

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 52, 9.08.2024, rok II, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie

REKLAMA

CRIMMINS HOWARD
SOLICITORS ŚWIADCZY

USŁUGI PRAWNE
DLA POLSKICH KLIENTÓW

SPECJALIZUJEMY SIĘ W:

- Urazy w pracy*
- Wypadki drogowe*
- Zaniedbania medyczne*
- Wypadki*
- Prawo rodzinne
- Nieruchomości, przeniesienie własności



Klient nie ponosi żadnych kosztów do czasu zakończenia sprawy. Płacimy za raporty medyczne.



W sprawie konsultacji prawnych, prosimy o kontakt z naszym tłumaczem: 085-104-77-10 lub 061 361 088
www.crimminshoward.ie
info@crimminshoward.ie

*W sprawach spornych adwokat nie może naliczać honorarium lub innych opłat i jako procentu lub proporcji w stosunku do zasądzonych lub wynegocjowanych warunków.

3299_DU

Toksyczne metale w tamponach

■ czytaj str. 3



Pożegnanie
Ambasadora RP
Arkadego
Rzegockiego

■ czytaj str. 8

PODPOWIADAMY, DORADZAMY

**Poznaj swoje
prawa:
Anulowane loty**

■ czytaj str. 10

**Mleko –
pić czy nie pić?**

Maciej Jaworski

Czy faktycznie mleko jest zdrowe dla dorosłego człowieka?
Czy pijąc mleko będziemy „wielcy”?

■ czytaj str. 14

REKLAMA

**Tu kupisz bilety
na imprezy:**

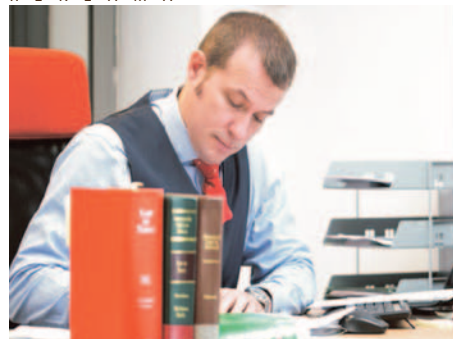
www.bilety.ng24.ie

Sprawdź,
co jest
grane!



3250_DU

REKLAMA



**ODSZKODOWANIA ZA WYPADKI
I OBRAŻENIA OSOBISTE* NIERUCHOMOŚCI**

**POLSKI PRAWNIK.ie, 01 64 00 030
78 BENBURY STREET, SMITHFIELD, DUBLIN 7**

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

ROSTRA
Solicitors

Marcin Szulc
Solicitor

3204_DU

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**

REKLAMA

AG Anderson & Gallagher
SOLICITORS

KANCELARIA PRAWNA
WWW.POLSKIADWOKATIRLANDIA.IE

- Profesjonalizm
- 35 lat doświadczenia

● ODSZKODOWANIA: WYPADKI DROGOWE, PRZY PRACY, W MIEJSCACH PUBLICZNYCH, ZANIEDBANIA MEDYCZNE*

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; WWW.POLSKIADWOKATIRLANDIA.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.

3468_DU

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://workplacerelations.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,
Krystyna Zielińska

WSPÓŁPRACA

Marta Adamska, Maja Berkano, Paweł Bury, Paweł Cherek,
Katarzyna Dąbrowska, Agnieszka Dujka, Maciej Jaworski,
Marta Kaźmirak, Kasia Mikołajczyk, Adrian Sukiennik, 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 nadsyłania tekstów. Wydawca nie ponosi odpowiedzialności z treść reklam i ogłoszeń.



Irlandzkie korzenie: Richard Nixon

Wśród prezydentów Stanów Zjednoczonych najbardziej znanym z irlandzkich korzeni pozostaje John F. Kennedy. Jednakże, wielu innych prezydentów, w tym Ronald Reagan, Joe Biden czy Barack Obama również mieli w drzewach genealogicznych irlandzkich krewnych. Co zaskakujące, do tej grupy zaliczyć należy również Richarda Nixona (1913-1994).

Fakt ten nie był znany aż do końcówki jego kariery politycznej. Jednakże, okazało się, że irlandzkie korzenie Nixona po stronie matki sięgały aż 200 lat przed narodzinami prezydenta USA.

Po odbyciu służby w Marynarce Wojennej Stanów Zjednoczonych podczas II wojny światowej, Nixon został po raz pierwszy wybrany na kongresmena w 1946 r., a następnie na senatora w Kalifornii w 1950 r. Później przez osiem lat pełnił funkcję wiceprezydenta za kadencji Dwighta D. Eisenhowera.

Nixon wystartował przeciwko Johnowi F. Kennedy'emu w wyborach prezydenckich w 1960 r. i przegrał nieznaczną liczbą głosów, co w dużej mierze przypisywano młodzieńczemu wyglądowi kontrkandydata, charyzmatycznej osobowości i ogromnemu poparciu irlandzko-amerykańskich wyborców w całym kraju. Po wyborach Nixon zdał sobie sprawę, że jego irlandzkie pochodzenie może okazać się przydatne w kolejnych wyborach.

W czerwcu 1963 r. Kennedy został pierwszym amerykańskim prezydentem, który odwiedził Irlandię i był witany przez ogromne tłumy. Niestety, pięć miesięcy później został zamordowany w Dallas w Teksasie, 22.11.1963 r., a jego następcą został Lyndon Baines Johnson, który został ponownie wybrany na prezydenta w wyborach w 1964 r., ale zdecydował się nie kandydować w 1968 roku.

Nixon dostrzegł swoją szansę i ponownie wystartował w wyborach prezydenckich w 1968 r., pokonując Huberta Humphreya.

W 1969 r. postanowił zaplanować oficjalną podróż do Irlandii, która obejmowałaby wizytę na cmentarzu jego irlandzkich przodków ze strony matki. Prawdopodobnie myślał, że rozgłos i artykuły prasowe na temat wizyty opublikowane w amerykańskich mediach mogłyby znacznie zwiększyć jego szanse na reelekcję w wyborach w 1972 r.

Nawiązano kontakt z rządem irlandzkim i latem 1970 r. w Irlandii zaczęły krążyć plotki, że Nixon jesienią złoży oficjalną wizytę. Na jego trasie wymieniono małą wioskę Timahoe w hr. Kildare. Ale dlaczego Timahoe?

Nixon miał irlandzkie pochodzenie zarówno po stronie matki i ojca. Jego powiązania z hr. Kildare pochodziły od strony matki, Hannah Milhous.

Rodzina Milhous była członkami wspólnoty religijnej kwaków, która była znana w rejonie Timahoe na początku XVIII w. Społeczność ta pojawiła się po raz pierwszy w 1704 r., kiedy to kilka rodzin zakupiło ziemię w okolicy. Wspólnota kwaków była niewielka, nigdy nie przekraczała dziesięciu rodzin, które pochodziły głównie z Ulsteru w dzisiejszej Irlandii Północnej.

Wkrótce po osiedleniu się na tym obszarze zbudowano kwakerskie miejsce kultu, zwane „domem spotkań”. Zazwyczaj budowle te przyjmowały postać su-



rowych konstrukcji, przypominających budynki mieszkalne. Unikano strzelistych wież, iglic i ozdób. Zakupiono również ziemię pod cmentarz.

Kwakrzy zbudowali również wiatrak i zagospodarowali ziemię w Timahoe i okolicach, co znacznie przyczyniło się do rozwoju rolnictwa na tym obszarze. Jednak wielkość społeczności kwaków ostatecznie spadła z powodu emigracji, która miała miejsce w dwóch okresach. Najpierw część z nich wyemigrowała do Pensylwanii w 1729 r. W grupie tej znaleźli się przodkowie Richarda Nixona, Thomas Milhous i jego żona Sarah Mickle. Na-

stępnie, w 1751 r., druga grupa rodzin kwaków wyjechała i osiedliła się w Karolinie Południowej.

Historia kwaków z Timahoe była kontynuowana w Stanach Zjednoczonych. Kwakrzy prosperowali, jednak doświadczyli prześladowań z powodu swoich pacyfistycznych przekonań podczas rewolucji amerykańskiej (znanej również jako wojna o niepodległość Stanów Zjednoczonych) w latach siedemdziesiątych XVII w., kiedy to z powodów religijnych odmówili przyłączenia się do lokalnych milicji walczących przeciwko Brytyjczykom.

Prawie sto lat później, w latach poprzedzających rozpoczęcie amerykańskiej wojny secesyjnej w 1860 r., potomkowie kwaków z Timahoe mieszkający na południu Stanów Zjednoczonych byli zaangażowani w działalność antyniewolniczą i pomagali zbiegłym afrykańskim niewolnikom.

W 1885 r. w stanie Ohio urodziła się Hannah Milhous, prapraprawnuczka Thomasa i Sarah Milhous. W 1912 r. poślubiła Francis „Franka” Nixona. Frank był metodystą północnoirlandzkiego pochodzenia i po ślubie z Hannah przeszedł na religię kwaków. 9.01.1913 r. na rodzinnej farmie cytrusów w Yorba Linda w Kalifornii urodził się ich najstarszy syn Richard, któremu nadali drugie imię Milhous.

Jako chłopiec Richard często słyszał historie opowiedziane przez matkę o irlandzkim pochodzeniu. Dowiedział się, że ostatnim miejscem, w którym mieszkała jej rodzina w Irlandii, była wioska Timahoe w hr. Kildare.

W 1952 r., w tym samym roku, w którym Nixon został wybrany na wiceprezydenta Stanów Zjednoczonych, jego ciotka, Rose Milhous z mężem odwiedzili Timahoe. Ciotka była pierwszym potomkiem rodziny Milhousów, który odwiedził Timahoe od czasu emigracji jej przodków w XVIII wieku.

Wśród miejsc, które odwiedziła, był cmentarz kwaków, gdzie pochowano trzech jej krewnych. Następnie w Stanach Zjednoczonych opublikowano szczegóły dotyczące drzewa genealogicznego rodziny Nixon-Milhous, które opisywało powiązania rodziny z hr. Kildare. Richard Nixon nie odwiedził jednak Irlandii przez kolejne 18 lat. ➔ **czytaj dalej na str. 4.**

Toksyczne metale w tamponach

BADANIA WYKAZAŁY, ŻE METALE CIĘŻKIE BYŁY OBECNE WE WSZYSTKICH RODZAJACH TAMPONÓW

Innowacyjne badanie wykazało, że tampony powszechnie używane przez miliony kobiet mogą zawierać toksyczne metale – w tym arsen, ołów i kadm. Badanie, które jako pierwsze zmierzyło zawartość toksycznych metali w tamponach, zostało przeprowadzone przez naukowców z University of California w Berkeley i Colombia University w Nowym Jorku.

Naukowcy twierdzą, że tampony budzą szczególne obawy jako potencjalne źródło narażenia na działanie substancji chemicznych, w tym metali, ponieważ skóra pochwy ma większy potencjał wchłaniania substancji chemicznych niż jakiegokolwiek inne miejsce w ciele. Ponadto, produkty, po które sięga ok. 50 proc. kobiet w trakcie menstruacji, stosuje się jednorazowo przez kilka godzin.

