

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 85, 04.04.2025, rok III, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie



Ceny domów znowu rosną

czytaj str. 3

Wystawa indywidualna Dominiki Piekarskiej
czytaj str. 15

Prezydent Conor McGregor?

Conor McGregor, znany na całym świecie zawodnik MMA, ogłosił swoją kandydaturę na prezydenta Irlandii w wyborach zaplanowanych na listopad 2025 roku.

czytaj str. 5

Warsztaty tworzenia Palm Wielkanocnych

czytaj str. 8

PODPOWIADAMY, DORADZAMY

Jak zostać opiekunką do dzieci?

Ulgi i dotacje dla opiekunek dziecięcych

czytaj str. 10



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

085 PRAWNIK
085 7729645 • 01 4910010
MAGUIRE McCLAFFERTY SOLICITORS

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

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

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

AG Anderson & Gallagher
SOLICITORS

KANCELARIA PRAWNA
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.

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, Paweł Bury, Paweł Cherek, Agnieszka Dujka, Maciej Jaworski, Marta Kaźmirak, Kasia Mikołajczyk, Adrian Sukiennik, Ewa Michałowska-Walkiewicz, Szymon Urbanek, Emilia Zych

KOREKTA

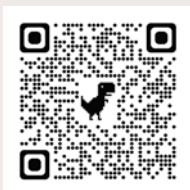
Zespół

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 nadsyłanych tekstów. Wydawca nie ponosi odpowiedzialności z treść reklam i ogłoszeń.

Postaci mitologii celtyckiej

Banba

Bogini wojny i uprawy zbóż

Bogini Banba jest typowym uosobieniem pracowitego ducha Irlandii. Ponieważ posiadała wojowniczy charakter, przypisywano jej zdolność do zapanowania nad każdą wojną i konfliktem zbrojnym tak, żeby szybko się zakończył, nie pochłaniając setek żyć ludzkich. Banba wraz ze św. Patrykiem wygoniła ze Szmaragdowej Wyspy węże i zjadliwe jaszczurki. Często zatem jest zwana „boginią dobroci”.

**Była żoną króla**

Jak podają nam różne źródła historyczne, Banba była żoną irlandzkiego króla MacCuilla. Uważa się też, że była pierwszą osadniczką na Zielonej Wyspie, a przy okazji prekursorką wszelkich upraw. Była też częścią sprawiedliwej „trójcy bogiń” irlandzkich, które były córkami Fiachna. Jej siostrzyce, które wraz z Banbą tworzyły wspomnianą trójkę, nazywały się Fodla i Eriu.

Młodzieniec Amergin

Amergin zwyczajowo zwany „światlistym” lub „złocistym”, syn irlandzkiego herosa Mileda, zawsze obserwował Banbę, która zajmowała się uprawą ziemi. Bacznie doglądała też zwierząt mieszkających w lasach. Widząc, jak bogini krząta się wśród zwierzyny i czyni pierwsze zasiewy zboża na ziemskiej niwie, Amergin obiecał pięknej Banbi nazwać wyspę, na której pracuje jej imieniem. Nawet dzisiaj często Irlandię nazywa się imieniem wspomnianej bogini, ale najczęściej w rodzimej poezji.

Gdy mieszkali tu Celowie

Gdy Szmaragdową Wyspę zamieszkali pierwsi Celowie, wznosili podczas uprawy ziemi rozliczne modlitwy do Banby, aby swoją szczodrobliwą ręką pobłogosławiła im podczas zbiorów i wszelkich prac na roli.

Znana jest w Irlandii stara legenda, która opowiadała jak podczas zasiewu pola uprawnego pewien młodzieniec Ire został zaatakowany przez gromadę kruków, które wydziobiwały rzucane przez niego ziarno. Chłopiec już nie wiedział, jak pozbyć się skrzydlatego wroga i zaczął głośno wzywać piękną boginię. Ta bardzo szybko zareagowała na głos Ire, przybywając mu z pomocą. Stosownym zaklęciem zabiła obrzydliwe ptactwo, które szybko zapadło się pod ziemię, stanowiąc nawóz pod zasiew. Młodzi się bardzo w sobie zakochali, ale Banba nie chciała na stałe zamieszkać na ziemi. Od tej pory bogini ta jest uważana za boginię żyzności ziemi i błogosławieństwa w pracy na roli.

A wszystko zaczęło się...

Banba uważana była też przez Irlandczyków za boginię wojen. A wszystko zaczęło się od tego, gdy MacCuill, a właściwie Eathur MacCuill, został mitycznym królem Szmaragdowej Wyspy. Wraz z braćmi MacCechtem oraz MacGreinem, wspomniany MacCuill sprawował władzę nad Irlandią w latach 1046-1016 p.n.e. Bracia ci byli spokrewnieni z potężnym Cermadem wywodzącym się z ludu Tuatha De Danann, będącym protoplastą Dagdy, potężnego bóstwa Irlandii.

Bóg podłości – „leszczyna”

Imię MacCuill wywodzi się od kolejnego boga irlandzkiego Colla, co tłumaczy się jako leszczyna. MacCuill oznacza po prostu „syn Colla”, czyli potomek leszczyny. Leszczyna jest drzewem, które zamieszkiwały bardzo często złe duchy, siejące zło w domostwach Irlandczyków.

MacCuill szybko stracił ojca, który zginął z rąk irlandzkiego władcy, o którym rozpisuje się rodzima mitologia. Podczas jednej z bitew MacCuill, razem z braćmi zabił mitycznego władcę – Długorękiego Luga, dokonując w ten sposób pomsty, za śmierć swojego ojca.

Trzej bracia wraz z MacCuillem, zostali razem królami Irlandii, dzieląc się między sobą władzą oraz krajem. Podobno wtedy nad całą Szmaragdową Wyspą widać było ciężkie czarne chmury, na których płynęła wspomniana bogini Banba, doglądając jak żyją tutejsi mieszkańcy. Podobno czuwała nad szybkim zakończeniem bitwy, w której zginął Długoręki.

Wesele braci

Zwycięzcy bracia razem wyprawili wesele, poślubiając córki Fiachy mac Delbaith, poprzedniego króla na tronie Szmaragdowej Wyspy. Żoną MacCuilla została właśnie najstarsza z siostrzy o imieniu Banba. Według różnych źródeł ich panowanie trwało około trzydziestu lat. Byli oni ostatnimi królami wywodzącymi się z ludu Tuatha De Danann.

➔ **czytaj dalej na str. 4.**

Ceny domów znowu rosną

CENY DOMÓW WZROSŁY O PONAD 8 PROC. W CIĄGU OSTATNIEGO ROKU

Styczeń 2025 r. był 17. miesiącem z rzędu, w którym ceny nieruchomości mieszkalnych wzrosły w Republice Irlandii, w wyniku czego średni koszt zakupu domu jest obecnie znacznie wyższy niż w szczytowym okresie boomu na rynku nieruchomości tzw. „Celtyskiego tygrysa” w 2007 r.

Do stycznia tego roku, w ciągu 12 miesięcy, ceny na rynku mieszkań w Irlandii wzrosły o 8,1 proc., tak wynika z nowych danych opublikowanych przez Centralny Urząd Statystyczny (CSO).

Najnowszy indeks cen nieruchomości mieszkalnych (RPPI) agencji pokazuje, że mediana ceny domu sprzedanego w Irlandii w 2024 r. wyniosła 359 999 euro.

Ceny w Dublinie wzrosły o 7,5 proc., podczas gdy ceny w innych częściach kraju wzrosły o 8,6 proc. w porównaniu do stycznia ub. r.

Obszary geograficzne poza Dublinem, które odnotowały największy wzrost cen domów, to północ i północny zachód (hr. Cavan, Donegal, Leitrim, Monaghan i Sligo) z 12,7 proc. wzrostem. Na drugim końcu skali, na środkowym wschodzie (hr. Kildare, Louth, Meath i Wicklow) odnotowano najniższy wzrost, wynoszący 5,8 proc.

Najwyższa średnia cena mieszkań w okresie 12 miesięcy do stycznia 2025 r. wyniosła



662 349 euro na przedmieściach Dublinu w Dún Laoghaire-Rathdown, podczas gdy najniższa średnia cena wyniosła 180 tys. euro w wiosce Leitrim w hr. Leitrim, miejscowości liczącej ok. 600 mieszkańców położonej nad rzeką Shannon, w pobliżu granicy z hr. Roscommon.

Łącznie w styczniu 2025 r. do Revenu zgłoszono 3 801 transakcji kupna mieszkań, co stanowi wzrost o 5 proc. w porównaniu do

3 621 transakcji kupna w styczniu 2024 r.

Łączna wartość transakcji zgłoszonych w styczniu 2025 r. wyniosła 1,6 mld euro. Składały się na nią 2 824 istniejące mieszkania o wartości 1,2 mld euro oraz 977 nowo zbudowanych mieszkań o wartości 459 mln euro.

1504 z 3801 zakupionych mieszkań dotyczyło transakcji osób kupujących mieszkanie po raz pierwszy, co stanowi ok. 39 proc. całości.

