ponadto tradycyjny smalec, ogórki, żurek, oraz naleśniki i ciasto. Nie mogło także zabraknąć znanego na całym świecie polskiego piwa. Odbywała się także degustacji

polskiej wódki oraz przy innych stoiskach można było spróbować wina z lokalnych winnic.

Gościem specjalnym tegorocznego festiwalu był Adrian Kubicki, Konsul Generalny RP w Nowym Jorku. Pan Konsul przybył, aby przywitać wszystkich zgromadzonych na festiwalu, wyrazić swoje uznanie za zachowywanie i promowanie polskiej tradycji oraz aby upamiętnić ofiary zamachów terrorystycznych z 11 września 2001 roku. Pamięć o ofiarach w 20-tą rocznicę tego tragicznego

wydarzenia była widoczna na placu festiwalowym przez wywieszone flagi oraz banery a także przez modlitwę w intencji ofiar podjętej w różnych formach na terenie Sanktuarium.

W czasie festiwalu nie zabrakło także wydarzeń duchowych w Amerykańskiej Częstochowie. Każdy dzień festiwalowy rozpoczynany był modlitwą oraz codziennie sprawowana była Eucharystia. W Niedzielę 5 września na uroczystą Mszę Świętą przybyła grupa pielgrzymów z parafii Św. Stanisława, Biskupa i Męczennika z Manhattanu, wraz ze swoim proboszczem o. Karolem Jarząbkiem OSPPE oraz członkami Wspólnoty Dobrego Samarytanina. Pragnęli oni zawierzyć swoją parafię w przeddzień 150-tej rocznicy powstania parafii oraz powitać Ikonę Jasnogórską przeznaczoną jako wotum polonii, która ma peregrynować po parafiach polonijnych w USA i zostać ofiarowana dla katolickiej misji w Ugandzie.

Kolejnym akcentem duchowy w czasie festiwalu była zorganizowana w tym roku po raz pierwszy budka powołańowa. Organizatorami tego stoiska byli Referencji ds. Powołań Zakonu Paulinów w USA oraz Apostolat Powołańowy, działający przy Sanktuarium. Celem budki powołańowej było zwrócenie uwagi na różne powołania w Kościele. W akcję budzenia powołań na festiwalu, poza Ojcami i Braćmi Paulinami, włączyły się siostry zakonne: Siostry Służebniczki, Siostry Nazaretanki, oraz siostry z innych zgromadzeń. Swoją liczną obecność prezentowali również klerycy z Seminarium Św. Karola Boromeusza, oraz kapłani z Archidiecezji Filadelfijskiej.

Ogromne słowa uznania należą się przede wszystkim komitetowi festiwalowemu oraz wolontariuszom, którzy ohotnie poświęcili swój czas i siły, aby wspomóc Amerykańską Częstochowę. W tym roku zastęp wolontariuszy liczył ponad 500 osób, z różnych stanów, w różnym wieku i różnych narodowości. Z nadzieją patrzmy na przyszły rok życząc sobie podobnego albo jeszcze większego sukcesu i już zapraszamy na następny Polsko-Amerykański Festiwal.

o. Tymoteusz Tarnacki OSPPE





Godziny otwarcia:
Poniedziałek-Sobota 6am-6pm
Niedziela 6am-2pm

Oferujemy
zawsze świeże pieczywo
śniadania i lunchy
jagodzianki i crossanty
drożdżówki

Billy's Bakery
billysbakery.com
(203) 397-9349
1885 Black Rock Tpke, Fairfield, Connecticut



EMPIRE HOME LOANS



Monika
Kaczmarek Amaral



Pożyczki na kupno domów i mieszkań
FHA, USDA, VA
203K Full & Streamline
Homestyle, Conventional, ETC.

1880 Silas Deane Highway, Rocky Hill, CT06067
Cell: 860-997-9988
Office: 860-757-3832
Fax: 860-757-3836
email: monika@ehlmortgage.com
www: ehlmortgages.com



„Twój dom jest tam
gdzie Twoje serce”

NAGRADZANY FOTOGRAF

DARIUSZ TEREPKA PHOTOGRAPHY

ŚWIADCZY TE USŁUGI FOTOGRAFICZNE

- WESELA
- KOMUNIE
- ZARĘCZYN
- PORTRETY
- IMPREZY FIRMOWE



FOTOGRAFIA WSZYSTKICH WYDZIAŃ ŻYCIOWYCH
718-415-2418

DTEREPKAPHOTO@GMAIL.COM
WWW.DARIUSZTEREPKA.PHOTOGRAPHY



POLISH HELPING HANDS



15 New Britain Ave, Unionville, CT06085

Tel. 860-404-0499

Przyjdź do nas

Jeżeli pomoc ludziom jest Twoim powołaniem

Zapewniamy bardzo dobre warunki pracy!



Wethersfield BUILDING SUPPLY

1246 Berlin Turnpike, Wethersfield, CT

Składnica Materiałów Budowlanych

Kostka brukowa

**Kamień ozdobny na zewnątrz
oraz wewnątrz domu**

Cegła

Bloki kamienne

Kamień kruszony

**oraz wiele innych materiałów budowlanych
w super promocyjnych cenach**

Pytaj o właściciela Tomka

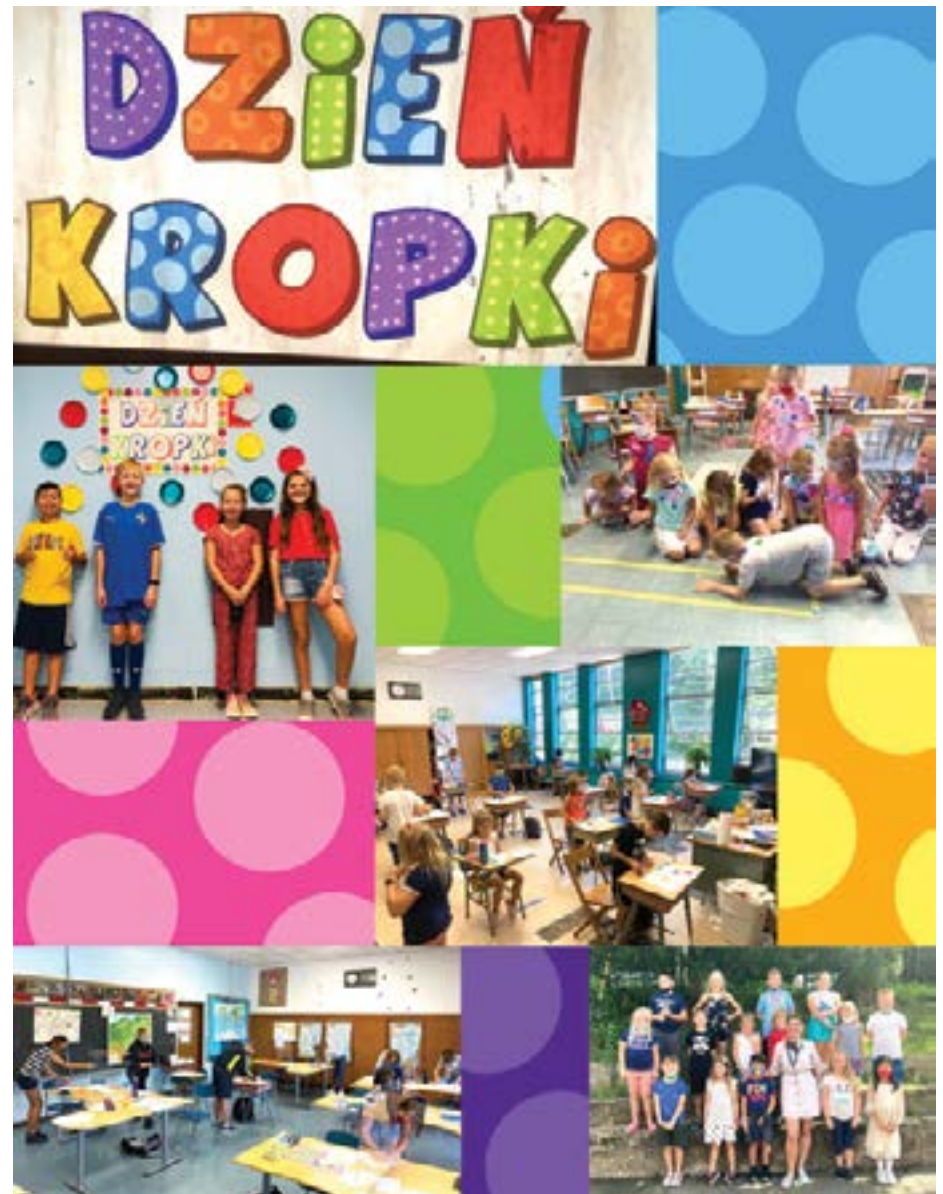
860 - 956-8831

Obchody Międzynarodowego Dnia Kropki w PSS Derby

18 Września 2021 r. w Polskiej Szkole Sobotniej w Derby, CT odbył się Międzynarodowy Dzień Kropki. Uczniowie mieli okazję usłyszeć historię małej Waszti, która po narysowaniu kropki zaczęła wierzyć w swoje możliwości. Dzięki Waszti możemy zdać sobie sprawę, że ogranicza nas tylko nasz własna wyobraźnia. Ze względu na pandemię, każda klasa celebrowała ten dzień w zaciszu swojej klasy. Lecz to nie przeszkodziło nauczycielom oraz uczniom w dobrej zabawie. Wszyscy uczniowie i nauczyciele ubrali się w kolorowe kropki. Każda klasa przygotowała coś innego. Klasa przedszkolna bawiła się w gry