Jak podaje serwis gript.ie, naukowcy ocenili poziomy 16 metali (arsenu, baru, wapnia, kadmu, kobaltu, chromu, miedzi, żelaza, manganu, rtęci, niklu, ołowiu, seleniu, strontu, wanadu i cynku) w 30 tamponach 14 różnych marek. Stężenia metali różniły się w zależności od tego, gdzie tampony zostały zakupione (np. w krajach UE i Wielkiej Brytanii w porównaniu z USA), czy produkty były organiczne lub nieorganiczne, czy były to mniej znana lub popularne marka.

Badania wykazały jednak, że metale były obecne we wszystkich rodzajach tamponów. W szczególności stężenie ołowiu było wyższe w tamponach nieekologicznych, podczas gdy poziom arsenu był wyższy w tamponach organicznych.

Jenni A. Shearston, główna autorka badania, powiedziała, że wcześniej przeprowadzono bardzo niewiele badań w celu pomiaru substancji chemicznych w tamponach. Habilitantka z UC Berkeley's School of Pu-



FOTO: FREEPIK

blic Health i Department of Environmental Science skomentowała: – Według naszej wiedzy, jest to pierwsze badanie mierzące metale w tamponach. Co niepokojące, znaleźliśmy stężenia wszystkich metali, które testowaliśmy, w tym metali toksycznych, takich jak arsen i ołów.

Współautorka badania, Kathrin Schilling, adiunkt w Szkole Zdrowia Publicznego Uniwersytetu Kolumbii, powiedziała: – Chociaż obecność toksycznych metali jest powszechna i jesteśmy narażeni na ich niskie poziomy w dowolnym momencie, nasze badanie wyraźnie pokazuje, że metale są również obecne w środkach higienicznych, a kobiety używające tych produktów mogą być narażone na większe ryzyko styczności z substancjami.

Stwierdzono, że metale zwiększają ryzyko demencji, niepłodności, cukrzycy i raka. Mogą również powodować uszkodzenia narządów, takich jak wątroba, nerki i mózg, a także układu sercowo-naczyniowego i hormonalnego. Wcześniejsze badania wykazały, że metale mogą również uszkadzać rozwój płodu.

Naukowcy podejrzewają, że metale przedostają się do tamponów na kilka sposobów podczas procesu produkcyjnego. Mogą one być celowo dodawane podczas produkcji jako część pigmentu, wybielacza, środka przeciwbakteryjnego lub innego procesu produkcyjnego. Ponadto możliwe jest, że bawełna może absorbować metale z wody, powietrza lub gleby.

W Stanach Zjednoczonych, Unii Europejskiej i Wielkiej Brytanii, gdzie naukowcy zakupili tampony do badania, przepisy dotyczące tamponów nie są ściśle regulowane i nie wymagają regularnego testowania produktów. Zarząd ds. Żywności i Leków (FDA) klasyfikuje tampony jako „wyroby medyczne” i reguluje ich bezpieczeństwo. Nie ma jednak wymogu testowania tamponów pod kątem zanieczyszczeń chemicznych, a FDA jedynie zaleca, aby tampony nie zawierały dwóch określonych związków: dioksyn ani pozostałości pestycydów.

W UE tampony są regulowane na mocy dyrektywy w sprawie ogólnego bezpieczeństwa produktów (2001/95/WE) i są zgodne z kodeksem „dobrych praktyk” opracowanym przez przemysł produkujący tampony. Kodeks ten nie wymaga jednak przeprowadzania testów na obecność substancji chemicznych.

Dr Shearston wyraziła nadzieję, że ostatecznie producenci będą zobowiązani do testowania swoich produktów pod kątem metali, zwłaszcza metali toksycznych: – Byłoby ekscytujące zobaczyć publiczne wezwanie do tego lub prośbę o lepsze oznakowanie tamponów i innych wyrobów medycznych.

Pełną treść artykułu naukowego na ten temat można znaleźć na stronie: www.sciencedirect.com. **BB**

REKLAMA

Laboratorium Pieśni
Song Laboratory
Sept 28 @ 7pm
Belltable, Limerick

Bilety

REKLAMA

TALENT Show

KONKURS DLA DOROSŁYCH I DZIECI

POKAŻ NAM SWÓJ TALENT

Formularz zgłoszeniowy dostępny na www.radiocenzura.pl

Zgłoszenia proszę wysyłać na email talentshow@radiocenzura.pl

Do końca sierpnia

RADIO CENZURA

Woskowa figura Sinead O'Connor

Narodowe Muzeum Figur Woskowych w Dublinie niedawno zaprezentowało najnowszy nabytek swojej kolekcji – figurę woskową kultowej irlandzkiej piosenkarki Sinead O'Connor. Ekspozycja upamiętnia artystkę, która zmarła w swoim mieszkaniu w Londynie nieco ponad rok temu – 26 lipca 2023 r.

Znana z mocnego głosu, prezencji i szczerych opinii na tematy społeczne, O'Connor pozostawiła niemożliwy do zatarcia ślad w świecie muzyki i irlandzkiej kultury. Upamiętniając ją hiperrealistyczną figurę wykonał artysta P.J. Hegarty. Postanowił przedstawić piosenkarkę w jej ikonicznym wydaniu, znanym wszystkim z opublikowanego w 1989 r. te-

ledysku do „Nothing Compares 2 U”. Od ponad 40 lat Hegarty jest twórcą jednych z najbardziej realistycznych figur woskowych na świecie. Stworzył figury celebrytów, polityków, gwiazd sportu i postaci historycznych. Podejście artysty do rzeźmienia łączy skrupulatną dbałość o szczegóły i wnikliwą, często zabawną obserwację

bohaterów. Hegarty posiada bystre oko, które wychwytuje nie tylko oczywiste cechy fizyczne danej osoby, ale także subtelne niuanse, nadając jej figurę woskowemu ultra-realistyczny wygląd. Jego umiejętność wtłaczania osobowości i realizmu w każdą pracę jest świadectwem niezwykłego talentu i poświęcenia.

Ceremonia odsłonięcia figury Sinead O'Connor obejmowała również przemówienie bliskiego przyjaciela piosenkarki, a zarazem właściciela muzeum – Paddy'ego Dunnin-ga. Poznał artystkę, gdy miał osiemnaście lat, a ona siedemnaście. Od tamtej pory, przyjaźnili się całe życie. **NG**



FOTO: NATIONAL WAX MUSEUM PLUS, JULIEN BEHAL

Narodowe Muzeum Figur Woskowych zapewnia odwiedzającym fascynującą podróż przez irlandzkie dziedzictwo kulturowe, historię i rozrywkę. Dysponuje ogromną wystawą figur woskowych i interaktywnych eksponatów, co czyni je jedną z najpopularniejszych atrakcji Dublina. Położone jest na Westmoreland Street w dzielnicy Temple Bar, jest otwarte codziennie od 10:00 do 20:00. www.waxmuseumplus.ie.

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

SPEEDPACK
USŁUGI KURIERSKIE

JAKOŚĆ 100% GWARANTOWANA

➔ cd. ze str. 2.

Richard Nixon

W ramach przygotowań do wizyty Nixona w 1970 r. amerykański ambasador w Dublinie udał się w lipcu tego roku na cmentarz kwaków w Timahoe. Rada hr. Kildare zaangażowała się wówczas w masową akcję sprzątania i upiększania całego obszaru Timahoe. Robotnicy załatali dziury w drogach na wiele kilometrów dookoła, a żywopłoty po obu stronach drogi wzdłuż trasy, którą przejechała kolumna prezydencka, zostały starannie przycięte. Dokonano również gruntownego oczyszczenia cmentarza kwaków, a także odsłonięto zarys budowli, która służyła jako dom spotkań.

Nixon przybył do Irlandii w sobotę 3.10.1970 r. i odwiedził Timahoe w poniedziałek 5.10.1970 r. Prawie 1000 osób zebrało się na polu obok cmentarza kwaków, wielu z nich było członkami irlandzkich i zagranicznych mediów. Po przybyciu prezydent Nixon, w towarzystwie swojej żony Pat (której panieńskie nazwisko brzmiało Ryan i która również miała irlandzkie pochodzenie), został powitany przez wielu lokalnych mieszkańców i dygnitarzy, w tym najstarszego mężczyznę mieszkającego w okolicy w tym czasie, 99-letniego Toma Cumminsa.

Prezydentowi przedstawiono następnie dokumentację potwierdzającą jego irlandzkie pochodzenie przez jednego z czołowych historyków kwaków w Irlandii, Olive Goodbody. Dokumentacja zawierała szczegóły dotyczące powiązań rodziny Milhous z Timahoe oraz informacje dotyczące wyjazdu Thomasa Milhousa z Timahoe w 1729 r.

Później amerykański prezydent odsłonił pomnik z czarnego granitu na cmentarzu i wyraził się wzruszył, gdy przeczytał napis: „Pamięci irlandzkich kwaków z Timahoe, poświęcony przez Richarda Milhousa Nixona, prezydenta Stanów Zjednoczonych Ameryki, którego przodkowie ze strony matki spoczywają w tym miejscu”.

Po krótkim przemówieniu, w którym Nixon wyraził swoją wdzięczność za pomnik i ciepłe przyjęcie ze strony lokalnej społeczności, przeszedł się po cmentarzu i spojrzał na zarys domu spotkań, który stał w tym miejscu od początku XVIII wieku.

Wizyta prezydencka w Timahoe trwała ok. 40 minut, zanim kolumna prezydenta odjechała i przejechała wiejskimi drogami do miasta Kildare, gdzie on i pani Nixon byli zabawiani przez członków lokalnej szkoły tańca, którzy zaprezentowali pokaz tańca irlandzkiego. Tłumy groma-



dziły się wokół prezydenckiego samochodu, który przejechał przez Newbridge, a następnie Naas, zanim dotarł do lokalnego toru wyścigowego, gdzie na prezydenta czekał helikopter, który zabrał gości do Dublina, gdzie później tego samego dnia prezydent spotkał się z Taoiseachem Jackiem Lynchem i prezydentem Irlandii Eamonem De Valerą.

Dziś, prawie 54 lata później, powiązania rodziny Nixon-Milhous z Timahoe nie zostały zapomniane, a granitowy pomnik z napisem na cmentarzu kwaków wygląda tak świeżo, jak wtedy, gdy został odsłonięty przez prezydenta Nixona podczas jego wizyty.

Choć wątpliwe jest, w jakim stopniu irlandzka wizyta Nixona pomogła mu ponownie wygrać w wyborach prezydenckich w 1972 r., Nixon otrzymał większość głosów w każdym stanie z wyjątkiem Massachusetts i Waszyngtonu, pokonując George'a McGoverna, co uczyniło je największym miażdżącym zwycięstwem w wyborach prezydenckich w historii Ameryki.

Niestety, niecałe dwa lata później, wieczorem 8.08.1974 r. w telewizji na żywo, Nixon ogłosił, że rezygnuje z prezydentury ze skutkiem natychmiastowym, w wyniku skandalu politycznego zwanego Aferą Watergate, wykrytą i nagłośnioną przez dziennikarzy Boba Woodwarda i Carla Bernsteina z „Washington Post”.

Richard Nixon jest jedynym amerykańskim prezydentem, który zrezygnował przed zakończeniem swojej kadencji. Gdyby nie zrezygnował, stanąłby w obliczu postawienia go w stan oskarżenia i prawdopodobnie zostałby usunięty z urzędu.