O dalszym wzroście cen nieruchomości ogłoszono zaledwie dzień po tym, jak najnowsze prognozy Centralnego Banku Irlandii

wykazały, że rząd nie osiągnie swoich celów w zakresie budownictwa mieszkaniowego w ciągu najbliższych trzech lat.

Bank Centralny szacuje, że w tym roku zostanie wybudowanych blisko 35 tys. mieszkań, co jest liczbą znacznie mniejszą od tej niezbędnej (szanowano budowę na poziomie 52 tys. mieszkań rocznie) do zaspokojenia rosnącego popytu.

Tymczasem liczba nowych lub wcześniej posiadanych domów dostępnych na sprzedaż utrzymuje się na najniższym poziomie w historii. Połączenie wyższych cen i mniejszej liczby domów dostępnych do sprzedaży wpływa negatywnie na możliwość zakupu własnego lokum.

Badania opublikowane w 2023 r. przez Irlandzki Instytut Badań Ekonomicznych i Społecznych (ESRI) ujawniły, że wskaźniki posiadania domów wśród osób w wieku od 25 do 34 lat dramatycznie spadły w ostatnich latach, gwałtownie spadając z 60 proc. w 2004 r. do zaledwie 27 proc. w 2019 r. Tak dramatyczny spadek liczby właścicieli domów w ciągu zaledwie 15 lat wydaje się wskazywać, że połączenie braku mieszkań i wyższych cen nieruchomości sprawiło, że perspektywa posiadania własnego domu stała się zbyt kosztowna dla rosnącej liczby młodych ludzi.

Tymczasem, zgodnie z danymi ze spisu powszechnego w Irlandii z 2022 r., 41 proc. osób w wieku 18-34 lat mieszkało nadal w domu z rodzicami, co stanowiło w tym przedziale wiekowym ponad 440 tys. osób. **BB**

Maleje dopłata ARP

Ustanowiony w 2022 r. po rozpoczęciu wojny ukraińsko-rosyjskiej rządowy program Accommodation Recognition Payment (ARP) który miał zakończyć się 31.03.2025 r. został przedłużony na co najmniej rok. Jednak miesięczna płatność dla właścicieli nieruchomości, którzy przyjęli pod swój dach ukraińskich uchodźców, od czerwca 2025 troku zostanie zmniejszona o 25 proc. z obecnych 800 euro do 600 euro miesięcznie.



z dnia 4.03.2022 r.

Zakwaterowanie musi być zapewnione przez co najmniej 6 miesięcy i spełniać określone kryteria.

APR nie jest brane pod uwagę przy obliczaniu dochodów w przypadku jakichkolwiek płatności otrzymywanych przez gospodarza od Departamentu Ochrony Socjalnej. Dlatego osoby otrzymujące świadczenia socjalne są również uprawnione do otrzymania płatności bez wpływu na wysokość ich świadczeń.

Osoba fizyczna nie może otrzymać ARP, jeśli zawrze umowę najmu z osobą goszczoną. Jeśli osoba goszcząca ponosi koszty takie jak opłaty za media czy zakupy żywności, nie ma to wpływu na wypłatę.

Zakładając, że ok. 20 200 gospodarzy otrzymuje obecnie ARP, obniżka o 200 euro

miesięcznie oznacza oszczędności dla rządu w wysokości ponad 4 milionów euro miesięcznie.

Program ARP był częścią szeregu środków wdrożonych przez rząd po rozpoczęciu wojny ukraińsko-rosyjskiej w lutym 2022 r., kiedy to rząd miał trudności ze znalezieniem mieszkań dla wielu napływających Ukraińców, którzy przybyli do Irlandii. Od tego czasu tymczasową ochronę w Rep. Irlandii otrzymało ok. 113 600 Ukraińców (w oparciu o dane liczby wydanych nr PPS).

Jednak znaczna część tych osób opuściła Irlandię i osiedliła się w innych krajach lub wróciła na Ukrainę. Według najnowszych danych opublikowanych na początku tego roku przez CSO ok. 85 tys. Ukraińców nadal pozostało w Irlandii. **KZ**

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.

Targi sztuki współczesnej już w ten weekend

W najbliższy weekend w RDS w Dublinie odbędą się nowe targi sztuki przedstawiające najlepsze irlandzkie dzieła sztuki współczesnej Art Evolve.

Trwające od 4-6 kwietnia targi Art Evolve zgromadzą dziesiątki wiodących krajowych galerii sztuki współczesnej, prezentujących prace różnych artystów, celebrując ich kreatywność, innowacyjność i artystyczną ekspresję.

Publiczna wystawa, która jest otwarta dla wszystkich grup wiekowych, jest okazją do zapoznania się z szerokim wyborem i zakresem sztuki współczesnej w jednym miejscu.

A jeśli zdecydujesz się na zakup jednego z przedmiotów na sprzedaż, targi oferują bezpłatną usługę pakowania zakupów dokonanych na wystawie.

Niezależnie od tego, czy jesteś kolekcjonerem sztuki, czy po prostu jesteś ciekawy, jakie prace two-

rzą obecnie współcześni irlandzcy artyści, Art Evolve to idealne wydarzenie, aby zobaczyć je na własne oczy.

Bilety są dostępne online, a także w kasie RDS otwartej podczas targów.

Ceny wstępu: - dorośli: 10 euro (plus opłaty Ticketmaster w przypadku rezerwacji online); emeryci: 8 eurp (dostępne tylko w kasie podczas targów); bezpłatny wstęp dla dzieci i młodzieży poniżej 16 r. ż. w towarzystwie rodzica lub opiekuna. Specjalne zniżki są dostępne dla grup 10 lub więcej osobowych, jeśli zostaną zarezerwowane z wyprzedzeniem. Aby dokonać rezerwacji grupowej, należy zadzwonić pod numer 01-6702186.

Godziny otwarcia: piątek, 4 kwietnia 11:00-20:00; sobota, 5 kwietnia 10:00-18:00; niedziela, 6 kwietnia 10:00-18:00

Więcej informacji znajdziesz na stronie <https://artevolve.ie>.

Anna Domańska



FOTO: FACEBOOK.COM/ARTEVOLVE.IE

REKLAMA



Główny Sponsor



06 czerwca, Piątek



Trinity Centre for Literary and Cultural Translation, Trinity College Dublin
36 Fenian St, D02 CH22

- 17:00-17:30** 10 wydawniczych faktów, o których nie wie przeciętny czytelnik – spotkanie z AGĄ GRANDOWICZ, wydawcą w Natural World Publishing
- 18:00-21:00** Warsztaty kreatywnego pisania z WIOLETTĄ GRZEGORZEWSKĄ

08 czerwca, Niedziela



Bibliary
CIE Hall, 1 Library Square, Dublin 8
D08 PA07 (darmowy parking)

- 16:00-20:00** Polonijne targi książki
- 16:00-17:00** The Voice of Polonia – koncert laureatów konkursu z Irlandii
- 17:00-19:00** MARIUSZ SZCZYGIEŁ – spotkanie autorskie
- 19:00** CEZARIUSZ GADZINA – koncert (saksofon)

07 czerwca, Sobota



Royal Marine Hotel,
Dún Laoghaire

- 16:00** WIOLETTA GRZEGORZEWSKA – spotkanie autorskie



Merrion Square, przy pomniku
Oscara Wilde'a

- 17:00-20:00** Warsztat plenerowy "Fotografia smartfonowa i literackie pejzaże: opowieści Dublina w obiektywie"

BILETY



<https://shorturl.at/88Q2C>

Organizatorzy



Sponsorzy



Partnerzy



➔ cd. ze str. 2.

Banba

W trzydziestym roku panowania braci

W czasie ostatniego roku panowania MacCuilla i jego braci, flota synów Mileda zwyczajowo zwanego Milem, przybiła od strony południowego zachodu do Irlandii. Przybyła z Hiszpanii w celu dokonania inwazji na całą wyspę. Z tego powodu również doszło do bitwy, ale tym razem rozegrana była ona pod Sliabh Mis, co nastąpiło w trzecim dniu po zejściu agresorów na irlandzki ląd. Pierwsze bitewne starcie nie doprowadziło do rozstrzygnięcia zaistniałej bitwy.

Ale co najważniejsze, podczas jej poległa Scota, córka Faraona, która była żoną Mila. Zaczęto zatem obwiniać o to Banbę, jako boginię wojny. Zabiła Scotę, pochowano pomiędzy irlandzkim wzgórzem Sliabh Mis a morzem. W niektóre noce listopadowe można w tym miejscu zobaczyć spacerującego ducha Scoty Egipcjanki, niosącej na rękach czarnego kota.

Śmierć Fas

W tym samym czasie śmierć poniosła Fas, żona walczącego z Irlandczykami Una, syna Uige, od której imienia zaczęto nazywać miejsce, w którym zginęła. Po tych wydarzeniach synowie Mila zmuszeni byli szybko wycofać się z wyspy. Od tej pory najeźdźcy przeklinali Irlandię, a w szczególności boginię wojny Banbę.