i zabawy związane z kropką, a przy tym uczyli się oni kolorów. W klasie pierwszej odbył się wyścig ze słomką i kapselkiem. Natomiast klasa trzecia "a" oraz czwarta dekorowała swoją kropkę. Na parkingu przed szkołą każdy mógł zobaczyć kropki wykonane przez klasę trzecią "b", farby uczniowie wykonywali samodzielnie jako malutki eksperyment. Starsze klasy natomiast rozmawiały o talentach jakie posiadają i w jaki sposób mogliby je rozwijać. Każda klasa, nauczycielka oraz uczeń wykazała się ogromem talentów i mnóstwem wspaniałej wyobraźni. Nie pozostało nam nic innego jak poczekać na kolejny tak wspaniały i kreatywny dzień kropki.

Milena Śliwowski





Silver Key Realty
 Anna Prusko
 Broker
 REB.0792186

Kupno i sprzedaż nieruchomości,
 wynajem mieszkań
 Tel: (203) 906-2494

Pomoc przy zakupie domów na
 Florydzie, Arizona, Colorado, i we wszystkich stanach
Kupujący lub wynajmujący nie płaci za usługę



ZASTANAWIASZ SIĘ CZY TWOJE OSZCZĘDNOŚCI SĄ BEZPIECZNE W OBLICZU NADCHODZĄCEGO KRYZYSU EKONOMICZNEGO?

CO ZROBIĆ Z PLANEM EMERYTALNYM 401K lub IRA?

BEZPŁATNA POMOC - ADEKWATNA DO POTRZEB W ZAKRESIE PLANOWANIA FINANSOWEGO PRZED ORAZ NA EMERYTURZE

ALEKSANDRA MROZ
 tel. 860.997.3054

CT LICENSE # 2498328



CHIŃSKIE OSZCZĘDNOŚCI

Nina Geysztor-Zawirska

Z koniecznością nie walczą nawet bogowie. Konieczność uwalnia wprawdzie od męki wyboru, ale my często wyboru nie mamy. Szczególnie, jeśli mamy do czynienia z Izłą Skarbową. Rokroczna gorączka poszukiwania starych kwitów, rachunków, faktur. Szperanie po teczkach i szufladach; oczekiwanie na roczne zestawienie z banku czy innej instytucji finansowej. Aby później za sprawą anonimowego urzędnika, móc zafundować sobie wakacje na Karaibach, kupić nowy komputer, czy tylko ładną kieckę. Oby tylko nie trzeba było zanieść znowu do lombardu antyczną, brylantową biżuterię po babci (futra z norek już nie przyjmują. Za pospolite.)

Właśnie z podatkami łączy się niecodzienna sprawa, zawarta w liście p. Jolanty M. z Toronto: *Usilnie Panią proszę o udzielenie mi porady. Sprawa jest taka. Ja od dłuższego czasu traciłam i ciągle jeszcze tracę przyjaciół, zupełnie bez mojej winy. Od ubiegłego roku ubyło mi czworo, zdaloby się, że bliskich. A teraz widzę, że nawet luźni znajomi zaczęli mnie unikać. Długo nie mogłam się domyślić, dlaczego tak się dzieje. Teraz skojarzyłam sobie pewne fakty. Na przykład takie, że każda wizyta, każde spotkanie prędzej czy później kończyło się prośbą o pożyczkę. Rzadko kiedy chodziło o małe sumy i nikt oczywiście nie oferował niczego pod zastaw. Albo byłam nagabywana o udział w jakimś cudownym przedsięwzięciu, które miało dać "gwarantowane", kokosowe dochody. Byłam zdziwiona tą nawałą prób. Nie jestem przecież bankiem. Dlaczego właśnie ja? Ja, która w pożyczki nie wierzy. Nawet w rodzinie. (Zresztą moja rodzina nigdy o nic nie prosiła.)*

Powinno mi było od początku dać to do myślenia, że kiedy systematycznie odmawiałam, raptownie kończyła się znajomość. Ale jakoś przez długi czas nie kojarzyłam. Dopiero, kiedy ostatnia "petentka" wygarnęła mi ze złością, że "siedzę na majątku, ale, niczym pies ogrodnika, sama nie jem i innym nie daję", wyrzeszczała też, że "na drugi świat tyle pieniędzy nie wezmę" (przy czym wymieniła dokładną kwotę, którą faktycznie dysponuję) - doznałam olśnienia. W ubiegłym roku "dojrzały" dwie okazałe obligacje państwowe (bonds), które byłam zmuszona podjąć. Ale, zrozumiałe, zaraz je znowu przeciw zainwestowałam, tak więc gotówki nie mam.

Pani rozumie, że tak ściśle fakty mogą znać tylko ja, bank, urząd podatkowy i... człowiek, który wypełnił moje zeznanie podatkowe. Ja, bank i urząd podatkowy jako źródło informacji odpadamy, siłą rzeczy pozostaje więc tylko pan X. Ten pan jest moim znajomym jeszcze z Polski. Byłam serdeczną przyjaciółką jego pierwszej żony. Wyliczaniem podatków nie zajmuje się zawodowo, ale dobrze zna angielski i sam się zaoferował z pomocą. Byłam mu za to bardzo wdzięczna. Później nie chciał przyjąć ode mnie żadnego wynagrodzenia, więc w podziękę zaniósłam mu dużą butelkę drogiego, francuskiego koniaku. Naiwnie myślałam, że w ten sposób będziemy kwita.

Kiedy zaczęła się kolejna nagonka na mnie, a raczej na moje finanse, zaczęłam się domyślać co się dzieje. Nie musiałam długo dociekać skąd ci niby przyjaciele tak doskonale wyznają się w moich zasobach finansowych. Szybko zdałam ustalić, że to nowa żona pana X. chodzi po całym Toronto i rozpowiada

ludziom, jakim to ja jestem Krezusem. A przy tym, jakim nieużytkiem. O tym, że nie kradłam, nie oszukiwałam, pewnej profesji nie uprawiałam, że pieniądze pochodzą ze sprzedaży domu w Polsce, tego już nie mówiła. Ani tego, że ja chcę sobie za te pieniądze kupić mieszkanie, najchętniej małe condo i czekam tylko na odpowiednią okazję (chcę znaleźć mieszkanie blisko metra, a takich, jak Pani wie, jest niewiele na rynku). Czy ją to zresztą powinno obchodzić? Piszę do Pani, aby zapytać czy ja mam jakiś rekurs? Czy ja ich mogę zmusić legalnie do tego ażeby publicznie o mnie i moich sprawach majątkowych nie rozmawiali? Czy muszę iść do sądu? Co ja mogę zrobić, ażeby im usta pozamykać?

Nic. Absolutnie nic! A co się stało, już się nie odstanie. W światku, w którym Pani się obraca, Pani finanse są już tajemnicą poliszynele. I jak znam życie, każde nowe usta, przy powtarzaniu, dokładają jeszcze po kilka tysięcy. Za chwilę, acz tylko w plotce, będzie Pani bogatsza od Billa Gates'a. Niech Pani tylko niczego nie dementuje, z niczego się nie tłumaczy, bo to się na nic nie zda. Tyle, co umarłemu kadzidło!

Ale skąd ten kompleks, że ludzie tylko dla pieniędzy przyjaźnili się z Panią? Czyżby wszyscy, bez wyjątku, byłiby tak wyrachowani? Aż trudno mi w to uwierzyć. Czy na pewno nie ma innych powodów niespodziewanej "dezercji" przyjaciół? Niech no Pani dobrze przeczesa swoje myśli, wspomnienia. Czy Pani sobie kogoś czymś nie zraziła? Może (niechcący) kogoś jakaś niefortunna uwaga obraziła?