9 sierpnia wiceprezydent Gerald Ford złożył przysięgę, stając się 38. prezydentem Stanów Zjednoczonych, który w niecały miesiąc po rezygnacji Nixona, 8 września, wydał Akt Ułaskawienia, zamykając tym samym możliwość pociągnięcia Nixona do odpowiedzialności za jego nielegalne działania podczas trwania jego prezydentury. **RB**

Colin Farrell i Margot Robbie zagrają razem

Nominowani do Oscara aktorzy Colin Farrell i Margot Robbie zakończyli niedawno zdjęcia do nowego filmu, który wejdzie na ekrany kin w przyszłym roku.

Mowa o „A Big Bold Beautiful Journey”, wyreżyserowanym przez koreańsko-amerykańskiego reżysera posługującego się pseudonimem „Kogonada”. Scenariusz został napisany przez Setha Reissa. Fabułę opisano jako romantyczną opowieść przygodową o dwojgu nieznajomych, którzy spotykają się przypadkiem i decydują się wyruszyć na niesamowitą podróż.

We wczesnym szkicu scenariusza, który został zrecenzowany przez stronę scriptshadow.net w 2021 r., dwójka głównych bohaterów, David i Sarah, oboje samotni i w wieku 30 lat, spotykają się na weselu wspólnego przyjaciela w stanie Nowy Jork. Film nie opowiada jednak o miłości od pierwszego wejrzenia. Kobieta okazuje się być niezwykle zdystansowaną, przez co David nie potrafi ocenić, czy jego uczucia są odwzajemnione.

Rano, po weselu, gdy mężczyzna ma już zamiar wracać do domu, GPS w jego samochodzie pyta go, czy chciałby wybrać się w „wielką, odważną, piękną podróż”. Davida przeraża mówiący GPS, jednak przystaje na jego propozycję. Skierowany przez urządzenie do najbliższego Burger Kinga, spotyka tam Sarah i proponuje jej dołączenie do swojej podróży. Po czasie, okazuje się naprawdę wielką – magiczny GPS postanowił zaplanować dla pary trasę po całym USA.

Film jest pierwszym dużym projektem Margot Robbie od czasu globalnego sukcesu „Barbie”, przy którym była jednym z produ-

centów. Film ten okazał się najlepiej zarabiającym filmem 2023 roku i do tej pory przyniósł ponad 1,44 mld dolarów dochodu na całym świecie (boxoffice-mojo).

Ostatnim filmem fabularnym Colina Farrella były „Ban-shees of Inisherin” z 2022 r., za który otrzymał nominację do Oscara w kategorii Najlepszy Aktor. Niedawno pojawił się w serialu kryminalnym „Sugar”, grając tytułowego Johna Sugara, prywatnego detektywa z Los Angeles, który bada tajemnicze zniknięcie kobiety.

Nie ustalono jeszcze daty premiery „A Big Bold Beautiful Journey”, ale według doniesień, film jest obecnie w fazie postprodukcji. Niewykluczone, że zadebiutuje w kinach na początku przyszłego roku. Biorąc pod uwagę ogromną popularność grających w nim gwiazd, może okazać się jednym z największych sukcesów kasowych 2025. **RB**



FOTO: FACEBOOK.COM/PEOPLE/COLIN-FARRELL-OFFICIAL, MARGOT ROBBIE, WIKIPEDIA, EVA HINALDI, DOMENA PUBLICZNA, CC BY-SA 2.0

R E K L A M A

Witaj w Radiu Cenzura!

Jesteśmy miejscem, gdzie prawda jest priorytetem i gdzie swoboda słowa kwitnie bez ograniczeń. Naszym celem jest dostarczanie audycji, które otwarcie i bez cenzury poruszają tematy ważne dla społeczeństwa, kultury i życia codziennego. W Radiu Cenzura wierzymy, że ludzie zasługują na pełną informację i różnorodność perspektyw. Nasze programy nie boją się dotykać kontrowersyjnych tematów, analizować wydarzeń społecznych i kulturalnych oraz przeprowadzać odważne wywiady z osobami, które mają coś istotnego do powiedzenia. Naszym celem jest inspirować ludzi do myślenia krytycznie, rozbudzać debatę i tworzyć świadomych obywateli. Przyłącz się do naszej społeczności. Tutaj nie ma tabu – wchodzimy w obszary, których inni unikają. Witamy Cię w Radiu Cenzura, gdzie słowo ma moc, a prawda brzmi bez filtrowania.

#RadioCenzura #BezCenzury #Autentyczność

RADIO CENZURA

R E K L A M A

Polski Ośrodek Społeczno-Kulturalny
zaprasza na:

GRILLA!

10 sierpnia 2024
godz. 19.00
POSK, 20 Fitzwilliam Place, Dublin 2

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!!!

Oferujemy obsługę grilla, węgiel i wspaniałą atmosferę. Prosimy o zabranie ze sobą czegoś na ruszt lub na przekąskę.

Kontakt w razie pytań: 0873734767

FUNKCJONARIUSZ GARDY ZOSTAŁ UZNANY WINNYM NAPAŚCI SEKSUALNEJ NA KOBIETĘ

Policjant skazany za przemoc seksualną



FOTO: CRIMINAL COURTS OF JUSTICE, DUBLIN, WIKIMEDIA, METRO CENTRIC, DOMENA PUBLICZNA, CC 2.0

Funkcjonariusz Gardy został uznany winnym napaści seksualnej na kobietę oraz fałszywego uwięzienia jej na posterunku policji w hr. Wicklow. Do zajścia doszło prawie cztery lata temu.

Ława przysięgłych w procesie Williama Ryana w Dublin Circuit Criminal Court wydała jednogłośnie wydykt 26 lipca po blisko 3,5 godzinach obrad.

William Ryan (41 l.), który od

2013 r. był jedynym funkcjonariuszem stacjonującym w Aughrim (małym miasteczku liczącym ok. 1400 mieszkańców), nie przyznał się do trzech zarzutów napaści seksualnej i jednego zarzutu fałszywego uwięzienia kobiety na posterunku 29.09.2020 r.

Sąd usłyszał, że ofiara, której imienia i wieku nie podano, udała się na posterunek po poradę. Chciała bowiem odzyskać samochód syna, który został zajęty przez Gardai w hr. Carlow poprzedniego dnia.

Jak opisuje „The Journal”, kobieta zeznała przed sądem, że przed udaniem się na posterunek odbyła rozmowę telefoniczną z Ryanem, który nalegał, by przyszła w celu omówienia sprawy. Tuż przed końcem rozmowy telefonicznej powiedział jej, by założyła coś obcisłego.

Według kobiety, gdy była na posterunku, Ryan dwukrotnie zaatakował ją seksualnie, uderzając ją w pośladki i obmacując jej piersi. Zeznała, że następnie zaprowadził ją na górę, gdzie masturbował się, gdy

stała odwrócona od niego. Potem ponownie zaatakował ją seksualnie, penetrując jej pochwę palcem.

Sąd usłyszał również, że zanim kobieta została zabrana na górę, pokazała Ryanowi swoje zdjęcie w stroju kąpielowym, próbując odwrócić jego uwagę.

Składając zeznania podczas trwającego tydzień procesu, Ryan powiedział ławie przysięgłych, że kobieta pokazała mu coś, co określił jako „sprośne zdjęcia”, łapała się za pośladki, pokazywała piersi i sugerystycznie zapytała, czy może mu „dogodzić”. Przyznał, że zdecydował się pójść na górę posterunku, aby się masturbować i powiedział jej, że może odejść lub dołączyć do niego, jeśli chce.

Twierdził, że kobieta poszła za nim na górę i zaspokajała go ręką w kabinie prysznicowej, odwracając twarz od niego, ponieważ było to w czasie pandemii. Zajście seksualne opisał jako całkowicie dobrowolne.

W swoim przemówieniu końcowym do ławy przysięgłych prokurator powiedział, że kobieta spała tylko dwie godziny w nocy poprzedzającej dzień incydentu, ze względu na kwestię dotyczącą samochodu jej syna, a także cierpiała na infekcję zatok i ogólnie czuła się „kiepsko”.

– Czy jest to ktoś, kto byłby zainteresowany aktywnością seksualną krótko po godzinie 10.00 rano na posterunku policji? – powiedział. –

Czy jest to wiarygodne?

Prokurator zauważył, że sąd wysłuchał zeznań męża kobiety, któremu zwierzyła się później tego dnia wieczorem z tego, co wydarzyło się wcześniej:

– Gdyby to była dobrowolna, niegrzeczna aktywność seksualna na posterunku policji, jak opisał to [Ryan], z pewnością ostatnią osobą, której by o tym powiedziała, byłby jej mąż – powiedział prokurator, który dodał, że kobieta była „całkowicie wiarygodnym świadkiem”, a relacja Ryana była „samolubna, całkowicie nieprawdopodobna”.

Sąd usłyszał, że oskarżony powiedział śledczym, kiedy przyszli do jego domu, aby przesłuchać go miesiąc po domniemanym przestępstwie, że „nic się nie stało”.

Obrońca Ryana, w swojej mowie końcowej do ławy przysięgłych, powiedział, że nie było żadnej przemocy ani groźby użycia przemocy i nie było nic, co mogłoby uniemożliwić kobiecie opuszczenie posterunku Garda w dowolnym momencie, gdyby zdecydowała się to zrobić.

Ryan nie zareagował, gdy ogłoszono werdykt ławy przysięgłych. Sędzia wyznaczył datę skazania na 7.11.2024 r. i zatrzymał go w areszcie do tego czasu.

Członkowie rodziny Ryana, w tym jego żona, siedzieli z nim w łóżu oskarżonych, aby go pocieszyć, podczas gdy on rozmawiał ze swoim obrońcą, zanim został zabrany do aresztu. **RK**

30 lat więzienia za przestępstwa seksualne



FOTO: FREEPIK

Były taksówkarz z Dublina został niedawno skazany na 17 lat więzienia za gwałt na dwóch młodych pasażerkach. Wcześniej, w tym samym tygodniu, otrzymał wyrok 13 lat więzienia za podobne przestępstwo popełnione w 2012 r. Łącznie odsiedzi 30 lat.

Skazanym jest ojciec siedmiorga dzieci, Raymond Shorten (50 l.), zamieszkały w Clondalkin (Dublin 22). W czerwcu uznano go za winnego trzech gwałtów przez ławę przysięgłych w Centralnym Sądzie Karnym. Mężczyzna nie przyznał się do winy. Szerzej na temat tej bulwersującej sprawy pisaliśmy w wydaniu NG46 na 28 czerwca.

25 lipca 2024 r. sędzia przewodniczący skazał Shortena na karę dziewięciu lat więzienia w odniesieniu do jednej ofiary i ośmiu lat za gwałt na drugiej ofierze, co daje łącznie 17 lat. Kary pozbawienia wolności za te przestępstwa skazany będzie odbywać kolejno.

Wcześniej, jak pisze „The Irish Times”, w tym samym tygodniu, 22 lipca, Shorten otrzymał wyrok 13 lat pozbawienia wolności za dwukrotny gwałt na siedmioletniej dziewczynie w 2012 r.

W tym przypadku sędzia prowadzący sprawę powiedział, że fakt, iż Shorten, który był przyjacielem rodziny ofiary po raz pierwszy zgwałcił dziewczynkę zaledwie kilka dni po śmierci jej matki, pokazało to, że mężczyzna był całkowicie pozbawiony współczucia i nie obchodziła go krzywda dziecka.