Na równinie Brega

Wspomniani agresorzy, synowie Mila, po pewnym czasie znów chcieli zaatakować Irlandię. Tym razem wylądowali u ujścia Boyene, które znajduje się na równinie Brega. Tam znów wypowiedzieli trzem królom Irlandii bitwę, która rozegrała się pod Tailtinn. Trwała ona bardzo długo i miała bardzo intensywny przebieg, ale długo nie widać było jej zakończenia i wyłonienia się zwycięskiej strony.

Oczywiście, bogini Banba czuwała nad swoim wojskiem, aż do momentu, gdy nie została zraniona w ramię i nie spuściła swojego wzroku z pola bitwy. Wkrótce osłabioną boginię Banbę zabił strzałą z łuku Caicher, łucznik wrogiego wojska. Zabity też został jej mąż i jego bracia z żonami, którzy stanowili „tron” Szmaragdowej Wyspy.

Banba od tej pory już nie mieszkała na ziemi, ale zajęła stosowne miejsce w panteonie irlandzkiego nieboskółku.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

Prezydent Conor McGregor?



FOTO: INSTAGRAM.COM/TIME_OF_THE_MCGREGOR_LEGACY

Conor McGregor, znany na całym świecie zawodnik MMA, ogłosił swoją kandydaturę na prezydenta Irlandii w wyborach zaplanowanych na listopad 2025 roku. Jego decyzja wywołała falę komentarzy zarówno w Irlandii, jak i poza jej granicami. McGregor, który wcześniej deklarował, że polityka go nie interesuje, teraz postanowił zaangażować się w sprawy publiczne, co uznano za zaskakujący zwrot w jego karierze.

McGregor zaprezentował swoją wizję Irlandii, opierając się na populistycznych i prawicowych hasłach. Jednym z głównych punktów jego kampanii jest sprzeciw wobec unijnego paktu migracyjnego, który ma na celu równomierne rozdzielanie wniosków azylowych między państwa członkowskie. McGregor twierdzi, że jest jedynym kandydatem, który może skutecznie przeciwstawić się rządowi w tej kwestii.

Jego kampania spotkała się z mieszanymi reakcjami. Z jednej strony, McGregor zdobył poparcie niektórych znanych osobistości, takich jak Elon Musk czy prezydent Donald Trump, który określił go jako „najlepszego Irlandczyka” i „posiadacza najlepszych tatuaży, jakie kiedykolwiek widział”.

McGregor odwiedził Białą Dom 17 marca i spotkał się z prezydentem Stanów Zjednoczonych z okazji Dnia św. Patryka. Wkrótce po spotkaniu w Białym Domu 36-latek obwieścił informację o zamiarze ubiegania się urząd prezydencki, założył bejsbolówkę z parafrazą hasła kampanii Trumpa „Make Ireland Great Again” („Uczyńmy Irlandię znowu wielką”) i oświadczył w mediach społecznościowych (za serwisem dailymail.co.uk), że ma „pełne poparcie całej administracji Trumpa”.

Tymczasem wielu polityków i ekspertów wyraziło sceptycyzm co do jego szans na sukces. Profesor Gail McElroy z Trinity College w Dublinie stwierdziła, że McGregor ma „bliskie zera szansę” na zostanie prezydentem, wskazując na trudności związane z uzyskaniem nominacji oraz zdobyciem większości głosów.

McGregor musi zdobyć poparcie co najmniej 20 członków Oireachtas (irlandzkiego parlamentu) lub czterech lokalnych rad, aby móc oficjalnie kandydować. Jednak większość członków parlamentu należy do partii, które są przeciwnie jego platformie politycznej, co znacząco utrudnia jego drogę do nominacji.

Pomimo kontrowersji, McGregor nie rezygnuje z walki o prezydenturę. W swoich wystąpieniach podkreśla, że chce być głosem ludzi, którzy czują się zaniedbani przez obecny rząd. Jego kampania opiera się na hasłach o demokracji i wolności wyboru, choć wielu krytyków wskazuje na jego wcześniejsze problemy prawne i kontrowersyjne wypowiedzi.

Czy McGregor rzeczywiście ma szansę na sukces w wyborach prezydenckich? Eksperti są zgodni, że jego kandydatura jest bardziej symbolicznym gestem, zwróceniem uwagi na problemy borykające Irlandię niż realną próbą zdobycia władzy. Niemniej jednak, jego obecność w polityce z pewnością przyciąga uwagę i prowokuje dyskusje na temat przyszłości Irlandii.

BB

Szukaj chleba z tym logo



**Zdrowe
pieczywo
na zakwasie**

Prosto z pieca!

healthybreadbylukas.ie



**Przygotowywanie
wniosków
o obywatelstwo
irlandzkie**

An tAontas Eorpach
European Union

ÉIRE
IRELAND

Pas
Passport

Magdalena Nowacka
– usługi doradztwa
prawnego

Tel: 087-388-7618

MĘŻCZYŻNA, KTÓRY DŹGNAŁ PARTNERKĘ 22 RAZY WYCHODZI PO 10 LATACH

Kontrowersyjna wolność



FOTO: WWW.IRISHPRISONS.IE

Mężczyzna, który brutalnie zaatakował kobietę nożem, zadając jej 22 ciosy, ponownie jest wolnym człowiekiem. Odbił 10 lat kary więzienia.

Denis Leahy, określany przez media jako „jeden z najmniejbezpieczniejszych więźniów w kraju”, został zwolniony 21 marca 2025 roku z Midlands Prison w hr. Laois, mimo że w lipcu 2016 roku został skazany na 14 lat więzienia za

próbę zabójstwa Rose Kenny. Decyzja o jego uwolnieniu wywołała liczne kontrowersje w społeczeństwie, wzbudzając pytania o skuteczność systemu karnego i bezpieczeństwo obywateli.

Przypomnijmy, że atak na panią

Kenny, matkę jednego dziecka, miał miejsce w klatce schodowej kompleksu mieszkaniowego School Street Flats w Dublinie we wrześniu 2014 roku. Kobieta została brutalnie zaatakowana nożem

w drodze do pracy w przedszkolu – Leahy zadał jej aż dwadzieścia dwa ciosy. Pomimo bardzo ciężkich obrażeń, w tym ran kłutych szyi, klatki piersiowej

pani Kenny zdołała wyjść z budynku i upadła na ziemię, gdzie została zauważona przez sąsiada, który pobiegł jej z pomocą.

Wówczas ok. 48-letnia kobieta spędziła siedem tygodni w szpitalu St James w Dublinie, walcząc o życie. Sędzia Paul Butler podczas rozprawy podkreślił, że „tylko dzięki wysoce profesjonalnej interwencji medycznej pani Kenny przeżyła”.

Sędzia Butler, który prowadził sprawę, jak podaje serwis sunday-world.com, określił działania Leahy'ego jako działania z premedytacją i wyjątkowo brutalne. Podkreślił, że sprawca nie wykazał skruchy, a atak był zaplanowany z wyprzedzeniem. Mimo to, wyrok czternastu lat więzienia, który został wydany w lipcu 2016 roku, był skrócony, co wzbudziło oburzenie wielu osób.

W październiku 2023 roku serwis DublinLive.ie poinformował, że Leahy został przeniesiony z więzienia Arbour Hill w Dublinie, gdzie początkowo odbywał karę, do więzienia o wyższym rygorze Midlands Prison w Portlaoise w hr. Laois, po tym jak został przyłapany na posiadaniu telefonu komórkowego. Według artykułu podejrzewano go również o zastraszanie innych „wrażliwych” więźniów w Arbour Hill.

Po skazaniu za atak na panią Kenny ujawniono, że Leahy był podejrzewany o morderstwo prostytutki w Tajlandii dekadę wcześniej. Zmasakrowane ciało 24-letniej Bupha Tanchiangpin znalazło-

no w mieszkaniu Leahy'ego w mieście Pattaya, ok. 100 km na południowy wschód od Bangkoku, 20 listopada 2006 roku. Kobieta miała związane ręce i 22 rany kłute na plecach, klatce piersiowej i szyi.

Leahy, który nigdy nie został skazany za to morderstwo, został zatrzymany przez tajlandzką policję w drodze do granicy z Kambożą. Aresztowano go po tym, jak zasnął w taksówce, a kierowca rozpoznał jego twarz z listu gończego wydanego przez policję. Jednak udało mu się uciec z kraju i powrócić do Irlandii.

Najwyraźniej rząd Tajlandii nie podjął prób ekstradycji Leahy'ego z powrotem do Tajlandii, aby postawić go przed sądem. Chociaż wiele krajów, w tym Wielka Brytania, ma traktaty ekstradycyjne z Tajlandią, Republika Irlandii ich nie posiada.

Według artykułu w „Irish Sun” z 21 marca, powołując się na „źródło”, Leahy prawdopodobnie powróci do Dublina po swoim zwolnieniu.

