

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 63, 25.10.2024, rok II, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie

REKLAMA

Tu kupisz bilety
na imprezy:

www.bilety.ng24.ie

Sprawdź,
co jest
grane!



3250_DU

Zakaz przewozu e-hulajnóg

czytaj str. 3

Poznaj Laureatki
Konkursu
Woman in Business
Award 2024

czytaj str. 8

W obawie o bezpieczeństwo

Od początku ub. r. wydano ponad 1,6 mln euro na instalację lub modernizację systemów bezpieczeństwa w domach polityków i innych urzędników państwowych.

czytaj str. 5

Irlandzka Komisja Ochrony Danych Osobowych (DPC) sprawdzi, czy metody weryfikacji stosowane przez Ryanair są zgodne z GDPR

Weryfikacja biometryczna Ryanaira pod lupą

czytaj str. 6

PODPOWIADAMY, DORADZAMY

Co niesie Budżet na 2025 rok?

Podatki i ulgi

czytaj str. 10

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

3210_DU

FG Anderson & Gallagher
SOLICITORS

KANCELARIA PRAWNA

WWW.POLSKIADWOKATIRLANDIA.IE

● 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.

REKLAMA

3468_DU

ODSZKODOWANIA ZA WYPADKI
I OBRAŻENIA OSOBISTE* NIERUCHOMOŚCI

POLSKI^PRAWNIK.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

3204_DU

Przydatne kontakty

AMBULANS, POLICJA, STRAŻ POŻARNA

112

BEZDOMNOŚĆwww.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 DEPARTMENTredakcja@ng24.ieeditor@ng24.ie

Beata Bieniada, Anna Domańska, Radosław Kotowski,

Krystyna Zielińska

WSPÓŁPRACA

Marta Adamska, Maja Berkano, Paweł Bury, Paweł Cherek,

Agnieszka Dujka, Maciej Jaworski, Marta Kaźmirak, Kasia

Mikołajczyk, Adrian Sukiennik, Ewa Michałowska-

Walkiewicz, Szymon Urbanek, Emilia Zych

KOREKTA

Zespół

DYSTRYBUCJAdystribucja@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.

Dawno, dawno temu...

Wizyta JFK w Irlandii

8.11.1960 r. John Fitzgerald Kennedy przeszedł do historii, gdy wygrał wybory w Stanach Zjednoczonych, nieznacznie pokonując Richarda Nixona. 20.01.1961 r. złożył przysięgę w Waszyngtonie i został zaprzysiężony jako 35. prezydent Stanów Zjednoczonych.



Zwycięstwo Kennedy'ego miało pod wieloma względami historyczne znaczenie dla Stanów Zjednoczonych. Mając 43 lata, był najmłodszym kandydatem kiedykolwiek na wybranym na tak wysoki urząd. Był również pierwszym prezydentem, który urodził się w XX w. (29.05.1917 r.) oraz jedynym katolikiem, który kiedykolwiek piastował ten urząd.

Był też potomkiem irlandzkich imigrantów zarówno po stronie ojca, jak i matki. Ten fakt według wielu historyków odegrał kluczową rolę w wygraniu wyborów przez Kennedy'ego, ponieważ otrzymał ogromne poparcie milionów Amerykanów o irlandzkim pochodzeniu.

W żadnym innym kraju poza Stanami Zjednoczonymi Kennedy nie był tak szanowany i podziwiany tak, jak w kraju swoich przodków, którzy byli bardzo dumni ze zwycięstwa Kennedy'ego, będącego prawnikiem biednych irlandzkich imigrantów, którzy, podobnie jak miliony innych, opuścili Szmaragdową Wyspę dawno temu, w nadziei na zbudowanie lepszego życia za granicą dla siebie i swoich dzieci.

Zdobycie prezydentury przez JFK było nie tylko zwycięstwem jego samego i jego partii politycznej. Było to zwycięstwo Irlandczyków na całym świecie i żywy dowód na to, że Ameryka jest rzeczywiście krajem możliwości.

Wiosną 1963 r., kiedy ogłoszono, że JFK odwiedzi Irlandię pod koniec czerwca, wiadomość ta wywołała powszechną euforię w społeczeństwie irlandzkim. Po raz pierwszy w historii, rządzący amerykański prezydent miał odwiedzić Irlandię – co więcej, był „Irlandczykiem”.

Tak, urodził się w Bostonie, jego akcent był inny, ale wciąż miał wielu krewnych mieszkających w Irlandii i wyglądał tak, jakby mógł być amerykańskim kuzynem każdego Irlandczyka. Ale nie był. Był prezydentem Stanów Zjednoczonych.

Dziewięć dni przed planowanym przyjazdem do Irlandii, prezydent Kennedy zapytał irlandzkiego ambasadora w Waszyngtonie, T.J. Kiernana: „Co słysząc w Irlandii?”. Kiernan odpowiedział: „Publiczny entuzjazm zmierza w kierunku hysterii”.

Pradziadek JFK ze strony ojca, Patrick Kennedy, opuścił swój rodzinny dom w Dunganstown w hr. Wexford i wyemigrował z Irlandii podczas Wielkiego Głodu pod koniec lat czterdziestych XIX w., a następnie znalazł pracę w Stanach Zjednoczonych jako bednarz. W 1849 r. poślubił Bridget Murphy, która urodziła się ok. 1827 r. w Owenduff w hr. Wexford. Dziewięć lat później została wdową z czwórką małych dzieci, z których najmłodszym był Patrick Joseph Kennedy, dziadek Johna F. Kennedy'ego.

W listopadzie 1887 r. Patrick Joseph „P.J.” Kennedy poślubił Mary Augustę Hickey, córkę Jamesa Hickeya z Cork w Irlandii i Margaret M. Field, również z Irlandii. Ich syn, Joseph Patrick Kennedy, ojciec Johna F. Kennedy'ego, urodził się 6.09.1888 r. w East Boston.

Pradziadek JFK ze strony matki, Thomas Fitzgerald, urodzony w 1823 r. w Bruff w hr. Limerick, wyjechał z Irlandii do Stanów Zjednoczonych w 1854 r. Ożenił się z Rose Anną Cox, urodzoną w hr. Cavan w 1835 r., która później została matką Johna Francisa Fitzgeralda, który przyszedł na świat w Bostonie w stanie Massachusetts 11.02.1863 r.

18.09.1889 r. John Francis (pseudonim „Honey Fitz”) poślubił Mary Josephine Hannon z Acton w stanie Massachusetts. Była ona córką Michaela Hannon i Mary Ann Fitzgerald, którzy urodzili się w Irlandii. Ich córka, Rose Elizabeth Fitzgerald, urodziła się 22.07.1890 r. w Bostonie. Była matką Johna F. Kennedy'ego.

Z tak rozległym irlandzkim pochodzeniem po obu stronach rodziny, korzenie JFK zaskarbiły mu sympatię irlandzkiej publiczności, wraz z jego zrelaksowanym, ale elokwentnym sposobem mówienia, jego urokiem i charyzmą, a także młodzieńczą urodą, która nie zdradzała oznak wielu chorób i przewlekłego bólu pleców, które nękały go przez całe dorosłe życie.

Prezydencki samolot JFK, znany jako „Air Force One”, wylądował na lotnisku w Dublinie krótko przed godziną 20.00 wieczorem w środę 26 czerwca. Wcześniej tego dnia prezydent wygłosił historyczne przemówienie „Ich bin ein Berliner” w Berlinie Zachodnim. Jego żona Jacqueline „Jackie”, nie towarzyszyła mu w podróży, ponieważ była w tym czasie w ciąży.

Po przybyciu na lotnisko w Dublinie kolumna prezydencka ruszyła w stronę miasta, kiedy zapadał zmierzch. Kennedy pomachał tłumom, stojąc w otwartym cadillacu, gdy ten pędził z prędkością nie wyższą niż 10 km/h wzdłuż O'Connell Street i wokół College Green. Reporterzy zauważyli entuzjazm zwłaszcza młodych kobiet, z których niektóre krzyczały ze swoich biur na Dame Street: „Witamy, Jack” i „Zostań z nami, Jack”.

Kennedy spędził noc w Áras an Uachtaráin, rezydencji prezydenta Irlandii Eamona de Valery, znajdującej się w Phoenix Park. Następnego dnia, pierwszym przystankiem na trasie JFK była wizyta w New Ross w hr. Wexford i odwiedzenie domu przodków rodziny Kennedych w Dunganstown, małego, prostego domu, w którym urodził się i dorastał jego pradziadek Patrick.

➡ czytaj dalej na str. 4.

Zakaz przewozu e-hulajnóg

PRZEWOŻENIE HULAJNÓG ELEKTRYCZNYCH WE WSZYSTKICH ŚRODKÓW TRANSPORTU PUBLICZNEGO ZABRONIONE

Krajowy Urząd Transportu (NTA) ogłosił w sierpniu plan wdrożenia nowego ograniczenia, które we-
szło w życie 7 października. Zakaz przewożenia hulajnóg obejmuje wszystkie hulajnogi elektryczne, [w tym te, które można złożyć.

Przepis obowiązuje we wszystkich usługach transportu publicznego w Irlandii obsługiwanych na podstawie umowy z NTA, w której skład wchodzi m.in. Dublin Bus, Luas, Bus Éireann, Go-Ahead Ireland, Iarnród Éireann i usług autobusowych TFI Local Link.

Zakaz nie dotyczy rowerów elektrycznych ani zwykłych hulajnóg.

NTA podjęła decyzję ze względu na obawy dotyczące bezpieczeństwa akumulatorów litowo-jonowych, które są powszechnie stosowane w hulajnogach elektrycznych.