Sędzia prowadzący sprawę o gwałt na pasażerkach taksówki stwierdził, że Shorten nadal stanowi zagrożenie dla społeczeństwa. Zauważył, że naruszył publiczne zaufanie, obierając za cel kobiety, które spodziewały się, że jako pasażerki taksówki będą bezpieczne. Ofiary myślały, że skorzystanie z taksówki to najbezpieczniejszy sposób powrotu do domu po wieczorze spędzonym na mieście.

Kara pozbawienia wolności nałożona za gwałty na pasażerkach taksówki rozpocznie się po zakończeniu kary za gwałt dziewczynce. W związku z tym całkowity okres, jaki Shorten będzie musiał spędzić w więzieniu, wynosi 30 lat, co oznacza, że będzie miał 80 lat, gdy będzie kwalifikował się do zwolnienia.

Shorten będzie odbywał karę w zakładzie karnym Mountjoy w Dublinie, jednak nie poinformowano, czy będzie przetrzymywany w specjalnie wydzielonej części więzienia

z dala od innych więźniów.

Tymczasem, kilka ostatnich artykułów prasowych spekulowało, że Shorten mógł popełnić inne przestępstwa seksualne na przestrze-

ni lat, które nie zostały zgłoszone przez ofiary.

Jeśli jednak zostanie następnie oskarżony o dodatkowe przestępstwa i skazany, może mu grozić jeszcze wyższa kara. **RK**

REKLAMA

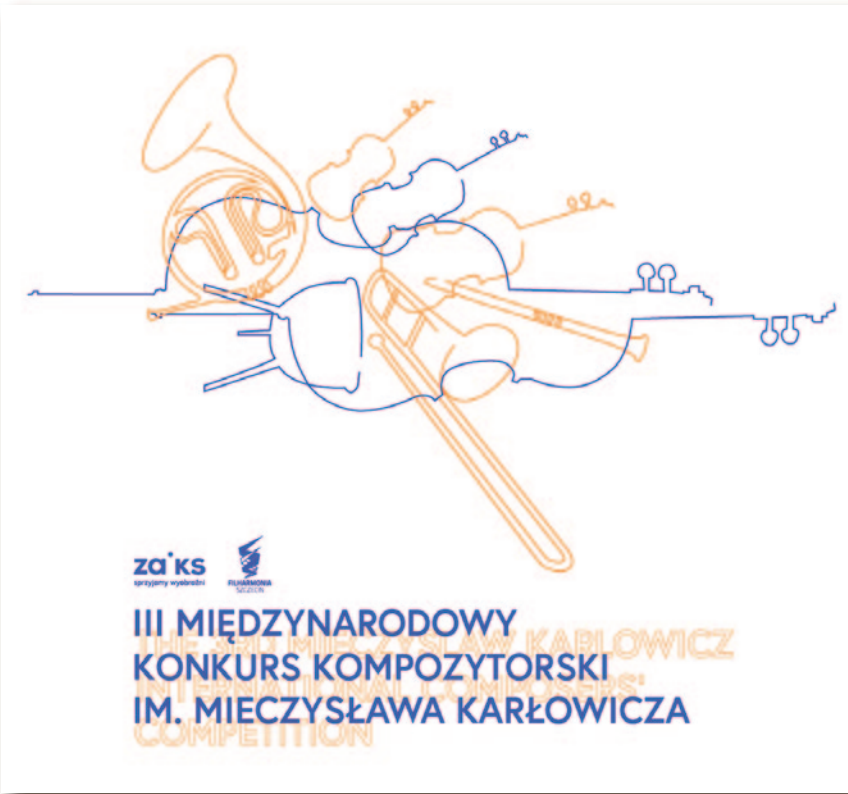
ONLY ON BORROWBOX ALL FORMATS, ONE APP.



Borrow eBooks, eAudiobooks, eMagazines and eNewspapers for free using the BorrowBox app.



Międzynarodowy Konkurs Kompozytorski



Wyjątkowe muzyczne wydarzenie i ogromna szansa na artystyczny sukces dla osób komponujących z całego świata. Po raz trzeci Stowarzyszenie Autorów ZAiKS oraz Filharmonia w Szczecinie ogłaszają wspólnie Międzynarodowy Konkurs Kompozytorski im. Mieczysława Karłowicza. Zgłoszenia można wysłać do 31 sierpnia 2024 roku.

Poprzednie edycje, a co za tym idzie zainteresowanie konkursem i poziom nadesłanych utworów, potwierdziły wysoką rangę wydarzenia i fakt, że stało się ono już marką w muzycznym świecie.

Przypomnijmy, że pierwszy konkurs – z okazji 100-lecia ZAiKS-u, jeszcze bez patrona – odbył się w 2018 roku. Kolejny, I Międzynarodowy Konkurs im. Mieczysława Karłowicza w 2020 roku, druga edycja miała miejsce w roku 2022.

Nieprzypadkowo, że to właśnie Filharmonia w Szczecinie tworzy ten wyjątkowy konkurs wspólnie ze Stowarzyszeniem Autorów ZAiKS. Przestrzeń Filharmonii to znakomite miejsce do zaproponowania

publiczności repertuaru w pełni współczesnego. Bo też finał III Międzynarodowego Konkursu Kompozytorskiego im. Mieczysława Karłowicza, podobnie jak w poprzednich edycjach, będzie regularnym, biletowanym koncertem, a publiczność zostanie zaangażowana w typowanie swojego faworyta. Przedmiotem Konkursu jest kompozycja na orkiestrę symfoniczną o czasie trwania od 9 do 12 minut.

Organizatorzy czekają na utwory oryginalne, dotychczas nieopublikowane, niewykonywane oraz nienagrodzone w innych konkursach.

Pula nagród wynosi 40.000 euro:
I miejsce – 15.000 euro
II miejsce – 11.000 euro
III miejsce – 7.000 euro
dwa wyróżnienia – po 3.500 euro każde.

Finał konkursu w formie koncertu odbędzie się w Filharmonii w Szczecinie, podczas którego publiczność będzie miała możliwość typowania swojego faworyta.

Więcej informacji na stronie www.karlowiczcompetition.pl.

www.polmic.pl, <https://zaiks.org.pl>

REKLAMA

Healthy Bread by Lukas

ZACZNIJ PORANEK

ze świeżym CHLEBKIEM

OFERUJEMY:

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

SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI:

- 📞 Łukasz Gryczka: 089 94 60 247
- ✉ gryczka.lukasz@gmail.com
- 📱 [Healthy bread by Lukas](https://www.facebook.com/HealthybreadbyLukas)

Dostawy prosto do Twojego sklepu/domu

Zamów już dziś z wysyłką do drzwi na terenie całej Irlandii

Spróbuj, a nie zawiedziesz się!

REKLAMA

REKLAMA ADVERTS

ads@ng24.ie

089 401 90 06

089 264 03 50

prasa

internet

social media

REKLAMA

3520_DU

Przygotowywanie wniosków o obywatelstwo irlandzkie



Magdalena Nowacka – usługi doradztwa prawnego

Tel: 087-388-7618

3320_DU

3199_DU

Pożegnanie Ambasadora RP

Drodzy Przyjaciele, 9 miesięcy temu złożyłem listy uwierzytelniające Prezydenta RP na ręce Prezydenta Irlandii. Bardzo dziękuję zespołowi Ambasady, Polonii, korpusowi dyplomatycznemu oraz liczny irlandzki przyjacielom Polski. Dzięki Wam udało nam się z jednej strony kontynuować wiele aktywności, z drugiej – nadać nową dynamikę relacjom polsko-irlandzkim. Z całego serca dziękuję!



Szanowni Państwo, Drodzy Przyjaciele, 25 października 2023 roku miałem zaszczyt złożyć listy uwierzytelniające Prezydenta RP na ręce Prezydenta Irlandii. Od tego momentu mogłem działać bez ograniczeń jako Ambasador RP, pełniąc najlepiej jak potrafię tę zaszczytną i ważną funkcję. Data złożenia Listów jest nie tylko symboliczna, ale pozwala kierownikowi placówki działać, bez żadnych ograniczeń, które w Irlandii są znaczące, podobnie zresztą do wielu innych państw.

Cieszę się, że mogłem powrócić do Dublina, po tym jak wiele lat temu studiowałem na University College Dublin i prowadziłem badania nad doktoratem. Jak obliczyłem w mniejszym lub większym stopniu miałem zaszczyt współpracować z pięcioma moimi poprzednikami, nigdy więc nie traciłem kontaktu z Irlandią.

Przez ten niecały rok udało się nam wraz z zespołem Ambasady z jednej strony kontynuować działania poprzedników, a z drugiej nadać relacjom polsko-irlandzkim nową dynamikę. Jestem przekonany, że w kolejnym roku dyplomatycznym będziemy świadkami jeszcze większego zbliżenia pomiędzy Polską i Irlandią, czego zwiastunem i wyrazem będzie planowanych kilka spotkań na najwyższych szczeblach między naszymi państwami już jesienią bieżącego roku.

Jesteśmy dumni z nowej dynamiki, jaką zyskuje współpraca ekonomiczna. To m.in. zasługa faktu, że po raz pierwszy polskie firmy uczestniczyły w National Construc-

tion Summit – Narodowych Targach Budowlanych i to od razu będąc złotym partnerem wydarzenia, a nasze imponujące stoisko otwierał gospodarz irlandzki, odpowiedzialny m.in. za mieszkalnictwo minister Darragh O'Brien.

Także po raz pierwszy polskie firmy technologiczne i start-upy wzięły udział w Dublin Tech Summit. Nasze stoisko zaraz po oficjalnym otwarciu targów odwiedził minister Dara Calleary, który w ciągu roku dwukrotnie był w Polsce. Już widoczne są owoce tych wydarzeń, a jedna z polskich firm przygotowuje się do budowy fabryki na Zielonej Wyspie. W obu tych wydarzeniach niezwykle ważna była współpraca naszej Ambasady z ZBH w Londynie. Tak więc coraz bliższym relacjom politycznym, towarzysząc coraz bliższe więzi ekonomiczne.

Ogromną rolę w społeczeństwie irlandzkim odgrywa polska diaspora, pomimo że mniejsza niż kilka czy kilkanaście lat temu, wciąż pozostaje największą mniejszością w Irlandii. Jesteśmy dumni z aktywności znakomitych polskich szkół, polskich organizacji, klubów sportowych, bibliotek czy harcerstwa. W wielu miastach już tradycyjnie Polonia biera udział w paradach z okazji Dnia Św. Patryka a także organizowała wspaniałe wydarzenia takie jak festiwale PolskaEire, Polish Heritage Days, Szkolne Olimpiady czy Mini Mistrzostwa świata w piłce nożnej.

Także dzięki działaniom Polonii, coraz mocniej jest obecna w Irlandii polska kultura, polski język, który jest nauczany w wybra-

nych irlandzkich szkołach, oraz można go zdawać na irlandzkiej maturze. Polski język, kultura, historia, ekonomia odgrywają coraz większą rolę także na irlandzkich uczelniach. W Trinity College Dublin – najstarszej irlandzkiej uczelni – od tego roku akademickiego będzie możliwość studiowania języka polskiego jako drugiego kierunku wiodącego. Do wybranych kierunków studiów można będzie dobrać zajęcia z języka polskiego oraz wiedzy o kulturze polskiej i Polsce współczesnej. Od grudnia uczelnia będzie miała aż czterech wykładowców języka polskiego i kultury polskiej. Naszą ambicją jest utworzenie na stałe katedry języka i kultury polskiej na TCD. Tutaj niezwykle istotna jest współpraca z NAWA.