Natomiast ja mam do Pani pytanie z zupełnie innej beczki. Pani nie pisze jak długo przebywa w Kanadzie, tylko, że z językiem angielskim ma problemy. Język - językiem, a forsa - forsa i co ma piernik do wiatraka? Najwyraźniej nie jest z Panią aż tak źle, skoro Pani potrafi sama chodzić wokół swoich spraw finansowych, jest zorientowana w rynku inwestycjami, wie gdzie i jak lokować pieniądze. Ale czy dobrze? Czy najkorzystniej jak można? Dlatego ogromnie się dziwię, że dysponując tak poważną kwotą, nie zatrudnia Pani doradcy finansowego (financial adviser), i to takiego z prawdziwego zdarzenia. Lub choćby wykwalifikowanego księgowego (accountant), który z zasady jest także ekspertem w sprawach podatkowych. Profesjonalny księgowy jest zaprzysiężony; jest jak ksiądz, któremu "śpiewamy" jak na spowiedzi. Zawodowiec zapewnia absolutną dyskrecję. Jego etyka zawodowa zakłada mu knebel, zmusza do milczenia. W przypadku, nawet przypadkowego, wywleczenia sprawy klienta na forum publicum (może przez jego personel), zawodowca można pozwać do sądu i oskarżyć o "gross negligence" (rażące zaniedbanie) lub "unprofessional conduct" (zachowanie sprzeczne z etyką zawodową). Nie tylko można domagać się wysokiego pieniężnego odszkodowania, ale nawet w niektórych (poważnych) przypadkach, żądać skreślenia go z rejestru praktykujących księgowych. Znam konkretny przypadek.

Zawód księgowy, jak wiemy, jest intratny. Lecz usługi doświadczonego księgowego wcale nie muszą być wygórowane; każda sprawa jest indywidualna, zależy ile pracy trzeba w nią włożyć (zresztą zawsze można poprosić o kosztorys). Zawodowiec trzyma palec na pulsie. Dokszałca się przez cały rok. Zna wszystkie nowe, obowiązujące zarządzenia, każdą nową

ulgę podatkową. Zawodowca w tym głowa, żeby wykorzystać wszystkie zmiany w przepisach i zastosować je tak, aby maksymalnie, acz legalnie, obniżyć wysokość podatku klienta. Jego porady często bywają nieocenione. Dzisiejszy księgowy, ten z prawdziwego zdarzenia, zeznania podatkowe przygotowuje komputerowo. Przekazuje je do biura podatkowego pocztą elektroniczną, czym efektywnie skraca okres oczekiwania na zwrot podatku.

Czy Pani zna termin: "chińskie oszczędności"? Stosujemy go wtedy, kiedy (najczęściej przez chytrych) przy całym naszym wysiłku, nie tylko nie zarobiliśmy ani centa, ale jeszcze dołożyliśmy sporo do niefortunnego interesu. Całkiem możliwe, że Pani pokusiła się na taką chińską oszczędność. Albowiem nie tylko nie jest Pani pewna czy ten amator wypełnił Pani zeznanie z pełną dla Pani korzyścią, ale duża butelka francuskiego koniaku kosztuje chyba więcej aniżeli niejeden księgowy policzyłby sobie za wypełnienie nieskomplikowanego zeznania podatkowego.

A na dodatek, ten pan X. i jego żona gęby sobie Panią wycierają. Ciekawi mnie, dlaczego Pani cała złość skierowana jest wyłącznie pod adresem jego żony? "Bo do tanga trzeba dwojga" - twierdzi "Budka Suflera". I ma rację. Do plotki - co najmniej tyle samo. Kto jej to wszystko wypaplał? A może on właśnie po to zaoferował się z pomocą, ażeby się zorientować ile Pani jest aktualnie warta? Chciał poznać stan Pani konta bankowego? Może od pierwszej żony

wiedział, że Pani wywiozła z Polski większy majątek i chciał się upewnić, że mityczny garniec złota jeszcze ciągle pozostaje nienaruszony? Może chciał być pierwszy w kolejce, kiedy Pani, a choćby nawet za jego namową, zgłupnie i da się wrobić w jakiś złoty, "wspaniały" interes. Albo jeszcze lepiej: zacznie na lewo i prawo pożyczać forszę. Bez lichwy, z terminem oddania na "św. Dygdy". Czyli nigdy. Naiwny czy cwaniak?

Tego typu utraconych znajomości proszę nie oplakiwać. Jeśli Pani się nie myli w swej ocenie, że tylko po to się z Panią przyjaźnili - tego nie można nazywać przyjaźnią! Jest to paskudne wyrachowanie i nie ma czego ani kogo żałować. Tylko, czy aby na pewno jest to jedyna przyczyna towarzyskiej pustki?

Zapłaciła Pani srogo za rzekomą uprzejmość pana X. Mam nadzieję, że nauczka nie poszła w las. Że w następnym poszuka Pani sobie jakiegoś renomowanego księgowego i skorzysta z fachowej usługi. Jeśli Pani nadal będzie miała trudności z językiem angielskim - też nie ma sprawy. Proszę przejrzeć ogłoszenia w prasie polonijnej. Polskich księgowych jest tylu, że można przebierać jak w ulęgalkach.

Wracając do Pani adwersarzy i zmuszenia ich do milczenia - niech się Pani nie trudzi. I nie planuje zemsty. Szkoda czasu i nerwów. Nic im Pani nie zrobi. Tych ludzi nie obejmuje żadna tajemnica zawodowa. Mogą gadać, co im ślina na język przyniesie. Rozumiem, że Panią bezsilność do szału doprowadza, lecz, niestety, trzeba przejść nad tym do porządku dziennego. Nie ma zresztą innej rady. Warto pamiętać, że złość piękności szkodzi. I co jeszcze warto, to zapamiętać sobie, wyryc w pamięci, że z wszystkich długotrwałych doświadczeń życiowych - najmniej trwała jest przyjaźń oparta na tle finansowym. Efemeryda! Jeśli nie zgoła bajka.

Już od ponad 100 lat pracownicy

NEW BRITAIN MEMORIAL
SAGARINO FUNERAL HOME



wspierają i wspomagają rodziny w tych
trudnych chwilach

wszyscy wiemy, że tracąc kogoś bliskiego jesteśmy pogrążeni w bólu i żałobie i jest to dla nas ogromnie trudny okres, ale też wiemy, że możecie liczyć na naszą pomocną dłoń w tych trudnych dla was chwilach

NASI PRACOWNICY SĄ DO WASZEJ DYSPOZYCJI SIEDEM DNI W TYGODNIU

chcemy was również zapewnić, że nawet po pogrzebie nie opuścimy was w waszej samotności

JESTEŚMY PO PROSTU DLA WAS

444 FARMINGTON AVE., NEW BRITAIN, CT 06053

TEL. (860) 229-0444



ZŁOTY BUT. ROBERT LEWANDOWSKI: MOŻECIE MNIE NAZYWAĆ LEWANGOLDSKI



„Dzisiaj możecie nazywać mnie LewanGOLDSki. Dziękuję za wasze wsparcie“ - napisał Robert Lewandowski po odebraniu „Złotego Buta“, nagrody dla najlepszego strzelca lig europejskich.

Polski napastnik Bayernu Monachium w zeszłym sezonie zdobył 41 bramek, tym samym bijąc rekord Gerda Muellera w liczbie trafień w jednym sezonie Bundesligi. Były słynny napastnik Bawarczyków, który niedawno zmarł, strzelił jednego gola mniej w sezonie 1971/72.

Dzięki temu w klasyfikacji Złotego Buta zdobył (82 punkty). Za plecami Polaka uplasowały się dwie gwiazdy światowego futbolu: Lionel Messi (30 bramek, 60 punktów) oraz Cristiano Ronaldo (29 goli, 58 punktów).

Teraz „Lewy“ napisał, że można nazywać go LewanGOLDSki, nawiązując w tym do złota (gold), czyli nazwy statuetki, którą odebrał 21 września.

„Chciałbym podziękować rodzinie, kolegom z zespołu, trenerom i całemu Bayernowi. Wygranie tej nagrody byłoby niemożliwe bez waszego wsparcia. W sporcie, tak jak w życiu, liczy się szacunek dla innych, współpraca i postawa fair play, nieważne, czym się zajmujesz. Chciałbym zadeklarować tę nagrodę wszystkim, którzy stoją po mojej stronie. Jestem niezmiernie dumny z tego, co udało nam się osiągnąć. Bardzo dziękuję“ - napisał Polak we wcześniejszym wpisie.

Lewandowski w tym sezonie się nie zatrzymuje. Jedyńm meczem, w którym nie strzelił gola, było na razie spotkanie eliminacji mistrzostw świata z Anglią w Warszawie. W Bundeslidze legitymuje się serią 15 meczów z bramką w rzędu. Lepszy jest tylko Mueller, który miał o jedno takie spotkanie więcej.

OSTATNIE POWOŁANIE DLA FABIJAŃSKIEGO



Paulo Sousa, selekcjoner piłkarskiej reprezentacji Polski, powołał szeroką, 29-osobową kadrę na dwa październikowe mecze eliminacji mistrzostw świata. W jednym z nich wystąpi Łukasz Fabiański i będzie to jego oficjalne pożegnanie z narodową drużyną.