Decyzja o wcześniejszym uwolnieniu Leahy'ego wzbudziła liczne obawy o jego możliwy powrót do Dublina, gdzie najprawdopodobniej zamieszka ponownie. Rodzi to pytania o skuteczność irlandzkiego systemu prawnego w przeciwdziałaniu recydywie i ochronie społeczeństwa przed potencjalnymi zagrożeniami ze strony takich jednostek. Czy system karny jest w stanie zapewnić bezpieczeństwo obywatelom, gdy tak brutalni sprawcy powracają na wolność? **KZ**

REKLAMA

CKU CENTRE FOR COUNSELLING AND THERAPY

TERAPIA UZALEŻNIEŃ

INDYWIDUALNA, GRUPOWA

PROFESJONALNIE, STACJONARNIE LUB ON-LINE, BEZPIECZNIE, POUFNIEM, KOMFORTOWO, W JĘZ. POLSKIM

WYBIERZ RENOMOWANY OŚRODEK

tel. 0876 494 555 www.ckudublin.org

CKU Centre for Counselling and Therapy – Jesteśmy organizacją pożytku publicznego, która rozpoczęła swoją działalność 30 maja 2009 r. Od tego czasu wspieramy, leczymy oraz pomagamy w rozwoju osobistym osobom z różnymi potrzebami.

Jeśli jesteś osobą w trudnej sytuacji z powodu nadużywania alkoholu, narkotyków, innych substancji psychoaktywnych lub ryzykownych zachowań, możesz zgłosić się po pomoc.

Jeśli w twoim najbliższym otoczeniu lub w rodzinie jest osoba, która ma problem z używaniem alkoholu lub innych substancji psychoaktywnych, to również uzyskasz pomoc.

Nie wahaj się, pomoc zaczyna się w chwili, gdy zdecydujesz się sięgnąć po telefon.

Możesz też napisać do nas maila na adres: info@ckudublin.org

3166_DU

Przerwa wielkanocna



Zbliża się okres Świąt Wielkanocnych. Warto wiedzieć, które dni są ustawowo wolne od pracy, co oznacza, że wtedy przysługuje nam zapłata za ten dzień, i jak będzie wyglądać przerwa świąteczna w szkołach.

Wielki Piątek (Good Friday), przypadający na 18 kwietnia, nie jest w Irlandii dniem wolnym od pracy. Choć w niektórych krajach jest on świętem państwowym, w Irlandii nadal traktowany jest jako zwykły

dzień roboczy. Bywa, że niektóre miejsca pracy są zamknięte w Wielki Piątek, ale nie oznacza to, że masz automatyczne prawo do czasu wolnego od pracy w tym dniu.

Jeśli chodzi o przerwę świąteczną, w irlandzkich szkołach będzie ona trwała od piątku, 11 kwietnia, do poniedziałku, 28 kwietnia. To czas, który dzieci i młodzież spędzają na odpoczynku, jednak szkoły, które muszą nadrobić zaległości z powodu nieprzewidzianych przerw, mogą

funkcjonować do środy, 16 kwietnia. Daje to uczniom i nauczycielom możliwość efektywniejszego wykorzystania czasu poświątecznego.

Okres Wielkanocy to także czas przygotowań, rodzinnych spotkań oraz pielęgnowania tradycji, takich jak malowanie pisanek, przygotowywanie koszyzków wielkanocnych czy święcenie pokarmów, które zgodnie z polską tradycją odbywać się będzie w Wielką Sobotę według harmonogramu święceń w polskich parafiach w Irlandii.

W tym roku Poniedziałek Wielkanocny (Easter Monday), będący dniem ustawowo wolnym od pracy, przypada na 21 kwietnia. Ten dzień, nazywany również Lanym Poniedziałkiem, jest znany z tradycji oblewania się wodą – symbolem odrodzenia i oczyszczenia. Korzystajmy z tej wyjątkowej okazji do wspólnego spędzania czasu z rodziną i przyjaciółmi. **NG**

FOTO: FREEPIK

Zgłoś Wydarzenie Historyczne Roku 2024!

Ruszył plebiscyt Wydarzenie Historyczne Roku 2024. Jeszcze do 28 kwietnia 2025 r. przez stronę whr.muzhp.pl można zgłaszać projekty do 18. Plebiscytu „Wydarzenie Historyczne Roku”. Celem konkursu jest uhonorowanie organizatorów, twórców oraz inicjatorów najciekawszych przedsięwzięć historycznych realizowanych w minionym roku.

Muzeum Historii Polski we współpracy z portalem historia.org.pl oraz Instytutem Polonika po raz osiemnasty organizują plebiscyt „Wydarzenie Historyczne Roku”. To pierwszy w naszym kraju plebiscyt, którego laureatów wyłaniają jurorzy oraz internauci.

Kto może zgłosić projekty?

Podmiotami, które mogą zgłaszać projekty w pierwszym etapie plebiscytu są organizatorzy zgłaszanych wydarzeń, w tym instytucje, organizacje, ośrodki kultury, biblioteki, szkoły, ośrodki polonijne, wydawnictwa, teatry, itd.

W jakich kategoriach można zgłaszać projekty?

WYDARZENIE – tj. m.in. festiwale, imprezy plenerowe, konferencje i sympozja, komplet wydarzeń (książka, wystawa, strona www), rekonstrukcje historyczne, wykopaliska archeologiczne, spektakle, akcje społeczne, powstanie nowych placówek działających na rzecz historii,

WYSTAWA – tj. np. nowa wystawa stała lub czasowa, e-wystawa;

EDUKACJA – tj. projekty edukacyjne (warsztaty, lekcje, gry edukacyjne), publikacje, komiksy, e-wydarzenia/multimedia (film, audiobook), strony www, aplikacje mobilne i inne.

We wszystkich kategoriach dopuszczane jest zgłaszanie projektów realizowanych online.

Jak zgłosić projekt do plebiscytu „Wydarzenie Historyczne Roku 2024”?

Aby zgłosić wydarzenie należy wejść na stronę Plebiscytu whr.muzhp.pl, zapoznać się z regulaminem po czym wejść w zakładkę „Zgłoś projekt”.

Każdy Zgłaszający ma prawo przesłać maksymalnie po jednym projekcie w każdej z kategorii, tj. łącznie 3 projekty. Następnie spośród wszystkich zgłoszeń jurorzy wybierają finałową piętnastkę.

Harmonogram Plebiscytu WHR 2024

I ETAP

• Zgłaszanie projektów: 20 marca – 28 kwietnia 2025

• Wybór projektów przez jury: do 20 maja 2025

II ETAP

• Głosowanie internautów: 18 czerwca – 25 sierpnia 2025

• Ogłoszenie wyników i rozdanie nagród: 24 września 2025

Drugi etap plebiscytu i wyłonienie laureatów

W drugim etapie (18 czerwca – 25 sierpnia 2025) lista piętnastu laureatów (po 5 z każdej kategorii) zostanie umieszczona na stronie internetowej Plebiscytu i poprzez nią internauci wskażą swoje typy. Każdy z głosujących ma prawo do oddania w ciągu jednego dnia jednego głosu na jeden z proponowanych projektów w każdej z kategorii.

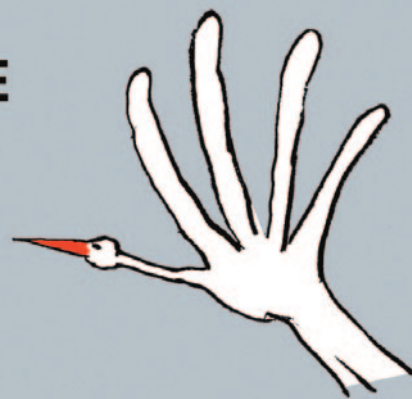
Plebiscyt zakończy uroczysta Gala, gdzie nastąpi ogłoszenie wyników. Podczas gali najpierw zaprezentowane zostaną krótkie filmy o każdym finałowym projekcie, a następnie ujawnione rezultaty głosowania i zwycięzcy we wspomnianych wcześniej kategoriach, a przedstawiciele organizatorów wręczą im efektowne rzeźby-statuetki projektu krakowskiego artysty Macieja Zychowicza. Pozostała dwunastka otrzyma dyplomy. W tym roku po raz kolejny nasi eksperci będą mogli również przyznać Nagrodę Jury.

Jury 18. Plebiscytu Wydarzenie Historyczne Roku 2024

- Prof. Jolanta Choińska-Mika – Przewodnicząca Jury (Uniwersytet Warszawski, Członek Rady MHP)
- Mariusz Cieślak (dziennikarz m.in. „Rzeczpospolita Plus Minus”, prozaik, autor programów telewizyjnych, scenarzysta, reżyser)
- Wojciech Duch (redaktor naczelny portalu historia.org.pl)

PLEBISCYT MUZEUM HISTORII POLSKI

18. WYDARZENIE HISTORYCZNE ROKU



ria.org.pl)

- Dr Marek Mutor (I wice-dyrektor Zakładu Narodowego im. Ossolińskich)
- Rafał Rogulski (dyrektor Europejskiej Sieci Pamięć i Solidarność)
- Gabriela Sierocińska-Dec (kierownik działu edukacyjnego Muzeum Historii Polski)

Plebiscyt cieszy się prestiżem i zainteresowaniem mediów i uczestników angażując wiele środowisk lokalnych, które chcą wypro-

mować organizowane przez siebie przedsięwzięcia. Jak podkreślają uczestnicy – „Plebiscyt jest dla nich idealną formą promocji i popularyzacji historii”. Z roku na rok wzrasta liczba zgłaszanych projektów, które rywalizują o miano tego najważniejszego. Od początku istnienia plebiscytu zgłoszono ponad 1200 przedsięwzięć, a w internetowym głosowaniu wzięło udział łącznie ok. 60 tys. internautów.