Kontynuowaliśmy także bliską współpracę z innymi uczelniami, gdzie organizowane były wykłady, dyskusje dotyczące współczesnej Polski, ekonomii, nauk ścisłych czy historii. Zainicjowane przeze mnie wykłady „Polska wczoraj i dziś” kontynuacja „Wykładów Łukasiewicza”, wystawy o prof. Janie Łukasiewiczu jak i Pawle Edmundzie Strzeleckim, były obecne na m.in. University College Dublin, Dublin City University, Trinity College Dublin, University College Cork, University of Galway, University of Limerick czy Technological University of the Shannon.

Ważną kwestią jest coraz bliższa i coraz bardziej aktywna współpraca polskich uczelni z irlandzkimi, jako przykład można podać Uniwersytet Jagielloński, który wraz z UCD współpracuje w ramach Una Europa, czy SGH, które ma bliską współpracę z UCD Michael Smurfit Graduate Business School.

Cieszy także fakt, że co roku coraz więcej Irlandczyków wybiera studia w Polsce, a największą popularnością cieszą się studia medyczne oraz weterynaryjne.

Gościnne wykłady dotyczące Polski prezentowali w ostatnim roku m.in. Roger Moorhouse, Marcin Piątkowski, Alistair Harrison, w jesiennym Dublińskim Festiwalu Historycznym, tym razem udział weźmie Clare Mulley, która będzie opowiadać o swojej ostatniej książce poświęconej Elżbiecie Zawadzkiej ps. „Zo”. Także ja miałem okazję brać udział w wielu spotkaniach, debatach i wykładach na irlandzkich uczelniach.

Promowaliśmy w tym roku postacie łączące nasze oba narody takie jak Paweł Edmund Strzelecki, którego humanitarna działalność pozwoliła ocalić co najmniej 200 tysięcy dzieci podczas Wielkiego Głodu, wybitnego logika, filozofa prof. Jan Łukasiewicz, czy Konstancję Markiewicz, rewolucjonistkę, walczącą o niepodległość Irlandii.

W tym roku położyliśmy nacisk na przypomnienie postaci Kazimierza Markiewicza. Jego 150 rocznica urodzin była obchodzona uroczystość w National Gallery of Ireland, w National Library of Ireland oraz w United Arts Club, którego Markiewicz był współzałożycielem.

Z kolei wielce zasłużony dubliński Dom Polski zorganizował wraz z ambasadą wystawę nieznanych wcześniej fotografii Konstancji Markiewicz, które czekały aż 120 lat na pierwszą publiczną prezentację.

Arkadego Rzegockiego z Polonią



Na wystawie znalazły się także kopie dokumentów pokazujące, że irlandzka bohaterka, pierwsza kobieta minister na świecie (nie licząc rządu bolszewickiego), pierwsza kobieta wybrana do Izby Gmin, wystąpiła w 1921 roku z prośbą o polskie obywatelstwo i je otrzymała.

Kolejny rok, w samym centrum Dublinu mogliśmy w prestiżowym Irish Film Institute zobaczyć wybitne polskie filmy oraz spotkać się z reżyserami i aktorami podczas festiwalu Kinopolis.

Inspirowaliśmy współpracę lub zacieśnianie współpracy między irlandzkimi i polskimi instytucjami kultury. Efekty widać na wystawach, konferencjach organizowanych przez poszczególne instytucje szczególnie np. IMMA – Irish Museum of Modern Art.

Placówka była jednym z inicjatorów wspólnego z irlandzkim ministerstwem spraw zagranicznych (Department of Foreign Affairs, DFA) świętowania 20-lecia poszerzenia UE o 10 państw w 2004 roku. Podczas pięknej uroczystości główny nacisk położony był na przypomnienie niezwykłego poematu autorstwa wybitnego irlandzkiego noblisty Seamusa Heaneysa, napisanego z tej okazji i odczytanego przez niego po raz pierwszy właśnie 20 lat temu.

Placówka jeszcze przed 1 maja 2024 rozpoczęła kampanię przypominającą związki wielkiego i niezwykle popularnego w Irlandii poety z polską literaturą, kulturą, ze

znajomością polskich poetów, a szczególnie Czesława Miłosza, Zbigniewa Herberta, Wisławy Szymborskiej, Stanisława Barańczaka. Wybitna pisarka i wdowa po Seamusie – Marie Heaney była moim częstym gościem i zawsze ze wzruszeniem wraz ze swoimi synami i córką wspominała Polskę i relacje Seamusa Heaneysa z Polską, Krakowem i polskimi pisarzami.

Jak powiedziała Marie: „Polska dla Seamusa była najważniejsza – w domyśle po Irlandii”. Promowaniu wiedzy o Kazimierzu Markiewicz, o związkach Seamusa Heaneysa z Polską pomagały także moje artykuły opublikowane w „The Irish Times” czy „The Irish Catholic”.

Organizowaliśmy liczne spotkania z pisarzami najczęściej we współpracy z Literature Ireland, Trinity Centre for Literature and Cultural Translation oraz EUNIC: z Sebastianem Barry’em, Johnem Banville, Rafałem Wojaśińskim, etc.

Ważnym i nowym elementem było promowanie wiedzy o jednym z najstarszych w Polsce (o ile nie najstarszym) manuskrypcie z VIII wieku, który ma wyraźne, mocne irlandzkie wpływy, a który obecnie przechowywany jest na Wawelu, a wcześniej przez wiele stuleci w klasztorze w Tyńcu. Stąd prośba skierowana do benedyktynów w Glenstal Abbey oraz do naukowców z UCC, szczególnie prof. Małgorzaty Krasnodębskiej-D’Aughton oraz O. Jarosława Kurka OSB, o badanie irlandzkie wątków w zdobnictwie i treści tych 27 kazań, które prawdopodobnie pojawiły się

w Tyńcu w XI wieku, być może w związku z pierwszym opatem Aaronem oraz niewykluczone, że miały wpływ na początki naszej państwowości.

To jest ważny historyczny wątek wart dalszego badania, rozszerzający także irlandzkie spojrzenie na mapę średniowiecznej Europy.

Mocny nacisk był kładziony na kwestie szeroko rozumianego bezpieczeństwa. Istnienie polsko-irlandzkiego batalionu w Libanie i jego bardzo pozytywne doświadczenia są dobrym punktem odniesienia.

Podobnie poważne polskie podejście do spraw obronnych było ilustrowane obecnością polskiego Okrętu Wojennego ORP Konradmirał Xawery Czernicki, który przez pół roku przewodził misji NATO. Podobną rolę spełniali polscy eksperci biorący udział w spotkaniach dyskusyjnych na temat dezinformacji i cyberbezpieczeństwa.

Polska i Irlandia mocno wspierają Ukrainę, sama Irlandia przyjęła ponad 100 tys. ukraińskich uchodźców.

Podsumowując, istnieje ogromny potencjał w każdej z wymienionych sfer. Politycznej – bliższe relacje bilateralne, ale i większa współpraca w organizacjach międzynarodowych, szczególnie w UE czy w ONZ.

W sferze ekonomicznej najwyższy czas na zwiększenie intensywności relacji, wzajemnych inwestycji i wymiany handlowej.

Sfera bezpieczeństwa, współpraca militarna wydaje się oczywistością, Polska powinna nadal być krajem dającym dobry przykład innym. Rola polskiej kultury, historii, literatury będzie rosnąć, jeśli w dalszym ciągu będziemy w stanie tak skutecznie pokazywać wspólnotę losu poprzez poszczególne postaci czy wydarzenia historyczne.

Cały czas trzeba i warto wspierać Polonię, która w życiu irlandzkim odgrywa coraz większą rolę i co ważne, jest naszą wizytówką i wielkim promotorem wiedzy o Polsce. Dużo pracy wymaga pokazanie, że Polska jest znakomitą destynacją wakacyjną. Najwyższy czas, żeby oprócz Hiszpanii, Irlandczycy zaczęli wybierać polskie morze, polskie jeziora, polskie lasy i polskie góry, a także piękne polskie miasta, miasteczka i malownicze wsie. Warto zachęcać poszczególne regiony, aby skutecznie się promowały. W ostatnich miesiącach Ambasada pomagała w promocji województwa lubelskiego oraz małopolskiego.

Chciałbym przy tej okazji złożyć ogromne podziękowania moim współpracownikom w Ambasadzie RP w Dublinie, szczególnie tym, których praca jest często niewidoczna, a przyczynia się do profesjonalnego i skutecznego realizowania naszych zadań. Dziękuję także polskiej diasporze i coraz liczniejszemu irlandzkim przyjacielom Polaki. To również dzięki Wam, relacje irlandzkie-polskie są tak dobre, a będą jeszcze lepsze.

Arkady Rzegocki
Ambasador RP w Irlandii

Podpowiadamy, doradzamy

Twoje prawa: Anulowane loty

W przypadku odwołania lotu pasażer ma prawo do wyboru następujących opcji albo zwrotu kosztów biletu w ciągu 7 dni, zmiany planu podróży do miejsca docelowego w najbliższym możliwym terminie lub zmiany planu podróży w dogodnym dla pasażera terminie, w zależności od dostępności miejsc. Pasażer może być również uprawniony do odszkodowania.

Odszkodowanie nie przysługuje, jeśli:

- otrzymałeś powiadomienie o odwołaniu lotu z wyprzedzeniem od 2 tygodni do kilku dni i zaoferowano Ci alternatywny lot o zaplanowanym czasie przylotu.
- jeśli linia lotnicza może udowodnić, że odwołanie lotu było spowodowane nadzwyczajnymi okolicznościami (warunki pogodowe; ograniczenia kontroli ruchu lotniczego; strajki, zagrożenia bezpieczeństwa), których nie można było uniknąć, nawet przy podjęciu wszelkich rozsądnych środków, odszkodowanie nie przysługuje.

Zwroty kosztów i zmiana planu podróży

Jeśli zdecydujesz się na zwrot kosztów i przysługuje Ci odszkodowanie, jego wysokość zależy od rodzaju lotu.

W zależności od czasu oczekiwania należą ci się darmowe posiłki i napoje, bezpłatne zakwaterowanie, jeśli konieczny jest nocleg, także transport między hotelem a lotniskiem, 2 bezpłatne rozmowy telefoniczne, faksy lub e-maile.

Opóźnione loty

To, czy opóźniony lot podlega przepisom ustawy, zależy od odległości trasy i długości opóźnienia. Prawo obejmuje następujące loty:

- opóźnienia wynoszące 2 godziny lub więcej w przypadku lotów o długości do 1500 km.
- opóźnienia wynoszące 3 godziny lub więcej w przypadku wszystkich lotów w obrębie UE o długości ponad 1500 km i wszystkich innych lotów o długości od 1500 do 3500 km.
- opóźnienia wynoszące 4 godziny lub więcej w przypadku wszystkich innych lotów.

Zwrot kosztów

Jeśli lot jest opóźniony o co najmniej 5 godzin, pasażerowi należy zaoferować zwrot kosztów biletu zamiast przelotu. Zwrot kosztów to pełny zwrot kosztów biletu za część lub części podróży, których pasażer nie odbył, oraz za część lub części już odbyte, jeśli lot nie służy już realizacji pierwotnego planu podróży.