Zgodnie z dokumentem opublikowanym na stronie internetowej NTA, „akumulatory litowo-jonowe, które są powszechne w takich urządzeniach, mogą rozwinąć wewnętrzne usterki, prowadzące do tak zwanej ucieczki termicznej, w wyniku której akumulator ulega przegrzaniu, prowadząc do coraz wyższych temperatur i potencjalnie powodując emisję toksycznych oparów, ekstremalnie gorąco, pożar lub wybuch. Pożary akumulatorów litowo-jonowych wybuchają w wyższej temperaturze (od 1000 st. C do 2000 st. C) niż pożary obejmujące materiały konwencjonalne i są szczególnie trudne do ugaszenia”.

W ub. r. doszło do kilku incydentów, w których akumulatory litowo-jonowe w hulajnogach elektrycznych zapaliły się w środkach transportu publicznego w różnych miastach, w tym w Madrycie i Barcelonie. Choć jak do-
tąd nie odnotowano ofiar śmiertelnych w wyniku tego typu zdarzeń, szereg incydentów skutkowało poważnymi obrażeniami ludzi i znacznymi szkodami, w tym nawet całkowitą utratą wagonów kolejowych.

Obecnie podobne ograniczenia dotyczące przewożenia hulajnóg elektrycznych w transporcie publicznym zostały wprowadzone w wielu miastach w Europie, w tym w Berlinie i Londynie.

Hulajnogi elektryczne są stosunkowo nowym produktem i nie były regulowane prawnie w Irlandii do początku tego roku. Kontrola jakości ich konstrukcji nie jest zatem tak dopracowana lub dobrze rozwinięta, jak w przypadku rowerów elektrycznych i skuterów, które są regulowane od dłuższego czasu. Ponadto rodzaj akumulatorów stosowanych w rowerach elektrycznych i skuterach nie stwarza takiego samego ryzyka jak akumulatory litowo-jonowe.



Fógra Tábhachtach - Important Notice

Cosc ar scúitair leictreacha ar bord.



No e-scooters allowed on board.

REKLAMA

STREFA PARTNERSKA SEKS, MIŁOŚĆ, ZWIĄZKI



Czym jest satysfakcja seksualna w związku?
Jak ją odkrywać, budować i rozwijać?
O tym i więcej będą rozmawiały:



Mariola Mastek
Psychoterapeutka



Katarzyna Cieszyńska - Odedina
Psychoterapeutka i edukatorka seksualna

PIĄTEK 25.10 2024

ONLINE NA ŻYWO NA PLATFORMIE ZOOM

19.00 - 20.30 czasu Irl

20.00 - 21.30 czasu Pl

WIĘCEJ INFORMACJI I ZAPISY

+353 876 49555

info@ckudublin.org



www.ckudublin.org



3587_DU

REKLAMA

CRIMMINS HOWARD
SOLICITORS ŚWIADCZY

USŁUGI PRAWNE
DLA POLSKICH KLIENTÓW

SPECJALIZUJEMY SIĘ W:

- Wypadki drogowe*
- Wypadki w pracy*
- 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.

3300_DU

Rzadsze kursy busów w Cork



FOTO: JOACHIM KOHLER BREMEN, WIKIMEDIA, DOMENA PUBLICZNA, CC BY-SA

Od niedzieli 20 października usługi na wielu najbardziej ruchliwych trasach autobusowych w Cork zostaną ograniczone ze stosunkowo niewielkim wyprzedzeniem.

Na spotkaniu z Radą miasta Cork, które odbyło się niecałe dwa tygodnie wcześniej, Bus Éireann poinformowało lokalnych urzędników o planach ograniczenia kursów na trasach o dużej częstotliwości: nr 202, 202A, 205, 208, a także na całodobowej linii autobusowej nr 220.

Autobusy linii nr 202 i 202A będą teraz kursować co 30 min., a nie jak wcześniej co 20 min., od poniedziałku do piątku. Autobusy na trasach nr 205 i 2020 będą

kursować co 20 min., zamiast co 15 min., od poniedziałku do piątku. Autobusy na trasie nr 208 będą kursować co 15 min., a nie co 10, od poniedziałku do piątku, z podobnymi zmianami w sobotnich i niedzielnych rozkładach jazdy.

Firma twierdzi, że cięcia są tymczasowe, ale nie jest w stanie powiedzieć, kiedy kursy zostaną przywrócone do poprzedniego rozkładu.

Bus Éireann, który realizuje kontrakt na terenie miasta Cork na 25 trasach twierdzi, że redukcja przejazdów wynika z kilku czynników, w tym ciągłego braku wystarczającej liczby kierowców, braku pasów dla autobusów, korków ulicznych, nieprzepisowego korzystania z przystanków autobusowych i braku egze-

kwowania przepisów parkingowych.

Jednak zmiany, które zostały wprowadzone na różnych trasach autobusowych, poprawiają punktualność, a tym samym zwiększają niezawodność całej sieci. Innymi słowy, mniej autobusów będzie kursować, ale więcej z nich będzie przyjeżdżało na czas.

Podczas przedstawiania zmian firma poinformowała również, że niedobór potrzebnych kierowców zmniejszył się z 42 pod koniec maja tego roku do 16 obecnie, ale nadal brakuje 27 kierowców. Firma poinformowała jednak, że czyni postępy w swoich działaniach rekrutacyjnych, a jej oferta premii w wysokości 2 tys. euro dla kierowców z prawem jazdy „D” pomaga przyciągnąć więcej kandydatów. 11 osób jest obecnie zapisanych do programu szkolenia kierowców.

Miejski radny Peter Hogan, (przewodniczący Komitetu ds. Polityki Transportowej Rady Miasta Cork, powiedział, że planuje poruszyć kwestię autobusów miejskich bezpośrednio z Ministrem Transportu Eamonem Ryanem, który ma spotkać się z radnymi jeszcze w tym miesiącu. **NG**

➔ cd. ze str. 2.

Wizyta JFK w Irlandii



Podczas wizyty prezydent odbył również prywatne spotkanie z dalekimi krewnymi i kuzynami, z których jeden zaoferował prezydentowi szklankę whisky Jameson, którą Kennedy dyskretnie podsunął towarzyszącemu mu adiutantowi, mówiąc: „Muszę mu oddać pustą szklankę”. Tak, to adiutant wypił whisky i przez kilka następnych godzin był na lekkim rauszu.

Nic dziwnego, że ogromy wiwatujący tłum witał Kennedy'ego, gdziekolwiek się udał, chcąc zobaczyć go osobiście, a może nawet uścisnąć mu dłoń lub zrobić zdjęcie. Filmy i zdjęcia z wizyty wyraźnie pokazują szczęśliwe twarze ludzi w każdym wieku, którzy przybyli go powitać, zarówno bogatszych, jak i biedniejszych.

Nawet sam Kennedy był przytłoczony ciepłym irlandzkim powitaniem, które otrzymał, a z każdym kolejnym publicznym wystąpieniem musiał czuć się tak samo radosny z powodu przyjęcia, jakie mu zgotowano, jak uśmiechnięty tłum, który go witał.

Następnego ranka, 28 czerwca, gdy orszak prezydenta przejeżdżał przez centrum Cork w drodze do ratusza, wydawało się, że każdy mieszkaniec miasta stoi gdzieś na zewnątrz. Na słynnym zdjęciu widać uśmiechniętego JFK stojącego w swojej limuzynie, machającego do tłumu. Później tego samego dnia, w Dublinie, JFK wygłosił przemówienie na wspólnym posiedzeniu irlandzkiego parlamentu w Leinster House. Tekst przemówienia został prawdopodobnie przygotowany przez jednego z licznych autorów prezydenckich przemówień, ale jego treść była zasadniczo 25-minutowym „listem miłym” do Irlandii, który nawiązywał do jej historii, narodu i roli, jaką musi nadal odgrywać w zachowaniu pokoju na świecie.

Niektóre z najbardziej pamiętnych wersji przemówienia obejmują, np. to: „Irlandia w 1963 r., jeden z najmłodszych narodów i najstarszych cywilizacji, odkryła, że osiągnięcie narodowości nie jest końcem, ale początkiem. W latach, które upłynęły od uzyskania niepodległości, przeszliście nową i pokojową rewolucję, przekształcając oblicze tej ziemi, a jednocześnie wciąż trzymając się starych wartości duchowych i kulturowych [...] Szczerze wierzę, że wasza przyszłość jest tak obiecująca, jak dumna jest wasza przeszłość, i że waszym przeznaczeniem nie jest bycie spokojną wyspą na morzu kłopotów, ale bycie twórcą i kreatorem pokoju na świecie”.

JFK wypowiedział być może największy komplement, jaki kiedykolwiek wypowiedział mąż stanu pod adresem Irlandii i jej mieszkańców, mówiąc: „to nigdy nie był bogaty ani potężny kraj, a jednak od najdawniejszych czasów jego wpływ na świat był bogaty i potężny. Żaden większy naród nie zrobił więcej, by utrzymać przy życiu chrześcijaństwo i zachodnią kulturę w ich najciemniejszych wiekach. Żaden większy naród nie zrobił więcej, by pobudzić sprawę niepodległości w Ameryce,

a nawet na całym świecie”. Po przemówieniu, w dalszej części dnia podczas ceremonii na Zamku Dublińskim, Kennedy otrzymał dwa honorowe tytuły doktorskie od Trinity College i University College Dublin.

Ostatniego dnia wizyty, 29 czerwca, prezydent udał się do Galway. Podczas swojego przemówienia na Eyre Square zapytał zgromadzony tłum, czy ktoś z nich ma krewnych w Ameryce, po czym prawie każda osoba w zasięgu wzroku podniosła rękę. Ponieważ był to jeden z jego ostatnich przystanków podczas wizyty w Irlandii, wygłosił legendarne słowa na pożegnanie: „Muszę powiedzieć, że chociaż inne dni mogą nie być tak jasne, gdy patrzymy w przyszłość, najjaśniejszymi dniami będą te, w których odwiedziliśmy was tutaj w Irlandii”.