Plebiscyt Wydarzenie Historyczne Roku 2024 został objęty honorowym patronatem Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego Hanny Wróblewskiej.

Partnerzy plebiscytu: historia.org.pl, Narodowy Instytut Polskiego Dziedzictwa Kulturowego za Granicą POLONIKA.

Patroni medialni: Polskie Radio, dzieje.pl, Onet.pl, Polska Press Grupa, naszemiasto.pl, Gość Niedzielny.

Michał Przeperski, MUZHP

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

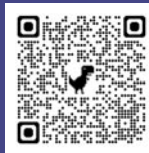
Pod Patronatem
STOWARZYSZENIE
MIESZKANICZNIK

**Nie przewidujemy przyszłości!
Budujmy ją razem!**



24 Maj 2025 DiscoverPropertyEurope.com

Royal Marine Hotel
Marine Road, Dún Laoghaire
Dublin A96 K063



W obliczu globalnych wyzwań ekonomicznych, takich jak inflacja, ochrona majątku staje się priorytetem dla każdego. Wzrost cen, dotykający oszczędzających i osoby o ograniczonych możliwościach finansowych, podkreśla konieczność podjęcia przemyślanych działań w celu zabezpieczenia przyszłości.

Rozumienie Inflacji i jej skutków

Inflacja, będąca skutkiem nadmiernej podaży pieniądza i zaburzeń gospodarczych, eroduje wartość oszczędności, co wymaga od nas zmiany perspektywy na zarządzanie majątkiem. Zamiast polegać wyłącznie na tradycyjnych metodach, takich jak konta oszczędnościowe czy gotówka, powinniśmy rozważyć alternatywne strategie inwestycyjne.

Złoto jako Bezpieczna Przystań

Złoto, cenione za swoją stabilność i trwałość, od wieków służy jako ochrona przed inflacją. Jego wartość utrzymuje się niezależnie od warunków gospodarczych, co czyni je atrakcyjnym aktywem. Inwestycja w złoto inwestycyjne, takie jak sztabki czy monety, jest zalecana ze względu na ich wartość materialną.

Kryptowaluty: ryzyko i potencjalny zysk

Kryptowaluty, na czele z bitcoinem, ofe-

rują innowacyjną formę inwestycji, ale wiążą się z wysokim ryzykiem. Ich zmienność cenowa wymaga od inwestorów dużej odporności na stres i akceptacji potencjalnych strat. Inwestycje w kryptowaluty są bardziej odpowiednie dla osób poszukujących wysokiego zysku, ale świadomych ryzyka.

Nieruchomości jako długoterminowa inwestycja

Nieruchomości, szczególnie w regionach o wysokim popycie, mogą stanowić stabilną formę inwestycji. Jednak rynek nieruchomości jest podatny na wahania, co podkreśla potrzebę ostrożności i konsultacji z ekspertami. Inwestycje w nieruchomości wymagają dogłębnej analizy i zrozumienia lokalnego rynku.

Konferencja „Discover Property Europe”

Nie przegap okazji, by zdobyć przewagę na rynku nieruchomości! 24 maja w Dublinie podczas konferencji „Discover Property Europe” czołowi eksperci podzielą się wiedzą o bezpiecznych inwestycjach i strategiach sukcesu. Dołącz do networkingu, skonsultuj się z prawnikami i finansistami, a wieczorem zrelaksuj się przy wykwintnych polskich winach. Zapraszamy!

**Grzegorz Sulżyński, Marzena Zawadzka
Mieszkanicznik Oddział Dublin**

REKLAMA

FAT-OUT

Szereg Dróg Jeden Cel



- ▷ Coach rozwoju – motywator
- ▷ Były Strongman, obecnie Powerlifter
- ▷ World Champion WPC
- ▷ Irish Champion x3
- ▷ Polish Champion
- ▷ Trener personalny, dietetyk
- ▷ Instruktor kettlebells
- ▷ Dziennikarz „Naszej Gazety”, ng24.ie
- ▷ Konsultacje online
- ▷ Układanie diet i prowadzenie treningów personalnych



MACIEJ JAWORSKI
Certyfikowany Trener Personalny



+353872405004



maciejjaworski78@gmail.com
<https://www.facebook.com/FATOUT.M.Jaworski>



Co. Cork



Witaj, Wiosno! Polska Szkoła Bez Granic w Tyrrelstown

Do naszej przedszkolnej grupy zawitała Pani Wiosna! Przysłała nam ciepły, pełen radości list powitalny, w którym zachęciła nas do wyruszenia na poszukiwanie pierwszych oznak tej pięknej pory roku. Pełni entuzjazmu wyruszyliśmy na wiosenny spacer, by odkrywać, jak natura budzi się do życia.

Wśród zielonej trawy wy-

patrzyliśmy delikatne stokrotki, żółte mleczyki i pierwsze wiosenne kwiaty – tulipany oraz szafranki. Na krzewach i drzewkach dostrzegliśmy pączki oraz młode, jasnozielone listki, które nieśmiało rozwijają się w promieniach słońca. Nasze zajęcia również były pełne wiosennych inspiracji! Dzieci z radością stworzyły prace plastyczne przedstawiające jeden z najbardziej charaktery-

stycznych symboli wiosny – bociana na gnieździe. Pięciolatki z zaangażowaniem poznawały literkę W w ramach rozdziału „Wiosna”, odkrywając przy tym kolejne tajemnice tej wyjątkowej pory roku. Każdy dzień przynosi nam nowe odkrycia, a my z niecierpliwością czekamy na kolejne wiosenne przygody.

facebook.com/polskaszkolabezgranic



Warsztaty tworzenia Palm Wielkanocnych

Zapraszamy dzieci i dorosłych na spotkanie i pierwsze amatorskie warsztaty robienia palm wielkanocnych połączone z kiermaszem świątecznym, poczęstunkiem, loterią i innymi atrakcjami.

12/04/2025, sobota przed Niedzielą Palmową, harcówka DSP Training Venue, D08 A2X5, obok Coombe Hospital. Wejście przez parking przy Lowe's Pub, Dolphin's Barn, D8 – nie przy kanale, proszę sprawdzić na mapce (<https://g.co/kgs/ZUPLm3>). Zapewniamy większość materiałów, ale będzie nam miło, jeżeli przyniesiesz jakieś gałązki, bukszpan, kwiaty lub ozdoby.

REKLAMA

Wstęp wolny. Na miejscu są toalety. Parking w okolicy, np. przy kanale, nie przed samym wejściem. Dojazd autobusami: 27, 74, 77a, 56a, 151, 68, 68a, 122 lub kawałek dalej S2, 123, 150 i Red Luas (Suir Road). Kontakt z organizatorami przez Whatsapp: Paulina 085 1534954; Jola 083 4083435 Sponsory: Murray Flynn LLP Solicitors i Polska Biblioteka Biblary Współpraca: 87 Polski Szczep w Dublinie; Korpusy Pokoju w Dublinie; Dublin PHOTO4U. Zapraszamy!

facebook.com/events



FOTO: FACEBOOK.COM/POLSKASZKOLABEZGRANIC

87 Polski Szczep w Dublinie



FOTO: FACEBOOK.COM/87THDUBLINPOLISHGROUP

87. Polski Szczep Harcerski spędził aktywnie czas na Bull Island! W ramach National Spring Clean wspólnie dbaliśmy o czystość i piękno naszego otoczenia.

Dodatkowo uczestniczyliśmy w aktywnościach związanych z Dublin Bay Biosphere Award, poznając unikalny ekosystem tej wyjątkowej wyspy i ucząc się, jak możemy go chronić dla

przyszłych pokoleń. Doskonała praca zespołowa, nauka i świetna zabawa – czyli harcerstwo w najlepszym wydaniu! facebook.com/87thDublinPolishGroup

Hosanna Synowi Dawida!

ZAPRASZAMY NA I WARSZTATY TWORZENIA
PALM WIELKANOCNYCH

12 KWIETNIA 2025 (SOBOTA) GODZ. 13.00-17.00

Harcówka (Scout Den) w DSP Training Venue, Dolphin's Barn, D08 A2X5 (w pobliżu Coombe Hospital, wejście przez parking obok pubu LOWES)
WSTĘP WOLNY

W PROGRAMIE:

• ROBIENIE PALM WIELKANOCNYCH - będzie nam miło, jeżeli przyniesiesz gałązki, kwiaty, baze - pozostałe materiały zapewnione,

• KIERMASZ,

• LOTERIA Z NAGRODAMI,

• MOŻLIWOŚĆ ROZMOWY Z HARCERZAMI I PRAWNIKIEM,

• POCZĘSTUNEK,

• FOTOGRAF I INNE ATRAKCJE.

Organizatorzy:

• Paulina Borkowska

• 87 Polski Szczep w Dublinie

• Korpusy Pokoju w Dublinie

• PHOTO4U.IE

WIĘCEJ INFORMACJI, DOJAZD I KONTAKT:

WYDARZENIE NA FACEBOOKU: [PALMY 12/04/2025](#)

Sponsory:

Murray Flynn LLP Solicitors

Polska Biblioteka Biblary

3800_DU

Polska Szkoła Sen w Dublinie

Wywiad marzeń



FOTO: FACEBOOK.COM/SZKOLASEN

To było coś więcej niż wywiad – to była prawdziwa dziennikarska uczta!