Po sześciu kolejkach eliminacji Polska plasuje się na trzecim miejscu w tabeli grupy I. Ma na koncie 11 punktów i traci jeden do Albanii oraz pięć do Anglii, która jest już praktycznie pewną pierwszą lokatą i co za tym idzie – bezpośredniego awansu na mundial w Katarze. Drugie miejsce w grupie go nie da, ale będzie premiowane barażami – i o nie właśnie Bialo-Czerwoni stoczą batalię z Albanią oraz Węgrami. Z obiema tymi drużynami rozegrają jeszcze po jednym meczu i ich wyniki będą miały decydujące znaczenie dla losów rywalizacji.

Z Albanią w Tiranie nasi zmierzą się 12 października. Trzy dni wcześniej w Warszawie podejmą San Marino i z pewnego powodu będzie to niezwykle ważny, symboliczny pojedynek. W nim właśnie z reprezentacją Polski pożegna się Fabiański, utytułowany bramkarz, uczestnik mistrzostw świata w 2006 i 2018 roku oraz mistrzostw Europy w 2008, 2016 i 2020. Na początku sierpnia ogłosił pożegnanie z narodowym zespołem, ale było jasne, iż nie może to być pożegnanie zwykłe. Przez długie lata Fabiański był bowiem bardzo mocnym punktem drużyny, kimś, kto reprezentował wysoki poziom sportowy, a poza tym cechowała go wyjątkowa osobowość i zwykła ludzka klasa. I właśnie 9 października, w meczu z San Marino, 36-letni bramkarz po raz ostatni założy trykot z Białym Orłem na piersi i usłyszy gromkie „dziękuję“ – od kolegów, trenerów, kibiców.

Poznaliśmy szeroką kadrę na oba październikowe mecze. Liczy ona 29 osób, 27 września Sousa poda ostateczną. Wśród powołanych znalazło się kilka nazwisk dawno w reprezentacji niewidzianych: obrońcy Robert Gumny i Arkadiusz Reka, pomocnik Przemysław Placheta oraz wracający do kadry po kontuzji napastnik Krzysztof Piątek. Portugalski selekcjoner ponownie zaprosił na zgrupowanie dwa młode talenty, Kacpra Kozłowskiego oraz Nicolę Zalewskiego, który we wrześniu zadebiutował w narodowych barwach.

Tak jak to miało miejsce przy okazji wrześniowych powołań, Sousa niechętnie sięgnął po piłkarzy występujących na co dzień w polskiej ekstraklasie. W kadrze znalazł się takowy... jeden, wspomniany Kozłowski z Pogoni Szczecin, choć kadra jest szeroka i liczna.

Szeroka kadra reprezentacji Polski:

Bramkarze: Bartłomiej Dragowski (Fiorentina), Łukasz Fabiański (West Ham United), Łukasz Skorupski (Bologna), Wojciech Szczęsny (Juventus Turyn).

Obrońcy: Jan Bednarek (Southampton), Bartosz Bereszynski (Sampdoria Genua), Paweł Dawidowicz (Verona), Kamil Glik (Benevento), Robert Gumny (FC Augsburg), Michał Helik (Barnsley), Tomasz Kędziora (Dynamo Kijów), Tymoteusz Puchacz (Union Berlin), Arkadiusz Reka (Spezia), Maciej Rybus (Lokomotiw Moskwa)

Pomocnicy: Przemysław Frankowski (Lens), Kamil Józwiak (Derby County), Mateusz Klich (Leeds United), Kacper Kozłowski (Pogoń Szczecin), Grzegorz Krychowiak (FK Krasnodar), Karol Linetty (Torino), Jakub Moder (Brighton & Hove Albion), Przemysław Placheta (Norwich City), Damian Szymański (AEK Ateny), Nicola Zalewski (AS Roma), Piotr Zieliński (Napoli)

Napastnicy: Adam Buksa (New England Revolution), Robert Lewandowski (Bayern Monachium), Krzysztof Piątek (Hertha Berlin), Karol Swiderski (PAOK Saloniki).

HWYNYEN PRZEJMIE KADRĘ SIATKAREK?



Brzmi to sensacyjnie, ale Vital Heynen być może nadal będzie pracował w Polsce. Ale z reprezentacją nie siatkarki, tylko siatkarek!

Narazie Belgma wolne – choć może to niewłaściwe słowo, bo jego kontrakt na prowadzenie naszej narodowej drużyny wygasa w październiku. W niedzielę swą misję jednak zakończył – ostatniego dnia mistrzostw Europy. Prowadzona przezeń drużyna nie zdobyła co prawda złotego medalu – a takie były cele, marzenia, pragnienia – ale na podium stanęła. Po półfinałowej, jedynej w całym turnieju, lecz bardzo bolesnej porażce ze Słowenią dzień później podniosła się i pięknie powalczyła z Serbią o trzecie miejsce, pokonując ją bezdyskusyjnie. Tuż po tym spotkaniu Belg w szatni symbolicznie pożegnał się z zawodniczkami. Pojawilo się wówczas wiele wzruszeń i łez, czego sam nie ukrywał.

„Każda łza była łzą dumy. Nigdy nie plakałem tak bardzo i nigdy nie widziałem tylu łez na zakończeniu sezonu. Dziękuję zawodnikom, sztabowi, najlepszej publiczności na świecie. Dziękuję, Polsko“ – napisał dziś na jednym z portali społecznościowych. Co tu ukrywać, charyzmatyczny trener mocno żył się z naszym krajem, zachwycał ludźmi, siatkarkami, kibicami. Z narodową drużyną zdobył mistrzostwo świata, dwa brązowe medale mistrzostw Europy, dwukrotnie stanął na podium w Lidze Narodów oraz wywalczył drugie miejsce w Pucharze Świata.

Kolejnych trofeów już nie wywalczy – przynajmniej z mężczyznami. Dziś pojawiła się jednak sensacyjnie brzmiąca i już potwierdzona informacja, że Belg zainteresował się pracą z reprezentacją Polski kobiet! Ta straciła selekcjonera w ubiegłym tygodniu po tym, jak z pracy zrezygnował Jacek Nawrocki. PZPS wkrótce ogłosi konkurs, którego zwycięzca zostanie nowym „bossem” i już wiadomo, że wystartują w nim ciekawe nazwiska – zza granicy, m.in. Turek Ferhat Akbas i Francuz Stéphane Antiga, w przeszłości prowadzący, i to z wielkimi

sukcesami, reprezentację mężczyzn. Teraz nie można wykluczyć, że jednym z kandydatów okaże się Heynen, który w niedzielę stwierdził, iż w siatkarskim świecie nie ma lepszego miejsca do pracy niż Polska.

Nie ma co ukrywać, brzmi to bardzo ciekawie i intrygująco zarazem. Heynen nie ma co prawda doświadczenia w pracy z kobietami, w przeszłości krótko trenował tylko dwie belgijskie pary siatkarek plażowych, ale to fachowiec tak wybitny i nieszablonowy, a przy okazji tak ciekawy, barwny i wyjątkowy człowiek, iż można go sobie wyobrazić prowadzącego nasze panie do wielkich sukcesów na międzynarodowej arenie. W białoczerwonej drużynie tkwi bowiem naprawdę duży potencjał, tylko nie został do tej pory odpowiednio wyzwolony.

MŚ SIATKARZY. ZNAMY KOMPLET UCZESTNIKÓW

Opublikowano zatwierdzony skład uczestników przyszłorocznych mistrzostw świata, które odbędą się w Rosji. Polacy będą bronić złotych medali.

Polacy mieli zagwarantowany udział jako triumfatorzy poprzedniej edycji, a Rosyjska Federacja Piłki Siatkowej (ze względu na dyskwalifikację tego kraju za doping drużyna nie będzie mogła wystąpić pod szyldem „Rosja”) – jako gospodarz.

Dziesięć zespołów w obsadzie wylonity tegoroczne mistrzostwa kontynentalne – awans uzyskały po dwie czołowe ekipy: Iran i Japonia (Azja), Tunezja i Kamerun (Afryka), Włochy i Słowenia (Europa), Brazylia i Argentyna (Ameryka Płd.) oraz Portoryko i Kanada (Ameryka Północna, Centralna i Karaiby).

Stawkę uzupełniło 12 drużyn na podstawie światowego rankingu. Są nimi: Francja, USA, Serbia, Kuba, Holandia, Niemcy, Meksyk, Turcja, Egipt, Katar, Bułgaria i Chiny.

Turcy, którzy z bardzo dobrej strony pokazali się podczas zakończonych mistrzostw Europy, będą rywalizować w siatkarskim mundialu po raz pierwszy od 1998 roku.

Losowanie grup przyszłorocznej edycji odbędzie się 30 września w Moskwie.

