

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 24, 26.01.2024, rok II, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie

Bez paszportu, no problem

czytaj str. 5

wielka orkiestra
świątecznej
pomocy

Wystawa
„Obrazów
Malowanych
Sercem”

czytaj str. 9

Kącik poetycki

„Duszą pisane”

Magdalena Góralska

czytaj str. 15

Tu kupisz bilety
na imprezy:

www.bilety.ng24.ie

Sprawdź,
co jest
grane!



085 PRAWNIK

085 7729645 • 01 4910010

MAGUIRE McCLAFFERTY SOLICITORS

Zgodnie z prawem nie można w sprawach spornych ustalać wynagrodzenia jako ułamka lub odsetka uzyskanej kwoty. Klient nie ponosi żadnych kosztów do czasu zakończenia sprawy. Płacimy za raporty medyczne.

- WYPADKI W PRACY, DROGOWE ORAZ W MIEJSCACH PUBLICZNYCH
- PRAWO PRACY
- NIERUCHOMOŚCI, PRZENIESIENIE WŁASNOŚCI

Monika El Amki
Piotr Kuderski
Małgorzata Kurnyta
Patrycja Palczak
www.prawnik.ie
224, The Capel Building
Mary's Abbey
Dublin 7, Ireland

AG Anderson & Gallagher
SOLICITORS

KANCELARIA PRAWNA

- Profesjonalizm
- 35 lat doświadczenia

• ODSZKODOWANIA: WYPADKI DROGOWE, PRZY PRACY, W MIEJSCACH PUBLICZNYCH

AGNIESZKA MAZUR 087 900 14 88, aga@andersongallagher.ie KRZYSZTOF SOCHA 087 140 90 90, krzysztof@andersongallagher.ie

WŁODZIMIERZ DEMPNIAK 087 388 03 69, vlad@andersongallagher.ie – MÓWIMY PO POLSKU, UKRAIŃSKU I ROSYJSKU

29 Westmoreland Street, Dublin 2, Tel. 01-677 69 32; WWW.ANDERSONGALLAGHER.IE

W sprawach spornych prawnik nie może ustalać wynagrodzenia jako procentu od uzyskanej kwoty. Klient nie ponosi żadnych kosztów do czasu zakończenia sprawy. Płacimy za raporty medyczne.

ODSZKODOWANIA ZA WYPADKI
I OBRAŻENIA OSOBISTE* NIERUCHOMOŚCI

POLSKIPRAWNIK.ie, 01 64 00 030
78 BENBURB STREET, SMITHFIELD, DUBLIN 7

*W sprawach spornych nie można ustalić wynagrodzenia jako ułamka lub odsetka uzyskanej kwoty.

ROSTRA
Solicitors
Marcin Szulc
Solicitor

Przydatne kontakty

AMBULANS, POLICJA, STRAŻ POŻARNA
112

BEZDOMNOŚĆ

www.homelessdublin.ie, www.focusireland.ie

BEZPŁATNA POMOC PRAWNA

www.flac.ie

DUSZPASTERSTWO POLSKIE W IRLANDII

http://dublin.eparafia.pl

KARTA MEDYCZNA I ULGI MEDYCZNE

www2.hse.ie/services/schemes-allowances

KONSUMENTI, SKŁADANIE SKARG

www.ccpc.ie, www.courts.ie/small-claims

LEKARZE GP I NAGŁE PRZYPADKI

www2.hse.ie/services/find-a-gp-out-of-hours

POLSKIE SZKOŁY W IRLANDII

www.polskamacierz.com

PROBLEMY Z MIESZKANIEM

rtb.ie, https://threshold.ie

PODATKI, URZĄD SKARBOWY

www.revenue.ie/en/contact-us

PROBLEMY W PRACY

http://workplacereactions.ie

PRZEDSTAWICIELSTWA RP W IRLANDII

www.gov.pl/web/irlandia/ambasada

RASIZM

https://inar.ie

Nasza Gazeta

WYDAWCA/PUBLISHER

Nasza Gazeta Ltd.
78 Benburb Street, Smithfield, Dublin 7
D07 HW61, Irlandia
www.ng24.ie
fb: naszagazetawirlandii

REDAKCJA/EDITORIAL DEPARTMENT

redakcja@ng24.ie
editor@ng24.ie

Beata Bieniada, Anna Domańska, Radosław Kotowski,
Krzysztof Zieliński

WSPÓŁPRACA

Marta Adamska, Maja Berkano, Paweł Bury, Paweł Cherek,
Agnieszka Dujka, Katarzyna Dąbrowska, Maciej Jaworski,
Marta Kaźmirak, Kasia Mikołajczyk, Ewa Michałowska-
Walkiewicz, Szymon Urbanek, Agnieszka Zawadzka, Emilia
Zych

KOREKTA

Zespół

DYSTRYBUCJA

dystribucja@ng24.ie

KONTAKT / MARKETING / REKLAMA / ADVERTISEMENT

ads@ng24.ie
tel.: +353 89 264 03 50
tel.: +353 89 401 90 06
tel.: +48 723 94 88 78

All rights reserved. Wszelkie prawa zastrzeżone. Nasza Gazeta Ltd. zastrzega, że żadna część ani całość dzieła materiałów opublikowanych w Naszej Gazecie oraz na portalu ng24.ie nie mogą być dalej rozpowszechniane i reprodukowane bez wcześniejszej pisemnej zgody Wydawcy. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadsyłanych tekstów. Wydawca nie ponosi odpowiedzialności z treść reklam i ogłoszeń.

Irlandzkie korzenie: Barack Obama

John F. Kennedy, prawdopodobnie najbardziej znany irlandzko-amerykański prezydent Stanów Zjednoczonych, kiedyś powiedział mieszkańcom Limerick: – To nie jest ziemia mojego urodzenia, ale to ziemia, do której żywię największe uczucia.

J.F.K. mógł łatwo prześledzić swoje irlandzkie pochodzenie. Oddzielały go zaledwie trzy pokolenia sięgające do jego pradziadka Patricka Kennedy'ego (1823-1858), który urodził się

w New Ross w hr. Wexford i emigrował do Bostonu w 1849 r.

Chociaż wielu innych amerykań-

neygall w hr. Offaly. Ku swojej radości odkrył zapis dotyczący chrztu dziecka Josepha i Phoebe Kearney w 1829 r. Chłopca nazwano Falmouth. Był to praprapradziadek Obamy, który ostatecznie opuścił Irlandię w poszukiwaniu lepszego życia w Ameryce.

Historia układa się mniej więcej tak...

W Irlandii w XVIII w. perukarstwo było dochodowym zajęciem, ponieważ peruki były bardzo popularne wśród arystokracji. Nosili je zarówno mężczyźni i kobiety – ten element przestał być modny dopiero na początku XIX wieku.

Obama wygrał wybory prezydenckie w listopadzie 2008 r. i został zaprzysiężony w styczniu 2009 r. jako 44. prezydent Stanów Zjednoczonych. Wśród szczęśliwych gości, którzy otrzymali oficjalne zaproszenie na inaugurację, był proboszcz Stephen Neill, pracowity badacz, który odkrył zapis chrztu przodka Obamy.

23 maja 2011 r., podczas oficjalnej wizyty w Irlandii, prezydent Obama odwiedził Moneygall, miejsce urodzenia swojego irlandzkiego przodka i spotkał się z prawie każdym mieszkańcem wioski. Na spotkaniu było ok. 300 osób.



FOTO: OBAMA/WHITEHOUSEARCHIVES.GOV

skich prezydentów twierdziło, że ma irlandzkie korzenie, w tym Richard Nixon, Ronald Reagan, George W. Bush, Bill Clinton i oczywiście Joe Biden, to drzewa genealogiczne nie zawsze były łatwe do zrekonstruowania.

Ale Barack Obama?

Dobrze wiadomo, że ojciec Obamy pochodził z Kenii, a matka była Amerykanką. Poznali się podczas studiów na Uniwersytecie Hawajskim na początku lat 60. XX wieku. Sam Obama nie zdawał sobie sprawy ze swoich irlandzkich korzeni aż do 2007 r., kiedy młody senator z Illinois dowiedział się, że jego pradziadek emigrował do Ameryki w 1850 r.

10 lutego 2007 r. Obama, wówczas senator Stanów Zjednoczonych z Illinois, ogłosił swoją kandydaturę na prezydenta. W następnym tygodniu zainteresowanie młodym senatorem ze strony opinii publicznej i mediów zaczęło rosnąć. W kwietniu genealog ze strony ancestry.com skontaktował się z irlandzkim proboszczem Stephenem Neillem z wieścią, że Obama ma irlandzkie korzenie ze strony matki.

Neill przeszukał XIX-wieczne rejestry parafialne kościoła Templeharry mieszczącego się koło wioski Mo-

Wówczas, wielopokoleniowa rodzina perukarzy z małej wioski Moneygall w hr. Offaly postanowiła przebrnąć się na produkcję obuwi. Biznes należał do rodziny Kearney i przez wiele dziesięcioleci kwitł. Jednak podczas Wielkiego Głodu w latach 40. XIX w. wytwarzanie butów przestało być lukratywnym zajęciem.

W 1850 r. rodzina Kearney dowiedziała się, że ich zmarły krewny pozostawił im kawałek ziemi w Stanach Zjednoczonych, więc Falmouth Kearney, w wieku dwunastu lat, opuścił Irlandię, najpierw udając się do Liverpoolu, a następnie wsiadając na statek SS Marmion wyruszył do Nowego Jorku, razem z siostrą Margeret Cleary i jej mężem – Williamem Cleary.

Z Nowego Jorku Kearney udał się do Ohio, gdzie później poślubił kobietę o imieniu Charlotte Holloway. Mieli dzieci i ostatecznie przenieśli się do stanu Indiana, gdzie Kearney pracował jako rolnik. Zmarł w 1878 r. w wieku 56 lat.

Najmłodsza córka Falmoutha i Charlotte wyszła za mąż i miała dzieci. Następnie te dzieci miały dzieci, jednym z nich była matka Baracka, Stanley Ann Dunham (1942–1995). Reszta, jak mówią, to już historia.

Pierwszym miejscem, które odwiedzili państwo Obama, to małe, niepozorne domostwo położone na południowym końcu ulicy głównej. Była to rodzinna posiadłość, którą Falmouth Kearney opuścił 161 lat wcześniej, udając się do Ameryki.

W środku amerykański prezydent stąpał po podłodze, po której kiedyś chodzili jego przodkowie i obejrzał rysunek artysty przedstawiający, jak dom wyglądał kiedyś.

Następnie Obamowie udali się do pubu Ollie'a Hayesa na pintę Guinnessa. Na zdjęciach widoczne jest, że miejscowi spoglądają na prezydenta i prezydentową, nie mogąc ukryć podekscytowania i radości.

W pewnym momencie Hayes pokazał Michelle Obamie swoją technikę nalewania piwa Guinnessa, po czym pierwsza dama spróbowała sama to zrobić.

Rozmawiając z miejscowym dziennikarzem, Henrym Healyem, który twierdził, że jest ósmym kuzynem Obamy (stąd przezwisko „Henry VIII” używane przez miejscowych), opisał wizytę Obamy jako „najwspanialszy dzień, jaki ta wioska kiedykolwiek przeżyła i przeżyje”. **RB**

*Aluzja do Henryka VIII, brytyjskiego monarchy (1491–1547)

Electric Ireland ogłasza obniżki cen prądu i gazu

Klienci wiodącego dostawcy energii w Republice niedawno otrzymali dobrą wiadomość. Electric Ireland ogłosiło, że obniży ceny zarówno prądu i gazu, począwszy od 1 marca.

Dostawca energii potwierdził, że obniży stawki za prąd o 8 proc., a za gaz o 7 proc. Opłaty stałe, zarówno za prąd, jak i gaz, zostaną również zredukowane. Według strony internetowej Bonkers.ie, obniżki te pozwolą średniemu gospodarstwu domowemu w Irlandii zaoszczędzić na rachunkach 153 euro rocznie za prąd i 111 euro za gaz.

Electric Ireland jest największym dostawcą energii w kraju, obsługującym ponad 1,1 mln odbiorców prądu i ok. 170 tysięcy gazu.

W listopadzie dostawca ogłosił wcześniejszą obniżkę cen o 10 proc. za prąd i 12 proc. za gaz. Inni dostawcy ogłosili następnie podobne obniżki cen pod koniec ub. r., na skutek spadku hurtowych cen zakupu energii.

W ostatnich miesiącach ceny energii spadły głównie ze względu na obniżkę cen gazu na rynkach.

Dotychczas łagodna zima oznaczała, że zużycie gazu było niższe niż zazwyczaj, więc surowiec został zmagazynowany.