Podczas godzinnego spotkania Pani Iwona Lewandowska całkowicie oczarowała Klub Dziennikarski Polskiej Szkoły SEN. Jak przystało na wyśmienitą

siatkarkę, trenerkę i nauczycielkę, każda jej odpowiedź była na miarę asa serwisowego. Słowa trafiały prosto w serca młodych dziennikarzy, pozostawiając ślad pełen inspiracji. Największym zaskoczeniem okazała się jednak niezwykła pokora i skromność, które były od

Mamy Naszego Mistrza. Pani Iwona opowiadała o wartościach, miłości do sportu i dzieciństwie Roberta Lewandowskiego, zabierając nas w niezwykłą podróż pełną mądrości i refleksji. – Czy istnieje przepis na sukces? – zapytały członki-

R E K L A M A



Gość Specjalny
8 czerwca, g. 16.30
Bibлары

**Mariusz Szczygieł**

Mariusz Szczygieł – reporter, pisarz. Od 1990 r. związany z „Gazetą Wyborczą”. Oprócz Hanny Krall najczęściej przekładany z żyjących polskich reporterów; jego książki zostały wydane w 21 krajach.

Za „Gottland” zdobył Europejską Nagrodę Książkową 2009, a w Polsce Nike Czytelników. Zdobywca tytułu Dziennikarz Roku 2013 w konkursie Grand Press. Za „Nie ma” zdobył podwójną Nagrodę Nike 2019 (w wyborze jury i czytelników).

W latach 90. znany z prowadzenia talk show „Na każdy temat”. Czechofil, autor kilku bestsellerowych książek o Czechach („Gottland”, „Zrób sobie raj”, „Laska nebeska”).

Odnaczony przez Prezydenta RP orderem Polonia Restituta. Nauczyciel wielu reporterów młodego pokolenia, prowadzi autorskie zajęcia w Polskiej Szkole Reportażu.

Jest prezesem Fundacji Instytut Reportażu, która prowadzi znaną w Warszawie księgarnię-kawiarnię Wrzenie świata oraz wydawnictwo książkowe Dowody. Mitośnik czeskiej Pragi. Mieszka w Warszawie.

3808_DU

nie Klubu.

– Na pewno, ale trzeba mieć świadomość, że składa się na niego wiele rzeczy. Nie możemy sobie powiedzieć: „jutro będę najlepszym piłkarzem”. Trzeba być konsekwentnym. Podstawa to nauka. Jeśli mówimy o sporcie, musimy być zdrowi, dbać o ciało i psychikę. Trzeba być przede wszystkim dobrym człowiekiem – bez tego żadnego sukcesu nie będzie. To długa droga, (...) ale jeśli połączymy te wszystkie elementy, sukces przyjdzie. Trzeba tylko cierpliwości i pokory – odpowiedziała

nasza Gości.

Pani Iwona w mistrzowski sposób przemyciała pomiędzy wersami techniki motywacyjne, a każda jej odpowiedź zostawiała w nas coś wyjątkowego.

Z ogromnym uśmiechem i ciepłem opowiadała też o swojej pracy jako nauczycielka Wychowania Fizycznego, zdradzając, że nigdy nie stawiała „jedynek” – zamiast tego inspirowała i odkrywała w uczniach ich ukryte talenty.

Nie ma wątpliwości, że umiejętność motywowania wciąż towarzyszy Pani Iwonie na każdym kroku. O tym mogliśmy przekonać się podczas naszej rozmowy –

każde jej słowo miało w sobie moc, która dodawała skrzydeł i inspirowała do działania.

Wiemy, że Pani Iwona kiedyś przelotem była w Irlandii i urzekła ją „soczysta zielenią” naszej wyspy. Mamy nadzieję, że jeszcze kiedyś tu wróci – my czekamy i serdecznie zapraszamy!

To spotkanie było dla nas prawdziwą lekcją – nie tylko o sporcie, ale przede wszystkim o wartościach, które pomagają spełniać marzenia.

Pani Iwono, dziękujemy za każdą chwilę tej niezwykłej rozmowy!

facebook.com/szkolaseen

ETA: Nowy obowiązek podróżujących do UK

Od 2 kwietnia 2025 roku osoby podróżujące do Wielkiej Brytanii będą musiały posiadać Elektroniczną Autoryzację Podróży (ETA).

Jest to cyfrowy dokument, który można uzyskać online lub za pomocą aplikacji mobilnej. Kosztuje obecnie 10 funtów, ale od 9 kwietnia cena wzrośnie do 16 funtów.

ETA będzie ważna przez dwa lata lub do wygaśnięcia ważności paszportu, z którym jest powiązana. Dokument ten umożliwia wielokrotne podróże do Wielkiej Brytanii

na okres do sześciu miesięcy w celach turystycznych, biznesowych, odwiedzin rodziny czy krótkoterminowych studiów.

Proces aplikacji o Elektroniczną Autoryzację Podróży (ETA) do Wielkiej Brytanii jest prosty i całkowicie cyfrowy. Można go przeprowadzić na dwa sposoby:

1. Aplikacja mobilna: UK ETA App. W aplikacji wypełnij formularz, przesyłając zdjęcie paszportu i podając wymagane dane osobowe.
2. Złóż wniosek online na dedykowanej platformie rządu brytyjskiego

(<https://apply-for-an-eta.homeoffice.gov.uk/apply/electronic-travel-authorisation/how-to-apply>). Proces obejmuje wypełnienie formularza zgłoszeniowego, przesłanie zdjęcia paszportu oraz opłacenie wniosku.

Po zatwierdzeniu ETA jest cyfrowo powiązana z paszportem, co umożliwia podróż do Wielkiej Brytanii.

Do aplikacji o Elektroniczną Autoryzację Podróży (ETA) do Wielkiej Brytanii potrzebujesz:

1. Ważny paszport – musi być aktualny

przez cały okres planowanego pobytu.

2. Dane kontaktowe – adres e-mail oraz numer telefonu.
3. Metoda płatności – karta debetowa, kredytowa lub usługi płatnicze, takie jak Apple Pay czy Google Pay.

Uwaga! Z konieczności posiadania ETA zwolnieni są rezydenci Republiki Irlandii, w tym zamieszkujący tam Polacy. Nie jest planowane wprowadzenie kontroli granicznych między Irlandią Północną a Republiką Irlandii.

NG, gov.pl/web/wielkabrytania



FOTO: FREPIK

R E K L A M A

**VI POLONIJNY
FESTIWAL PIOSENKI
POLSKA - 2025**

**PIOSENKA JEST DOBRA
NA WSZYSTKO ONLINE**

ZGŁOSZENIA 2.03-15.04

**+48 785 217 762
ADAMMUZYKADAWNA@INTERIA.EU**



FACEBOOK.COM/TVPPOLONIA

3802_DU

Podpowiadamy, doradzamy

Jak zostać opiekunką do dzieci?

Opiekunka do dziecka to osoba, która opiekuje się dziećmi innych osób (w wieku poniżej 15 lat) we własnym domu przez co najmniej 2 godziny dziennie. Definicja ta nie dotyczy osób, które opiekują się dziećmi we własnym domu, takich jak nianie i w ramach au pair.

Usługa jest zazwyczaj oferowana przez cały dzień roboczy lub przez różne okresy w ciągu dnia. Rodzice i opiekunowie ustalają własne warunki.

Jak zostać opiekunką do dzieci?

Jeśli chciałabyś zostać opiekunką dzieci, możesz znaleźć oficjalny przewodnik na ten temat: guide to becoming a childminder, który został opracowany w ramach Krajowego Planu Działania na rzecz Opieki nad Dziećmi 2021-2028. Przydatne informacje wyrzucasz na stronach gov.ie (childminding) lub <https://www.childminding.ie>.

Iloma dziećmi może opiekować się opiekunka do dziecka?

Opiekun może opiekować się maksymalnie sześciorgiem dzieci jednocześnie, przy czym nie więcej niż dwoje z tych dzieci może mieć mniej niż 15 miesięcy (chyba że są rodzeństwem).

- Obejmuje to własne dzieci opiekunki, jeśli:
 - mają mniej niż 10 lat oraz
 - znajdują się pod opieką opiekunki w tym czasie.

Jeśli dzieci opiekuna są w domu, ale pod



opieką kogoś innego (np. partnera lub innego członka rodziny), wówczas ich dzieci nie są liczone jako pozostające pod opieką opiekuna.

Dotacja na rozwój opieki nad dziećmi

Opiekunowie dzieci mogą ubiegać się o dotację na rozwój opieki nad dziećmi z lokalnego miejskiego lub powiatowego komitetu ds. opieki nad dziećmi (Local City lub Coun-

ty Childcare Committee (CCC). Dotacja wynosi do 1000 euro, aby pomóc opiekunom świadczącym usługi we własnym domu. Można je wykorzystać na zakup zabawek, artykułów edukacyjnych, sprzętu do opieki nad dziećmi, sprzętu zabezpieczającego i sprzętu informatycznego. Dotacja jest również otwarta dla opiekunów dzieci planujących otworzyć firmę w 2025 roku. Termin składania wniosków upływa 4 kwietnia 2025 r.