W stosownych przypadkach obejmuje on również lot powrotny do pierwszego miejsca wylotu w najwcześniejszym możliwym terminie.

Jeśli linia lotnicza może udowodnić, że opóźnienie było spowodowane nadzwyczajnymi okolicznościami, których nie można było uniknąć, nawet przy podjęciu wszelkich rozsądnych środków, odszkodowanie nie przysługuje.

Odszkodowanie przy zwrocie kosztów

- Loty o długości do 1500 km: 250 euro;
- Loty o długości ponad 1500 km na terenie UE i inne loty o długości od 1500 do 3500 km: 400 euro;
- Wszystkie pozostałe loty: 600 euro.

Odszkodowanie w przypadku zmiany planu podróży

- Loty do 1500 km, opóźnienie 2 godziny lub mniej: 125 euro;
- Loty do 1500 km lub krótsze niż 2 godziny: 250 euro;
- Loty o długości ponad 1500 km w obrębie UE i inne loty o długości od 1500 do 3500 km, opóźnienie 3 godziny lub krócej: 200 euro;
- Loty o długości ponad 1500 km



FOTO: FREEPIK

w obrębie UE i inne loty o długości od 1 500 do 3 500 km opóźnione ponad 3 godziny: 400 euro

- Wszystkie inne loty opóźnione 4 godziny lub mniej: 300 euro
- Wszystkie inne loty opóźnione powyżej 4 godzin: 600 euro

Odległość własnego lotu można obliczyć na stronie www.gcmap.com.

Zmiana klasy podróży

Jeśli pasażerowi zaoferowano miejsce w klasie wyższej niż pierwotnie zarezerwowana, linia lotnicza nie może pobrać dodatkowej opłaty za to miejsce.

Jeśli linia lotnicza zaoferowała ci miejsce w niższej klasie niż kupiłeś, musi zwrócić ci 30-75 procent pierwotnie zapłaconej ceny biletu.

Jak złożyć skargę?

Najpierw złóż skargę do linii lotniczej za pośrednictwem strony: iaa.ie.

Jeśli masz skargę dotyczącą lotu powrotnego do Irlandii z UE/EOG, skontaktuj się z krajowym organem wykonawczym w państwie z którego wyleciał twój lot.

Opr. NG na podst. mat. Citizens Information

Olejkowy świat

ZNAKI ZODIAKU I OLEJKI ETERYCZNE

Olejki eteryczne bardzo dobrze działają na nasz organizm w sposób holistyczny: psychiczny, fizyczny i duchowy.

Dla każdego z nas ważna jest data naszych urodzin. To, kiedy się urodzimy determinuje też nasze życie oraz to, jakimi jesteśmy.

Kolejnym znakiem zodiaku jest Wodnik i olejki eteryczne, które będą wpływać na podniesienie jego wibracji.

Olejki dla osób urodzonych pod znakiem Wodnika od 20 stycznia do 18 lutego

Osoby urodzone pod znakiem Wodnika nieustannie poszukują wolności, której potrzebują, żeby podążać za swoimi marzeniami.

To ludzie inteligentni, kreatywni, niezależni, doskonali myśliciele, wymagający stymulacji umysłowej, aby czuć się zmotywowani.

Olejki eteryczne dla Wodnika, to takie, które pomagają Mu ugruntować się, pobudzić umysł, a także pobudzają kreatywność.

▶ **Cytryna** – olejki cytrusowe mają właściwości antydepresyjne. Odświeża i energetyzuje. Pomaga w koncentracji, likwiduje zmęczenie i wyczerpanie. Olejek ten sprzyja relaksacji, wyciszeniu i motywuje do działania.

▶ **Róża Damasceńska** – jest to olejek niezwykle cenny ze względu na właściwości, jak i sam zapach – trwały i intensywny. Jest afrodyzjakiem, przyciąga spojrzenia innych, podnosi samoocenę. Jest doskonały dla ciała i ducha. Wprowadza do życia równowagę, dodaje pewności siebie i zapewnia doskonale samopoczucie.

▶ **Cynamon** – przyczynia się do prawy samopoczucia. Niezawodny w stanach przewlekłego stresu, napięcia i lęku. Wpływa na poprawę pracy mózgu – funkcje poznawcze, koncentrację i pamięć. Stosowany wspomagająco przy chorobie Alzheimera.

▶ **Drzewo cedrowe** – posiada balsamiczną nutę i ciepło wyczuwalne w aromacie. Dodaje siły i energii, motywuje do działania, ożywia umysł. Stosowany podczas medytacji – oczyszcza umysł. Cedr jest symbolem płodności i obfitości, jest uznawany jako afrodyzjak, pobudza i pozwala wyostrzyć zmysły.

Olejki można wymieszać z olejem bazowym i stosować jako perfumy na miejsca aromaterapeutyczne, np. za uszami. Dobrze jest je zawsze mieć ze sobą dla podniesienia nastroju i energii.

Kasia Mikołajczyk
Facebook.com/
eliksiry.ku.zdrowotnosci



FOTO: KASIA MIKOŁAJCZYK

REKLAMA

8 wrzesień 2024

POŁONIJNE FORUM ZDROWIA W IRLANDII Weź zdrowie w swoje ręce

- Wykłady i ciekawe prelekcje
- Warsztaty dla zdrowia
- Wystawcy rekodzieła i terapii naturalnych



Shoreline Hotel

Donabate, Co. Dublin K36 V064

Ireland

asiaslabon@gmail.com tel. +48 577 466 219

KRZYŻÓWKA

- Poziomo
- 1

przecięcie kości
- 6

przełęcz w Alpach
- 10

mnóstwo, wiele
- 11

miasto nad rzeką Guber
- 12

odmiana drewna mahoniowego
- 14

narośl na ścianach szczelin skalnych
- 17

minerał, kamień półszlachetny
- 19

rzeka w Niemczech
- 20

skamieniałość na dnie jaskini
- 22

1. zaraza piersiowa koni; 2. podręczna flaszka na alkohol
- 27

jednostka jasności powierzchni (stilb)
- 28

1. odłamana tafla lodu; 2. przesmyk Półwyspu Malajskiego
- 29

jednostka masy
- 30

minerał; ruda manganu
- 31

magmowa skała wylewna
- 32

dialekt chińsko-tybetański
- 33

płucodyszny ślimak
- 35

morze; część M. Śródziemnego
- 37

rodzaj nadwozia
- 39

popęd
- 42

gatunek kolibra
- 45

jednostka strumienia magnetycznego (weber)
- 46

skłonność do okrucieństwa
- 47

starożytni członkowie Rady Pięciuset
- 49

pierwiastek chemiczny o wartościowości równej wartościowości helu

- Pionowo
- 1

lekarz wykonujący sekcje zwłok
- 2

surdut męski
- 3

jednostka natężenia pola magnetycznego (ersted)
- 4

kierowca tramwaju
- 5

rzeka w Niemczech
- 6

zespół rozrywkowy
- 7

kolor surowej niebielonej tkaniny, beż
- 8

1. marka samochodu; 2. rzeka, dopływ Odry
- 9

1. zool. boleść; 2. kierunek w muzyce
- 11

nietrwała cząstka subjądrowa
- 13

część, odłamek
- 15

odczynnik krwi
- 16

1. omen; 2. pozostawiony ślad
- 18

płatnerz
- 19

sztuczna inteligencja
- 21

1. aktor grywający role kochanków; 2. kochanek, wielbiciel, adorator
- 23

ogół uprawnień cesarskich; mocarstwo
- 24

zniekształcenie
- 25

1. jednostka ciężaru w starożytnym Rzymie; 2. świetny pilot; 3. najwyższa karta; 4. gatunek skały
- 26

miejsce spacerowe
- 28

białko proste
- 29

gromada pierwotniaków
- 33

gatunek wina
- 34

jezioro w Ugandzie
- 36

miasto w środkowej Nigerii
- 38

kurkuma
- 40

(In) bardzo rzadki pierwiastek chemiczny
- 41

1. otwór w igle; 2. rodzaj pierożków
- 43

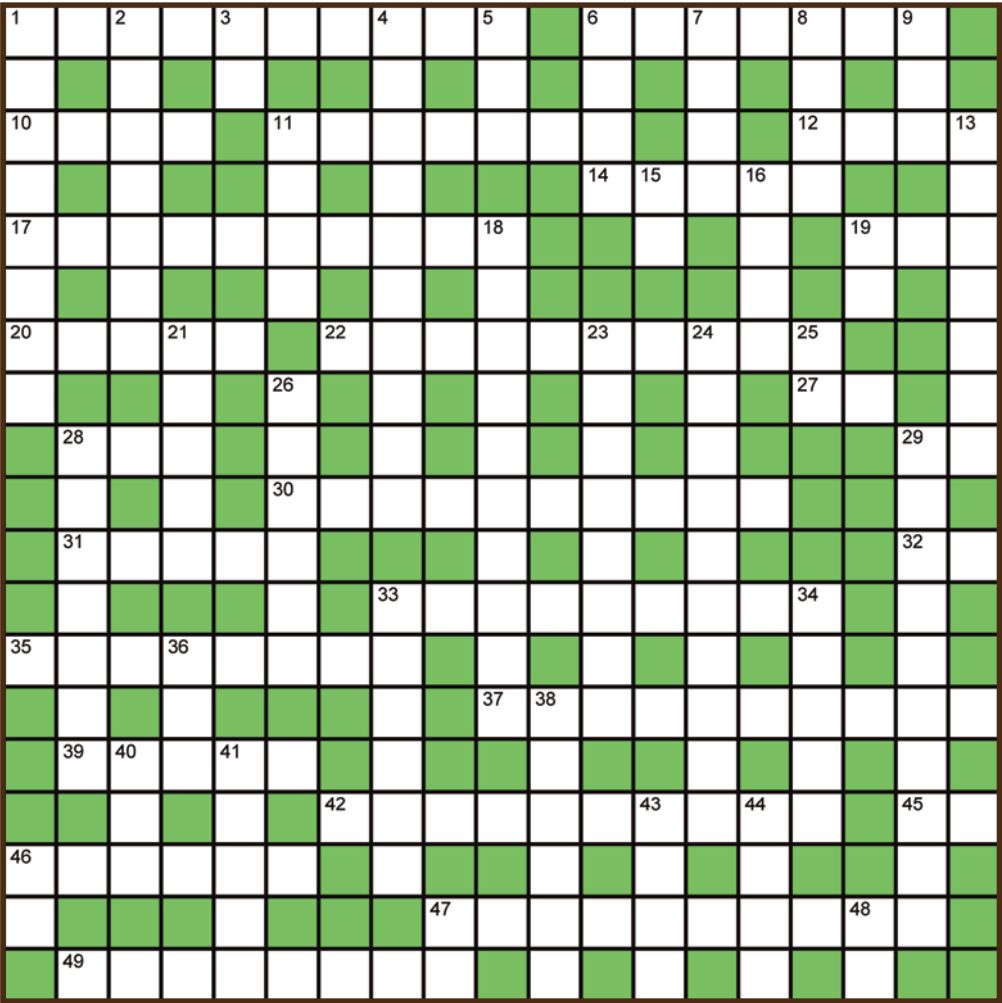
miasto w Jordanii
- 44

miasto w Szwajcarii
- 46

jednostka miary kąta bryłowego (steradian)
- 47

komputer osobisty
- 48

strefa osobowości nieświadomej



FIND
10
DIFFERENCES

SOLUTION

SUDOKU

łatwe ▼

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

średnie ▼

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

trudne ▼

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



HOROSKOP PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 9.08 do 16.08. 2024 r.

przygotowała: Maja Berkano



BARAN

Spełnione ambicje zawodowe. Nadszedł czas na zmiany. Wykorzystaj dobrą energię.