A ponieważ gaz wykorzystujemy do wytwarzania ok. 40-50 proc. irlandzkiej energii elektrycznej, jego niższa cena jest kluczowym czynnikiem, prowadzącym do niższych cen prądu.

Chociaż obniżka cen przez Electric Ireland to dobra wiadomość dla konsumentów, ceny energii pozostają ok. 85 proc. wyższe niż przed pandemią Covid w 2020 r. i rozpoczęciem wojny w Ukrainie w lutym 2022 r. Następnie wojna na Ukrainie była podawana jako główny powód wzrostu cen. Ceny gazu mimo obecnie niższych cen na rynku hurtowym i kolejnej obniżki cen dla odbiorców indywidualnych przez dostawcę, nadal są ponad dwukrotnie wyższe niż przed pandemią 2020 roku. W rezultacie, koszty ogrzewania gospodarstw domowych pozostały bardzo wysokie również tej zimy.

Wiele osób na mediach społecznościowych zareagowało na ogłoszenie obniżki cen, pytając, dlaczego obniżka wejdzie w życie dopiero 1 marca, kiedy większość najzimniejszych dni sezonu grzewczego już minęło.

Niewykluczone, że inni dostawcy energii również pójdą tą drogą w nadchodzącym czasie, ogłaszając przyszłe obniżki cen dla swoich klientów.

Anna Domańska

Więcej dni pracy w biurze niż zdalnie

PRACODAWCY BĘDĄ WYMAGAĆ CZĘSTSZEGO PRZEBYWANIA W BIURZE W TYM ROKU

38 proc. irlandzkich pracodawców będzie wymagać, aby ich pracownicy pracowali częściej w biurze w tym roku, a 58 proc. powiedziało, że utrzyma obecny elastyczny model pracy – tak wynika z badania Hays Ireland Salary & Recruiting Trends Guide 2024 firmy rekrutacyjnej Hays Ireland.

Obecnie 44 proc. pracowników w Irlandii pracuje wyłącznie w biurze, podczas gdy 41 proc. w modelu hybrydowym. Irlandzcy pra-

codawcy mają podzielone zdania na ten temat.

Według niedawnego badania Hays, które obejmuje ponad 1 450 odpowiedzi od pracodawców i profesjonalistów z całej Irlandii, między sierpniem a wrześniem 2023 r. 27 proc. pracodawców wymagało, aby ich pracownicy pracowali w biurze co najmniej trzy dni w tygodniu, podczas gdy 20 proc. pracodawców wymagało obecności co najmniej dwóch dni w biurze. 23 proc. oferowało pełną elastyczność w wyborze

formy pracy.

Wspomniane badanie wykazało, że pracownicy coraz bardziej zwracają uwagę na elastyczne godziny pracy, starając się osiągnąć zdrową równowagę między pracą a życiem prywatnym.

Chociaż elastyczność w wyborze miejsca pracy jest bardzo ważna dla większości pracowników, 61 proc. z nich powiedziało, że nie byłoby skłonne zaakceptować niższej pensji za pracę wykonaną zdalnie na pełny etat, co sugeruje, że ostatecznie najważniejszym kryterium jest wysokość wynagrodzenia, nawet jeśli pracodawca nie oferuje tak dużej elastyczności pod względem wyboru czasu spędzanego w biurze.

Co istotne, 54 proc. ankietowanych pracowników powiedziało, że mogłoby rozważyć przyszłe stanowiska pracy stacjonarnej – pod warunkiem otrzymania odpowiednio wysokiego wynagrodzenia. **AD**



REKLAMA

Tani, szybki i bezpieczny kurier

Tani kurier

Polska-Irlandia-Polska

Ceny paczek:
 do 10 kg - 25€
 do 20 kg - 30€
 do 30kg - 35€
 do 40kg - 45€
 do 50kg - 55€

Transportujemy:

- paczki,
- przeprowadzki
- palety
- i wiele więcej

Skontaktuj się z nami

Tel IRL: 01 697 2177

kontakt@speedpack.com.pl

www.speedpack.com.pl

Szpital wypłaci 200 tysięcy euro rodzinie pacjentki

Szpital Uniwersytecki St. Vincent w Dublinie przeprosił w Sądzie Najwyższym rodzinę 76-letniej Fredy Fox, która zmarła po utracie 17 litrów krwi podczas operacji.

Sprawa przeciwko szpitalowi została wniesiona przez sześcioro dorosłych dzieci Fox: Paulę, Sandrę, Vanesę, Natalie, Raya i Pandraica.

Jak twierdzi RTE.ie, podczas rozprawy zeznano, że bardzo skomplikowaną operację trzustki przeprowadziło dwóch stażystów w szpitalu w Dublinie bez asysty lekarza konsultanta.

Przeprosiny zostały odczytane w sądzie, gdzie sześcioro dzieci Fredy Fox przyjęło oświadczenie w wysokości 200 tysięcy euro. Przyznano je wskutek trwającej sześć lat sprawy sądowej przeciwko szpitalowi. Ostatecznie została zawarta ugoda bez przyznania się do odpowiedzialności ze strony szpitala.

Radcy rodziny Fox powiedzieli

sądowi, że zmarła uważała, że jest „w najlepszych rękach” podczas operacji trzustki, która była przeprowadzana z racji podejrzenia raka.

Adwokat rodziny Fox powiedział, że powikłania wystąpiły w pierwszej godzinie pięciogodzinnego zabiegu chirurgicznego, a to, co nastąpiło, opisał jako – chirurgiczną katastrofę, na którą nikt nie był przygotowany. Dodał także, że pani Fox straciła 17 litrów krwi. Zatomowano krwotok, ale nastąpiło nagłe zatrzymanie krążenia.

Jak twierdzi serwis breakinnews.ie, operacja została przerwana po czterech godzinach, a pani Fox została przewieziona na oddział intensywnej terapii, gdzie później zmarła.

W oświadczeniu szpitala dodano: „Chcielibyśmy wyrazić ubolewanie nad niepokojem i żałobą, jakie spowodowała nagła śmierć pacjentki”.

Na rozprawie dotyczącej śmierci Fox usłyszano, że przyczyną



FOTO: KIERANLYNAM, FOUR COURTS, DUBLIN, WIKIPEDIA, DOMENA PUBLICZNA CC-BY-2.0

śmierci był wstrząs hipowolemiczny, który nastąpił wskutek utraty krwi.

Patolog zeznał, że nie znalazł oczywistego defektu w naruszonym naczyniu krwionośnym, ale

zauważył, że pani Fox przeszła wcześniejszą operację, bo jej pęcherzyk żółciowy został usunięty.

Poza sądem Paula Fox w imieniu rodziny powiedziała, że stracili wszelką wiarę w system

ochrony zdrowia.

Na pytanie, co oznaczają dla rodziny przeprosiny ze strony szpitala, Paula Fox odpowiedziała: – Szczerze, nic dla nas to nie znaczy. Straciliśmy naszą matkę. **NG**

R E K L A M A

JEST WIELE DRÓG WYJŚCIA Z UZALEŻNIENIA

JEDNĄ Z WIELU OPCJI SĄ GRUPY WSPARCIA

SMART Recovery®
Life beyond addiction

Jesteś osobą, która poszukuje rozwiązania?
Chcesz dowiedzieć się jak działa Program SMART RECOVERY?
TU OTRZYMASZ ODPOWIEDZI

WEBINAR

21 lutego 2024, środa godz 19.00 irl (20.00 pl)

PODCZAS SPOTKANIA:

- ✓ Zapoznasz się z koncepcją SMART
- ✓ Poznasz prowadzących spotkania
- ✓ Będzie możliwość zadawania pytań

WIĘCEJ INFORMACJI:

+353 876 494 555

+48 572 014 137

email; info@ckudublin.org

Platforma Zoom

CKU

Wypił 81 pint Guinnessa w weekend

Nie należą do rzadkości wiadomości, które wydają się zbyt dziwaczne lub skandaliczne, aby mogły okazać się prawdziwe. Tak zwane fake newsy należą już do codzienności, a każdy, zwłaszcza redaktorzy wiadomości, muszą umieć odróżnić fakty od fikcji.

Niedawno jedna nieprawdopodobna historia trafiła na nagłówki prasy irlandzkiej i zagranicznej. Brzmiała zbyt szalenie i niezbyt wiarygodnie, jednak okazała się całkowicie prawdziwa.

Podczas weekendu poprzedzającego Sylwestra trzydziestotrzyletni, mający 193 cm wzrostu mężczyzna z Kilkenny, Sean Bryan wypił łącznie 81 pint (40,5 litrów) Guinnessa w lokalnym pubie, pobijając swój poprzedni rekord – 78 pint.

Według portalu „Kilkenny Live”, Sean regularnie informował swoich obserwujących w mediach społeczno-

ściowych podczas trzydniowej próby pobicia rekordu, rozpoczętej o godz. 13:00 29 grudnia, i zakończonej



o 21:00 31 grudnia. W tym czasie osiągnął wynik 81 pint w ciągu 56 godzin.

I chociaż Sean wydał mniej niż wiele osób podczas sylwestrowego weekendu, to koszt pobicia rekordu nie był niski. 81 pint piwa kosztowało ok. 400 euro. Daje to ok. 5 euro za pintę, co jest atrakcyjną ceną w Irlandii.

Nie podano, czy Sean robił przerwy na sen w ciągu trzech dni i czy jadł, ale prawdopodobnie tak. Musiał

także odpoczywać od picia piwa, ponieważ puby nie są otwarte 24 godziny na dobę.

Sean powiedział,

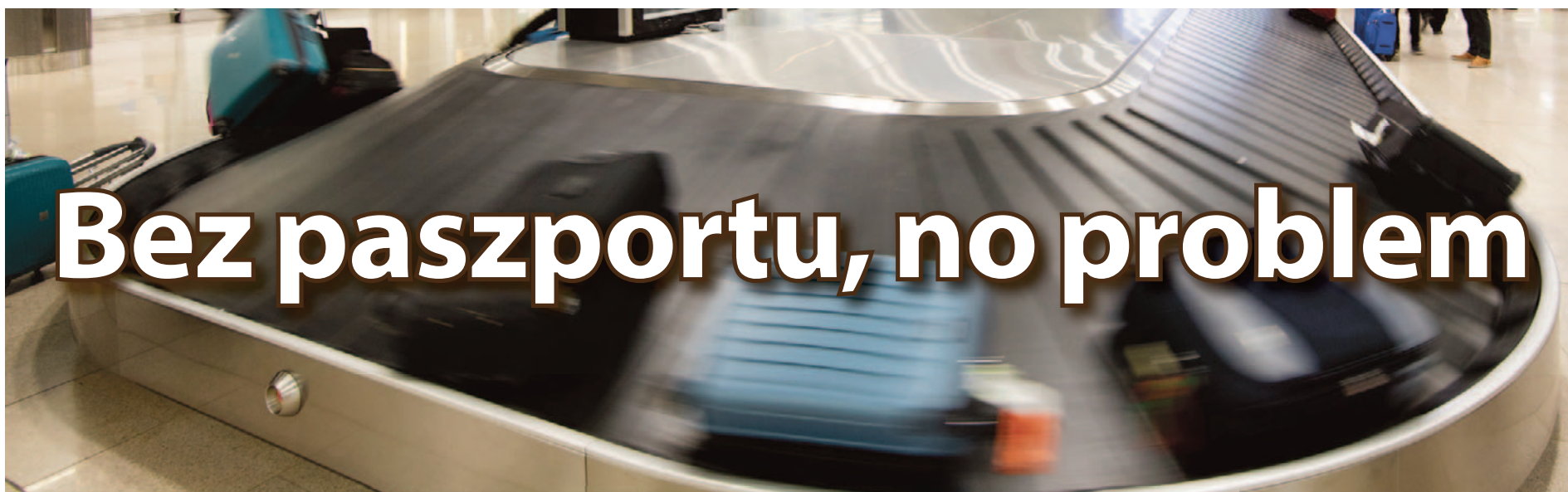
że nie miał kaca, ale przyznał się, że był „zmęczony” po spożyciu ponad 1840 g alkoholu etylowego, co daje ok. 20 g na półlitrowy kufel Guinnessa, który zawiera 4 proc. alkoholu.

Świętowanie Seana wywołało wiele dyskusji online. Komentujący aprobowali wyzwanie, potępiali je lub wprost określali jako niebezpieczne

i nieodpowiedzialne. – Zrobiłem to dla zabawy. Było to przyjemne i myślę, że jako jednorazowa akcja jest w porządku – powiedział Sean. Niemniej jednak, liczy, że nie będzie uznawany za wzór do naśladowania ze względu na swoje ekscesy związane z piciem.