Mecz otwarcia zaplanowano w Sankt Petersburgu, a spotkania fazy finałowej w Moskwie. Łącznie turniej zagości w 10 rosyjskich miastach. Rozpocznie się 26 sierpnia, a zakończy 11 września.

Pierwsza faza grupowa rozgrywana będzie do 29 sierpnia. W Sankt Petersburgu odbędzie się na tym etapie tylko inauguracyjne spotkanie. Dzień później, 27 sierpnia, ruszy rywalizacja w Moskwie, Ufie, Jekaterynburgu, Nowosybirsku, Kemerowie i Krasnojarsku. W drugim etapie turnieju – od 2 do 4 września – weźmie udział 16 zespołów, które zostaną podzielone na cztery grupy. Przeniosą się do Kaliningradu, Kazania, Sankt Petersburga i Jarosławia. Następnie czołowa „szóstka” rozegra w Moskwie fazę finałową, która potrwa od 7 do 11 września.

Na podstawie PAP, informacje własne
Andrzej Więciorkowski

Maria Nowak Byrne, M.D., F.A.C.S

Laryngolog, Chirurg Głowy i Szyi

mówi po polsku
przyjmuje
dzieci i dorosłych

Southern New England Ear, Nose, Throat and
Facial Plastic Surgery Group, LLp
(Head & Neck Tumor)

schorzenia i nowotwory
głowy i szyi
tarczycza
alergia i zatoki
migdały
struny głosowe
chrupanie
choroby uszów i badanie słuchu
aparaty słuchowe
usuwa skazy i narosty skóry

One Long Wharf Dr Suite 302
New Haven, CT 06511
Tel.: (203) 777 - 1932

497 Main Street
Ansonia, CT 06401
Tel.: (203) 734 - 9291

299 Washington Ave.
Hamden, CT 06518
Tel.: (203) 288 - 3288

Co ma wspólnego Order Uśmiechu z Jackiem i Agatką

ciąg dalszy ze str. 2

Ceremonia wręczenia Orderu

Dekoracja odbywa się w szkołach, teatrach, domach kultury. Zapraszane są na nie dzieci, często również te, które składały wnioszek. Pasowania dokonuje jeden lub kilku członków Kapituły. Ceremoniał zakłada, że osoba dekorująca (Kancierz lub członek Kapituły) ma po swojej prawej stronie Herolda, który trzyma wólcznie z logo orderu, po prawej stronie stoi dziecko z tacą, na której jest order, legitymacja i róża.

Ceremonię rozpoczyna Herold, trzykrotnie uderzając wólcznia w podłogę i wołając: „Słuchajcie! Słuchajcie! Słuchajcie!”. Wtedy przedstawiciel Kapituły pyta: „Czy przybył tu (nazwisko nagradzanego)?”. Laureat odpowiada „Jestem”, po czym jest wprowadzany przez dzieci na scenę i staje przed przedstawicielem Kapituły. Ten, przypinając order, wypowiada formułę: „W imieniu dzieci Międzynarodowa Kapituła Orderu Uśmiechu postanowiła nadać Ci najświetniejszą z odznaczeń”. Następnie uderzając różą w lewe ramię laureata mówi: „Pasuję Cię (nazwisko laureata) na Kawalera Orderu Uśmiechu i żądam, abyś na przekór wiatrom i burzom był zawsze pogodny i radość dzieciom przynosił”. Laureat odpowiada: „Przyrzekam być pogodnym i dzieciom radość

przynosić”. Wtedy podczasy wnosi puchar i oznajmia: „W pucharze kwaśna cytryna. Sprawdźmy, jak sobie poczyna Kawaler Orderu Uśmiechu”. Laureat powinien wypić sok i uśmiechnąć się. Jeśli podczas jednego spotkania nagradzanych jest kilku laureatów, ceremonia jest powtarzana dla każdego z osobna.

Kapituła

Pierwszą przewodniczącą Kapituły była Ewa Szelburg-Zarembina. W 1976 roku została honorowa przewodniczącą, a jej miejsce zajął Cezary Leżeński redaktor naczelny „Kuriera Polskiego”, który wcześniej pełnił funkcję wiceprzewodniczącego. Po umiędzynarodowieniu Orderu w maju 1980 roku do Kapituły zostali zaproszeni: z Grecji – malarka Niki Goulandris, z ZSRR – poeta i bajkopisarz Siergiej Michalokow, ze Stanów Zjednoczonych – działaczka charytatywna Helenka Adamowska-Pantaleoni, z Indii – rysownik K. Shankar Pillai, z Ghany – pisarka Efuia Theodora Sutherland oraz z Wielkiej Brytanii – aktor Peter Ustinov. W 1981 roku Leżeński został usunięty ze stanowiska redaktora naczelnego „Kuriera” i przewodniczącego Kapituły. Jego miejsce zajął kolejny redaktor naczelny Radosław Ostrowicz. W 1990, gdy gazeta „Kurier Polski” została zakupiona przez właściciela telewizji

Polsat, odwołano go ze stanowiska. Nowy naczelny „Kuriera” Jacek Snopkiewicz zawiesił działalność Kapituły. Rejestracja w sądzie 16 listopada 1992 roku stowarzyszenia noszącego nazwę Międzynarodowa Kapituła Orderu Uśmiechu pozwoliła na powrocie jej działalności. Kancierzem został ponownie Cezary Leżeński. Po jego śmierci jego miejsce zajął dotychczasowy wicekancierz Marek Michalak.

Kapituła nie nadaje orderu. Nadanie orderu jest możliwe wyłącznie po przesłaniu przez dzieci wniosku do Kapituły. Jej zadaniem jest sprawdzenie i zweryfikowanie czy przesłana propozycja nie została na nich wymuszona.

Na czele Międzynarodowej Kapituły Orderu Uśmiechu stoi kancierz. Władze łącznie z kancierzem są wybierane co 5 lat podczas Walnego Zebrania Kapituły. Zgodnie ze statutem Kapituła „skupia w swych szeregach ludzi gwarantujących niezależność myśli, obiektywizm ocen, sprawiedliwość sądów i odwagę cywilną, pozwalającą przeciwstawić się wszelkim naciskom zewnętrznym”. Członkostwo w stowarzyszeniu jest dożywotnie. Większość 60-osobowej kapituły obecnie stanowią Polacy, są w niej jednak przedstawiciele Argentyny, Armenii, Australii, Białorusi, Belgii, Czech, Francji, Gruzji, Izraela,



Japonii, Kanady, Litwy, Niemiec, Rosji, Rumunii, Serbii, Tunezji, Ukrainy, USA, Węgier, Wielkiej Brytanii i Włoch.

W sierpniu 2021 Marek Michalak, Kancierz Kapituły Orderu Uśmiechu zapowiedział, że na najbliższym posiedzeniu gremium zajmie się stworzeniem nieistniejącej jak dotąd procedury, która będzie umożliwiała odebranie odznaczonej wcześniej osobie przyznanego jej Orderu Uśmiechu. Decyzja ta została podjęta po tym jak podczas swojego rozważania na Jasnej Górze, ksiądz biskup Antoni Długosz relatywizował problem pedofilii wśród duchownych. Kapituła Orderu Uśmiechu jednoznacznie potępiła wówczas jego wypowiedzi.



Rembish & LaSaracina, LLC

Mecenas Prawa
w Connecticut

Kinga Kostaniak

Mówi po polsku



Sprawy cywilne

Wypadki samochodowe

31 High Street, New Britain, CT

www.rllawfirm.com

Tel: **860 – 461 – 5531**

The Source



In Milford



Poznaj naszego
najnowszego pracownika,
Daniela Pawilcza

**Daniel mówi po polsku,
a on może ci pomóc
przy zakupie
wszystkich naszych
pojazdów!**

Zadzwoń dziś
(203) 878-7401
470 Boston Post Road
Milford, CT 06460

Zły kredyt? Bez obaw,
Daniel może pomóc!

**500 \$ zniżki na
kupon na wymianę**

Wiersze Kazimierza



Stało się – siła faktów.
Ścigam się z
nieznanym,
Doraźne tworzę role;
dzieje się coś. Czuję.
Też cię, życie,
zaskoczę,
dopadnę, pogonię.
Nie wie nikt. I ty, życie,
nie wiesz, co, kto knuje.

Moja wspinaczka

Damo Podbeskidzia
Wisło
o nabrzmiałych
piersiach
Czantorii i Stożka

Pani Powabna
zapachem smerczyny
upojona

We włosy potoków
wplotłaś
srebrzyste pasmo
Wisielki
co jak łąka radości
po kaskadach po
stokach
cicho szemrze
modlitwę
do Matki Najświętszej
Polski

Nieporadnie
wspinam się
na szczyty
twoich uniesień.