BYK

Idealny czas dla rodziny. Pogłębisz relacje. Pomocni ludzie są wokół Ciebie.



BLIŻNIĘTA

Rozwiążesz problemy w pracy. Wykorzystaj umiejętności komunikacyjne, analityczne.



RAK

Teraz możesz śmiało realizować plany długoterminowe. Skup się na nich i działaj.



LEW

Nadszedł wreszcie upragniony czas uznania Twoich starań. Pokaż swoje talenty.



PANNA

Wprowadź porządek, ułóż logistycznie plany. W tym tygodniu nie działaj spontanicznie.



WAGA

Harmonia w relacjach. Zadbaj o bliskich. Na horyzoncie możliwa przeprowadzka.



SKORPION

Odkryjesz nowe źródła motywacji. Szansa na zmianę pracy lub awans.



STRZELEC

Pojawią się nowe możliwości w życiu zawodowym. Idealny czas na podpisywanie ważnych dokumentów.



KOZIOROŻEC

Twoje relacje z bliskimi wymagają Twojej uwagi i troski. Skup się na tym, co ważne. To teraz priorytet.



WODNIK

Projekty twórcze okażą się sukcesem. Twoje nowe pomysły posłużą Tobie i innym.



RYBY

Zadbaj o emocje. Konieczna równowaga pomiędzy pracą a odpoczynkiem. Zwolnij tempo.

ADVERTS
089 264 03 50

Late Night at the Museum – National Museum of Ireland –



Decorative Arts & History

Dołącz do akcji Late Night at the Museum – National Museum of Ireland – Decorative Arts & History w czwartkowe wieczory, aby wziąć udział w ekscytującym bezpłatnym programie wycieczek, rozmów, sesji obsługi i warsztatów w trzech dublińskich oddziałach National Museum of Ireland.

Odkryj cuda historii, sztuki i nauk przyrodniczych w National Museum of Ireland dzięki naszym bezpłatnym wydarzeniom po godzinach. Należy pamiętać, że Muzeum Narodowe Irlandii – Historia Naturalna jest otwarte

do późnych godzin nocnych do 29 sierpnia 2024 r. Skorzystaj z 10% zniżki w sklepach muzealnych w National Museum of Ireland – Archaeology oraz National Museum of Ireland – Decorative Arts & History.

Kiedy: czwartki, 8, 15; 29 sierpnia; 5, 12 września, godz. 17:00-20:00

Bilety: Wstęp jest bezpłatny i nie jest wymagana rezerwacja.

Gdzie: Collins Barracks, Benburb Street, Dublin, Ireland D07 XKV4
NG, fb: nationalmuseumofireland

REKLAMA

Polonia Piknik
WITAJ SZKOŁO
na wesolo!

1.09.24 niedziela, 11-15.00

MUZYKA NA ŻYWO - LOUIS PIOTR DEFUE
MALOWANIE TWARZY - OKI DOKI F.P.
KOLOROWE ZAJĘCIA ART
SZACHY, WARCABY I IN.
KREDA*ART*MURAL
KIERMASZ KSIĄŻKI
POP-UP LIBRARY
KIERMASZ CIAST
KOLOROWANKI
DINOZAURY?!
NAPoje FREE

ABC EDULIBRARY
CORK, T12 Y6SD
PLAC PRZY BIBLIOTECE

MERCURY
Cash & Carry
Always best value

mir

3523_DU

FREE SUMMER OF FAMILY FUN

Jungle Reptile Show

Saturday 10th Aug, 12noon – 4pm

Shows at 1.30pm, 2.30pm and 3.30pm

FREE Face Painting & Balloon Modelling 12noon-4pm

Jervis

3525_DU

REKLAMA

Czas dla maluchów



Dołącz do nas w każdy czwartek, aby spotkać się z innymi rodzicami i maluchami. Jest to grupa samowystarczalna i dostępny jest wybór odpowiednich zabawek i ręcznie wybranych książek. Wszystkie maluchy i ich dorośli są mile widziani. Rezerwacja nie jest wymagana.

Kiedy: 8, 15, 22, 29 sierpnia, godz. 10:30-12:00

Gdzie: Dolphin's Barn Library, Parnell Road, Dublin, Ireland D12 ET22

facebook.com/DolphinsBarnLibrary

NG,



There's a Little Library Bag for every child!

Pick up their **FREE** Little Library Book Bag at your local library



3518_DU

Mleko – pić czy nie pić?

Sprzecznych argumentów – za i przeciw spożywaniu mleka w dorosłości nie brakuje. Czy faktycznie mleko jest zdrowe dla dorosłego człowieka? Czy pijąc mleko będziemy „wielcy”? W dzisiejszych czasach jest to bardzo wątpliwe.

Obecnie krowy są cały czas faszzerowane środkami chemicznymi: na szybki wzrost, są one pompowane antybiotykami na ogromną skalę (np. metronizadol, który jest środkiem silnie rakotwórczym), a w efekcie mleko jest przeładowane różnorodną chemią.

Sprzyjają temu tzw. wytyczne klimatyczne, które powstały m.in. w następstwie raportu FAO z 2006 roku, który mówi, że „działania związane z hodowlą zwierząt powodują w sumie ok. 18% całkowitych emisji gazów cieplarnianych, za jakie odpowiada nasza cywilizacja” i obecnie zaczyna się podawać krowom związki chemiczne, aby ograniczyć puszczanie ich bąków, i to nie jest żaden żart! Nazwa środka dodawanego do pokarmu krów to 3-nitrooksypropanol. Jest to bardzo drażniąca, żrąca, łatwopalna substancja zagrażająca zdrowiu i życiu. Ale, nie, ponoć jest to dobre dla naszego zdrowia i popra-

wy klimatu, co zakrawa na farsę. Pijemy zatem biały napój, tak zwane „mleko przyszłości” – „mleko-klimatyczne”. A jego twórcy uważają to za wielki sukces, gdyż krowy je dają i emitują mniej metanu.

Możliwe problemy po spożyciu produktów mlecznych:

- gromadzenie śluzu, ponieważ (mleko, serki, jogurty) wychładza organizm, nasila objawy np. astmy (większość śluzu tworzy grubą, kleistą warstwę i odkłada się w postaci złożeń w różnych częściach ciała – przede wszystkim w tych najgorzej funkcjonujących);

- mleko dostępne w sklepach jest produktem wysoko przetworzonym;

- mimo powszechnemu mniemaniu, nie wzmacnia kości, ale je osłabia;

- sterydy i hormony zawarte w krowim mleku, napędzają zbyt nadmiernie nasz układ endokrynologiczny, przysadkę mózgową, tarczycę, korę nadnerczy, jądra i jajniki, co skutkuje zaburzeniami hormonalnymi i nieprawidłową pracą tychże gruczołów;

Dodatkowo, mleko jest silnym alergenem, człowiek z wiekiem traci potencjał do przyswajania mleka

krowiego. Mleko jest pokarmem dla młodych osobników zaraz po urodzeniu (człowiek łamie te naturalne prawo i wykorzystuje mleko innych ssaków – a przede wszystkim krowy – do karmienia-pojenia swojego gatunku, co jest wbrew naszemu organizmowi).

Mleko rozwija stany zapalne w organizmie człowieka, szkodzi chorym na hashimoto, niedoczynność tarczycy, Gravesa-Basedowa (są to choroby autoimmunologiczne a hormony zawarte w mleku krowim pogłębiają jeszcze ten proces chorobowy);

- podnosi znacząco poziom wolnych androgenów, zmniejsza stężenie estrogenów;

- może być karcenogenne ze względu na zanieczyszczenie hormonami, antybiotykami (coraz więcej badań wskazuje, że spożywanie dużych ilości produktów mlecznych może zwięks-



szać ryzyko raka prostaty, pęcherza moczowego, jajników, piersi);

- pogarsza stan osób chorujących na refluks, wrzody żołądka, niestrawność żołądka;

- może przyczyniać się do rozwoju chorób sercowo-naczyniowych, które są efektem produkcji homocysteiny, która to blokuje żyły i tętnicę, a także osłabia tkankę łączną;

- może zwiększać ryzyko cukrzycy i otyłości;

- może przyczyniać się do tworzenia się kamieni w nerkach; Alternatywą dla mleka krowiego może być:

- mleko kozie;

- kokosowe;

- z orzechów: nerkowców, laskowych, makadamia, migdałowe

- słonecznikowe, sezamowe, kokopne;

- ryżowe;

- owsiane;

- orkiszowe.

Maciej Jaworski FAT OUT

Autor mieszka od 19-lat w Irlandii (Co. Cork) w wolnym czasie uwielbia czytać książki, gotować oraz spacerować z psem – Staffikiem. 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.

Młodzi single zadowoleni z życia w pojedynkę

Dzisiejsi nastoletni single są bardziej zadowoleni z bycia stanu wolnego niż ich rówieśnicy 10 lat temu – wynika z badań niemieckiego Uniwersytetu Johanna Gutenberga w Moguncji. Ich autorzy podkreślają, że może to być następstwem obserwowanych w ostatnich latach trendów, kiedy spada liczba małżeństw i są one zawierane przez coraz starszych ludzi. Bycie singlem stało się bardziej normalne i akceptowalne w społeczeństwie. Większej satysfakcji ze stanu wolnego badacze nie stwierdzili jednak wśród starszych grup badanych.

– W naszym badaniu zadaliśmy pytanie, czy dzisiejsi single są bardziej zadowoleni z bycia stanu wolnego niż w przeszłości, tj. 10 lat temu. Wykorzystaliśmy dane z niemieckiego longitudinalnego badania reprezentacyjnego. Stwierdziliśmy, że nastolatki zgłaszają wyższy poziom zadowolenia z bycia singlem w porównaniu do osób 10 lat starszych – mówi dr Tita Gonzalez Avilés, badaczka w Instytucie Psychologii na Uniwersytecie Jana Gutenberga w Moguncji.

Badacze doszli do takich wniosków na podstawie informacji dostarczonych przez prawie 3 tys. uczestników w różnym wieku (14–40 lat) w dwóch różnych okresach: między 2008 i 2011

rokiem oraz między 2018 a 2021 rokiem. Z badań wynika, że to właśnie najmłodsi respondenci, między 14. a 20. rokiem życia, są dziś bardziej zadowoleni z bycia singlem niż ich rówieśnicy przed dekadą.

– Stwierdziliśmy, że single są teraz bardziej skłonni do życia poza związkiem, odczuwają większą satysfakcję ze swojego statusu i zgłaszają mniejszą potrzebę bycia w związku niż 10 lat temu. Stwierdziliśmy tę różnicę

u nastolatków, ale nie u dorosłych po 20. i po 30. roku życia. (...) Bycie singlem stało się bardziej normalne i akceptowane w społeczeństwie. Zdaje się, że nastolatki reagują na te zmiany, więc mogą odczuwać większą satysfakcję i mniejszą presję, żeby być w związku – tłumaczy dr Tita Gonzalez Avilés.