W międzyczasie Sean zrezygnował z kolejnego wyzwania, odmawiając przyjęcia, którzy namawiali go do wypicia 100 pint. **NG**

FOTO: ORHUN RIZGAR OZ, PEXELS.COM



WIĘKSZOŚĆ OSÓB UBIEGAJĄCYCH SIĘ O AZYL PRZYBYŁO DO IRLANDII BEZ PASZPORTU

Prawie 70 proc. osób, które ubiegały się o międzynarodową ochronę w 2023 r., przybyło na lotnisko w Dublinie bez ważnego dokumentu tożsamości – podała Departament Sprawiedliwości. Ponad jedna trzecia wszystkich wniosków o azyl w zeszłym roku została złożona na lotnisku w stolicy Irlandii.

W ciągu 2023 r. na lotnisko w Dublinie przybyło ogółem 3 285 osób bez ważnego dokumentu tożsamości, co stanowiło 69,75 proc. wszystkich wniosków o azyl składanych w tym miejscu. Dane te nie obejmują osób uciekających przed trwającą wojną w Ukrainie.

– Prawie zawsze jest tak, że ci, którzy się pojawiają bez dokumentów, składają wnioski o azyl – powiedział rzecznik prasowy Departamentu Sprawiedliwości w programie informacyjnym RTE TV Prime Time i dodał: – Urzędnicy Departamentu Sprawiedliwości nadal aktywnie współpracują z władzami lotniska i liniami lotniczymi, aby podkreślić znaczenie posiadania przez pasażerów właściwych dokumentów.

Departament poinformował również, że Narodowe Biuro Imigracyjne Policji (Garda National Immigration Bureau) nałożyło kary w wysokości 1 476 000 euro – są to tzw. kary odpowiedzial-

ności przewoźnika. Nałożono je, ponieważ linia lotnicza przewoziła pasażerów, których dokumenty podróży były nieważne. W pierwszych jedenastu miesiącach 2023 r. kary wzrosły o ok. 34 proc. w porównaniu do 1 102 500 euro kar nałożonych w 2022 r.

Teoretycznie, niemożliwym jest wejście na międzynarodowy lot z nieważnym dowodem tożsamości – na ogół paszportem wydanym przez kraj, z którego pochodzi pasażer. Potencjalni wnioskodawcy o azyl mogą używać kradzionych lub fałszywych dokumentów, a następnie, już na pokładzie, zniszczyć je, aby nie pozostać dowodów nielegalnego działania.

Na stronie internetowej Irish Refugee Council informuje, że „niektórzy obawiają się, że jeśli okażą swój paszport po przylocie, zostaną natychmiastowo odesłani do kraju pochodzenia lub kraju, z którego wylecieli”.

Należy zauważyć, że mimo, iż używanie fałszywego paszportu lub jego zniszczenie jest nielegalne, to według Ustawy o Paszportach, podróżowanie na fałszywych dokumentach nie oznacza nieważności wniosku o ochronę międzynarodową.

Zgodnie z artykułem 13. Ustawy o Ochronie Międzynarodowej (2015) każda osoba, która przybywa do Republiki Irlandii i twierdzi, że

obawia się prześladowania lub poważnego uszczerbku na swoim zdrowiu w kraju pochodzenia, może ubiegać się o azyl.

Choć Irlandia ma prawny obowiązek rozpatrywania wniosków o azyl, również tych składanych przez osoby przybywające bez paszportu, wnioskodawcy w końcu będą musieli w końcu dostarczyć

ważne dokumenty.

Wszyscy wnioskodawcy o azyl są kierowani do Biura Ochrony Międzynarodowej, a częścią procesu składania wniosku jest pomoc An Garda Síochána w uzyskaniu odcisków palców od wnioskodawców, które są porównywane z bazą danych tych, którzy złożyli wnioski o azyl w innym

kraju Unii Europejskiej.

Wniosek może zostać odrzucony, jeśli wnioskodawca został skazany za poważne przestępstwo lub uważa się, że stanowi zagrożenie dla społeczeństwa. Zdjęcia wnioskodawców są robione w celach pozyskania danych biometrycznych.

Łączna liczba wniosków o azyl w Irlandii w 2023 r.

wyniosła 13 277, co stanowiło spadek o ok. 3 proc. w porównaniu z 2022 r. W 2023 r. pięć najczęściej wymienianych krajów, z których pochodziły osoby składające wnioski o międzynarodową ochronę, to: Nigeria (15,7 proc. wnioskodawców), Algieria, Afganistan, Somalia i Gruzja.

Radosław Kotowski

REKLAMA

Healthy Bread by Lukas

ZACZNIJ PORANEK
ze świeżym **CHLEBKIEM**

OFERUJEMY:

- ✓ chleby żytnie
- ✓ chleby pszenne
- ✓ chleby razowe
- ✓ bułki
- ✓ drożdżówki
- ✓ jagodzianki

SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI:

- ☎ Łukasz Gryczka: 089 94 60 247
- ✉ gryczka.lukasz@gmail.com
- 📍 Healthy bread by Lukas

Dostawy prosto do Twojego sklepu/domu

Zamów już dziś z wysyłką do drzwi na terenie całej Irlandii
Spróbuj, a nie zawiedziesz się!

Przygotowywanie wniosków o obywatelstwo irlandzkie



Magdalena Nowacka
– usługi doradztwa prawnego

Tel: 087-388-7618

Rząd obcina świadczenia

MNIEJSZE ŚWIADCZENIA SOCJALNE DLA NOWO PRZYBYŁYCH UCHODźCÓW Z UKRAINY

9 stycznia rząd zatwierdził nowe przepisy, które zmniejszą wysokość świadczeń socjalnych dla przyszłych uchodźców z Ukrainy przybywających do Irlandii. Zgodnie z ustawą, nowo przybyli otrzymają zasiłek w wysokości 38,80 euro tygodniowo, co stanowi znaczną różnicę względem obecnej stawki dla osób poszukujących pracy, która wynosi 232 euro tygodniowo.

Przyszłe świadczenia socjalne nie dotkną jednak, według doniesień medialnych z zeszłego miesiąca, nowo przybyłych uchodźców z Ukrainy mających dzieci, którzy wciąż będą uprawnieni do świadczenia rodzinnego w wysokości 140 euro miesięcznie na każde dziecko.

Oprócz obniżenia świadczeń socjalnych, ministrowie zgodzili się na wprowadzenie limitu 90 dni pobytu w zakwaterowaniu państwowym dla nowo przybyłych. Jednak rodzi to pytanie, co stanie się po zakończeniu 90-



FOTO: FREEPIK

dniowego okresu? Czy rząd eksmituje uchodźców z zakwaterowania dostarczanego przez państwo? W jaki sposób uchodźcy z Ukrainy o niewielkich lub żadnych zasobach finansowych znajdą zakwaterowanie na prywatnym rynku wynajmu?

Zgodnie z ustawą, osoby otrzymujące nowy tygodniowy zasiłek będą zobowiązane współpracować z Publicznymi Służbami Zatrudnienia Departamentu Ochrony Społecznej (Intreo), gdzie otrzymają szkolenie i wsparcie w zakresie umiejętności, które mają po-

móc w znalezieniu zatrudnienia.

Zmiany nie dotkną ponad 100 tysięcy uchodźców z Ukrainy już przebywających w Irlandii. Ustawa ma wejść w życie pod koniec stycznia, chociaż dokładna data jeszcze nie została ogłoszona.

Minister Integracji, Roderic

O'Gorman, powiedział, że zmiany doprowadzą do dostosowania poziomu świadczeń socjalnych i innych form wsparcia oferowanych przez Irlandię do poziomu w innych krajach UE.

Rząd uważa, że zmiany spowodują spadek liczby Ukraińców przybywających do Irlandii z tzw. krajów wtórnych UE. Niektórzy uchodźcy przenoszą się z nich do Irlandii z powodu bardziej hojnych świadczeń socjalnych i innych korzyści.

Jednak łatwo można sobie wyobrazić sprzeciw uchodźców, który może być zgłoszony przeciwko rządowi po wprowadzeniu tych zmian. Możliwym jest, że zostanie przedstawiony argument prawny, zgodnie z którym taki podwójny system świadczeń socjalnych oferowany przez państwo jest dyskryminujący wobec wszystkich przyszłych uchodźców z Ukrainy przybywających do Irlandii, bez względu na to, czy przyjechali bezpośrednio z Ukrainy, czy przenieśli się do Irlandii po wcześniejszym pobycie w innym kraju.

Krystyna Zielińska

REKLAMA

RADIO CENZURA

Zjednoczeni w walce o lepsze jutro
słuchajmy Radia Cenzura

CHWYĆ ZA STER

ZBUDUJMY RAZEM
NOWĄ PRZESTRZEŃ
RADIOWĄ

www.radiocenzura.pl

f i g

REKLAMA

Zmęczony? Płacisz i nic?

Pozwól nam dotrzeć
do Twoich klientów
Sprawdź nas!



**social
media**

Spotkanie Instruktorskie Związku Harcerstwa Polskiego w Irlandii

W dniach 13-14 stycznia 2024 odbyła się Konferencja Instruktorska Okręgu ZHP Irlandia oraz Rada Hufca ZHP „Bieszczady” w Irlandii podczas której instruktorzy i instruktorzy dyskutowali na ważne tematy dotyczące działalności Związku Harcerstwa Polskiego w Irlandii.

Między innymi poruszane były tematy dotyczące wielojęzyczności i wielokulturowości uczestników zastępów, różnorodności i zapewnieniu inkluzywności w taki sposób, aby praca z dziećmi i młodzieżą dawała wszystkim poczucie komfortu i radości z przynależności do polskiego harcerstwa.

Ważnym tematem była również przyszłość i roz-

wój środowiska harcerskiego w Irlandii, aby możliwie jeszcze bardziej docierać do małych społeczności i dawać możliwość bycia częścią naszej organizacji, a kadry dać możliwości rozwoju.

Podczas Rady Hufca dyskutowano z drużynowymi o wielu bieżących sprawach, między innymi przygotowaniach do Światowego zlotu ZHP

w Stanach Zjednoczonych oraz Akcji Letniej w Irlandii.

Osoby zainteresowane zapisem dziecka do zuchów lub harcerzy w Irlandii, mogą znaleźć więcej informacji: w jakim regionie i nt. prowadzonej działalności na stronie organizacji: zhp.ie. NG



REKLAMA

Community Law & Mediation



W celu uzyskania poufnej i bezpłatnej porady prawnej skontaktuj się z Community Law & Mediation pod numerem telefonu 01 847 7804.

Nasi eksperci prawni są do Twojej dyspozycji i świadczą usługi doradztwa i rzecznictwa w wielu dziedzinach, w tym:

Zatrudnienie
Mieszkalnictwo
Opieka socjalna
Prawo rodzinne
Sprawiedliwość ekologiczna

Jako niezależna organizacja non-profit angażujemy się we wspieranie ludzi ze wszystkich środowisk. Rozmowy są prowadzone w języku angielskim, ale można mieć przy sobie tłumacza.

Skontaktuj się z nami: 01 847 7804

FOTO: FACEBOOK.COM/COMMUNITYLAWMEDIATION

REKLAMA

3406_DU

POLSKA BIBLIOTEKA "BIBLARY" W DUBLINIE

OGLASZA KONKURS POETYCKI

NA "NAJPIĘKNIEJSZY WIERSZ MIŁOSNY"

W RAMACH VIII EDYCJI WALENTYNEKLITERACKICH

Konkurs dotyczy tylko osób zamieszkałych w Irlandii.

Wiersze (max. 3) prosimy nadsyłać na adres mailowy: julitejaroszuk@gmail.com w terminie do 11 lutego 2024

Konkurs jest skierowany do młodzieży i dorosłych od 14 roku życia

Na zwycięzców czekają atrakcyjne nagrody 🎁

bibлары

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

3409_DU

Warsztaty rozwojowe z cyklu
"Między nami kobietami"

Nigdy nie jest za późno

Wysokie poczucie własnej wartości nie jest podarunkiem, zatem od czego zależy poczucie własnej wartości i co na nie wpływa?

Jak budować poczucie własnej wartości? Czy poczucie własnej wartości jest szacunkiem do samej siebie? Przyjdź i dowiedz się od czego zacząć.

Zapraszam Ciebie do wspólnego dialogu, refleksji i poszukiwania odpowiedzi. Bądźmy dla siebie wsparciem, inspiracją i dzielimy się kobiecą mocą.

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się on-line na żywo.

Piątek: 26 stycznia 2024

godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu;
20:00-21:30 polskiego czasu.