Następnie prezydent udał się na tor wyścigowy Green Park pod Limerick, gdzie kolejne tłumy witały go równie entuzjastycznie.

Przez resztę lata JFK często rozmawiał z przyjaciółmi i współpracownikami o przytłaczającym uczuciu bycia witany, jakiego doświadczył podczas wizyty w Irlandii, którą nazwał „czterema najszcześniejszymi dniami w swoim życiu”.

Zaledwie kilka miesięcy później, 22.11.1963 r., podczas wizyty w Dallas w Teksasie, prezydent Kennedy został zamordowany w swojej limuzynie z otwartym dachem, przejeżdżając przez Dealey Plaza.

Na całym świecie ludzie wyrażali swoje przerażenie, żal i smutek, że takie wydarzenie mogło mieć miejsce i opłakiwali stratę człowieka, który tak ciężko walczył o pokój na świecie, a nieco ponad rok wcześniej ledwo zapobiegł potencjalnej konfrontacji nuklearnej między Stanami Zjednoczonymi a Związkiem Radzieckim podczas kubańskiego kryzysu rakietowego w październiku 1962 r., który ostatecznie został rozwiązany dyplomatycznie.

Poza Stanami Zjednoczonymi, krajem, który najbardziej opłakiwał śmierć Kennedy'ego była Irlandia. Dla wielu Irlandczyków było to tak, jakby jeden z członków ich rodziny został zamordowany tego jesienno-dnia w Dallas. Człowiek, który symbolizował obietnicę Ameryki jako kraju możliwości dla irlandzkich imigrantów, nigdy już nie powrócił na swoją ukochaną Szmaragdową Wyspę.

Podczas ostatniego publicznego wystąpienia w Irlandii, przemawiając do tłumu w Shannon, Kennedy powiedział słynny, być może najczęściej cytowany cytat o Irlandii: „To nie jest kraj mojego urodzenia, ale jest to kraj, który darzę największym uczuciem i na pewno wrócę tam wiosną”.

Tak wielką czcią Irlandczycy darzyli JFK, że przez dziesięciolecia później nierzadko można było zobaczyć jego oprawione zdjęcia dumnie wyeksponowane w widocznym miejscu w domach w całej Irlandii, często obok zdjęcia papieża. **RB**

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

W obawie o bezpieczeństwo

1,6 MLN EURO NA POPRAWĘ SYSTEMÓW BEZPIECZEŃSTWA W DOMACH POLITYKÓW

Od początku ub. r. wydano ponad 1,6 mln euro na instalację lub modernizację systemów bezpieczeństwa w domach polityków i innych urzędników państwowych.

Według danych opublikowanych przez Urząd Robót Publicznych (OPW), w ciągu ostatnich 18 miesięcy nastąpił znaczny wzrost wydatków w związku z rosnącą liczbą gróźb, wprost lub nie wprost, ze strony tzw. „skrajnie prawicowych” aktywistów i innych osób, które wyraziły niezadowolenie w wielu kwestiach z działań politycznych obecnego rządu koalicyjnego, takich jak kryzys mieszkaniowy, a w szczególności imigracja.

Najnowsze dane pokazują, że OPW wydała łącznie 809 023 euro na zakup i instalację systemów bezpieczeństwa w prywatnych rezydencjach 11 osób w ciągu pierwszych sześciu miesięcy tego roku, przy średnim koszcie ok. 73 500 euro za sztukę.

Konkretne szczegóły dotyczące tego, które rezydencje polityków i innych urzędników otrzymały systemy bezpieczeństwa, nie zostały podane w celu zachowania poufności.

Wiadomo jednak, że podjęte prace były generalnie związane z „zagrożonymi” członkami parlamentu, takimi jak ministrowie rządu, sędziowie, urzędnicy Biura Majątku Kryminalnego i byli urzędnicy, tacy jak byli Taoiseachowie lub byli prezydenci.

W 2023 r. na prace w 10 prywatnych rezydencjach wydano łącznie 826 816 euro, których średni koszt wyniósł 82 681 euro.

Rachunki w poprzednich latach były nieco niższe – w 2022 r. wydano 586 358 euro, a średni koszt 11 instalacji bezpieczeństwa wyniósł nieco ponad 53 tys. euro.

W 2021 r. ogólny rachunek wyniósł 707 787 euro, co pokryło koszty prac w 14 prywatnych mieszkaniach, których średni koszt wyniósł ok. 50 500 euro.

Ogółem od początku 2018 r. na 89 prywatnych mieszkań wydano łącznie nieco poniżej 4,7 mln euro, przy średnim koszcie wynoszącym 52 626 euro.

Obawy o bezpieczeństwo polityków wzrosły w ostatnich latach, a niedawno w związku z licznymi protestami, które odbyły się w tym roku przed domami kilku polityków. Inne bieżące incydenty obejmują groźby podłożenia bomby pod domem Ministra Sprawiedliwości Helen McEntee i premiera Simona Harris.

W 2022 r., po przeglądzie ustaleń dotyczących bezpieczeństwa ministrów rządu, An Garda Síochána zaleciło przywrócenie specjalnie przeszkolonych kierowców policyjnych, aby towarzyszyli wszystkim członkom rządu podczas podróży.

Decyzje dotyczące zalecanych prac, które powinny mieć miejsce w prywatnych rezydencjach, są podejmowane dopiero po przeprowadzeniu przez Gardai



przeглядów bezpieczeństwa, które są następnie przekazywane do Departamentu Sprawiedliwości w celu podjęcia ustaleń dotyczących zaleceń.

Ostatnio, 2 października, Gardai potwierdziło, że szósta osoba została aresztowana w związku z domniemanym nękanieniem premiera Simona Harris w związku z protestem zorganizowanym przed domem Taoiseacha w hr. Wicklow w maju tego roku. W czasie protestu, który miał miejsce wieczorem, żona i dzieci Harris również znajdowały się w domu.

Mężczyzna (ok. 30 lat), którego nazwiska nie podano, został aresztowany w związku z domniemanymi przestępstwami sprzecznymi z ustawą Non-Fatal Offences Against the Person Act. Został jednak później zwolniony bez postawienia zarzutów, w oczekiwaniu na przygotowanie akt dla Prokuratora Generalnego.

Krystyna Zielińska

Kobietę, zostań kierowcą autobusu!

DUBLIN BUS ZATRUDNI KOBIETY DO PROWADZENIA AUTOBUSÓW

Dublin Bus, największy irlandzki dostawca transportu publicznego, rozpoczął kolejną kampanię rekrutacyjną „More Mná” („Wiecej kobiet”), której celem jest zatrudnienie kobiet jako kierowców autobusów, z celem podwojenia obecnej ich liczby. Proponuje dobrą płacę, dodatki i dobre warunki pracy.

Nadchodzące Dni Otwarte odbędą się w trzy soboty, w następujących terminach: 26 października; 9 i 23 listopada.

Podczas Dni Otwartych Dublin Bus spotka się z obecnymi kierowcami autobusów i inspektorami, którzy podzielą się swoimi doświadczeniami z pracy, a także omówią proces rekrutacji i różne korzyści płynące z wykonywania tego zawodu.

Będziesz mieć również okazję poprowadzić autobus z jednym z profesjonalnych instruktorów jazdy i zwiedzić Centralne Centrum Kontroli dublińskich autobusów.

Aby uzyskać więcej informacji i zarejestrować się na Dzień Otwarty, odwiedź stronę kariery Dublin Bus (Female Driver Recruitment Open Day) lub zeskanuj ten kod QR.

Mówiąc o rekrutacji „More Mná”, Vivienne Kavanagh, kierownik ds. rozwoju talentów i różnorodności w Dublin Bus, powiedziała: – Jesteśmy tak dumni, że osiągnęliśmy nasz poprzedni cel podwojenia liczby kobiet-kierowców w Dublin Bus od czasu naszej poprzedniej kampanii rekrutacyjnej kobiet w 2019 roku, ale [teraz] chcemy podwoić go ponownie! Zachęcam każdą zainteresowaną kobietę, aby dołączyła do nas podczas jednego z naszych nadchodzących Dni Otwartych, aby dowiedzieć się więcej o możliwościach kariery jako Kierowca autobusu i konkurencyjnych pakietach, i po prostu spróbować.

Jeśli masz jakiegokolwiek problemy z przesłaniem formularza online, wyślij wiadomość e-mail na adres: opendays@dublinbus.ie. NG



Dublin Bus are looking for More Mná

Dublin Bus are holding a number of Open Days for women during October and November 2024. Come along to test drive a training bus and meet some of our female drivers.