Ulga podatkowa

Istnieje ulga podatkowa dla opiekunów dzieci, którzy opiekują się maksymalnie trójką dzieci we własnym domu.

Jeśli świadczysz usługi opieki nad dziećmi we własnym domu, możesz ubiegać się o ulgę z tytułu usług opieki nad dziećmi każdego roku. Aby się zakwalifikować, musisz:

- nie otrzymywać więcej niż 15 000 euro dochodu rocznie z działalności związanej z opieką nad dziećmi;
- świadczyć usługi we własnym domu;
- nie sprawować opieki nad więcej niż trójką dzieci w wieku poniżej 18 lat w tym samym czasie;
- być samozatrudnionym i zarejestrowanym do samooceny dochodu (self-assessment) oraz
- wykazać, że powiadomiłeś HSE, że świadczysz, będziesz świadczyć lub świadczysz usługi opieki nad dziećmi.

Jeśli inna osoba świadczy usługi opieki nad dziećmi wraz z tobą w twoim domu, wówczas limit dochodu w wysokości 15 000 euro jest dzielony między was.

Jak ubiegać się o ulgę

Uwzględnij dochód z usług opieki nad dziećmi w swoim zeznaniu podatkowym (Formularz 11). O ulgę należy ubiegać się w terminie lub przed terminem złożenia zeznania podatkowego, który upływa 31 października.

Opr. NG na podst. mat. Citizens Information i Revenue

REKLAMA

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

087 27 535 24
marta@nutrition-4health.com
www.nutrition-4health.com

Nutrition-4Health



REKLAMA

radiocenzura.pl
@radio_cenzura **@radiocenzura**



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



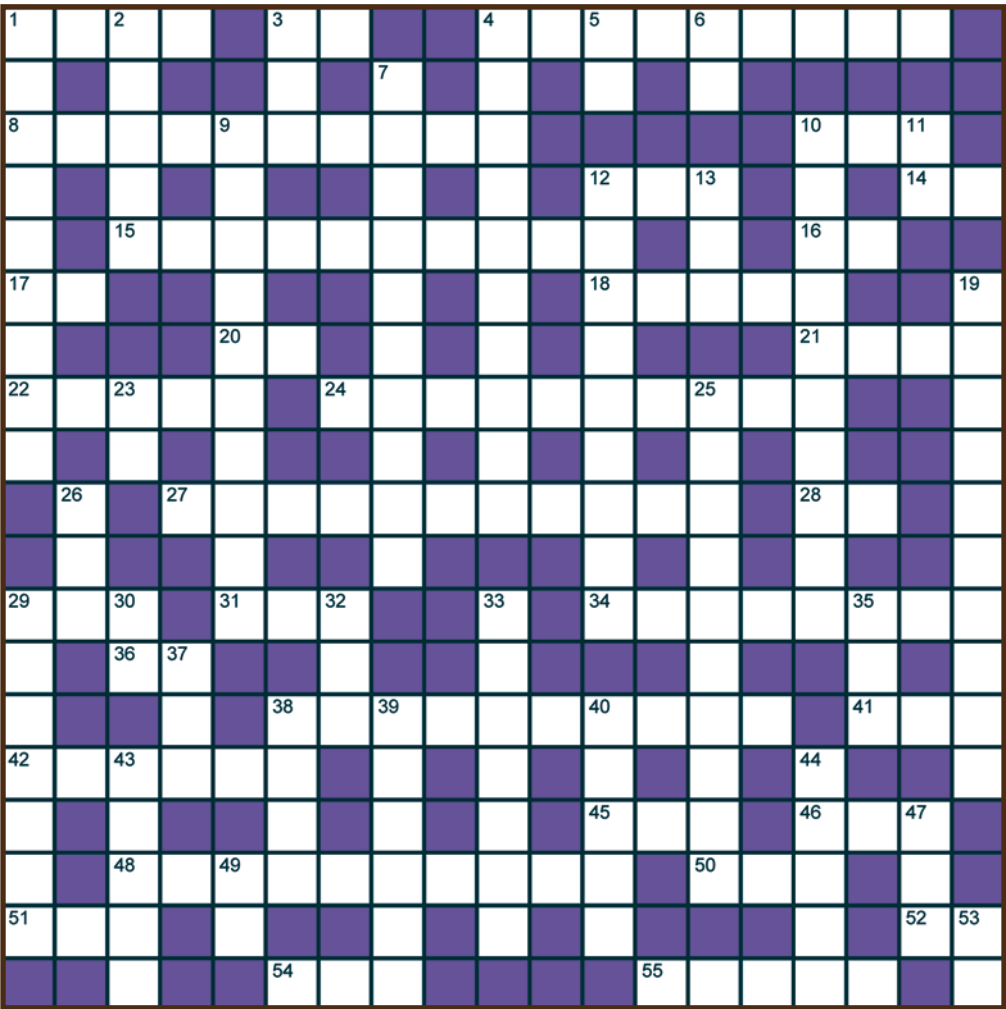
KRZYŻÓWKA

Poziomo

- 1 skórki
- 3 jednostka masy
- 4 ślamazarność
- 8 daw. poczęstunek
- 10 drąg drewniany
- 12 język drawidyjski
- 14 sztuczna inteligencja
- 15 regulaminowo
- 16 rzeka w Rosji
- 17 typ chińskiego poematu
- 18 stadium rozwojowe pszczoły
- 20 rzeka w Rosji
- 21 rzeka w Gruzji
- 22 nagromadzenie kopaliny w skorupie ziemskiej
- 24 małpy szerokonose z Ameryki Płd.
- 27 bałagan, nieład
- 28 nr identyfik. komputera w sieci
- 29 klauzula umowy w handlu morskim
- 31 pobieranie danych przez skrypty
- 34 miejscowość uzdrowiskowa
- 36 Carlo (ur. 1911), tłumacz włoski
- 38 gromada pierwotniaków
- 41 Szymon Bogumił (1733-1807), polski architekt
- 42 jamochłon
- 45 ciąg, układ elementów metrycznych w wierszu
- 46 komercyjna rozgłośnia radiowa
- 48 protestancka grupa wyznaniowa
- 50 boh. opowiad., „And” S. Czycza
- 51 himalajski pustorożec
- 52 jednostka oporu elektrycznego
- 54 więzienie
- 55 rodzaj krzyżówki

Pionowo

- 1 stan biologiczny jeziora; zamulenie
- 2 narzędzie chirurgiczne
- 3 odłamana tafla lodu
- 4 satyryk rzymski
- 5 jednostka strumienia magnetycznego (weber)
- 6 jednostka strumienia świetlnego
- 7 urządzenie rozdrabniające drewno
- 9 krzew lub pnącze ozdobne
- 10 nawóz krwi
- 11 świadoma część osobowości; ego
- 12 małpa wąskonosa
- 13 Takashi (ur. 1892), filozof japoński
- 19 płochy, nieostrożność
- 23 bibl. król Baszanu
- 25 rodzaj patyczka
- 26 jednostka terytorialna w Indiach
- 29 koń krwi angielskiej
- 30 jednostka jasności powierzchni
- 32 Edgar Alan (1809-1948), pisarz amerykański
- 33 zgniatacz, walcarka
- 35 nierównoległe ustawienie gałek ocznych
- 37 drobna srebrna moneta
- 38 dialekt średnioindyjski
- 39 1. staw łączący ramię; 2. daw. miara długości
- 40 zespół ośmioosobowy
- 43 kłamca, blagier
- 44 urządzenie hydrolokacyjne, służące do wykrywania okrętów podwodnych
- 47 dalszy plan
- 49 napęd magnetoptyczny
- 53 megabajt, jednostka informacji



1-purple 2-gray 3-white 4-yellow 5-orange
6-beige 7-brown 8-red



Rozwiązania krzyżówki i sudoku podamy w następnym numerze na str 14.

SUDOKU

łatwe

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

średnie

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

trudne

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



HOROSKOP PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 04.04 do 10.04.2025 r.

przygotowała: Jasmina



BARAN

Twoja energia jest jak tornado – nikt nie wie, gdzie się zakończy, ale wszyscy są pod wrażeniem. Uważaj na zbyt emocjonalne reakcje, bo możesz przegrać walkę o ostatnią porcję.



BYK

Twoje zamiłowanie do wygody sprawi, że pokochasz każde nowe miejsce, które ma miękkie kanapy. Nie pozwól, by drobne kłopoty zatrzymały Twoją drogę do kawowej nirwany.



BLIŹNIĘTA

Błyskotliwe riposty będą w centrum uwagi, więc czas być zaczął zapisywać swoje najlepsze „złote myśli”. Upewnij się, że Twoje żarty nie zaskoczą zbyt wiele osób.



RAK

Twoja empatia i troska będą nadrzędne, ale czasem warto odpocząć od roli domowego terapeuty. Możesz przypadkiem odkryć nową ulubioną przekąskę – ale nie przesadzaj!