Piękny wiersz

Zaskoczyło mnie życie,
dopadło w tej chwili,
gdy splatały się ręce,
wrzała krew w
aortach...
Uknuło – bezlitośnie
Snując obietnice –
Ciąg dalszy; by
Napędce
Zepchnąć w obcą
Otchłań.

Oswajanie przypadku
nagłość przyzwolenia,
czy świadoma perfidia
porywu i ładu
wywiodły wątek cudu
przed nawias rodzenia
i piękno przed naturę,
dla zmylenia śladów?

Wiersze Pawła Szataja

GDY URODZISZ NOWE ŻYCIE

Niebo chciałbym ci przychylić
Do stóp rzucić gwiazd tysiące
Niczym złoty rój motyli
Na powietrzach wirujący

A gdy dzień się zacznie budzić
W głosach ptaków rozśpiewanych
Pozdrowimy dobrych ludzi
W czas marszruty napotkanych

I pójdziemy własną drogą
Pośród pól pachnących chlebem
Żadne burze nas nie zmoją
Gdy nawzajem mamy siebie

Będziesz kłosem, będziesz łąnem
Co urodzą nowe życie
Pożądane - ukochane
Zapisane we Wszechświecie...

MAŁE POLETKO

W zgiełku świata w siebie zapatrzeni
Myląc czasem zamiary i siły
Odejdziemy w końcu w zapomnienie
Z listą życzeń co się nie spełniły

A na wzgórzach gdzie milczące brzozy
Ktoś uprawił nam niewielką grządkę
Gdzie na zawsze dar odpłynie Boży
Gdzie się koniec przenika
z początkiem

Tam policzą wszystkie nasze myśli
Każde słowo – każde serca drgnienie
Tylko brzozy szumiec będą o tym
Ale one są głuche i nieme

Między złem i dobrem zawieszeni
Nieporadnie utrzymując balans
Dryfujemy ślepo w przeznaczenie
Niczym w potrzask zastawiony na nas

Ziemia nam wiruje z łaski Nieba
Po orbicie którą chcemy skrócić
Bo już wiemy ile kroków trzeba
By ją obiec na przelaj i wrócić

Tak na przelaj codziennie w pośpiechu
Często myśląc i czując na kredyt
Zostawiamy innym nasze grzechy
Nie widzimy przy tym własnej biedy

PROKURATORIE KAMIENNE

Odjeżdżasz pociągiem pośpiesznym
Poza horyzont zamglony
Na wieczne prawdy poznanie
Za sprawą czyjś Głosu

I jesteś sobą zdumiony
Niezwyczajnie mały i śmieszny
Że życie było czekaniem
Na dopełnienie się losu

Zostawiasz sprawy codzienne
Przy torowisku donikąd
Bo wszystkim są bez znaczenia
Lecz pewnie nie wiesz nieszczęsny

Kiedy przekroczysz Rubikon
Jak będą w skutkach brzemienne
Słowa wyryte w kamieniach
Prokuratorie kamienne

Kto ma uszy niechaj słucha.....

Nastala moja ulubiona pora roku – jesień. Lato jest delikatne i zwiewne. Lato muska i gładzi po wierzchu. Jesienią mam wrażenie, że wszystko się zapada i wsacza w głębię, jakkolwiek głębię ducha, myśli, uczuć czy słów. Każdy jesienny poranek, wilgotny, chłodny, przepełniony zapachem ziemi i wołających o zebranie owoców natury jest jak dotyk, który nakazuje podejmować codzienny cud życia.

Ach, się rozmarzyłam. A tak trochę bardziej przy ziemi to nikt nie zaprzeczy, że herbata z cytryną w pięknej filiżance pachnie inaczej jesienią niż w pozostałe pory roku. Kruche ciasto z owocami, duszone, ciepłe warzywa czy moje ulubione pieczone jabłka z cynamonem i polane miodem, wszystko to jest jakąś taką przyjemnością, z której nie musimy się nikomu tłumaczyć. Tego rodzaju uciechy ducha i ciała sprawiają, że płyniemy w stronę tej lepszej wersji samego siebie.

Jeśli napiszę w tym miejscu, że oczywiście książka i ciepły koc to tylko dopełnienie jesiennego pejzażu: prawda, prawda i cała prawda. Jednak jest jeszcze jedna czynność, która idealnie wplata się tu i stawiam znak równowagi, jeśli chodzi o intelektualny pożytek. Mam na myśli słuchowiska radiowe.



Nie wiem jak Wy drodzy czytelnicy, ale w moim domu rodzinnym bardzo dużo słuchało się radia. W czasach, kiedy dzieci oglądały "Reksia" czy "Bolka i Lolka". Wtedy jeszcze dzieci nie spędzały godzin tępo wlepione w szklany ekran, a dopełnieniem dziecięcego świata były radiowe dobranocki. Oprócz tego mama moja, na wszystkie możliwe okazje

kupowała nam kasety z bajkami do słuchania. Dlatego może, zaszczerpiona w dzieciństwie umiejętność i rozkosz słuchania pozostała mi do dziś.

Dodam tylko w tym miejscu, że niestety nie jest to czynność popularna a czasami zaobserwowałam bardzo trudna. Nie wszyscy potrafią słuchać. Nie mówię tu o audiobookach, bo nie to jest moim dzisiejszym tematem. Pochyliłam się nad prawdziwymi słuchowiskami, gdzie występują aktorzy, dźwięki, odgłosy natury, taki artystyczny majstersztyk.

Takich perełek w internecie można odnaleźć mnóstwo. Ostatnie dwa, trzy lata to wręcz bogactwo doskonałych produkcji radiowych. Jestem zachwycona i wielokrotnie oczarowana jakością i poziomem. Chociaż na najwyższej półce stoją wciąż audycje z lat 70- 80.

Żeby nie być gołosłowną podam kilka tytułów, które polecam z czystym sumieniem, zapewniając, że to co usłyszycie zmusi do refleksji, zapadnie w pamięci, momentami rozśmieszy. Wypełni jesienną melancholię barwą i nasyceniem.

Zatem każde słuchowisko J. Szaniawskiego począwszy przez "Powódź", "Zegarek" czy "Most" będzie

uczta niezapomniana. Warto też posłuchać audycji pt. "Hotel pogodnych snów", czy "Wypożyczalnia ludzi".

Przekonacie się jak wielu wybitnych aktorów, których znacie z telewizji gra swoim głosem w słuchowiskach. Moim najwspanialszym momentem jest chwila, gdy zamykam oczy i płynący z głośnika stukot obcasów, szum wody, odgłos przesuwanego krzesła jak wielką przyjemność sprawia to słuchaczowi. Pod powiekami zacznie się malować świat, który jest tylko wasz, bo stworzony z waszej wyobraźni. Słuchowiska mają jeszcze tę zaletę, że na ich obecność zawsze jest moment. Możemy krzątać się po domu, wstawiać właśnie obiad czy pielnić kwiaty w ogródku. Słucha się ich doskonale rano przy kawie jak i przy wieczornej herbatce.

W dzisiejszych czasach wszystko robimy szybko, pobieżnie w rozdygotaniu. Słuchowiska radiowe zmuszają do wyciszenia i skupienia. Zorganizujcie rodzinne słuchanie, a może warto zorganizować sobie randkę przy lampce wina, na wygodnej kanapie słuchając, słuchając i jeszcze raz słuchając.

Izabela Pardo -Małecka

HUMOR

W czasie pandemii koronawirusa przychodzi młody facet do sklepu i chce wejść sprzedawca mówi:

- Proszę pana - między 10 a 12 obsługujemy tylko seniorów!

Facet wyciąga gitarę ubiera sombrero i mówi:

- Ja jestem Senior! Z Hiszpanii!

Kobieta dzwoni do radia i mówi:

- Znalazłam portfel, a tam 3000zł, czek na 10 tys. euro. Portfel jest pana Stanisława Kowalskiego zamieszkałego przy ul. Czerskiej 10 w Wa-wie. I mam gorącą prośbę... proszę panu Stasiowi puścić jakąś fajną piosenkę ode mnie.

Rozmawiają dwaj koledzy:

-Chcesz jagodziankę?

-A z czym?

-Chyba z truskawkami.

Idzie pijany Kowalski przez ulicę. Raz się zaśmieje raz pomacha ręką. W końcu podchodzi do niego jakiś facet i pyta:

-Co pan się tak śmiejesz?

-Opowiadam sobie dowcipy.

-A dlaczego machasz pan ręką?

-Bo niektóre już znam.

Złodzieje po angielsku.

Ty ej, łom dej, kaj dej, tu dej, o kej.

- Stary, zbudowałeś wreszcie ten swój wehikuł czasu?

-Jeszcze nie. Ciągle odkładam to na wcześniej...

-U nas w domu trzymamy gazety w lodówce.

-Po co?

-Żeby mieć zawsze świeże wiadomości.