Liczba miejsc ograniczona!

Zapisy i więcej informacji dotyczących możliwości uczestnictwa w warsztacie:
email: info@ckudublin.org; tel. +353 860861018 lub +353 876494555



Znajdź nas:



Kursy „Polak w Irlandii” Odkryj klucz do sukcesu!

Zdobądź niezbędną wiedzę i osiągnij pełny potencjał na Zielonej Wyspie. Jeśli marzysz o udanym życiu lub pracy w Irlandii to autorski Kurs „Polak w Irlandii”, stworzony przez Agnieszkę Mazur, Legal Executive w Kancelarii prawnej w Dublinie, coucha i kobietę biznesu, mieszkającą z rodziną w Irlandii od kilkunastu lat – z pewnością jest dla Ciebie.

Kurs „Polak w Irlandii” zawiera kompleksowy program szkoleniowy i dostarcza niezbędnej wiedzy na temat życia w Irlandii. Zyskasz konkretne informacje, takie jak:

✓ Jak znaleźć pracę w Irlandii; dowiesz się, jak skutecznie szukać pracy, dostosować CV do lokalnych standardów

i pozyskać informacje o rynku pracy.

✓ Rola Prawnika i Tłumacza

w czasach kryzysu mieszkaniowego: odkryjesz strategię na radzenie sobie z trudnościami na rynku mieszkaniowym. ✓ Miejsca warte odwiedzenia: otrzymasz wskazówki, co do miejsc warty odwiedzenia na Zielonej Wyspie.

Jakie korzyści odniesiesz po ukończeniu kursu?

1) Ograniczysz stres związany z przeprowadzką.
2) Skrócisz czas poszukiwania pracy i mieszkania.
3) Unikniesz błędów i problemów prawnych.
4) Odkryjesz niezapomniane miejsca w Irlandii.

Kurs zawiera również 5 dodatkowych Bonusów. Dowiedz się więcej na: www.polakwirlanii.pl lub zapisz się na webinar na stronie FB: Polak w Irlandii.



KONSULTACJA PRAWNA KONSULTACJA Z DORADCĄ PODATKOWYM KONSULTACJA Z EKSPERTEM DS. UBEZPIECZEŃ 11 MODUŁÓW KONKRETNEJ WIEDZY

Odbierz dostęp teraz

✓ Jak znaleźć mieszkanie w Irlandii; zrozumiemy, dlaczego warto skorzystać z ich usług oraz jak założyć własną firmę w Irlandii.

✓ Jak znaleźć mieszkanie

wych Bonusów. Dowiedz się więcej na: www.polakwirlanii.pl lub zapisz się na webinar na stronie FB: Polak w Irlandii.

NG

32. Finał WOŚP w Szkole SEN

Już 27 stycznia w godzinach 14:45 – 17:00 w sali teatralnej New Cross College, jak co roku dołączamy jako szkoła do ogólnoswiatowego grania na rzecz Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.

Harmonogram dnia:

Konferansjerem, który poprowadzi dla nas 32. Finał będzie Janek Wolańczyk – Stand-Up!

♥ 14:50 – 15:10 Koncert zespołu Rock'n'grants! Kto brał udział w zeszłorocznym finale wie, jak chłopaki potrafią rozgrzać scenę do czerwoności, wykonując polskie i zagraniczne przeboje!

♥ 14:50 – 16:50 Loteria

♥ 15:15 Licytacja – pierwsza licytacja tego dnia, którą poprowadzi Tomasz Majewski, tegoroczny gość specjalny. Tomasz Majewskiego fanom sportu nie trzeba przedstawiać, to polski lekkoatleta specjalizujący się w pchnięciu kulą. Czterokrotny uczestnik igrzysk olimpijskich, złoty medalista w 2008 i 2012. Stawał na podium mistrzostw świata i Europy. Dziewięciokrotny (na stadionie i w hali) rekordzista Polski.

♥ 15:40 Zumba, poprowadzi Karolina Biela – Fitness Professional

♥ 16:00 Licytacja 2.

♥ 16:30 Pokaz walki Wikingów

Ulfhednar Hird Ireland

♥ 16:50 finał Loterii WOŚP

♥ 17:00 Światelko do nieba

Atrakcje:

♥ Marcin Wilk – warsztaty z pierwszej pomocy
♥ Magdalena Wilk – warsztaty wiązania węzłów żeglarskich,
♥ Kącika malucha – malowanie buziek, baloniki, klub plastyczny prowadzi Aneta Tajkowska,

♥ Kawiarenka SEN – pyszna kawa i herbata, słodkości

♥ Sklepik SEN – hot dogi, pizza i inne

♥ ZHP Dublin – harcerska grochówka za wrzut do puszeki

♥ Grill w środku zimy – Zarząd i Rada rodziców, sponsorem jest hurtownia Goltfood

♥ Foto ramka do zdjęć, gdzie każdy może zrobić sobie zdjęcie i mieć pamiątkę z 32. Finału!

♥ Klub Chemika SEN – wielkie

bańki mydlane

♥ Doradztwo prawne – Wojtek Kornaga (spadki i dziedziczenia,

♥ Doradztwo finansowe – Finance First,



♥ Pokaz Thermomixa – Sylwia Zwierzynska

♥ Wirtualne skoki spadochronowe – Irish Parachute Club

♥ Loteria WOŚP - każdy los

wygrywa – sponsor Finance First

Photography – wartość €160;

♥ PM Beauty Master: voucher na STYMULATOR wartość €180,

♥ Your Laser Care: voucher na

laserowe usuwanie owłosienia

Nagrody główne w loterii:

♥ Podwójna wejściówka na koncert Happysad – sponsor Alternative 4

♥ Pojedyncza wejściówka na koncert Czesława Mozila (sponsor koncerty.ie)

♥ Voucher na 4 dowolne kebab – sponsor Kebab House przy Moore Street Shopping Mall

♥ Voucher na tort od Agnes Sweet Kitchen

Licytacja Voucherów:

♥ Klaudia Rydz Online Coaching: 2 x voucher na 8 tyg. kurs Body Transformation o wartości €360;

♥ Rodzinna sesja zdjęciowa – Happy Memories

o wartości €200;

♥ Iwona Olejarz Inteligentne Projektowanie Wnętrz: voucher o wartości €249 na koncepcyjny projekt wnętrza;

♥ COLOR CHIC: voucher na keratynowe prostowanie włosów o wartości €170

♥ Catherine – Holistic Massages, Beauties and Therapies: voucher na Mikrodermabrazję wodną, Hydrifacial i masaż Kobido: wartość €150

♥ Alternative 4 przekazał: voucher dla dwóch osób na 123 Stand Up (Bartosz Zalewski, Paulina Potocka, Bartosz Walos) 23.03 w Dublinie;

♥ koncerty.ie przekazał: pojedyncze zaproszenie na koncert Katarzyny Nosowskiej; pojedyncze zaproszenie na koncert Czesława Mozila; pojedyncze zaproszenie na koncert zespołu Myslovitz;

♥ zaprzyjaźniony ze szkołą detektyw z Gardy przekazał naszywkę i gadżety;

♥ Magdalena Marciak: tomik poezji – wartość – bezcenna

♥ Karol Koszorz – tomik poezji – wartość – bezcenna

♥ Klub Chemika Marek Świątkowski: 2 zestawy chemika.

♥ Nasza Gazeta w Irlandii: voucher na reklamę na 1/4 strony

Patronat medialny: Twoje Radio Dublin; Magazyn MIR; Nasza Gazeta Sie ma i do zobaczenia 27 stycznia!

SEN, materiały prasowe

REKLAMA

OSIĄGNIJ PEŁNY POTENCJAŁ NA ZIELONEJ WYSPIE

POLAK W IRLANDII

OSIĄGNIJ PEŁNY POTENCJAŁ NA ZIELONEJ WYSPIE

POLAK W IRLANDII

UZYSKAJ DOSTĘP DO PLATFORMY KURSU ORAZ BONUSÓW

Odbierz dostęp teraz

KONSULTACJA PRAWNA | KONSULTACJA Z DORADCĄ PODATKOWYM |
KONSULTACJA Z EKSPERTEM DS. UBEZPIECZEŃ | 11 MODUŁÓW
KONKRETNEJ WIEDZY

REKLAMA

Grupa wsparcia dla absolwentów terapii uzależnień z cyklu "POMOC"

Zaopiekuj się swoimi potrzebami na dzisiaj i przyjdź po-MOC

Pokora i wdzięczność

Czym jest i do czego nam się w życiu przydaje?

Kiedy? -31 stycznia 2024

Spotkania odbywają się **on-line na żywo** w każdą ostatnią środę miesiąca
godz.: 19:00-20:30 irlandzkiego czasu
20:00-21:30 polskiego czasu

Opiekun grupy: Tomasz Nawrocki
Prowadząca: Mariola Mastek
certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień

Graduate's Group

Zapraszamy Ciebie do wspólnego dzielenia się doświadczeniami. Bądźmy dla siebie wsparciem i nadzieją.

Mariola i Tomek

UDZIAŁ W GRUPIE JEST BEZPŁATNY. ZAREZERWUJ SWOJE MIEJSCE!

Więcej informacji I ZAPISY: tel. +353 876494555; +353 860861018
e-mail: info@ckudublin.org

Znajdź nas na:

Wystawa „Obrazów Malowanych Sercem”

13 stycznia br. w bibliotece County Library w Tallaght odbył się wernisaż „Obrazów Malowanych Sercem”. Na wystawie zobaczyć można dzieła stworzone przez szesnaście kobiet podczas prowadzonych przez mnie warsztatów malowania intuicyjnego Vedic Art i Yoni. Wystawa potrwa do 27 stycznia 2024 r.

Podczas warsztatu Vedic Art przechodzimy 17 zasad-tematów, które usuwają blokady, przynoszą odpowiedzi i otwierają nas na to, co najlepsze. To piękna praca dla ludzi w każdym wieku.

Jeśli kochasz malować, ta metoda jest dla Ciebie. Tym bardziej powinieneś się do niej

przekonać, jeśli masz wewnętrzne blokujące przekonanie, że nie potrafisz malować. Wystarczy, że otworzysz serce i z zaufaniem oraz ciekawością zrobisz pierwszy krok.

Każda z uczestniczek przeszła osobistą podróż, w trakcie której pokonała własne granice. Wspólna wystawa była jednym z moich marzeń i uhonorowaniem wspólnego procesu. Jest laurką dla tych, które porzuciły przekonanie, że nie potrafią i odważyły się wyjść ze swoją odwagą i indywidualnością do świata.

Metoda intuicyjna polega na tworzeniu obrazów bez określonego planu, ale za to z wykorzystaniem własnej intuicji i uczuć. Każda z nas miała duży wkład w organizację wystawy. Całe wydarzenie stworzyliśmy

wspólnie. Zaangażowanie, radość, czasem różnice zdań dały piękny efekt.

Wspaniale było usłyszeć, w jaki sposób różne osoby interpretują i wyrażają swoje wewnętrzne emocje odbierając naszą sztukę.

Jak mawiał sam twórca metody, Curt Källman – „Piękno jest w oku patrzącego”.

Zaprezentowałyśmy swoje prace publiczności, odpowiadając na pytania dotyczące inspiracji i techniki. Miałyśmy też okazję podzielić się swoimi emocjami związanymi z tworzeniem.

Wernisaże obrazów intuicyjnych cieszą się coraz większą popularnością, zwłaszcza wśród osób zainteresowanych sztuką i samorozwojem. Dają one możliwość zanurzenia się w świecie wyobraźni

i kreatywności, a także doświadczenia artystycznego procesu twórczego.

Malowanie intuicyjne pozwala wyrażać się w sposób autentyczny i szczerzy. Ostatecznie, celem tej metody jest stworzenie obrazów, które łączą artystyczną technikę z głębszym przesłaniem emocjonalnym. To czysty proces twórczy, który pozwala wyjść poza ograniczenia umysłu i przeżyć wewnętrzną podróż do odkrywania i wyrażania siebie.

Wzruszona, wdzięczna i dumna gratuluję wszystkim uczestniczkom.

W naszym imieniu dziękuję tym, którzy byli z nami podczas wernisażu – każdemu, kto dmucha w nasze skrzydła.

**Maja Berkano
Radio Cenzura**



Podpowiadamy, doradzamy

Injuries Resolution Board

Wnosząc o odszkodowanie i ustalenie jego wysokości możesz bezpośrednio sam zwrócić się do Komisji ds. Rozstrzygnięcia Urazów (Injuries Resolution Board), lub zrobić to za pośrednictwem kancelarii prawnej specjalizującej się w uzyskiwaniu odszkodowania. W poprzednich tygodniach pisaliśmy o tym, co taki wniosek powinien zawierać, w jaki sposób go złożyć i w jaki sposób oceniane są rozstrzygnięcia.