For further information and to register to attend an Open Day, visit our careers page on dublinbus.ie

@dublinbusnews

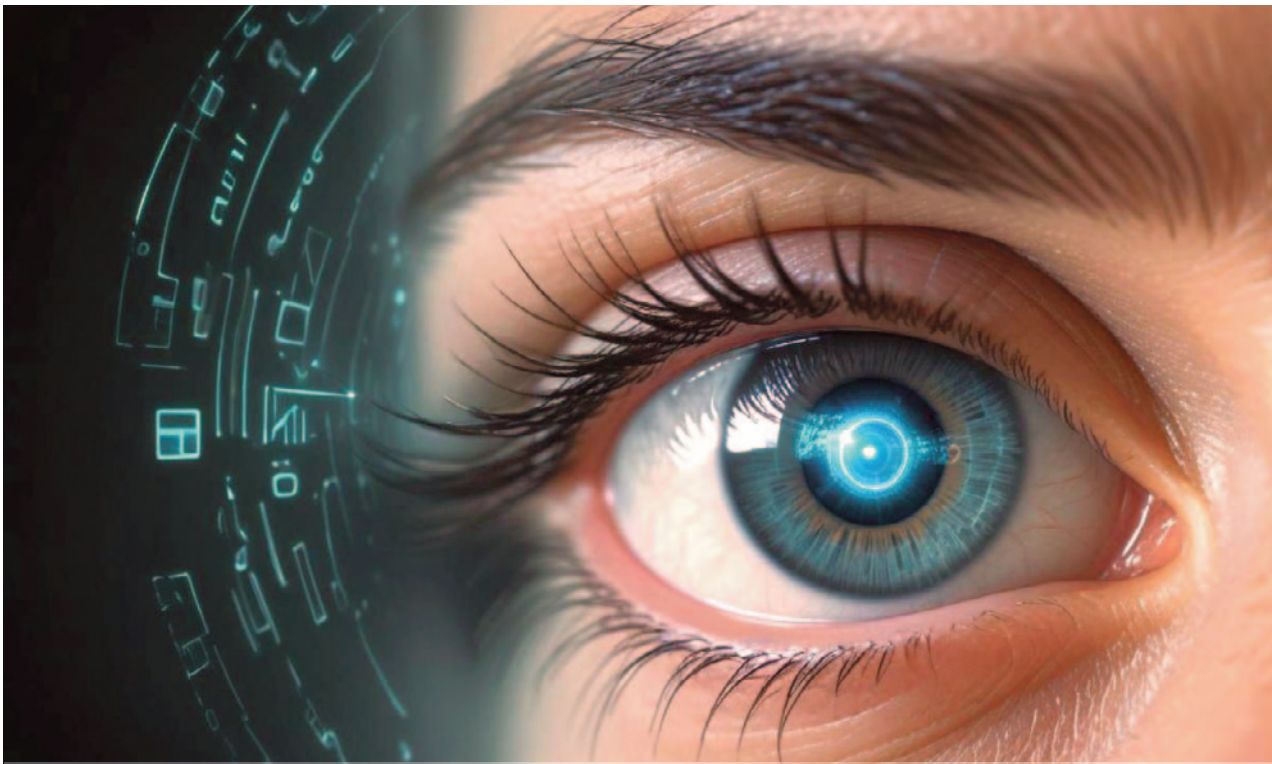
Bus Átha Cliath
Dublin Bus

Ogłoszenia BEZPŁATNE

naszeoferty.ie

Weryfikacja biometryczna Ryanaira pod lupą

FOTO: FREEPIK



Irlandzka Komisja Ochrony Danych Osobowych (DPC) twierdzi, że otrzymała skargi od podróżnych z całej UE, którzy podczas rezerwacji biletów na stronach partnerskich przewoźnika byli proszeni o weryfikację biometryczną.

R E K L A M A

Szukaj chleba z tym logo

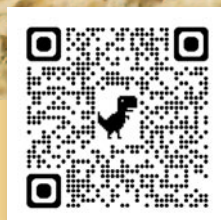


**Zdrowe,
tradycyjne
pieczywo**



Prosto z pieca!

Oferujemy pieczywo i słodkie wypieki z dostawą prosto do Twojego sklepu lub domu. Zamów z wysyłką do drzwi na terenie całej Irlandii! Zeskanuj kod QR i skontaktuj się z nami!



W rezultacie DPC wszczął dochodzenie w celu ustalenia, czy Ryanair w nieproporcjonalny sposób wymaga od osób, które rezerwują loty za pośrednictwem stron internetowych osób trzecich lub internetowych biur podróży, więcej danych osobowych niż standardowo.

– DPC otrzymało liczne skargi od klientów Ryanair w całej UE/EOG, którzy po dokonaniu rezerwacji lotów musieli przejść proces weryfikacji. Metody weryfikacji stosowane przez Ryanair obejmowały wykorzystanie technologii rozpoznawania twarzy przy użyciu danych biometrycznych klientów. Niniejsze dochodzenie ma na celu zbadanie, czy metody weryfikacji stosowane przez Ryanair są zgodne z ogólnym rozporządzeniem o ochronie danych osobowych (GDPR) – powiedział, cytowany przez „The Independent” Graham Doyle, zastępca komisarza DPC.

GDPR, podobnie jak RODO jest zbiorem przepisów Unii Europejskiej dotyczących przetwarzania danych osobowych osób fizycznych.

Zgodnie z zapytaniem DPC, „dane biometryczne” oznaczają dane osobowe wynikające ze specjalnego przetwarzania technicznego odnoszącego się do cech fizycznych, fizjologicznych lub zachowań, które umożliwiają lub potwierdzają jednoznaczną identyfikację tej osoby, takie jak zdjęcia twarzy lub linie papilarne.

Zakres dochodzenia obejmie wszystkie kraje UE, nie tylko Irlandię.

Ryanair od lat pozostaje w konflikcie z internetowymi portalami rezerwacji podróży, takimi jak Booking.com, eDreams i podobnymi. Linia lotnicza oskarża je o tak zwany screen scraping (technikę wydobywania danych), czyli praktykę sprzedaży biletów Ryanair bez formalnej zgody linii lotniczej.

Latem tego roku Ryanair wygrał sprawę przeciwko Booking.com w amerykańskim stanie Delaware, uzyskując niewielkie odszkodowanie w wysokości 5 tys. dolarów.

Linie lotnicze starają się obecnie o uzyskanie stałego zakazu sprzedaży ich biletów na Booking.com, mimo że przyznały, że za pośrednictwem tej strony internetowej, której siedziba znajduje się w Holandii, sprzedano mniej niż 0,01 proc. miejsc.

W odpowiedzi na ogłoszenie dochodzenia DPC, rzecznik Ryanaira powiedział, że podjęte przez niego środki były uzasadnione w interesie ochrony klientów:

– Z zadowoleniem przyjmujemy dochodzenie DPC w sprawie naszego procesu weryfikacji rezerwacji, który chroni klientów przed tymi kilkoma niezatwierdzonymi internetowymi biurami podróży, które podają fałszywe dane kontaktowe klientów i dane dotyczące płatności, aby ukryć fakt, że zawyżają opłaty i oszukują konsumentów – powiedział rzecznik.

– Klienci, którzy dokonują rezerwacji za pośrednictwem tych nieautoryzowanych internetowych [stron] biur podróży, są zobowiązani do ukończenia prostego procesu weryfikacji, biometrycznego lub cyfrowego formularza weryfikacyjnego, z których oba są w pełni zgodne z RODO. Weryfikacja ta zapewnia, że pasażerowie ci złożą niezbędne oświadczenia dotyczące bezpieczeństwa i otrzymają bezpośrednio wszystkie protokoły bezpieczeństwa i regulacje wymagane podczas podróży, zgodnie z wymogami prawnymi – dodał. **AD**

**Przygotowywanie
wniosków
o obywatelstwo
irlandzkie**

An tAontas Eorpach
European Union

ÉIRE
IRELAND



Pas
Passport

**Magdalena Nowacka
– usługi doradztwa
prawnego**

Tel: 087-388-7618



PHOTO: FACEBOOK.COM/SZKOLAPOLSKAWCORK

REKLAMA

A group of approximately 20 children, mostly of elementary school age, are posed for a group photograph. They are dressed in traditional Romanian folk costumes. The costumes are diverse, featuring various colors like purple, red, white, and black, with intricate embroidery and patterns. Some children wear headbands with flowers. On the far left, a boy wears a traditional red hat. On the far right, a girl wears a white headscarf. The children are standing in several rows, smiling at the camera. The background is a simple, light-colored wall.

KONICZYNA

POLISH
FOLK
DANCE
GROUP



PIĄTKI

**facebook.com/
ForumPolonia**

PHOTO FACEBOOK.COM/FOODMADONIA

Laureatki Konkursu Woman in Business Award 2024

12 października 2024 w hotelu Glenroyal w Maynooth, odbyła się uroczysta Gala Konkursu Woman in Business Award 2024.

Prezentujemy Laureatki Konkursu Woman in Business Award 2024, które zostały wyłonione w wyniku ogólnodostępnego głosowania.

Organizatorkami tego Konkursu były Maja Ulej i Kasia Mikołajczyk.



Woman in Business of the Year 2024

Spośród wszystkich 27 Laureatek została wybrana przez Jury Woman in Business of the Year 2024. Jury brało pod uwagę osiągnięcia w biznesie, ale również działalność pozabiznesową.

„Za stworzenie modelu biznesu społecznie odpowiedzialnego, łączenie misji z biznesem, bycie propagatorkami, wolontariuszkami, fachowcami, kobietami, które misję pomagania przedkładają ponad profity. W tym roku obchodzą 15. rocznicę działalności wśród Polonii”.

Tytuł Woman in Business of the Year 2024 wędruje do
Barbary Ożgi i Marioli Mastek,
które prowadzą CKU – Centre for Counselling and Therapy





WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



ANNA KMECIAK
HEALTHY VIBES
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



MONIKA KULAS
AROMAESCAPE
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



BEATA MAKOWSKA
MILLION LASHES
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



AGNIESZKA MIELNICKA
E-BRA
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



JUSTYNA MIKOŁAJCZYK
ZUMBA WITH JUSTYNA
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



IZABELA MODZELEWSKA
E-BUN GIFTS
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



BARBARA NABIAŁEK
THE BEST SEW
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



MARTA MATYKA- OBACZ
KORONY MOCY
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



ELŻBIETA PALUCH
BRA LADY IRELAND
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



BEATA PIETRZAK
BEATA PIETRZAK ART
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



DARIA SZYMAŃSKA
DARIA SZYMAŃSKA MAKE UP
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



BOŻENA WARDAK - SAREK
BOŻENA SAREK HAIRDRESSING
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



KATARZYNA TASARZ
ACADEMY OF MASSAGE AND SPORT THERAPY AMST
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



KAROLINA WASILEWSKA
CAKE COUTURE
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



MAŁGORZATA WOJCIELEWICZ
YOUR WELLNESS
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



KLARA WOŹNIAK
SHE SALON& BEAUTY SHOP
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



EDYTA ŚCIBOR
HOME OF SHELLAC
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

WINNER



JUSTYNA ZEMAN
AMATSU WELLNESS & BALANCE THERAPY
WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024



WOMAN IN BUSINESS AWARD 2024

Co niesie Budżet na 2025 rok?