Przychodzi komornik do gościa, który zaciągnął kredyt, a nie spłaca rat. Grozi mu, że jak tak dalej pójdzie, to będzie do niego przychodził i zabierał mu poszczególne przedmioty z domu. Na ścianie zauważa obraz Ostatniej Wieczery i mówi:

- Jak nie zaczniecie spłacać kredytu, to następnym razem zabiorę ten obraz. Za jakiś czas komornik znów przychodzi, a na ścianie wisi tylko rama. Przerażony pyta:

- Gdzie on jest?

A właściciel na to:

- A skąd ja mam wiedzieć? Zjedli i poszli.

Oburzony klient do sprzedawcy:

- Sprzedał mi pan sweter, mówiąc, że jest on z wełny, tymczasem na metce jest napisane, że to poliester.

- Cii, to dla moli.

- Stachu! Słyszałeś co w niedziele w kościele na mszy zrobił Janek Nowak?

- Nie słyszałem.

- Kościelny szedł zbierać ofiarę, a Janek zasnął w ławce i głośno chrapał. Kościelny go potrząsa za ramię, a ten na cały głos krzyczy: \“Odczep się, mam miesięczny!\“

Dla Milusińskich

Odczytaj z rebusów nazwy roślin i napisz je.



W szkole średniej nauczycielka prowadzi lekcję historii. Ponieważ nie umie zapanować nad klasą, zaczyna pytać na wrywki.

- Ty pod oknem, powiedz mi, kiedy był pierwszy rozbiór Polski? - pyta zdenerwowana.

- Nie wiem.

- A w którym roku była bitwa pod Grunwaldem? - pyta dalej.

- Nie pamiętam.

- To co ty właściwie wiesz? Jak chcesz zdać maturę?

- Ja tylko kaloryfer naprawiam.

Autobus z wycieczką zbliża się do granicy.

- Piwo! Siku! - po raz któryś z rzędu rozweseleni pasażerowie zmuszają kierowcę do zatrzymania.

Po dłuższej chwili, gdy już z powrotem zajęli miejsca w autokarze, kierowca pyta głośno:

- Czy kogoś wam nie brakuje?

Cisza. Po przekroczeniu granicy do kierowcy podchodzi mężczyzna i lekko bełkocząc mówi:

- Nie ma mojej żony...

- No przecież - wścieka się kierowca - przed odjazdem pytałem, czy kogoś wam nie brakuje!

Na to facet:

- Ale mnie jej nie brakuje, tylko mówię, że jej nie ma...

- Jasiu, idź do lekcji! - mówi mama.

- Nie mogę, bo słońce razi w oczy - mówi Jasiu.

- I dobrze właśnie zostałeś oświecony, więc teraz idź do tych lekcji!

Ding-dong!

- Dzień dobry pani.

- A to ty Piotrusiu. Co się stało?

- Tata mnie przysłał, bo dłubie przy

motoru i nie może sobie poradzić.

- Stary, rusz dupę i idź pomóc sąsiadowi.

- Tata jeszcze mówił, żeby pan sąsiad wziął jakiś specjalny klucz, bo tata nie ma.

- A jaki?

- Szklana pięćdziesiątka...

Hrabina z Milordem tańcząc walca na wielkim balu.

- Psst, Hrabino, teraz kręcimy się w drugą stronę.

- Dlaczegoż to, mój Milordzie?

- Kończy mi się gwint w protezie...

Mąż zdradza żonę z kochanką.

Po nie lada wyczynach ubiera się i polewa alkoholem, aby żona nie poczuła zapachu perfum kochanki.

Gdy wchodzi do domu żona od razu go bije mówiąc myślisz, że jak się spryskałeś perfumami to wódki nie wyczuje.

- Mosze, jak sądzisz, kiedy zniosą obowiązek noszenia masek?

- Abram, ja cię błagam, poważni ludzie zainwestowali poważne pieniądze! Jak zarobią swoje, to zniosą.

Córka poszła na dyskotekę i nie wróciła na noc do domu. Wraca rano. Ojciec wściekły:

- Gdzie byłaś?

Córka z godnością:

- Noc spędziłam z bohaterem narodowym.

- Z kim?

- Z nieznanym żołnierzem!

Opracował
Jacek Zawojski

Dentystka

Dorota Brynda-Hansen, DDS

rozmawia po polsku

leczenie dzieci i dorosłych

AKCEPTUJEMY WIĘKSZOŚĆ UBEZPIECZEŃ

bezpłatny przegląd
zębów i konsultacja
dla nowych pacjentów

zniżka dla emerytów

tel. 203-795-0330

Orange Dental Group

472 Boston Post Rd suite 5, Orange, CT 06477

ROZPOCZYNAJĄ SIĘ COROCZNE ZAPISY DO PLANÓW MEDICARE!

Opieka zdrowotna w USA jest jednym z największych problemów i wydatków z jakimi borykają się seniorzy, a właściwe zrozumienie MEDICARE pomoże Państwu uniknąć podstawowych oraz kosztownych błędów.

COROCZNY OKRES ZAPISÓW 15 PAŹDZIERNIKA – 7 GRUDNIA

W czasie corocznego okresu zapisów, osoby posiadające Medicare Część A i B mogą **dobierać** świadczenia, takie jak plany Advantage - Część C, lub polisy Medigap oraz na leki - Część D, mogą również **zmieniać** opcje lub z nich **rezygnować**.

Warto dokonać przeglądu planów Medicare, których na rynku jest bardzo dużo, aby wybrać najkorzystniejsze dla siebie ubezpieczenie na następny rok.

WSTĘPNY OKRES ZAPISÓW jest indywidualny

Obejmuje miesiąc **65. urodzin** oraz trzy miesiące przed i trzy miesiące po nim.

Można się zapisać do Części A, Części B albo obydwu.

Można także zapisać się do dodatkowego planu Medicare Advantage (część C) lub planu na leki (część D).

Zaleca się zapisanie do Medicare w lokalnym biurze Social Security **3 miesiące przed 65 urodzinami**, Medicare zacznie działać od 1-ego dnia miesiąca urodzin.

* **Obecnie można zarejestrować się tylko telefonicznie lub przez stronę <http://www.ssa.gov/benefits/medicare>**

KTO SIĘ KWALIFIKUJE DO PROGRAMU UBEZPIECZENIA MEDYCZNEGO MEDICARE?

Z programu Medicare mogą korzystać osoby, które:

- mają obywatelstwo amerykańskie lub prawo stałego pobytu co najmniej 5 lat oraz;
- ukończyły 65 lat lub;
- nie ukończyły 65 lat, ale kwalifikują się z tytułu niepełnosprawności lub otrzymują rentę inwalidzką co najmniej 2 lata

WAŻNE - MEDICARE JEST OBOWIĄZKOWE od 65 r. życia!

- **Osoby NIE MUSZA pobierać emerytury w wieku 65 lat aby otrzymać Medicare**

- Jeśli osoba kończąca 65 lat nie zapisze się do rządowego ubezpieczenia Medicare musi liczyć się z karami, które zostaną naliczone i będą odciągane

MEDICARE



co miesiąc od obecnej lub przyszłej emerytury.

- Osoby zatrudnione i posiadające ubezpieczenie grupowe nie mają obowiązku zapisania się do Medicare w wieku 65 lat i kary za późniejsze przystąpienie do Medicare nie będą naliczone w przyszłości!

Warto jednak porównać ubezpieczenie grupowe z ubezpieczeniem Medicare, ponieważ często Medicare jest tańszą opcją.

***Uwaga;** ubezpieczenie **COBRA** nie jest traktowane jako grupowe ubezpieczenie!

Osoby, które nie pracowały w USA lub nie przepracowały 10 lat, ale posiadają Zieloną Kartę min. 5 lat, również mogą i POWINNY zapisać się do ubezpieczenia Medicare.

- Wiele osób ubezpieczonych w Medicare jest **UPRAWNIONYCH** do rządowo-stanowej pomocy finansowej. Do zakwalifikowania się brany pod uwagę jest TYLKO miesięczny dochód brutto, bez względu na posiadane oszczędności!

Limity dochodu w CT są wysokie, więc warto sprawdzić czy się Państwo kwalifikujecie, aby zaoszczędzić na dopłatach do składek, rachunków Medicare i lekarstw!

Z CZEGO SIĘ SKŁADA I JAK DZIAŁA MEDICARE

Part A —szpitalne ubezpieczenie obejmuje: pobyt w szpitalu, opiekę szpitalną, wyspecjalizowaną opiekę pielęgniarską, opiekę hospicyjną.

Part B — medyczne ubezpieczenie obejmuje: wizyty i usługi lekarzy, usługi ambulatoryjne i chirurgiczne, chemioterapie, trwałe sprzęty medyczne, środki testowe dla diabetyków, dializy, darmowe badania profilaktyczne, itp.

Part C — Medicare Advantage: część programu Medicare łącząca części A i B oraz najczęściej plan D - leki na receptę.