Kwoty odszkodowania

Kwoty odszkodowania za obrażenia są określone w Wytycznych dotyczących obrażeń ciała. Komisja ds. Rozstrzygnięcia Urazów może odstąpić od tych wytycznych, ale musi podać powody, dla których to robi.

Przyjęcie lub odrzucenie przyznanego odszkodowania

Zarówno poszkodowany jak i pozwany otrzymają powiadomienie o ocenie, które określa kwotę odszkodowania. Poszkodowany ma wtedy 28 dni na podjęcie decyzji, czy przyjąć je, czy odrzucić.

Jeśli się zgodzi, musi potwierdzić to na piśmie Komisi-

ji, jeśli nie odpowie w ciągu 28 dni, przyjmuje się, że poszkodowany propozycję oceny i kwotę odszkodowania odrzucił.

Pozwany natomiast ma 21 dni na przyjęcie lub odrzucenie oceny. Jeśli nie udzieli odpowiedzi w tym terminie, uważa się, że ją zaakceptował.

Obie strony akceptują ocenę Komisji

Jeżeli obie strony zaakceptują ocenę, Komisja ds. Rozstrzygnięcia Urazów wystawi pozwanej Nakaz zapłaty, na podstawie którego pozwany ma zapłacić kwotę zasądzoną na pokrycie roszczenia.

Każda ze stron odrzuca ocenę Komisji

W tym przypadku, Komisja ds. Rozstrzygnięcia Urazów wyda obu stronom upoważnienie umożliwiające skierowanie roszczenia do sądu.

Kierowanie sprawy do sądu

Można skierować sprawę do sądu, jeżeli:

- pozwany nie zgadza się z oceną roszczenia przez Komisję ds. Rozstrzygnięcia Urazów;
- Pozwany nie zgadza się z wysokością odszkodowania;
- Poszkodowany nie zgadza się z kwotą odszkodowania;

Zanim wniesiesz sprawę do sądu, powinieneś zasięgnąć porady prawnej.

W przypadku, jeśli sąd przyzna poszkodowanemu niższą kwotę niż przyznała Komisja, zazwyczaj wtedy będzie musiał on pokryć koszty prawne pozwanego oraz swoje własne.

W ramach programu odzyskiwania niektórych świadczeń i pomocy Departament Ochrony Socjalnej może odzyskać wartość niektórych świadczeń opieki społecznej związanych z chorobą z przynależnych odszkodowań. Świadczenie podlega zwrotowi od wypłacającego odszkodowanie, a nie od poszkodowanego.

Koszty prawne

W sprawach cywilnych sąd zazwyczaj przyznaje koszty osobie, która wygra sprawę. Oznacza to, że jeśli twoja sprawa zakończy się sukcesem, sąd nakaze pozwanemu pokrycie kosztów obsługi prawnej. Istnieją pewne wyjątki od tej zasady w przypadku obrażeń ciała.

Nawet jeśli wygrasz, zazwyczaj nadal pokryjesz koszty pozwanego, jeżeli:

- zwróciłeś się do sądu, ponieważ nie zgadzałeś się z kwotą odszkodowania przyznanego przez Komisję ds. Rozstrzygnięcia Urazów oraz
- sąd przyznaje kwotę niższą niż ta kwota przyznana przez Komisję.

CZ. 3



FOTO: FREEPIK

- pozwany zgodził się z kwotą oraz
- sąd przyznaje kwotę niższą niż ta kwota przyznana przez Komisję.

Możesz także zostać obciążony kosztami, jeśli nie zastosujesz się do żądań Komisji ds. Rozstrzygnięcia urazów, np. nie dostarczyłeś informacji, o które prosiła Komisja czy nie brałeś udziału w badaniu lekarskim Komisji.

Jeśli nie poinformowałeś pozwanego o zamiarze wniesienia sprawy o odszkodowa-

nie za obrażenia ciała w ciągu jednego miesiąca od wypadku, może to również mieć wpływ na twoje roszczenie o zwrot kosztów prawnych.

Oplaty

Oплата za złożenie wniosku do Komisji ds. Rozstrzygnięcia Urazów o odszkodowanie za obrażenia ciała wynosi:

- 45 euro w przypadku wniosków złożonych za pomocą formularza zgłoszeniowego online,
- 90 euro za formularze roszczeń przesłane pocztą lub e-mailem.

Jeżeli zgłoszono przeciwko tobie roszczenie i zgadzasz się, aby Komisja ds. Rozstrzygnięcia Urazów oceniła je, musisz uiścić opłatę w wysokości 1050 euro.

Więcej informacji na temat składania roszczeń można znaleźć w Przewodniku dla osób zgłaszających szkody wydanym przez Radę ds. rozstrzygnięcia szkód (www.piab.ie/en/the-claims-process/piab_claimant_guide.pdf) lub na stronie Komisji: www.piab.ie.

Opr. NG na podst. mat. Citizens Information

Długie dojazdy do pracy a zdrowie psychiczne



FOTO: FREEPIK

Czas dojazdów do pracy, jeśli zajmuje dłużej niż godzinę, jest istotnie powiązany z nasileniem objawów depresyjnych – tak wykazali koreańscy naukowcy. Osoby, których droga do pracy zajmowała ponad godzinę, częściej wykazywały objawy depresji. Zdaniem ekspertów optymalna jest sytuacja, w której czas dotarcia do pracy zamyka się w 30 minutach i towarzyszy mu aktywność fizyczna. Naukowcy wzięli na celownik pracowników w Korei Południowej. To kraj, w którym występuje z jednej strony najdłuższy średni czas dojazdu do pracy, a z drugiej – największe nasilenie objawów depresyjnych wśród krajów OECD.

Na podstawie danych z Koreańskiego

Badania Warunków Pracy, w którym wzięło udział prawie 23,5 tys. pracowników w wieku od 20 do 59 lat, naukowcy przeanalizowali powiązania między czasem dojazdów do pracy, objawami depresyjnymi i zmiennymi towarzyszącymi, takimi jak płeć, wiek, wykształcenie, dochód, region, stan cywilny, posiadanie dzieci, zawód, tygodniowy czas pracy i występowanie pracy zmianowej.

– Związek między długim czasem dojazdu a depresją był szczególnie widoczny u nieżonatych mężczyzn, mężczyzn bezdzietnych, pracujących przez wiele godzin dziennie oraz kobiet wielodzietnych i pracujących w systemie zmianowym – mówi Dong-Wook Lee, specjalista medycyny pracy i medycyny środowiskowej z Inha University Hospital w Inczhon w Korei Południowej.

Osoby, które dziennie przeznaczają ponad 60 min na dojazd do pracy w jedną stronę, są o 1,16 raza bardziej skłonne do wykazywania objawów depresji w porównaniu do osób, których czas dojazdu wynosi mniej niż 30 min.

Wyniki badań Koreańczyków potwierdzają obserwacje dokonane wcześniej w krajach Ameryki Łacińskiej i w Wielkiej Brytanii. W pierwszym badaniu wykorzystano dane pierwsi 13 tys. osób z 11 miast.

W drugim zaś niemal 5,5 tys. uczestników z brytyjskiej bazy Biobanku. Oba wykazały zależność między występowaniem i nasileniem objawów depresyjnych u osób, których czas dojazdu do pracy był długi.

– Długa droga do pracy może być źródłem stresu psychicznego i fizycznego. Nie tylko zajmuje ona czas, ale także ogranicza czas, jaki możemy przeznaczyć na zainteresowania i inne aktywności, które sprzyjają rozładowywaniu stresu i regeneracji organizmu. Nasze badanie sugeruje, że długi czas dojazdu do pracy może również prowadzić do zaburzenia równowagi między pracą a życiem osobistym, akumulacji stresu i zmniejszonej odporności psychicznej – wymienia badacz.

Średni czas dojazdu w Korei Południowej wynosi natomiast 101 min dziennie i jest najwyższy wśród krajów OECD. Dla przykładu w Szwecji droga do pracy zajmuje średnio 18 min, w Stanach Zjednoczonych 21 min, Wielkiej Brytanii 22 min, a w Japonii – 40 min. Jak wynika z danych Eurostatu za 2019 rok, w UE-27 średni czas dojazdu do pracy to 25 min. W Polsce był on o minutę krótszy.

Zdaniem ekspertów optymalny czas dojazdu do pracy wynosi do 30 min. Może być to korzystne dla zdrowia, zwłaszcza gdy przemieszczaniu się do miejsca zatrudnienia towarzyszy aktywność fizyczna, nawet taka jak zwykły spacer przez park. Nie zawsze jednak jest to możliwe.

Naukowiec w swojej pracy przytacza

również dane, że Korea Południowa jest też znana jako kraj o najwyższej wśród państw OECD częstości występowania depresji. Według WHO to najpoważniejszy problem zdrowia psychicznego na świecie. Zmagają się z nią 3,8 proc. całej populacji, czyli ok. 280 mln ludzi.

– Ograniczenie czasu dojazdu jest kluczowym celem, który można osiągnąć dzięki takim rozwiązaniom jak ulepszenie transportu publicznego i strategii dotyczące rozkładu miejsc pracy i obszarów mieszkalnych w ich pobliżu. Praca zdalna jest kolejną możliwością, jednak ma ona również wpływ na zdrowie. Oprócz tego istotne znaczenie mają strategie wspierające równowagę między życiem zawodowym a rodzinnym, szczególnie dla kobiet, które często łączą pracę z obowiązkami rodzinnymi – wymienia Dong-Wook Lee.

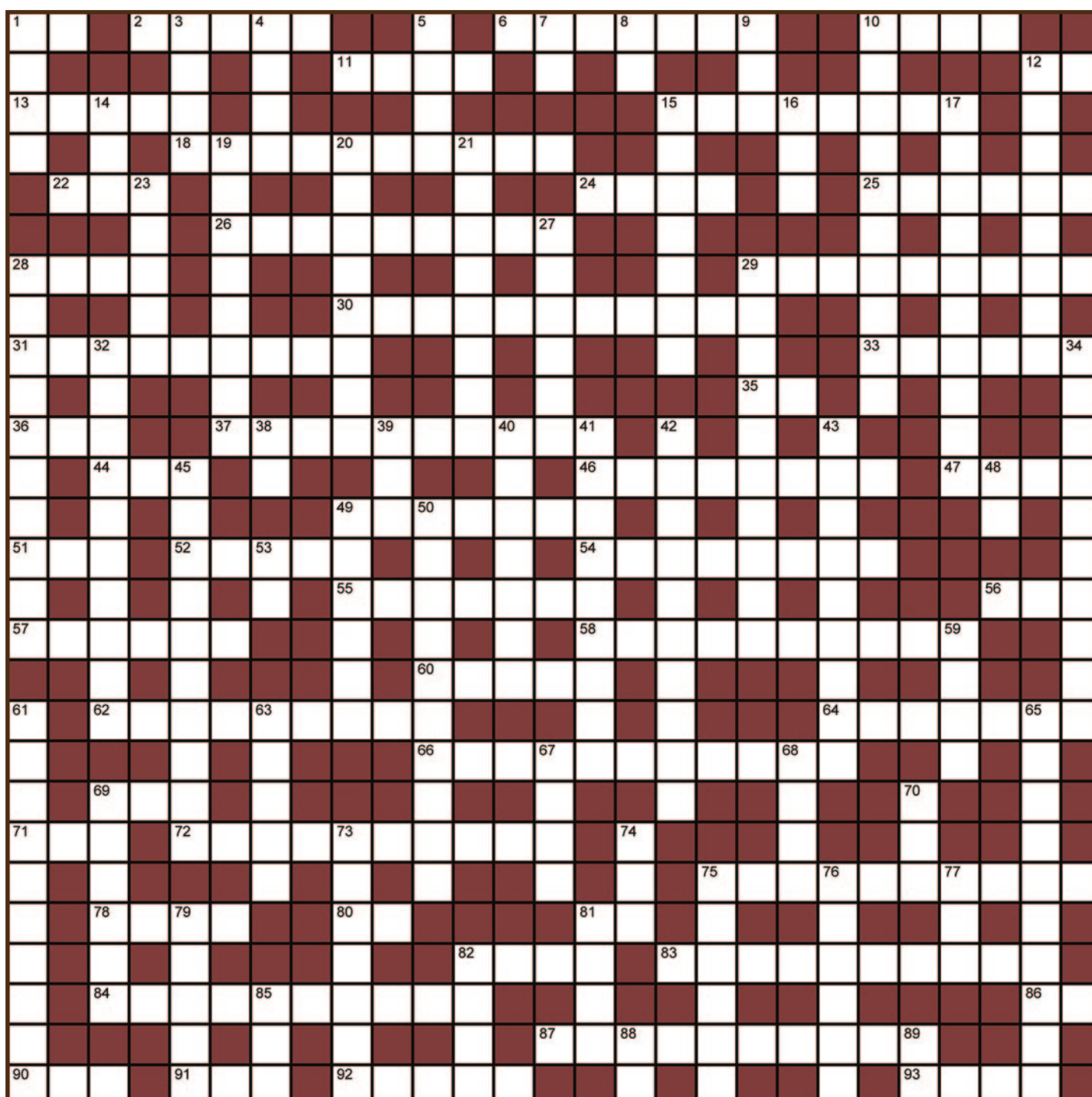
Z badania „Polacy o dojazdach do pracy” przeprowadzonych przez LeasingTeam Group wynika, że dla ponad 80 proc. dojazd do miejsca zatrudnienia ma kluczowe znaczenie i wpływa na decyzję o przyjęciu oferty pracy. Ponad połowa przyznaje, że zaczęłaby się rozglądać za nowym pracodawcą w przypadku nagłej zmiany warunków dojazdu, spowodowanej np. przeniesieniem siedziby firmy, długotrwałym remontem arterii komunikacyjnej czy zmianą częstotliwości kursowania komunikacji publicznej. Co piąta z tej grupy osób zrobiłaby to bez wahania.