Rząd ogłosił Budżet na 2025 r. Po kolei omawiamy, z punktu widzenia podatnika, co zakładają nowe plany rządowe, jakie będą zmiany i jakie wprowadzono nowości.

Dla opiekunów

Odliczenie od dochodu zasiłku dla opiekunów (**Carer's Allowance**) wzrośnie do 625 euro dla osoby samotnej i 1250 euro dla pary (lipiec 2025 r.).

Zasiłek opiekuńczy (**Carer's Allowance**) stanie się płatnością kwalifikującą do zasiłku na ogrzewanie (styczeń 2025 r.).

Zasiłek opiekuńczy typu benefit (**Carer's Benefit**) zostanie rozszerzony na osoby samozatrudnione (styczeń 2025 r.).

Zasiłek dla opiekunów (**Carer's Support Grant**) wzrośnie o 150 euro z 1850 euro do 2000 euro (czerwiec 2025 r.).

Domiciliary Care Allowance wzrośnie o 20 euro z 340 euro do 360 euro miesięcznie (styczeń 2025 r.).

Test dochodów (Means test)

Jeśli otrzymujesz emeryturę państwową nieskładkową (**State Pension (Non-Contributory)**), zasiłek dla osób niepełnosprawnych (**Disability Allowance**) lub rentę dla niewidomych (**Blind Pension**), kwota

niewzględniana przy sprzedaży domu w celu przeniesienia się do opieki wzrośnie ze 190 500 do 337 500 suro (styczeń 2025 r.).

Programy zatrudnienia

Osoby korzystające z programów **Community Employment (CE)**, **Tús** i **Rural Social Scheme** otrzymają podwyżkę w wysokości 12 euro tygodniowo (styczeń 2025 r.). Osoby korzystające z programu praktyk zawodowych (**Work Placement Experience Programme**) otrzymają podwyżkę w wysokości 24 euro tygodniowo (styczeń 2025 r.).

Program bezpłatnych przejazdów

Free Travel Scheme umożliwi bezpłatne podróżowanie każdej osobie w wieku 66 lat i starszej, mieszkającej na stałe w Irlandii. Jeśli nie może podróżować sama ze względów medycznych, może skorzystać z bezpłatnego przejazdu dla osoby towarzyszącej, w wieku powyżej 16 lat. Od września 2025 r. **Free Travel Scheme Companion Pass** zostanie rozszerzony na wszystkie osoby w wieku powyżej 70 lat.

Dodatek na ogrzewanie

Dodatek na ogrzewanie (**Fuel Allowance**) niezależny od dochodu dla osób w wieku 66 lat i starszych wy-

niesie 524 euro dla osoby samotnej i 1048 euro dla pary (styczeń 2025 r.).

Carer's Allowance będzie kwalifikował się do zasiłku na ogrzewanie (styczeń 2025 r.).

Nowy system świadczeń zależnych od wynagrodzenia

Wprowadzenie zasiłku zależnego od wynagrodzenia dla osób poszukujących pracy (**Jobseeker's Pay-Related Benefit**) rozpocznie się 31 marca 2025 roku. Osoba poszukująca pracy otrzyma stawkę płatności powiązaną z jej poprzednim dochodem z pracy.

Automatyczna rejestracja emerytalna

Wprowadzenie systemu automatycznej rejestracji oszczędności emerytalnych rozpocznie się 30 września 2025 r.

Podatki

Próg dla standardowej stawki podatku dochodowego zostanie zwiększony o 2 tys. euro do progu 44 tys. euro dla osoby samotnej, z proporcjonalnymi podwyżkami dla małżeństw.

cz. 2



FOTO: FREEPIK

Ulgi podatkowe (tax credits)

Następujące ulgi podatkowe wzrosną o 125 euro do 2000 euro:

- Ulga dla osób fizycznych (**Personal tax credit**);
- Ulga dla pracowników (**Employee tax credit**);
- Ulga z tytułu uzyskanego dochodu (**Earned income tax credit**);
- Wzrosną również:
- Ulga dla osób niewidomych (**Blind tax credit**) o 300 euro do 1 950 euro.
- Ulga na krewnego pozostającego na utrzymaniu podatnika (**Dependent relative credit**), o 60

euro do 305 euro;

- Ulga dla opiekunów domowych (**Home carer credit**), o 150 euro do 1 950 euro;
- Ulga na dziecko niepełnosprawne (**Incapacitated child credit**), o 300 euro do 3 800 euro;
- Ulga dla samotnego rodzica (**Single person child carer credit**), o 150 euro do 1 900 euro;
- Ulga na wynajem (**rent tax credit**) została zwiększona na lata 2024 i 2025 o 250 euro do 1 000 euro.

Opr. NG na podst. mat. Citizens Information

Sukces bez granic

Maja Ulej właścicielka MMCookies Bakery Academy, założycielka Klubu Inspirujących Kobiet, Woman in Business Ireland, Organizatorka konkursu Woman in Business Award, laureatka nagrody Wybitny Polak w Irlandii w kategorii Business oraz bohaterka programu „Sukces nie zna granic”.

Maja Ulej



Jak sprzedawać?

Dzień dobry Czytelniku, dziś opowiem Ci o sprzedaży swojej usługi/produktu.

Mam na imię Maja i jestem Business Coachem, doradcą biznesowym oraz założycielką grupy dla przedsiębiorczych Polek w Irlandii Woman in Business. Od 12 lat tworzę luksusowe Torte Artystyczne w MMCookies.

Dziś opowiem Ci, jak sprzedawać.

Często dostaję od Was pytanie Jak sprzedawać? Jak zwiększyć sprzedaż? Jak pozyskiwać nowych klientów?

Najważniejszą rzeczą, jest odpowiedzieć sobie na pytanie:

Co JA robię, aby zwiększyć sprzedaż i zdobyć nowych klientów?

Kluczowym będzie podjęcie odpowiednich kroków i działanie.

Skup się na konkretach, które przynoszą realne efekty, zwłaszcza jeżeli dopiero zaczynasz swoją przygodę z biznesem.

Dziś zdradzę Wam moją tajemnicę sprzedaży.

1. POZNAJ SWOICH KLIENTÓW: Skorzystaj z darmowych narzędzi, jak np. Google Forms, aby zrobić krótkie ankiety i dowiedzieć się, czego naprawdę potrzebują. Jeśli jeszcze nie masz klientów – dodaj się na tematyczne grupy na FB i tam wrzuć ankietę z prośbą o wypełnienie. Możesz rozważyć możliwość zaproponowania swojej mini usługi w zamian za wypełnienie ankiety.

2. ZACZNIJ OD MAŁYCH KAMPANII MARKETINGOWYCH: Wypróbuj prostą kampanię na Facebooku za niewielki budżet. Obserwuj wyniki i obserwuj reakcję ludzi. Bądź uważny i elastyczny na zmieniające się potrzeby twoich klientów.

3. AUTOMATYZACJA na start: Użyj narzędzi takich jak GetResponse czy Mailchimp do automatyzacji e-maili, aby oszczędzić czas i skupić się na innych zadaniach. Jednocześnie zaczniesz budować swoją potencjalną grupę docelową, którą później możesz zacząć aktywizować.

4. ULEPSZAJ swoją ofertę stopniowo: Dodaj małe bonusy, takie jak darmowe e-booki, próbki produktów lub dodatkowe porady, które zwiększą wartość dla klientów bez dużych kosztów.

5. BUDUJ RELACJE od podstaw: Zamiast dużych kampanii, skup się na regularnym kontakcie z klientami przez media społecznościowe. Odpowiadaj na komentarze, twórz wartościowe treści i angażuj się w rozmowy. Witaj się z nowymi obserwującymi, itd.

Działaj konkretnie, nawet na małą skalę, a zobaczysz, jak szybko możesz przejść od teorii sprzedażowej do praktyki.

Jeśli masz pytania, potrzebujesz mojego wsparcia, chcesz zacząć swój biznes, ale nie wiesz jak lub zatrzymałaś się i nie wiesz w którym kierunku pójść dalej, zapraszam na sesje 1:1.

Spersonalizowana Terapia Żywieniem dla Kobiet w okresie Peri i Menopauzy



Skontaktuj się ze mną już dziś, aby umówić się na indywidualną sesję

Jeśli zmagasz się z...

- Uderzeniami gorąca i nocnymi potami?
- Wahaniami nastroju i drażliwością?
- Przybieraniem na wadze i ciągłym zmęczeniem?
- Insulinoopornością lub cukrzycą?
- Problemami ze snem?
- Zamgleniem umysłu i trudnościami z koncentracją?
- Zaparciami, biegunką, IBS lub dysbiozą?
- Wysokim ciśnieniem krwi lub problemami z cholesterolem?