Part D — leki na receptę: plan Medicare oferowany przez prywatne firmy ubezpieczeniowe, który pokrywa część kosztów leków.

Część A i B MEDICARE to PODSTAWOWY/ORYGINALNY PLAN, który nie pokrywa w 100% kosztów

leczenia, jak również nie zawiera ubezpieczenia na leki, świadczeń okulistycznych czy dentystycznych; i tu z pomocą przychodzą plany **MEDICARE ADVANTAGE – Część C**, oferując poza medycznymi świadczeniami, również ubezpieczenie na leki, okulistyczne i dentystyczne, badanie słuchu i dopłaty do aparatów słuchowych, ubezpieczenie wypadkowe na cały świat, darmowy dostęp do siłowni czy transport oraz wiele innych benefitów ważnych dla seniorów.

Pomogę wybrać odpowiedni plan ZDROWOTNY i na LEKI w ramach JEDNEGO prostego planu MEDICARE ADVANTAGE, już od \$0/ miesiąc.

Wybór planów na rynku jest bardzo duży, ale jest uzależniony od indywidualnej sytuacji zdrowotno-finansowej, którą każdy ma inną, więc nie należy sugerować się opiniami innych osób, którzy mogą mieć źle dobrany plan dodatkowy.

Konsultacje i usługi związane ze zmianami ubezpieczenia są zawsze darmowe!

Warto mieć własnego i zaufanego doradcę ubezpieczeń medycznych, który poprowadzi Państwa przez meandry MEDICARE oraz będzie służył pomocą i udzielał szczegółowych wyjaśnień przez cały rok, jak również przez wiele następnych lat.

BEZPŁATNIE pomagam w kontaktach z **Administracją Social Security** oraz oferuję pomoc i edukację w zakresie Medicare, planowania finansowego oraz wsparcie przy podejmowaniu ważnych decyzji emerytalnych.

Zapraszam do umawiania się na konsultacje telefoniczne, osobiste lub wirtualne.

Aleksandra Mroz -
tel. 860. 997. 3054

Licencjonowany Specjalista
Ubezpieczeń Medycznych

185 Silas Deane Hwy
Wethersfield, CT 06109

Maluszewski Law LLC

Attorney Katarzyna Maluszewski
785 Farmington Avenue
Kensington, CT 06037
telefon (860) 225-8447

Katarzyna Maluszewski *adwokat z wieloletnim doświadczeniem, bardzo skuteczna szczególnie w sprawach rodzinnych. Pomoc z zachowaniem najwyższych standardów zawodowej staranności.*

Nasza specjalizacja:

- * **rozwoły**
- * **sprawy rodzinne**
- * **prawo do opieki nad dzieckiem**
- * **alimenty**

Oprócz tego:

obrażenia cielesne
przekroczenia drogowe
jazda pod wpływem alkoholu
sprawy kryminalne
spadki
kupno i sprzedaż nieruchomości

mówi po polsku

OGŁOSZENIA

Usługi

HIGHLANDER TREE SERVICE - polska firma oferuje Polonii usługi wycinania drzew (\$50 zniżki do \$1000 i \$100 powyżej \$1000 z tym ogłoszeniem) ZENEK 203-922-8803. Shelton, posiadamy licencje i ubezpieczenie.

Międzynarodowe Prawo Jazdy, Drive International LLC, PO Box 1200, New Britain, CT 06050. Info tel. 860-299-5153

Malowanie wewnątrz, zewnątrz, mycie domów, ściąganie tapet, szpachlowanie sufitów oraz małe naprawy (stolarka, moldingi) Stanisław tel. 860-518-5826

Professional Cleaning Service LLC,

profesjonalny serwis sprzątający, prace remontowe-także w ramach odszkodowania, konserwacja budynków oraz urządzeń sanitarnych, parkiety, płytki, marmury i łupki, woskowanie, lakierowanie i polerowanie podłóg, czyszczenie mebli, tapicerki, wykładzin podłogowych, usuwanie zniszczeń po pożarze oraz zalaniu wodą. www.u-cleaning.us email: universalcleaning1@hotmail.com tel. 860 967 6167.

Do wynajęcia

Do wynajęcia 3 pokoje i kuchnia w New Britain w 3-rodzinnym domu na 3 podłozie w spokojnej dzielnicy, bez zwierząt i niepalących. tel. 860-827-9303

POLONIJSKIE PROGRAMY RADIOWE

POLKA CELEBRATION WITH PETER J. DANIELCZUK

Sobota 10:00 - 12:00 rano
Radiostacja: WNHU 88.7 FM
Internet: www.wnhu.net
Email: polkapetel@aol.com

OGŁOSZENIA

Praca

Zatrudnię kierowcę z CLASS A CDL oraz praca dla Owner Operators. tel. 860-299-5153

TC Dental poszukuje **higienistki** do pracy. Po bliższe informacje proszę dzwonić: 860 229-0622

Sprzedam

Centuś Auto Corporation

- 2019- Merca -0K miles - \$25,000
--2013 - Ford - F150 -135K miles - \$10,000
- 2019 - Mummer -H2 - Custom - \$50,000
- 2017 - Ford - Transit - Van - 250 - 38K miles - \$17,000
- 2012 - Chev Van - 350 - Diesel - 72K miles - \$12,000
- 2016 - Honda Civic - 20K miles - \$10,000
- 2013 - Iter. Towing - Diesel - 150K miles - \$60,000
Please call and leave message

646-284-3892

KUPUJ Z NAMI CENTUSIAMI

Sprzedam **polski sklep spożywczy**, dobra lokalizacja, stała klientela, ustabilizowany, pełne wyposażenie, Fairfield County, te. 860-281-8161 po 5pm.

Bardzo tanio sprzedam komplet mebli do jadalni oraz wiele innych atrakcyjnych przedmiotów. tel. 201-444-0206

OGŁOSZENIA za \$2

max 15 wyrazów

Sprzedam, kupię, oferuję pracę, szukam pracy, do wynajęcia, usługi, inne

Wypełniony kupon proszę przesłać na adres:

Polonia Publishing, PO Box 563, Oxford, CT 06478
z załączonym czekiem wystawionym na Polonia Publishing.

Tekst:

Ilość wydań _____ Łączna opłata _____ (\$2 za każde wydanie)

Do informacji redakcji:

Imię i nazwisko _____

Adres _____ Tel. _____

Zakład Pogrzebowy

**Newington Memorial Funeral Home**

Zakład Pogrzebowy
50 Lat Działalności
20 Bonair Avenue
Newington, CT 06111
Tel. (860) 666-0600
Fax (860) 666-8377

Burritt Hill Funeral Home

Zakład Pogrzebowy
70 Lat Działalności
332 Burrit St.
New Britain, CT 06053
Tel (860) 229-9021
Fax (860) 612-0093

Właścicielami jest polska rodzina, która zarządza zakładem
Mówimy po polsku!

COLDWELL BANKER REALTY

KUPNO, SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI

**Alicia Kochanowicz**

Realtor

email alicia.kochanowicz@cbmoves.com

www.alicia-k.com

71 Oxford Rd, Oxford, CT 06478



Thinking About

BUYING OR SELLING

A House?

Myślisz o kupnie lub sprzedaży domu?

Proszę zadzwoń lub wyślij SMSa

cell. 203-980-2642

Oferuję profesjonalną pomoc
w kupnie i sprzedaży nieruchomości.



11 FIRM UBEZPIECZENIOWYCH
W JEDNYM MIEJSCU

Agencja Ubezpieczeniowa

Koziura - Szafranski



Ubezpieczenie na dom



Ubezpieczenie biznesowe



Ubezpieczenie na życie



Ubezpieczenie samochodu

Reprezentując wiele towarzystw ubezpieczeniowych, posiadamy bardzo szeroki wachlarz ofert. Dzięki temu możemy sprościć oczekiwaniom nawet najbardziej wymagającego Klienta

Nasza niezależna agencja istnieje od 1986 roku i posiada licencje 47 stanów. Specjalizujemy się w ubezpieczeniach: komunikacyjnych, na życie, mieszkaniowych, finansowych i biznesowych

Personel (w pełni licencjonowany) MÓWI PO POLSKU

arthur@ksinsgroup.com www.ksinsgroup.com (860) 667 - 2161
365 Willard Ave Suite 2J Newington, CT 0611



CENTURY 21 Clemens Group

Chętnie służę pomocą przy kupnie i sprzedaży nieruchomości

Krystyna Starzec

Realtor
2301 Silas Deane Hwy
Rocky Hill, CT 06067
Cell 860-214-6648
phone: 860.563.0021
Krystynastarzec89@gmail.com
www.krystynastarzec.com



Nowy na runku dom \$235,000
255 Wooster St, New Britain
3 sypialki
2 łazienki
Centralne chłodzenie
Ładna okolica
Basen



Sprzedany



Pod Depozytem