Newseria

KRZYŻÓWKA

Poziomo

- 1 jednostka masy
- 2 Edward (1863-1944), malarz norweski
- 6 pochowanie zwłok
- 10 obszar zamieszkały przez Elamitów
- 11 sir Christopher (1632-1723), ang. architekt
- 12 jednostka jasności powierzchni (stilb)
- 13 urzędowy dekret papieski
- 15 rodzaj szkła
- 18 zgliszcze
- 22 roślina ozdobna
- 24 olejek aromatyczny
- 25 złota moneta hiszpańska
- 26 staroż. stopa wierszowa
- 28 Helmut (ur. 1930), były kanclerz Niemiec
- 29 mieszkańcy Archipelagu Malajskiego
- 30 daw. jadalnia
- 31 czynny wulkan w Nowej Zelandii
- 33 ośrodek wydobycia rud miedzi w Turcji
- 35 jedn. natężenia pola magnetycznego
- 36 niedopałek papierosa
- 37 przyrząd samopiszący
- 44 rzeka we Francji
- 46 przyrząd do usuwania migdałów
- 47 Jan de (1625-1672), holen. mąż stanu
- 49 osłona od deszczu
- 51 długi skok
- 52 jezioro na granicy Zairu i Zambii
- 54 miasto na Cyprze
- 55 brazylijski mieszaniec Indian i białych
- 56 łac. witaj, bądź pozdrowiony!
- 57 zaufanie
- 58 boh. „Gargantua i Pantagruel” F. Rabelais'go
- 60 gatunek plastugi
- 62 widok okolicy
- 64 ciasto z jabłkami
- 66 bałagan, nieład
- 69 wyraz smutku lub żalu
- 71 bibl. pramatka;
- 72 austriacki karabin powtarzalny
- 75 bylina ozdobna
- 78 staroż. osada w Iraku
- 80 komputer osobisty
- 81 rodzaj mułu jeziornego
- 82 Fritz von (1848-1911), malarz niemiecki
- 83 typ krajobrazu
- 84 wł. żandarm
- 86 compact disc
- 87 daw. dusigrosz, sknera
- 90 miasto w Nigerii
- 91 kilkuwiosłowa łódź okrętowa
- 92 zwój, walek
- 93 sylaba, na którą pada akcent



Pionowo

- 1 największy wulkan w Tanzanii
- 3 syrop z cukru
- 4 stożkowa zatyczka
- 5 rzeka i miasto w Finlandii
- 7 jedn. oporu elektrycznego
- 8 odczynnik krwi
- 9 chłopiec do posług, na posyłki
- 10 zewnętrzna warstwa cytoplazmy
- 12 Anna (ur. 1927), aktorka grecka
- 14 miasto w Nigerii; miasto w Holandii
- 15 gr. poetka liryczna
- 16 dynastia chińska
- 17 lepidodendron; drzewo kopalne
- 19 strzał raniący zwierza
- 20 organizmy dobrze znoszące wahania czynników środowiskowych
- 21 błyszcząca tkanina jedwabna
- 23 zobowiązanie, obowiązek
- 27 wada powierzchni odlewu
- 28 duży port w Japonii (Kiusiu)
- 29 historyczna dzielnica Polski
- 32 rodzaj rękawiczki
- 34 stadium larwalne ryb węgorzokształtnych
- 38 kilobajt
- 39 liga koszykówki w USA
- 40 rozwidlona gałąź
- 41 Gabriele (1523-1562), anatom włoski
- 42 robaczycza
- 43 fontanna
- 45 indyjska wyspa koralowa
- 48 skała osadowa
- 49 czara
- 50 roślina zielna
- 53 asyryjski bóg słodkiej wody
- 59 Max (1879-1960), fizyk niem., noblista
- 61 miniatura fortepianowa
- 63 postać stojąca w pozie modlitewnej
- 65 erozja lodowcowa
- 67 język skryptów na stronach www
- 68 bajkopisarz grecki
- 69 członek sądu
- 70 język drawidyjski
- 73 daw. burdel
- 74 cnotliwy, szlachetny, prawy, dostojny
- 75 król Wizygotów
- 76 nieproszony gość, natręt
- 77 ogród owocowy
- 79 1. źródło; 2. miejscowość kuracyjna
- 81 rzeka w Indonezji
- 82 powab, czar
- 85 cierpienie, smutek
- 88 typ chińskiego wiersza
- 89 boh. „Emigrantów” S. Mrożka

SUDOKU

łatwe ▼

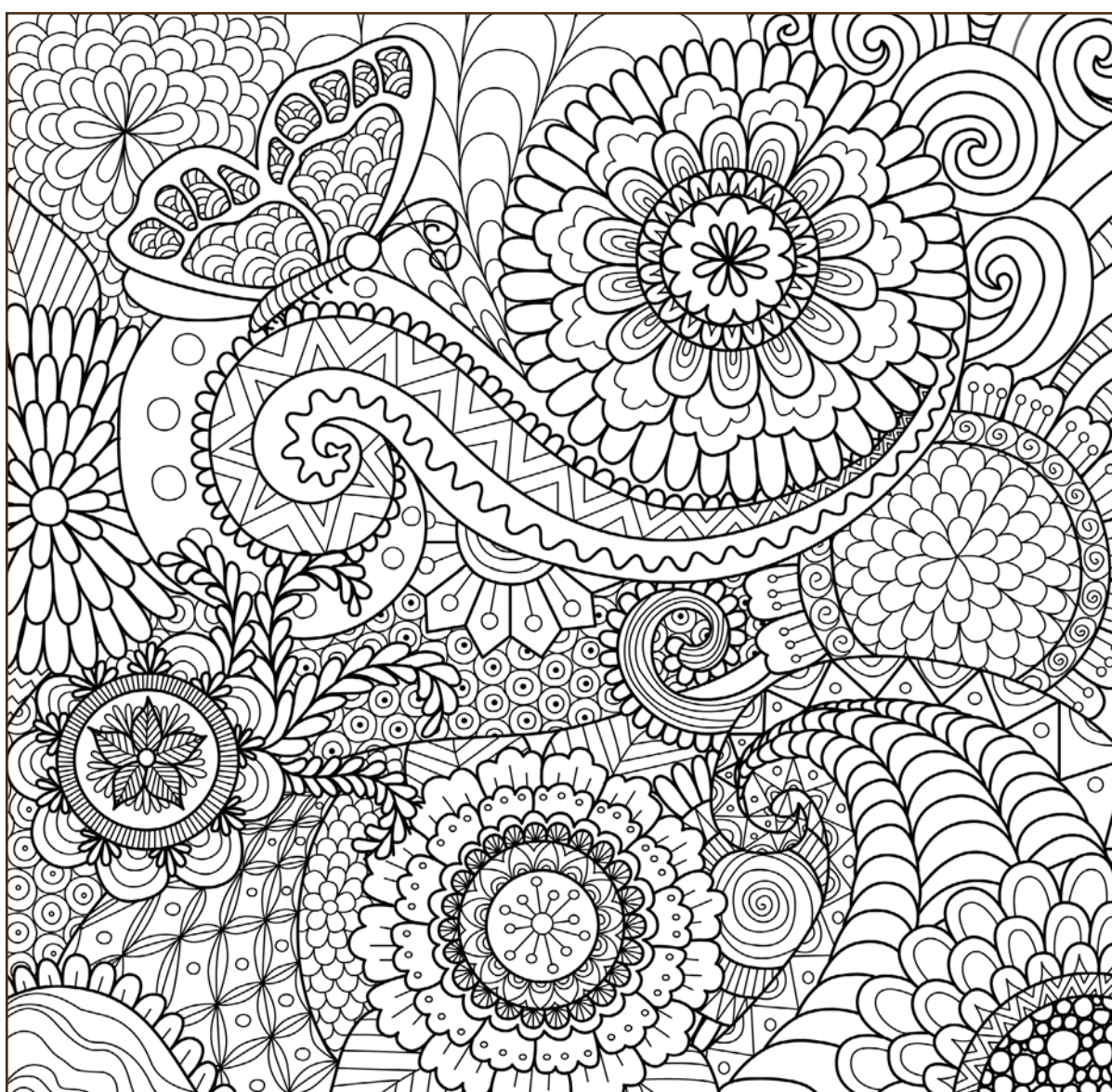
		7	2		9			
	4	2	7					8
	5			4	8		3	7
	2	4	6		3			
		1						
5			9	7				4
		3				7		9
	8				7			2
7			5	1			4	3

średnie ▼

		8		4		6		
			7	9			5	
7			5			8		
			4	2				9
6		2		3				
	4	1	8					
4					1	7		
		6	2					8
	5							

trudne ▼

2								
	5			4	7			2
				9	3	1	4	
	4							8
6			5					3
		3				6		
3		5					1	8
			7					
9	8			2	1			



HOROSKOP PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 26.01 do 1.02.2024

przygotowała: Maja Berkano



BARAN

Anioł Mądrości. Mądrość pochodzi z głębin Twojego doświadczenia. Doskonale wiesz, co należy teraz zrobić. Zaufaj sobie.



BYK

Anioł Istoty Miłości. Niech miłość stanowi teraz centrum Twojego życia. Otwórz się na czucie i patrz sercem. Biorąc odpowiedzialność za słowa i czyny, budujesz swoją siłę.



BLIŹNIĘTA

Anioł Młodszej Miłości. Pozwól innym zaopiekować się Tobą. Poproś o pomoc, jeśli jej potrzebujesz. Bądź wdzięczny za bliskich ludzi, docerń. Przyjmij dobro.



RAK

Anioł Cudów. Uwierz w siebie. Wszystko jest możliwe. Zastługujesz na wszystko, co najlepsze. Kiedy dopuścisz do siebie miłość ona na zawsze wypełni Twoją duszę. Nie rozpamiętuj!



LEW

Anioł Wiary. Radość i szczęście są teraz Twoje. Czas lekki i przyjemny. W tym tygodniu koncentruj się na tym co jest wartościowe. Zachwyć się życiem.



PANNA

Anioł Miłosierdzia. Potrafisz być delikatnym i akceptującym. Zatrzymaj się i zobacz, gdzie i komu możesz to dać? Przeanalizuj, gdzie jeszcze trzymasz swój upór, raniąc samego siebie.



WAGA

Anioł Indywidualności. Docerń swoje talenty, umiejętności. Bądź kreatywna. Zaprosz radość do swoich działań. Idealny czas by stworzyć to, o czym dawno myślisz.



SKORPION

Anioł Służby. Masz moc ulepszenia wszystkiego wokół. Twoja mocna energia może przynieść wiele dobrego. Naprawiaj, nie niszc. Zostawiaj dobre słowa.



STRZELEC

Archanioł Michał. Tydzień sprawiedliwości, prawdy. Jeśli masz sprawy prawne ułożą się pomyślnie. Działaj rozważnie.



KOZIOROŻEC

Anioł Bytu. Umacniasz to, co ważne. Siejesz teraz ziarno, które w przyszłości przyniesie dużo dobrego. Bądź wytrwały w postanowieniach. Idealny czas na nowe wyzwania.