Marta Adamska

Terapeuta Żywieniowy (mNTOI)
Psychodietetyk | Coach Żywienia & Stylu Życia
Terapeuta Psychobiologii & Psychosomatyki Zdrowia



Nutrition-4Health



087 27 535 24



marta@nutrition-4health.com

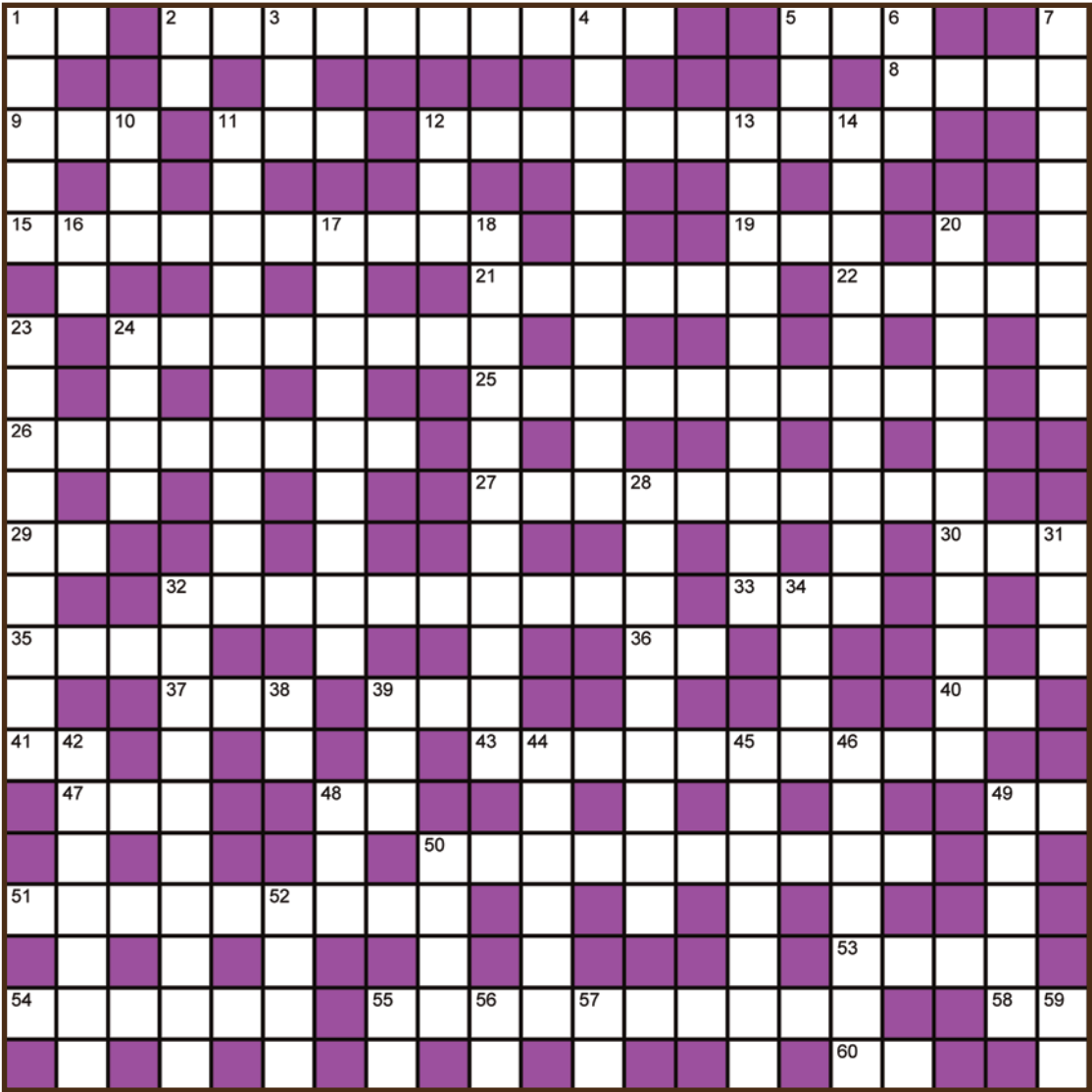


www.nutrition-4health.com

KRZYŻÓWKA

- Poziomo**
1 kilobajt, jednostka informacji i pojemności pamięci
2 marka samochodów angielskich
5 wbiecie piłki do bramki przeciwnika
8 bohater powieści „Trzej muszkietierowie” A. Dumasa
9 1. ptak z rzędu kuraków; 2. gwiazdozbiór nieba pld.
11 wyspa chorwacka na M. Adriatyckim
12 system gospodarki rolnej
15 drzewo owocowe
19 dynastia wietnamska
21 gr. poemat epicki Homera
22 jednostka systematyczna w entomologii
24 rozwidlenie dróg
25 książka szkolna
26 podmiejska kolejka
27 Jerzy (ur. 1920), polski reżyser
29 skała osadowa
30 grupa plemion murzyńskich
32 rodzaj sznura
33 ptak z rzędu wymarłych olbrzymich ptaków-nielotów
35 prawy dopływ Sekwany
36 międzynarodowy układ jednostek miar
37 rodzaj dużej, szerokiej, gumowej misy, służącej do mycia się
39 lotniczy system nawigacyjny małego zasięgu
40 numer identyfikacyjny komputera podłączonego do sieci
41 bibl. król Baszanu
43 maszyna włókiennicza
47 dawna nazwa Tokio
48 strefa osobowości nieświadomej
49 jednostka indukcji magnetycznej (gaus)
50 retor i historyk grecki
51 kobieta lekkomyślna
53 obramowanie, obwódka
54 wcięty kaftanik bez rękawów;
55 starszy lokaj
58 bohater „Emigrantów” S. Mrożka
60 miara poziomu inteligencji, iloraz inteligencji

- Pionowo**
1 roślina z rodziny kaparowatych
2 typ chińskiego poematu
3 (Y) pierwiastek chemiczny
4 drugie śniadanie
5 półpłynne, klarowne masło ze zsiadłego mleka bawolic
6 lokalna sieć komputerowa
7 przyrząd biurowy
10 1. drewniany pojazd konny; 2. Wagon tramwajowy
11 postać z powieści „Doktor Faustus” T. Manna
12 rodzaj gniazd służących do instalacji urządzeń peryferyjnych komputera, przede wszystkim kart graficznych
13 jednowładztwo
14 odraza, wstręt
16 jednostka natężenia pola magnetycznego (ersted)
17 torba na książki
18 bałagan, nieład
20 daw. jadalnia
23 łzawo, rzewnie
24 1. przyjęcie bez tańców; 2. odmiana diamentu
28 wziernikowanie ucha
31 biblijna dolina
32 satyryk rzymski
34 rodzaj zabiegu leczniczego
38 dusza ludzka w starożytnym Egipcie
39 bohater powieści „Czarnoksiężnik z Archipelagu”
42 daw. żuraw przeładunkowy
44 płynny składnik krwi
45 wyspy, kolonia bryt. w Ameryce Środkowej
46 Adeline (1822-1906), aktorka włoska
48 syn w imionach arabskich
49 gunia
50 awangardowy ruch literacki
52 śnieżny człowiek
55 jednostka masy
56 megabajt, jednostka informacji
57 odczynnik krwi
59 1. jednostka ciężaru w starożytnym Rzymie; 2. świetny pilot



SUDOKU

łatwe ▼

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

średnie ▼

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

trudne ▼

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



HOROSKOP PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 25.10 do 31.10. 2024 r.

przygotowała: Jasmina



BARAN

W tym tygodniu zapragniesz pobyc z bliskimi. Uważaj jednak na konflikty w pracy, które mogą się pojawić pod koniec tygodnia.



BYK

To dobry czas na rozwijanie relacji z bliskimi, szczególnie w weekend. Możesz również spodziewać się niespodziewanych wydatków, więc planuj budżet ostrożnie.



BLIŻNIĘTA

Twoja kreatywność będzie na wysokim poziomie, co pomoże Ci w rozwiązywaniu problemów. Pamiętaj jednak, aby znaleźć czas na odpoczynek i regenerację.



RAK

Skup się na swoim zdrowiu i dobrym samopoczuciu, dieta, nowy program ćwiczeń. W relacjach osobistych pojawią się nowe możliwości.



LEW

Twoja pewność siebie przyciągnie do Ciebie nowych ludzi, co może zaowocować ciekawymi znajomościami. Uważaj jednak na zbyt impulsywne decyzje finansowe.



PANNA

Praca będzie wymagała od Ciebie więcej uwagi, ale Twoje wysiłki zostaną docenione. W weekend znajdź czas na relaks i spędzenie go z rodziną.



WAGA

To dobry czas na podejmowanie ważnych decyzji życiowych, zwłaszcza dotyczących kariery. W miłości możesz spodziewać się miłych niespodzianek.



SKORPION

Twoja intuicja będzie wyjątkowo silna, co pomoże Ci w podejmowaniu trafnych decyzji. Uważaj jednak na zbyt emocjonalne reakcje w trudnych sytuacjach.



STRZELEC

Podróże i nowe doświadczenia będą na porządku dziennym, co przyniesie Ci wiele radości. W pracy możesz spodziewać się nowych wyzwań, które wymagają elastyczności.



KOZIOROŻEC

Skup się na swoich celach i nie pozwól, aby drobne przeszkody Cię zniechęciły. W relacjach osobistych warto postawić na szczerość i otwartość.



WODNIK

Twoje pomysły będą teraz szczególnie innowacyjne, co może przynieść sukcesy zawodowe. Pamiętaj jednak, aby nie zaniedbywać bliskich.



RYBY

To dobry czas na rozwijanie swoich pasji i zainteresowań. W miłości możesz spodziewać się romantycznych chwil i głębszego zrozumienia z partnerem.

* karty anielskie * runy

* numerologia

Maja Berkano 087 338 5244

REKLAMA

3571_DU

3583_DU

..... ❖

9 LISTOPAD

Stwórz swoją LELUJĘ
i weź udział w KONKURSIE
ZABAWY i gry muzyczne
dla całych RODZIN
14:00 - 17:00

**WARSZTATY
POLSKICH
TRADYCJI**

BIBLARY
Polska Biblioteka w Dublinie
1 Library Hall
Dublin 8

30 LISTOPAD

Wspólny ŚPIEW i warsztaty tańca
z zabawami dla dorosłych i dzieci
Prezentacja strojów tradycyjnych
Rozstrzygnięcie KONKURSU
na najoryginalniejszą LELUJĘ
14:00 - 17:00



Time:
1:30-2:45pm

**Age: 9+
Every
Saturday**

Table Tennis Club

Learn the basic skills, rules
and tactics of table tennis in
this enjoyable session.