Nastolatki urodzeni w latach 2001–2003 wykazywali o 3 proc. większe szanse na bycie singlami w porównaniu z nastolatkami urodzonymi 10 lat wcześniej, czyli między 1991 a 1993 rokiem. Ten wzrost odsetka singli odpowiada zwiększonemu zadowoleniu z bycia singlami wśród nastolatków urodzonych później.

Jak wskazuje, to odzwierciedlenie trendów w społeczeństwach zachodnich. Od lat statystyki pokazują spadek zawieranych małżeństw, rośnie za to odsetek rozwodów oraz udział jednoosobowych gospodarstw domowych. Według danych dotyczących 32 krajów OECD mamy do czynienia również z coraz wyższym wiekiem zawierania pierwszego małżeństwa. Na początku lat 90. dla kobiet było to średnio 22–27 lat, a dla mężczyzn 24–30 lat. W 2020 roku te procenty wynosiły odpowiednio 27–33 lata oraz 29–35 lat. Średnia wieku zawarcia małżeństwa dla kobiet wynosi dziś 30,7 lat, a dla mężczyzn – 33,1 lat.

– Nasze badanie pokazuje, że bycie singlem nie jest zawsze postrzegane w ten sam sposób w danym czasie, ale także, że można tutaj obser-

wować zmiany na lepsze. Single są w mniejszym stopniu stygmatyzowani, doświadczają mniejszej presji w kierunku nawiązywania romantycznych relacji i czują się spełnieni poza związkiem, nie odczuwają w związku z tym żadnego braku. (...) Zajmowaliśmy się dziesięcioletnim przedziałem czasowym, ale myślę, że kiedy będziemy mieć do czynienia z okresem 50 lub 100 lat, będzie można zaobserwować dalszy wzrost satysfakcji w grupach nastolatków i osób dorosłych oraz mniejszą presję nawiązywania romantycznych relacji. Moim zdaniem będzie to jedna z najważniejszych zmian – presja bycia w związku i zawierania małżeństw z czasem się zmniejszy i trend, o którym mówimy, ulegnie nasileniu w dłuższej perspektywie czasowej.

Badaczka podkreśla, że nastolatki podchodzą do relacji romantycznych w bardzo podobny sposób jak ich rówieśnicy 10 lat temu.

To, co jest inne, to sposób poznawania partnerów. Dziś coraz większą rolę odgrywa internet.

– Wiele osób poznaje potencjalnych partnerów za pośrednictwem znajomych i grup rówieśniczych. Nadal jest to dla nastolatków ważny kontekst, jeśli chodzi o poznawanie partnerów romantycznych. W ciągu ostatnich kilku lat zwiększyło się jednak korzystanie z internetowych serwisów randkowych, które stało się ważnym i skutecznym sposobem na poznanie partnera – mówi ekspertka. **Newseria**



Rozwiązania z nr NG51

Krzyżówka z nr NG51 Poziomo: 1 WIO, 3 MONGOLIZM, 8 LAME, 10 MX, 11 KG, 12 MILLEFIORI, 15 LATAWICA, 17 EA, 18 NITROFOSKA, 19 RAMPA, 21 LIZYS, 22 SROKA, 23 OG, 24 BAKWE, 27 TRACZ, 29 WASUBANDHU, 31 HŁASKO, 32 RYK, 34 LM, 35 PAPUGORYBY, 36 ABBON, 37 ZŁO, 38 DEMOSTENES, 40 ALZ, 41 ID, 42 TOKIO, 43 EKRAPOPLAN, 45 ABSURDALNY, 46 ZU, 47 SZAFOT, 49 TROLIT, 52 MB, 55 SB, 57 LX, 58 UCHO, 59 JOINT, 60 BZYG, 61 AUTORAMENT. **Pionowo:** 1 WIELORYB, 2 OM, 4 OŚWIK, 5 GALANTYNA, 6 IZMIR, 7 MELAFIR, 8 LEE, 9 MDI, 11 KIERNÓZ, 13 FIKSATUAR, 14 OE, 16 TUM, 20 ALEKSANDER, 22 SZARAPANINA, 25 KOŁOBRZEG, 26 PULPET, 28 CHRYZOKOLA, 29 WOLUMIN, 30 DYGAŚNIKI, 33 KROKODYL, 36 ATANAZY, 39 SEPET, 42 TADAMAJT, 44 ARA, 47 SUS, 48 FU, 50 RE, 51 LAKA, 53 MANC, 54 ALB, 56 BUG, 57 LOA.

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

Międzynarodowy Konkurs na plakat

Trwa szósta edycja Międzynarodowego Konkursu Plakatu We Want Jazz, organizowanego przez Fundację EuroJAZZ. Termin nadsyłania prac mija 30 sierpnia, a 22 września w Browarach Warszawskich odbędzie się wernisaż wystawy finałowej.

Tegoroczny konkurs poświęcony jest Krzysztofowi Komedzie, jednemu z naj-

ważniejszych polskich jazzmanów i światowych kompozytorów muzyki filmowej.

Rozpoznawalność przyniosła mu współpraca z reżyserem Romanem Polańskim, która zaowocowała kultowymi obrazami, takimi jak: „Nóż w wodzie” czy „Dziecko Rosemary”, „Nieustraszeni łowcy wampirów”. Jego płyta „Astigmatic” zaliczona została przez światowych krytyków do najważniejszych wydarzeń w historii polskiego jazzu. Konkurs o tytule „Komeda 55”, skierowany głównie do artystów grafików, nawiązuje do 55. rocznicy śmierci muzyka, która

przypada w tym roku. Na prace konkursowe organizatorzy czekają do 30 sierpnia 2024 roku. Rozstrzygnięcie konkursu odbędzie się 12 września. Wręczenie nagród i otwarcie wernisażu finałowych prac odbędzie się po raz pierwszy w Browarach Warszawskich, 22 września. Szczegóły i regulamin konkursu można znaleźć na <http://www.wewantjazzcompetition.com/>. NG, [wewantjazzcompetition.com](http://www.wewantjazzcompetition.com)

6th "We Want Jazz"

Poster Competition

KOMEDA

theme:

Prize: 12 000 PLN

Start: June 10, 2024

Organizer: euroJazz

Sponsor: BROWARY WARSZAWSKIE

Partner: BOŚZ

Ministerstwo Kultury i Dziedzicenia Narodowego

WARSZAWA

KULTURA

Infokomunikacja o wydarzeniach kulturalnych i kulturalnych wydarzeniach w ramach programu Narodowego Centrum Kultury - Informacja, Edukacja, 2024

FOTO: WWW.WEWANTJAZZCOMPETITION.COM

REKLAMA

3505_DU

chillout entertainment

THE GRAND SOCIAL

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

NIEDZIELA

13.10.2024

DUBLIN

GRUBSON

20 LAT NA SCENIE

+ JARECKI + DJ BRK

TICKETS: BILETY.NG24.IE

DOORS OPEN 7 PM

3493_DU

ALTERNATIVE4

HVPPYSAD

21.09.2024 8PM Crane Lane CORK

22.09.2024 7PM Button Factory DUBLIN

BILETY: €45

ALTERNATIVE4

printout

BILETOWO

NG

TRD

Shrek DUBLIN

RADIO CENZURA

Mróz

3479_DU

Celtyckie piwo

Brązowy napój z pianą

Pochodzenie Celtów nie zostało dokładnie wyjaśnione. Wiadomo tylko, że wywodzili się z terenów środkowych Starego Kontynentu. Na skutek migracji dotarli na Wyspy Brytyjskie, Półwysep Iberyjski, a także na Bliski Wschód, gdzie zwano ich Galatami. Znani byli ze szczególnego umiłowania do piwa, wyrabianego przez nich w kolorze ciemnego brązu.

Nie znali pisma, ale pili piwo

Celtowie nie znali pisma, zatem nie pozostawili dokładnej receptury trunku. Inni ludy przedstawiali Celtów zawsze jako wysokich, zarośniętych jasnymi włosami, niebywale walecznych i... na lekkim rauszu. Opisywano też ich gościnności – chętnie raczyli swoich gości ciemnym piwem.

Rzymski pisarz Polibiusz w trzeciej księdze „Dziejów” bardzo dokładnie opisuje zwyczaje Celtów, którzy zamieszkiwali tereny dzisiejszej Francji. Wspominał, że gdy tylko pojawili się na terenach Francji, popadli w konflikt z tubylcami na skutek swojego opilstwa i obżarstwa. Bez ustanku popijali jakiś ciemny napój z beżową pianą, po którym pluli, wymiotowali i głośno przeklinali.

Słowa Juliusza Cezara

W utworze „O wojnie galijskiej” Juliusz Cezar pisał, że Celtowie różnią się między sobą mową, obyczajami i prawem. Najdzielniejsi mieli być Celtowie zamieszkujący Belgię. Byli najbliżsi do kultury i cywilizacji zajmującej się ku-



FOTO: FREEPIK

piectwem, co spowodowało, że nabyli złych cech niewieścich. Cezar wspominał też, że pili piwo, po którym bekali niczym barany, popadając przy tym w dziwne szaleństwo.

Sztuka piwowarska

Celtowie w doskonały sposób opanowali sztukę piwowarską. Diodor Sycylijski tak pisze o napojach alkoholowych, wyrabianych przez plemiona celtyckie:

„Od kiedy łagodne usposobienie klimatu zostało zniszczone przez nadmierny chłód, ziemia ich nie obraża ani winoroślą, ani drzewem oliwnym, zatem wszyscy Celtowie, pozbawieni tychże płodów ziemi, sporządzają trunek z jęczmienia, który nazywają „zythos” czyli piwem, a piją też wodę, w której rozcieńczają plastry miodu... Celtowie są nad wyraz mocno uzależnieni od piwa, w którym uwielbiają zlizywać wielkimi ozorami pianę. Aby ona im podczas picia nigdy nie opadała wrzucają oni do swoich pucharów „kamienną bańkę”, po czym potrząsając kuflem, bańka ta wzburza piwo powodując na jego powierzchni ciemną pianę”.

Jakie były piwa celtyckie

Celtyckie piwa nosiły nazwy: Cervesia, Caelia lub Cerea. Celtowie niekiedy używali swoich bujnych włosów jako filtru do piwa. Ich trunek był bowiem zawieszisty i mętny. Kochali też uczty, które trwały nawet kilka dni. Podczas nich popisywali się piciem piwa, konkurując w tym, czyje wasy najlepiej filtrują gęsty napój.

Kobietom nie pozwalano pić piwa, bowiem sądzono, że skłania je do zdrady. Mężczyźni zaś, pijąc piwo chętnie słuchali dźwięków harfy – z tego powodu instrument ten do dziś można znaleźć na puszkach złocistego napoju.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

R E K L A M A

Kup bilet na
bilety.ng24.ie
Wspieramy polskie wydarzenia!

Kup bilet na
bilety.ng24.ie
Wspieramy polskie wydarzenia!

DUBLIN THE SOUND HOUSE DUBLIN

chillout entertainment

MOLESTA EWENEMENT

the sound house

DOORS OPEN 7 PM

TICKETS ON:
BILETY.NG24.IE

16/11/2024

SATURDAY

HIP HOP NIGHT / CHILLOUT ENTERTAINMENT

DUBLIN DUBLIN DUBLIN DUBLIN DUBLIN

1ST FLOOR, 28 EDEN QUAY, NORTH CITY, DUBLIN, D01 DE44

MOLESTA EWENEMENT