WODNIK

Anioł Młodości. Pasja – słowo klucz. Nie wahaj się. Oddaj się całej projektom, które tworzysz. Słuchaj teraz tylko siebie. Kiedy wybierzesz własną drogę, otrzymasz ochronę.



RYBY

Anioł Pokoju. Tyle już doświadczyłaś a wciąż tak łatwo krytykujesz innych. Spójrz z empatią. Spróbuj zrozumieć innych. Każdy człowiek ma swoją opowieść. Puść upór. On Ci nie służy.

ads@ng24.ie
089 264 03 50

32. Finał WOŚP

Sie ma!

32. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy coraz bliżej! Sztab Dublin WOŚP będzie miał zaszczyt grać z Wami już po raz 19. A będzie, oj, będzie się działo!

I dla naszych małych milusińskich i dla dużych lubiących

wyzwania, dla tych co tańczą, pływają czy biegają. Kalendarz imprez Sztabu Dublin WOŚP z okazji 32. Finału w ostatnim tygodniu przed Wielkim Finałem:

24/01 – Zumba

27/01 – Szkolne Finały WOŚP & Mini Finał Ballbriggan

28/01 – Żeglowanie po Zatoce Dublińskiej

28/01 – Wielki Finał: Athlone, (Springs Hotel), Dublin, Carlow, Limerick, (Dolans), Portlaoise.

Na zdjęciu „ludziki, dzięki którym w wielu miejscach w Irlandii w styczniu rozkręci się największa letnia zawierucha w środku zimy”.

Sprawdź szczegóły wydarzeń na stronie: facebook.com/dublinwosp lub wosp.ie. NG



the great orchestra of christmas charity
BALBRIGGAN

TU WSZYSTKO GRA!
Wszystkie przedfinałowe wydarzenia będą odbywać się w przedskoku
➤ REALLY COOL AFTERSCHOOL MILLFIELD SC.
➤ Bieg sztafetowy pod Zamkiem Bremore.
➤ Finał przy Zamku Bremore.

Kalendarz Wydarzeń WOŚP Balbriggan
Wszystko wpada do Puszki WOŚP w 100%

20.01.24 2pm	ZUMBA DLA DZIECI Z KAROLINĄ BIELĄ	
21.01.24 12pm	RODZINNA SESJA ZDJĘCIOWA Z MONIKĄ REDER	
22.01.24 6:30pm	ART WORKSHOP DLA DZIECI WIEK 4-8 Z HEN HOUSE	
23.01.24 7pm	YOGA Z HANĄ	
24.01.24 7pm	CATHERINE'S HOLISTIC GONG SESSION	
26-27 01.2024 4pm	24H SZTAFETA DLA WOŚP POLISH RUNNERS CLUB pod Zamkiem Bremore	
27.01.24 12-6pm	BREMORE CASTLE Cotodniowy Festyn 32. Wielki Finał WOŚP w Balbriggan	

PLUCA PO PANDEMII
GRANTY DLA DZIECI I DOROSŁYCH

POST-PANDEMIC LUNGS
WE PLAY FOR KIDS AND ADULTS ALIKE!

W 2024 roku Fundacja WOŚP skupi się na poproszonych chorobach płuc - zabrane środki zostaną przeznaczane na zakup sprzętu dla oddziałów pulmonologii dla dzieci i dorosłych w Polsce. W ciągu 31 lat naszej działalności charytatywnej zebraliśmy prawie 2 miliardy złotych. Do tej pory Fundacja WOŚP przekazała 71 500 sztuk sprzętu medycznego i wsparła liczne akcje humanitarne.

Szczegóły: www.wosp.ie [WOSP Balbriggan](https://www.facebook.com/wospbalbriggan)



Bezpłatne zajęcia fitnessu dla dzieci

Active SOUTH DUBLIN

North Clondalkin Library

Free Childrens Fitness Programme

10 week Children's fitness programme
For ages 3-5yrs.

Stretch n Grow
where kids LOVE to move!

FOTO: FACEBOOK.COM/NORTHCLONDALKINLIBRARY

Zapraszamy na 10-tygodniowy program fitness dla dzieci Stretch n Grow w Bibliotece North Clondalkin. Zajęcia te są przeznaczone dla dzieci w wieku 3-5 lat i rozpoczynają się 12 lutego o 12:30.

Program ma na celu aktywne zaangażowanie dzieci w ruch, w zabawny i inspirujący sposób.

Liczba miejsc jest ograniczona, więc zarezerwuj wcześniej, dzwoniąc pod nr tel.: 01-4149269. NG

28 STYCZNIA
OD GODZ.13.00
ATHLONE SPRINGS HOTEL
MONKSLAND, ATHLONE
N37 F9T3



13:00 - 15:30 **ZAGRA MT PROJECT**
15:30 - 16:30 **POKAZ PIERWSZEJ POMOCY**
16:30 - 19:00 **ZAGRA ROCK N GRANTS**
19.00 **ŚWIATEŁKO DO NIEBA**



PODCZAS WYSTĘPÓW ODBĘDĄ SIĘ

LICZNE LICYTACJE
BĘDZIE TEŻ MOŻLIWOŚĆ POROZMAWIANIA
I ZROBIENIA SOBIE ZDJĘĆ Z

GWIAZDAMI Z POLSKI

MARTA ŻMUDA TRZEBIATOWSKA
KAMIL KULA



BĄDZCIE Z NAMI!

MUZYKA ♥ **LICYTACJE** ♥ **SIEMA SHOP** ♥ **WYSTAWCY**

organizator:

sponsor główny:



sponsorzy:



Janosik
POLISH GROCERY

ELECTRO DIRECT

longfordsigns



SHOELACE

Medycyna naturalna

(Owoce jagodowe, cytrusy)

cz.7

Już Hipokrates powiedział, że jeżeli w przyrodzie istnieje choroba, to i w przyrodzie istnieje na nią lek. Dzisiaj przedstwiamy:

Owoce jagodowe

Zwane są super owocami – gaszą w organizmie stany zapalne, walczą o to, aby obniżyć ryzyko wielu poważnych chorób. (W sytuacji, w której twój organizm poddawany jest cały czas stanom zapalnym, można porównać do tego, jakby w organizmie wybuchł co chwile na nowo jakiś pożar, a stres, przetworzone-śmięciowe jedzenie, toksyny, używki – cały czas podtrzymują ten pożar, jakby dolewając benzyny do ognia).

Aby uporać się z tymi „pożarami”, warto sięgnąć po owoce jagodowe (truskawki, poziomki, maliny, jeżyny, morwę, borówkę amerykańską, jagody, agrest, rzeczki). Związki w nich zawarte, a jest ich ponad osiem tysięcy, działają jak strażacy i zamykają dopływ „benzyny”, co sprawia, że „pożar” jest mniejszy lub gaśnie.

Polifenole: flawonidy, nie flawonoidy, kwasy fenolowe – mają

ogromny wpływ na nasze zdrowie, polifenole są organicznymi związkami chemicznymi, które wykazują ogromne działanie antyoksydacyjne i przeciwzapalne:

- usprawniają pracę mózgu (poprawa funkcji poznawczych);
- zapobiegają nowotworom, chorobom układu krążenia, chorobom neurodegeneracyjnym;

- posiadają wysoką zawartość błonnika;
- uszczelniają naczynia krwionośne.

występują prozdrowotne flawonoidy, błonnik, są dużym źródłem witaminy C, a zawarte w nich alkaloidy, limonoidy, kumariny, karotenoidy, kwasy fenolowe i olejki eteryczne mają właściwości bioaktywne.

Cytrusy:

- posiadają działanie przeciwzapalne i przeciwutleniające;
- dzięki ogromnej dawce antyoksydantów walczą z wolnymi rodnikami przeciwdziałając nowotworom i spowalniając procesy starzenia;
- przeciwdziałają cukrzycy, miażdżycy, nadciśnieniu, chorobom układu krążenia i serca;
- wspomagają wchłanianie żelaza;
- poprawiają pracę jelit i przeciwdziałają zaparciom;
- poprawiają kondycję skóry i jej odżywienie;
- dzięki olejkom eterycznym w nich zawartym, cytrusy działają przeciwbakteryjnie i przeciwwgrzybiczo oraz wzmacniają system odpornościowy, działają przeciwskurczowo, uspokajająco i przeciwłękowo, wspomagając centralny układ nerwowy.

Maciej Jaworski FAT OUT



FOTO: FREEPIK

- gaszą zapalenia w organizmie;
- zapobiegają chorobom serca oraz powstawaniu zakrzepom krwi;
- poprawiają trawienie i regulują pracę jelit;

- obniżają poziom cukru we krwi, ciśnienie;
- posiadają działanie antycholesterolowe;
- zapobiegają procesom starzenia (poprawiają wygląd skóry);

Cytrusy

Grapefruit, pomarańcza, mandarynka, pomelo, klementynka, cytryna, limonka, kumkwat, tangelo mają wiele prozdrowotnych właściwości. W nich także

Autor mieszka od 19-lat w Irlandii (Co. Cork) w wolnym czasie uwielbia czytać książki, gotować oraz spacerować z psem-stafikiem. Posiada wieloletnie doświadczenie udokumentowane certyfikatami z dziedziny dietetyki, kulturystyki, powerliftingu. Pomaga ludziom w powrocie do zdrowia po kontuzjach, pomaga w chorobach metabolicznych i problemach hormonalnych oraz współpracuje z osobami z nadwagą. Obecny Mistrz Świata, Mistrz Irlandii oraz Vice-mistrz Polski w Bench Press.

Zapisz dziecko do ZHP!

Poprzez zdobywanie stopni i sprawności, dzieci i młodzież mają okazję do rozwijania swoich zainteresowań, odkrywania talentów i mocnych stron. Udział w zbiórkach, wspólnych biwakach, obozach i wycieczkach, daje okazję do nawiązywania nowych przyjaźni, wspaniałej zabawy i niezapomnianej przygody w gronie rówieśników, a mundur harcerski pozwala na przynależność do grupy ludzi, która z oddaniem kieruje się zasadami opartymi na Prawie Harcerskim. Sprawdź, gdzie działa ZHP w Irlandii na stronie: www.zhp.ie.

Gromada Zuchowa "Zdobycy Zielonej Wypsy" Shannon Hope Cafe we wtorek o 17.30 - 19.00

ZAPRASZAMY
ROZWÓJ PRZEZ ZABAWĘ, WYZWANIA I NOWE PRZYJAŹNIE

LICZBA MIEJSC OGRANICZONA

Marta 087 0606314 www.zhp.ie
Zadzwoń po więcej informacji

REKLAMA

POBIERZ

NOWOŚĆ

Polityk

FERIE Z WOLNYMI LEKTURAMI

Tajemnicza wyspa, Wyspa skarbów, Czarny korsarz, Kapitanowie zuchy

3403_DU 3404_DU

Rozwiązania zadań z nr NG23

6	4	5	8	7	9	3	1	2
1	7	2	3	4	5	9	8	6
9	8	3	6	1	2	4	5	7
4	9	7	1	2	6	8	3	5
8	3	1	5	9	7	2	6	4
2	5	6	4	3	8	1	7	9
3	2	8	7	5	4	6	9	1
5	1	4	9	6	3	7	2	8
7	6	9	2	8	1	5	4	3
4	5	3	2	1	6	9	7	8
8	7	1	9	4	3	6	5	2
9	2	6	8	5	7	3	1	4
2	9	7	3	8	4	5	6	1
3	4	5	6	9	1	8	2	7
6	1	8	7	2	5	4	9	3
1	3	4	5	6	2	7	8	9
7	6	9	1	3	8	2	4	5
5	8	2	4	7	9	1	3	6
8	6	5	9	7	4	2	3	1
7	2	1	6	3	5	9	4	8
9	4	3	8	1	2	5	7	6
5	1	9	4	6	7	8	2	3
4	3	2	1	9	8	6	5	7
6	8	7	5	2	3	4	1	9
2	9	8	7	5	1	3	6	4
3	7	4	2	8	6	1	9	5
1	5	6	3	4	9	7	8	2

Krzyżówka z nr NG23 Poziomo: 1 PRZESZCZEP, 5 BŁĘKITEK, 9 ALLATU, 11 PROPINATOR, 13 ZU, 14 NORA, 15 WART, 16 HUBALCZYCY, 18 ROCK, 20 PAHLAWI, 22 OKARA, 23 POZWOLENIE, 24 EAK, 26 KAPO, 27 BBC, 30 EURAZJA, 33 BALIKPAPAN, 36 SB, 37 JANGCY, 38 TRAN, 39 SI, 40 APLOMB, 43 ZGRUBIENIE, 46 EO, 48 PRZERYWANY, 49 ISO, 51 PIU, 52 CUD, 54 DRAPALNIA, 55 LABUAN, 56 GB, 58 TRAKTIERNIA, 63 ARBALET, 66 UPÓR, 67 NGO, 68 NIBYJAGODA, 69 GSM, 71 DWÓJKA, 72 PAS. **Pionowo:** 1 PAPIERÓWKA, 2 ZŁO, 3 ZGNIATACZ, 4 PARABIOZA, 5 BUZDYGAN, 6 KG, 7 TENT, 8 KURSUYWA, 10 LX, 12 TSHUAPA, 15 WYPIECZENIE, 17 CHALLENGER, 19 KOLOMBINA, 21 HIERARCHIA, 25 KB, 28 COB, 29 NIEPORZĄDEK, 31 RAJ, 32 JER, 34 PC, 35 PĘDZIWIATR, 36 SUSCEPTANT, 38 TUŁUP, 41 POPĘD, 42 BURIACI, 44 UTYLIZACJA, 45 IBIS, 47 PUC, 50 JEBEL, 53 USTRÓJ, 56 GOULD, 57 KARGO, 59 ANNA, 60 TROP, 61 ENNS, 62 NABL, 64 BUDA, 65 ERG, 70 SR.