All welcome.

REKLAMA

3567_DU

PEARSE STREET LIBRARY

**HALLOWEEN
COLOURING
COMPETITION**

Leabharlanna
Libraries

PICK UP YOUR ENTRY AT THE LIBRARY DESK

CASHEL LIBRARY HALLOWEEN

Toddler Storytime

Thursday 31st October
11-11.30am
Booking 062-63825

Right to Read
at your Library

3566_DU

**JUNIOR BOOK
CLUB**

SUITABLE FOR AGES 8-12
**LAST THURSDAY
OF EVERY MONTH**

FREE TO JOIN AND ALL ARE WELCOME

JOIN US IF YOU DARE

**HALLOWEEN
PARTY**

OCT 31ST AT 7 PM

DROMINA COMMUNITY
HALL

ADHD czy zwykła ciekawość świata?

ADHD to skrót od angielskiej nazwy Attention Deficit and Hyperactivity Disorder, czyli zespół deficytu skupienia uwagi z pobudzeniem ruchowym. To rzeczywiście zespół, który dotyka głównie dzieci.

Liczba przypadków ADHD u dzieci i dorosłych rośnie z każdym rokiem. Nie jest to żadna epidemia, tylko po części złe zdiagnozowany przypadek, zwykle wahania nastroju i „za dużo” energii życiowej, które od razu są kwalifikowane jako ADHD!

Dzieci, które już w wieku kilkunastu miesięcy zostają oddane do przedszkola, gdzie mają siedzieć w kółeczku i być grzeczne, zostają po części skrzywdzone. Małe dzieci, zwłaszcza chłopcy potrzebują biegać, skakać, brykać, budować i rozwałać wieże z piasku, itp.

Dzieci uczą się świata poprzez fizyczną eksplorację. Chłopcy wieku 3, 4, 5 lat mają pierwszy duży wyrzut testosteronu, prawie tak samo jak dojrzewający nastolatki, więc potrzebują jak najwięcej ruchu. Trudno im się skupić na jednym zadaniu, bo już biegną z zainteresowaniem do innego i to nie jest żadne ADHD, tylko czysta biologia.

Złe wyedukowani opiekunowie w przedszkolach starają się ich utemperować, każą im być grzecznym, siedząc cicho w kółeczku bez żadnej reakcji na świat, który tak bardzo ich interesuje. Sprzeciwianie się temu, oznacza telefon do rodziców i powiadomienie ich, że dziecko zapewne ma ADHD, bo jest strasznie nadpobudliwe

i muszą skonsultować się z lekarzem. Przecież w tym wieku z racji szalejących hormonów dzieci aż roznosi od środka. Jak mają one siedząc spokojnie rozładować tę energię, te emocje?

Dzieci nie są zaprogramowane, aby w wieku powyżej roku siedzieć w miejscu. Poprzez aktywny ruch następuje rozwój fizyczny. Poprawia się równowaga i koordynacja, wzrasta siła mięśniowa, regularny ruch wzmacnia kości, płuca, serce a także świetnie dotlenia cały organizm. Tak duża energia musi być rozładowana! Ruch dodatkowo stymuluje mózg wpierając koncentrację a dzieci w ruchu są zdrowsze. Ruch zapobiega nadwadze, zwiększa poziom hormonów szczęścia, zmniejsza poziom stresu, a gry zespołowe oraz wspólne zabawy rozwijają umiejętności społeczne, uczą współpracy, dzielenia się, negocjacji, współzawodnictwa itp.

Jeżeli będziemy tłumić energię dziecka, poprzez ciągłe zakazy, typu uspokój się! lub kierować dziecko do lekarza, terapeuty, bo jest nadpobudliwe, zrobimy mu krzywdę. Dziecko zamknie się w sobie, co może prowadzić do problemów takich jak lęk, depresja, itp.

Rodzice czują się nieco zagubieni, gdy ich pociecha wykazuje nadmierną energię, jednak żywiołowość dzieci to normalna cecha. Każde dziecko, osoba, organizm jest inna/y, tak samo jest z aktywnością. Co prawda, zależne jest to od indywidualnego charakteru i temperamentu dziecka, ale nie zmienia to faktu, że dzieci zawsze mają



FOTO: FREEPIK

mnóstwo energii, dużo więcej energii od dorosłych i jest to prawidłowe, jest to czysta biologia. Dlatego nie możemy ograniczać tej energii. Jedynie co możemy zrobić, to należy ją odpowiednio ukierunkować – z pożytkiem dla dziecka.

Kluczem w rozpoznaniu ADHD jest dokładna diagnoza. Trudno jest wykryć „prawdziwe ADHD”. Rodzice obecnych uczniów na 100% nie pamiętają ze swojego dzieciństwa, by oni sami lub ich koledzy cierpieli na ADHD, po prostu czegoś takie-

go nie było! Tymczasem obecnie w większości klas szkoły podstawowej przynajmniej jeden uczeń ma nadpobudliwość psychoruchową i zaraz nazwane jest to ADHD.

Oburza fakt, że rodzice ślepo wierzą lekarzom, zamiast skupić się na obserwacji dziecka. Druga sprawa jeszcze gorsza to, że dzieci z błędnie postawioną diagnozą ADHD często niepotrzebnie przyjmują leki, zatruwając swój organizm!

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.

Zadbajmy o mężczyzn



FOTO: FREEPIK

Umieralność mężczyzn w Polsce, podobnie jak w innych krajach, jest wyższa niż kobiet. Jak wskazuje GUS, w 2023 roku przeciętne trwanie życia mężczyzn wynosiło 74,7 lat, a kobiet – 82 lata.

Choć w ostatnim czasie ta różnica maleje, wciąż jest większa niż w innych krajach europejskich. Ekspersi Stowarzyszenia na rzecz Chłopców i Mężczyzn podkreślają, że przyczynia się do tego wiele czynników społecznych, m.in. inny charakter pracy i większa wypadkowość czy bagatelizowanie profilaktyki zdrowotnej.

Jak wskazuje GUS, w pierwszej dekadzie XXI w. różnica między średnim trwaniem życia kobiet i męż-

czyn wynosiła blisko dziesięć lat. Do 2014 r. spadła nieznacznie poniżej ośmiu lat, a przez następne sześć lat utrzymywała się na zbliżonym poziomie. Od 2020 r. widoczne było zmniejszanie się tej różnicy. W 2023 r. wyniosła ona 7,3 roku. To jedna z najwyższych dysproporcji w całej Unii Europejskiej. Z danych Eurostatu wynika, że średnio w UE różnica ta wynosi nieco ponad pięć lat, ale są kraje, gdzie jest ona mniejsza.

– W Holandii to jest raptem trzy lata, zatem jest to źródło niepokoju i należy otoczyć troską ten obszar. Nie mamy za wiele badań, aby wyjaśnić różnicę, możemy co najwyżej uciekać się do odpowiedzi na temat jakości życia czy też ogólnych informacji,

które mówią o tym, że np. mężczyźni pracują dłużej – mówi Tomasz Topolewski ze Stowarzyszenia na rzecz Chłopców i Mężczyzn.

Jak podkreśla, może to być także kwestia rozbieżności wynikających z charakteru pracy, jakiej podejmują się mężczyźni.

– Mężczyźni bardzo często wykonują bardziej niebezpieczną pracę od kobiet, nie tylko przy sytuacjach powodziowych czy kataklizmach, ale ogólnie, np. pracując fizycznie. Są czynniki związane np. z większym stresem w pracy czy z bardziej niebezpieczną pracą.

Stowarzyszenie wskazuje, że mężczyźni w Polsce cierpią z powodu niskiego bezpieczeństwa pracy, szybciej i częściej umierają na choroby cywilizacyjne. To również oni popełniają w naszym kraju większość samobójstw. Jak wskazują dane Policji, w 2023 r. samobójstwo popełniło ponad 4 tys. mężczyzn na 5,2 tys. zgonów samobójczych ogółem. Taką próbę podjęło ponad 9,6 tys. panów i 5,5 tys. pań.

– Z pewnością również profilaktyka zdrowotna może odgrywać tu dużą rolę. Przy-

kładowo statystyki programu Profilaktyka 40+ mówią jasno: mężczyźni się rzadziej badają i to jest dysproporcja rzędu 2 mln kobiet do mniej więcej 1,2 mln mężczyzn. Wiadac więc, że kwestia profilaktyki mężczyzn i też kampanii kierowanych do mężczyzn w Polsce jest lekko zaniedbana – ocenia Tomasz Topolewski. Jak podkreśla ekspert, nie można tego problemu sprowadzać do stwierdzenia, że mężczyźni nie lubią się badać. Stowarzyszenie postuluje o wsparcie w profilaktyce przez kampanie kierowane do mężczyzn, ale też przez zmiany w organizacji opieki zdrowia w Polsce.

– Proszę zwrócić uwagę na to, że kobiety mają dostęp do ginekologa bez skierowania, tymczasem mężczyźni potrzebują skierowania do urologa, więc można tutaj wskazywać niektóre zmiany systemowe, których należałoby dokonać, aby uprościć tę profilaktykę. Ale myślę, że w tym temacie należy podejść nieco bardziej interdyscyplinarnie, można zwrócić uwagę na przykład na medycynę pracy. To jest świetny moment na wykonanie podstawowych badań czy przebadanie męż-

czyn pod kątem typowo męskich chorób czy chorób związanych z wiekiem – ocenia ekspert Stowarzyszenia na rzecz Chłopców i Mężczyzn.