REKLAMA
089 264 03 50

Kącik poetycki

„Duszą pisane” Magdalena Góralska



FOTO: ARCHIWUM PRYWATNE

Magdalena Góralska (Głuch) urodziła się 11.11.1986 r. w Dusznikach-Zdroju, małym miasteczku w woj. dolnośląskim słynnym z corocznych Festiwalu Chopinowskich. Na stałe mieszka w Irlandii, jest menadżerem w firmie Circle K Ireland. Jest autorką tomików: „Duszą Pisane. Na skraju istnienia”, „Duszą Pisane. Kolory ciszy”, „Duszą Pisane. Gdy gaśnie niebo.” oraz bloga „Duszą Pisane”. Brała udział w kilku antologiach. Współpracuje również z portalami poetyckimi, jest administratorem w grupie Słowa zamknięte w wersach na Facebooku i prowadzi warsztaty z klasycznych form literackich.

SZKLANA PUŁAPKA

trzewi

słońce zachodzi krwią
za horyzont snów
dotknąć cię chwilą
jeszcze raz
ugryźć kęs ekstazy

szklana pułapka
napętnia się
wysokoprocentową pustką

odchodzimy w majaki
oddajemy świat pod zastaw
kolejnych sekund

nie ma powrotu
nie ma tlenu

z rozbitej obłądem
nocy
spływa na nas
potępienie

rozmywa się obraz
dni zachodzą mgłą
stęchłych wzruszeń
spójrz na mnie
wolnością
ropiej mi oczy
od przegniętych marzeń
nicość sączy się
z rozszarpanych rutyną

fruimy

już czas
M.G. 04.07.21

POKOLENIE IKARÓW

zostaną po nas
nabrzmiące żyły
spaliny w płucach
rdza na sercu

zostaną po nas
szczątki marzeń
gniące w kałuży
pod śmietnikiem
konające

pokolenie Ikarów
pałących skrzydła
na zamówienie
spadających bezwładnie
w otchłań absurdu

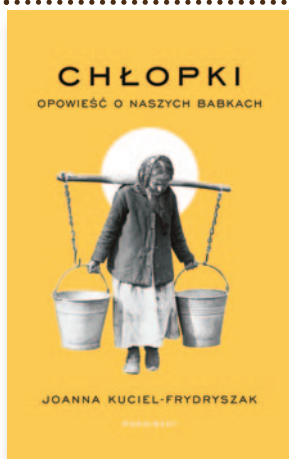
zbyt blisko do słońca
zbyt daleko od siebie

pyłem na wietrze
gnamy w pustkę nocy
przekazujemy nicość
kolejnym pokoleniom
czekając na Feniksa
który odrodzi nam
świat
M.G. 20.08.21

BEZSENNOŚĆ

zamknięte w pudełku
myśli
wychodzą jak węże
spod łóżka
dusząc sny
twardym odłamkiem
nocy

które zaćmienie księżycza
odrodzi nam świat?
M.G. 20.11.21



Autorka „Służących do wszystkiego” wraca do tematu wiejskich kobiet, ale tym razem to opowieść z drugiej strony drzwi chłopskiej chałupy. Podczas, gdy Maryśki i Kaśki wyruszają do miast, by usługiwać w pańskich domach, na wsiach zostają ich siostry i matki: harujące od świtu do nocy gospodynie, folwarczne wyrobnice, mamki, dziewczki pracujące w bogatszych gospodarstwach. Marzące o własnym łóżku, butach, szkole i o zostaniu panią. Modlące się o posag, byle „nie wyjść za dziada” i nie zostać wydane za morgi. Dzielać na czworo zapałki, by żywić rodzinę. Często analfabetki, bo „babom szkoły nie potrzeba”.

Czytamy po polsku

Międzynarodowy bestseller przetłumaczony na ponad czterdzieści języków. Nawet dziewięćdziesiąt procent z nas doświadcza gwałtownych skoków glukozy – i nie ma o tym pojęcia. Symptomy? Zachcianki żywieniowe, ciągle zmęczenie, mgła mózgową, zaburzenia snu, obniżona odporność, trądzik... A z czasem choroby przewlekłe takie jak cukrzyca typu 2, nowotwory czy demencja. Autorka „Glukozowej rewolucji” w przystępny sposób omawia przełomowe odkrycia naukowe i pokazuje, jak zadbać o zdrowie bez konieczności wprowadzania radykalnych zmian. Na podstawie przeprowadzonych na sobie eksperymentów i dziesięciu prostych hacków uczy między innymi: w jakiej kolejności spożywać produkty, co zjeść na śniadanie, by nie doświadczać spadków energii w ciągu dnia, jak jeść słodczy, by nie doprowadzać do skoków glukozy.

**KSIĄŻKI MOŻESZ KUPIĆ NA SHOP.WIZARDMEDIA.IE**

REKLAMA

**ABC EduLibrary
ZAJĘCIA STAŁE**

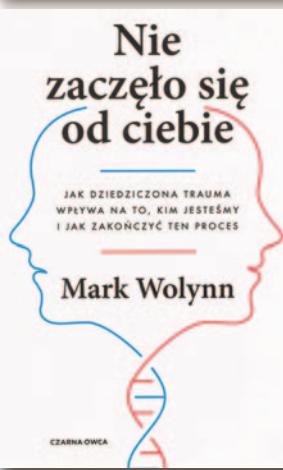
Klub Malucha (2,5 - 5 lat): 2. i 4. sobota, 11-12.30
Klub Seniora: 2. i 4. sobota, 16-18.00
 (seniorzy 60+, sympatycy 50+)
Klub Szachowy ((5-105 lat): 3. sobota, 15-16.00

**Konieczne jest zgłoszenie!
Zajęcia będą odbywać się przy minimum
3. zgłoszonych osobach.**

FOTO: FACEBOOK.COM/ABCEDULIBRARY



Rozgrywająca się w południowych Appalachach powieść „Demon Copperhead”, to historia chłopca urodzonego przez nastoletnią samotną matkę w przyczepie mieszkalnej, który nie ma nic poza odziedziczonymi po zmarłym ojcu rudymi włosami i urodą, zjadliwym dowcipem i niepokromionym darem przetrwania. Demon opisuje własnym, bezlitośnie szczerym głosem problemy współczesnego świata, doświadczenia opieki zastępczej, pracę dzieci, zaniedbane szkoły, sukcesy sportowe, uzależnienia, zgubne miłości i druzgocące straty. Jednocześnie musi zmierzyć się z tym, że sam pozostaje niewidzialny w kulturze popularnej, bo nawet superbohaterowie opuścili prowincję i wolą wielkie miasta.



Depresja, zaburzenia lękowe, chroniczny ból czy obsesje nie zawsze muszą być efektem wydarzeń, których doświadczyliśmy osobiście. Ich korzenie czasem sięgają czasu naszych rodziców, dziadków, a nawet pradiadków. Badania dowodzą, że traumatyczne doświadczenia mogą być przekazywane z pokolenia na pokolenie. Niniejsza książka czerpie z wniosków czołowych ekspertów zajmujących się zagadnieniem zespołu stresu pourazowego, m.in. Rachel Yehudy i Bessera van der Kolka. Nawet jeśli osoba, która doświadczyła traumy, od dawna nie żyje, albo historia tego doświadczenia została zapomniana lub przemilczana – ślady emocjonalne tego zdarzenia mogą wciąż pozostać żywe. Często są głęboko ukryte, zakodowane w genach i języku, i mogą odgrywać znacznie większą rolę, niż do tej pory przypuszczano.

Brendan Żeglarz

Irlandzki święty z celtyckimi korzeniami

Święty Brendan z Clonfert przyszedł na świat w roku 484 w Ciarraighe Luachra. Zmarł w roku 583w Enachduin. Był irlandzkim mnichem, założycielem opactwa w Clonfert.

Niedaleko zatoki Tralee

Brendan urodził się w hrabstwie Kerry w prowincji Munster w południowo-zachodniej Irlandii. Pochodził z plemienia Altrige, które zamieszkiwało okolice zatoki Tralee. Jego rodzice nazywali się Finnlug i Cara. Zgodnie z tradycją, miał zostać ochrzczony w Tubrid koło Ardfert przez świętego Erca.

Rzekomo otrzymał imię Mobhí, lecz jego narodzinom i chrzcinom towarzyszyły omeny i złe znaki. Z tego powodu został nazwany Broen-finn, co tłumaczy się jako „kropla sprawiedliwości i piękna”.

Złe znaki brały się stąd, że jego dziadek ze strony ojca był Celtem. Pragnął, aby jego trzeci wnuk stał się Druidem. Obiecał to bogini Dagdzie, a bóstwo opomniało się o chłopca, gdy oddawano go katolickim obrzędem.

Wykształcenie

Brendan przez pięć lat zdobywał wykształcenie pod okiem Ity Irlandzkiej, zwanej „drugą świętą Brygidą”. Gdy miał sześć lat, został wysłany do szkoły świętego Jarlatha w Tuam.

Brendan był jednym z apostołów Irlandii, który czerpał naukę u wielkiego mistrza świętego Finiana. Mężczyzna został wyswięcony na księdza w 512 roku przez świętego Erca.

Przez dwadzieścia lat Brendan żeglował do wszystkich wysp otaczających Irlandię, niosąc tam słowo Boże i zakładając klasztory. Przez to nadano mu przydomek „Żeglarz”. Według legendy, ta miłość do morza wynikała z klątwy rzuconej przez boginię Dagdę.

W Galway

Jednym z najważniejszych klasztorów, który założył Brendan, było opactwo w Clonfert w Galway, założone w 557 roku.

Święty Brendan jest jednak znany przede wszystkim z legendarnej podróży do Wysp Błogosławionych. Istnieje wiele wersji opo-



FACEBOOK.COM/SAINTBRENDANTHENAVIGATOR

wieści o tym, jak wypłynął na Ocean Atlantycki z szesnastoma pielgrzymami, którzy dołączyli do wyprawy w ostatniej chwili w poszukiwaniu Edenu.

Jednym z jego towarzyszy miał być święty Malon, od którego imienia pochodzi nazwa miasta portowego w Bretanii – Saint-

Malo. Podczas swej podróży miał zobaczyć Wyspę Świętego Brendana pokrytą bujną roślinnością. Miał też, podobnie jak święty Kolumban, opat z Hy, spotkać potwora morskiego. Wspomniany święty irlandzki zabił potwora, co miało oznaczać raz na zawsze pozbycie się kuszenia złego ducha,

jaki go dotąd prześladował.

Największą jego morską przygodą było przybycie na wyspę, która okazała się grzbietem wielkiego potwora Jasconiusa. Podobno potwór ten potrafił mówić ludzkim głosem i raz jeszcze nakłaniał świętego, aby stał się celtyckim kapłanem.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

REKLAMA

REKLAMA

Do not touch the tape inside

RAHIM FOKUS

PAKTOFONIKA

HIP-HOPOWA PODRÓŻ DO PRZESZŁOŚCI

DRZWI: 19:00

25.02.24
DUBLIN (18+)
THE BUTTON FACTORY

BILETY: €41
<https://www.bilety.ng24.ie>

chillout entertainment

THE GRAND SOCIAL 26/04 PIĄTEK 2024

35 LIFFEY ST. LOWER, NORTH CITY DUBLIN 1, D01 C3N0

OS TR

DOORS OPEN 7 PM

DUBLIN

KOCHANA POLSKO ■ SZCZĘŚCIA MILIMETR

TICKETS ON: BILETY.NG24.IE