Jego zdaniem bardzo niekorzystnie działa stereotyp twardego i silnego mężczyzny, który nie prosi o pomoc i jej nie potrzebuje. W ocenie specjalistów takie wyobrażenia blokują ich chęć do zgłaszania się do lekarzy i na badania profilaktyczne, również do szukania wsparcia psychologów. Tutaj mogłyby pomóc programy zdrowia psychicznego kierowane do panów.

– W Polsce na kampanie profilaktyczne skierowane do

mężczyzn wydaje się mniej pieniędzy niż na kampanie skierowane do kobiet. Zatem to również jest obszar, w którym, po pierwsze, można zwiększyć nakłady, a po drugie, stworzyć kampanie bardziej dedykowane, wspierające mężczyzn i ich problemy. Aby pomóc mężczyznom dbać o zdrowie, powinniśmy przede wszystkim zadbać o nasze otoczenie, naszych braci, ojców, kolegów z pracy. To ich powinniśmy w pierwszej kolejności otoczyć troską. Jeśli zadbamy o mężczyzn w naszym otoczeniu, to nas przybliży do celu – dodaje ekspert. **Newseria**

Rozwiązania z nr NG62

Krzyżówka z nr NG62 Poziomo: 1 ALPUHARA, 5 MAPUNGUBWE, 10 RZECZOWNIK, 11 NOŻYCE, 12 RZA, 13 OTI, 14 CAL, 16 PERUGINO, 17 IZOBATA, 19 ZUG, 21 TUF, 22 BUCHENWALD, 23 ILF, 24 ROMA, 25 ASA, 28 BORSALINO, 30 RE, 31 ELIANTA, 33 POCIOTEK, 35 HEM, 36 PC, 38 OSTRYGOJAD, 41 ODA, 43 ADELANTADO, 45 IRA, 46 NAC, 48 EMU, 49 MUS, 51 MX, 52 PŁYTOTEKA, 53 RH. **Pionowo:** 1 ARTROPATIA, 2 PARAGRAFIA, 3 HIEROGLIF, 4 RAZ, 5 MANNLICHER, 6 PIKOLO, 7 NINIWA, 8 BRYG, 9 EFEBIA, 14 COLUMBATIO, 15 ZAZDROSTKA, 18 BAWOLEC, 20 GAMERKA, 26 SI, 27 RWA, 29 SUPERSTRAT, 31 EMPORIUM, 32 ID, 34 IZOTONIA, 35 HUS, 37 BOD, 39 SWAT, 40 DOS, 42 AI, 43 AA, 44 EA, 47 CMA, 48 EO, 50 SR.

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

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

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

Samhain

Święto ognia i początki Halloween

Samhain było jednym z czterech świąt gaelickich wyznaczających pory roku, razem z Imbolc obchodzonym 1 lutego, wyznaczającym początek wiosny wg kalendarza celtyckiego, Beltaine – obchodzonym z 30 kwietnia na 1 maja, oznaczającym początek lata i Lughnasa, świętem plonów obchodzonym od 31 lipca do 1 sierpnia.

Dawne druidzkie święto

Obchodzone od 31 października do 1 listopada, po zakończeniu żniw święto Samhain było początkiem tzw. „ciemnej połowy roku”. Przypadało ono mniej więcej w połowie drogi między jesienną równonocą a przesileniem zimowym.

Święto ognia

W tych dniach małe społeczności celtyckie wspólnie z druidzkimi kapłanami rozpalali ognisko za pomocą koła, które symbolizowało słońce. Uczestnicy ze wspólnego ogniska zabierali ogień do swoich domów, aby rozpaść nim palenisko. Ogień przenoszono we wnętrzu wydrążonej rzepy, pełniącej funkcję lampionu, którym oświetlali też swoją drogę do domu.

Kiedy Szkoci-Irlandczycy wyemigrowali do Ameryki, przyjęli tę tradycję, ale zamiast rzepy używali dyni, ponieważ po prostu było ich więcej. To zapoczątkowało tradycję tworzenia



FOTO: FREEPIK

halloweenowych lampionów z wydrążonej dyni.

Celtowie wierzyli, że podczas Samhain bariery między światem fizycznym a światem duchów znikają, umożliwiając kontakty ludzi z mieszkańcami podziemnego świata.

Spodziewano się też, że w czasie Samhain zmarli przodkowie również mogą przejść na drugą stronę i dlatego Celtowie przebierali się za zwierzęta i potwory, aby wróżki nie chciały ich porwać i zabrać do Świata podziemi, dlatego zostawiano dla nich dary.

Wszystkich Świętych

W miarę rozwoju chrześcijaństwa w Irlandii, w dawnych pogańskich społecznościach misjonarze próbowali dostosować i zmienić

Samhain na święto chrześcijańskie.

W V wieku pierwszą próbę zmiany odgórnie podjął papież Bonifacy. Przesunął on datę obchodów święta na 13 maja i nazwał go „Dniem ku czci świętych i męczenników”. Jednak mimo dekretu papieskiego „święto ognia” w październiku i listopadzie dalej było obchodzone.

W IX w. papież Grzegorz przesunął datę obchodów święta ponownie, tym razem na czas jesiennych świąt ognia i rozdzielił je na dwa dni: Dzień Wszystkich Świętych przypadający 1 listopada i Dzień Zaduszny obchodzony 2 listopada.

All Hallow's Eve

Jednak „nowe” święta nie zniosły całkowi-

cie tradycyjnych, pogańskich form ich obchodów. Dzień 31 października stał się znany jako „Wigilia Wszystkich Świętych” (All Hallow's Eve), powszechnie nazywany „Halloween” a wiele tradycji z nim związanych zostało przyjętych w XIX-wiecznej Ameryce dzięki dużej liczbie irlandzkich imigrantów, którzy nadal kultywowali swoje tradycje w nowej ojczyźnie i przekazywali kolejnym pokoleniom. A pod koniec XX w. halloweenowe tradycje stały się popularne w innych krajach.

Kostiumy, dary i ogień

Halloweenowa tradycja „Cukierek albo psikus” (trick-or-treat) wywodzi się z dawnych irlandzkich i szkockich zwyczajów, podobnie jak mumming, czyli zakładanie kostiumów i chodzenie od drzwi do drzwi i śpiewanie piosenek dla zmarłych. W zamian za to dorośli otrzymywali zapłatę w postaci ciast. W Halloween biedni ludzie chodzili od drzwi do drzwi do domów bogatych i prosili o jedzenie, pieniądze, a nawet drewno na opał, a następnie wszystko to, co zebrali, wykorzystywali na własne obchody święta.

Chociaż zabawa „cukierek albo psikus” jest obecnie mniej powszechna, to tradycja rozpalania ognisk (bonfire) pozostała na Wyspach, mimo zakazów i grózb wysokich grzywn. Dlatego Halloween jest zazwyczaj najbardziej pracowitą nocą w roku dla irlandzkich strażaków. **BB**

REKLAMA

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

3496_DU

REKLAMA

KETONY – leczą ciało i duszę!



Rewelacyjny, nowy produkt na rynku irlandzkim jest już dostępny! Jeżeli chcesz pozbyć się zalegającej tkanki tłuszczowej, zyskać nową sylwetkę, energię oraz co najważniejsze zdrowie, KETONY NAT to wybór dla CIEBIE! Polecam!

Maciej Jaworski

Mistrz Świata, Polski i Irlandii w bench press WPC, Certyfikowany trener, dietetyk

Odezwij się do mnie a odpowiem na wszystkie pytania. tel. +353872405004; facebook.com/FATOUT.M.Jaworski



3535_DU

REKLAMA

chillout entertainment THE SOUND HOUSE 1ST FLOOR, 28 EDEN QUAY, NORTH CITY, DUBLIN, D01 DE44 the sound house

16 / 11 / 2024 SATURDAY

MOLESTA EWENEMENT

MOLESTA EWENEMENT

HIP HOP NIGHT / CHILLOUT ENTERTAINMENT

DUBLIN DUBLIN DUBLIN DUBLIN DUBLIN

DOORS OPEN 7 PM

TICKETS ON BILETY.NG24.IE



REKLAMA

3579_DU

STAND-UP

WOJTEK PIĘTA

8.11 – Cork
9.11 – Dublin
10.11 – Galway

W PROGRAMIE:
LENIWA GENERACJA

Bilety bilety.ng24.ie



3562_DU

ANDRZEJKI
w CORK.

30.11 Cork, Douglas GAA
godz. 20:00

- ☛ Kielbaski i kaszanki na grilla szykuje najlepsza polska wędzarnia w Irlandii **Smoke Haus**.
- ☛ Ciepłe i zimne przekąski przygotowuje najlepsza polska restauracja **Cork&Fork**.
- ☛ Oprawę muzyczną najlepszy **DJ Max** z Limerick.
- ☛ Płasy, wróżby i konkursy z nagrodami najlepiej nadające się do tego stowarzyszenie **Alternative 4**.

To gwarancja najlepszej zabawy Andrzejkowej w Cork!

Bawimy się od 20:00 do 24:30

Bilety do 30.10: €40, później €45
bilety.ng24.ie



3578_DU

Nasza Gazeta MAD LUKE mycork KATOWICE for a change Ambasada Rzeczypospolitej Polskiej w Dublinie CENZURA

Lux Ex Silesia

16 BIESIADA ŚLĄSKA
w Cork

Zagra: DJ Mad Luke
Gość specjalny: Tomasz Strzelczyk „Oddaszfartucha”
St. Finbarr’s GAA Togher, Cork
16.11.2024

Bilety bilety.ng24.ie cena €25, przedsprzedaż €20

PCMAESTRO MAJ'S BIURO RACHUNKOWE GURU SMOKE HOUSE MERCURY CASH & CARRY MD Clinic CarGas



3570_DU