LEW

Twoja charyzma osiągnie poziom mistrzowski, ale pamiętaj, że blask Twojego ego może oślepić współpracowników. W weekend zanurz się w relaksie, zasługujesz na to!



PANNA

Organizacja to Twój żywioł, ale nawet perfekcjonistom należy się czas na mały chaos. Zwróć uwagę na szczegóły, możliwe, że znajdziesz odpowiedź na nurtujące Cię pytanie.



WAGA

Twoje decyzje w tym tygodniu będą jak wybór deseru – trudne, ale zawsze satysfakcjonujące. Znajdź harmonię w małych rzeczach, nawet jeśli wiąże się to z ułożeniem książek.



SKORPION

Twoja tajemniczość będzie źródłem fascynacji, ale nie każda zagadka potrzebuje rozwiązania od razu. W pracy pojawią się niespodziewane sukcesy.



STRZELEC

Twoje życie nabierze tempa, więc przygotuj się na eksplorację nowych miejsc. W miłości znajdziesz kreatywne sposoby na pokazanie, jak bardzo cenisz wspólne chwile.



KOZIOROŻEC

Planowanie i realizacja to Twoja domena, ale czasem warto pozwolić losowi działać za Ciebie. Skup się na budowaniu relacji – mały gest może znaczyć więcej niż myślisz.



WODNIK

Twój umysł eksploduje pomysłami, które zainspirują otoczenie. Nie zapomnij o chwili dla siebie, bo nawet najtętsze umysły potrzebują odpoczynku.



RYBY

Intuicja jak zwykle będzie Twoim przewodnikiem, ale nie pozwól, by poprowadziła Cię na zbyt głębokie wody. Znajdziesz odpowiedź na kłopotliwe znaki zapytania.

ADVERTS
089 264 03 50

REKLAMA

3810_DU

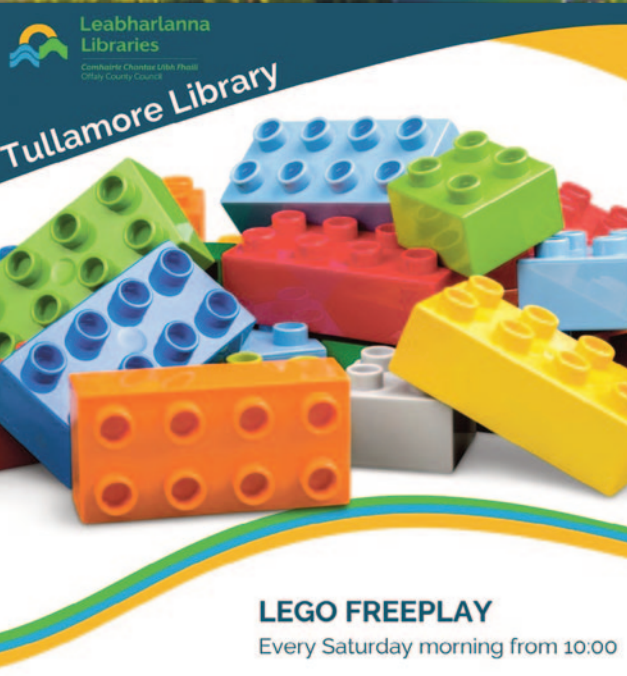
3565_DU



This Easter Step Into Our Easter Bunny Village, Follow The Easter Spring Trail Decorated With Lots Of Amazing Colours. 16th April at 12 PM Booking Is Necessary! [facebook.com/Tj's Teddies Children Entertainment](https://facebook.com/Tj's%20Teddies%20Children%20Entertainment)



ORANMORE LIBRARY
STORY TIME
FRIDAYS
12PM



Leabharlanna Libraries
Comhairle Chontae LMA, Páirc
Offaly County Council
Tullamore Library
LEGO FREEPLAY
Every Saturday morning from 10:00



Happy
Egg Hunt
Easter
Castlemartyr Community Council Easter Orienteering Hunt, Sunday, April 13th at 12 PM Suitable for all ages. Pre booking is essential €5 per family (2 adults & 3 children) facebook.com/castlemartyr.communitycouncil



Watergrasshill Playgroup
All smallies and their carers welcome!
Join us for a fun morning with music, bubbles, shakers, play & coffee!
Please bring €5 and a reusable cup
Tuesdays 10AM-12PM
First Fruits Art Centre
Watergrasshill, T56X021



Creative Craic
FACE PAINTING PARTY
MAKING MEMORIES
Easter Workshop
Nurturing happy, hearts & heads through creative, mindful practices
Ideal for kids 5 - 10
GLENMORE COMMUNITY CENTRE
1 to 2.15 pm
Saturday 5th Apr
Guaranteed Fun!
ARTS & CRAFTS
WhatsApp 083 4656798
Payment on booking €10 per child

3796_DU

3811_DU

W czym gotować, na czym smażyć?

Czy jakość patelni oraz garnków jest ważna? Oczywiście, że tak, ponieważ mają one bezpośredni kontakt z jedzeniem poprzez smażenie, gotowanie, grillowanie i inne procesy kulinarne.

Przygotowanie posiłków powinno odbywać się w naczyniach, które nie mają wpływu na smak oraz nie zawierają żadnych niebezpiecznych substancji. W procesie podgrzewania niebezpieczne związki chemiczne mogą uwalniać się z powierzchni naczyń i wnikać do pożywienia. Podczas spożywania posiłku cała trucizna dostaje się do organizmu, gdzie wpływa na pogorszenie funkcjonowania wielu narządów. Niestety, 95 proc. marketowych patelni i garnków to produkty, które nie nadają się do używania, mimo kuszącej reklamy i atrakcyjnej ceny. Dlatego ważne jest, aby być świadomym, jakie garnki i patelnie powinniśmy wybrać, aby były bezpieczne dla zdrowia?

Unikajmy, jak ognia naczyń z powłoką nieprzywierającą, takich jak teflon i zawsze sprawdzajmy etykiety. Pytajmy sprzedawców lub szukajmy informacji u producentów. Amerykańskie Towarzystwo Nowotworowe na swoich oficjalnych stronach wymienia teflon jako substancję, która może przyczyniać się do następujących problemów zdrowotnych:

- uszkodzenie układu rozrodczego i płodu;
- zaburzenia funkcjonowania układu nerwowego;
- problemy z pamięcią, koncentracją i równowagą;
- problemy hormonalne;
- nowotwory;
- zaburzenia rozwoju;
- podwyższony poziom cholesterolu we krwi;
- uszkodzenie wątroby, tarczycy i nerek;



- nieprawidłowości w pracy układu pokarmowego;
- u dzieci i młodzieży nadmiar aluminium może zahamować wzrost.

Czym kierować się przy zakupie patelni i garnków?

- **Sprzęt z powłoką ceramiczną** – Bezpieczny, naturalny wybór, który nie uwalnia szkodliwych substancji.
- **Garnki szklane** – Idealne dla osób szukających ekologicznych naczyń, które nie wpływają na smak potraw.
- **Garnki i patelnie emaliowane** – Emalia jest bezpieczna, a produkty emaliowane długo utrzymują ciepło.

■ **Garnki i patelnie żeliwne, silarganowe** – Trwałe, odporne na uszkodzenia i bezpieczne dla zdrowia.

■ **Powłoka tytanowa lub marmurowa** – Dobre alternatywy, które nie uwalniają szkodliwych substancji.

■ **Stal nierdzewna oraz stal węglowa** – Trwałe, higieniczne i nie wpływają na smak potraw.

Pamiętaj, że żadna z wyżej wymienionych patelni lub garnków nie powinna zawierać takich substancji jak: aluminium, PFOS, PFAS, nikiel, glin, GenX, PFOA.

Chroń się przed ukrytą chemią

Wybór odpowiednich naczyń to kluczowy element troski o zdrowie. Coraz więcej osób nie zdaje sobie sprawy, jak duży wpływ na nasze zdrowie mają produkty, które codziennie wchodzą w kontakt z jedzeniem. Warto zwrócić uwagę, że chemikalia zawarte w tanich naczyniach mogą przedostawać się do potraw podczas podgrzewania, a tym samym do organizmu. Nawet drobne, niepozorne substancje, które znajdują się w popularnych powłokach nieprzywierających, mogą wywoływać długofalowe skutki zdrowotne. Dlatego istotne jest, aby nie tylko dbać o składniki naszej diety, ale również o to, w czym gotujemy. Wybierajmy naczynia, które są wolne od toksycznych chemikaliów, dbając o długoterminowe zdrowie. Zdrowe naczynia to inwestycja w przyszłość, a świadome zakupy pozwolą uniknąć wielu problemów zdrowotnych związanych z ukrytą chemią w kuchni.

**Maciej Jaworski
FAT OUT**

Autor mieszka od 20-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.

Pokonać depresję z pomocną appką

Polska aplikacja MoodMon wspomogę psychoterapię

Polska aplikacja MoodMon zwyciężyła w międzynarodowym konkursie Bupa Eco-Disruptive 2024, którego celem jest wspieranie startupów tworzących innowacje dla systemu opieki zdrowotnej. Oprogramowanie, oparte na sztucznej inteligencji, pozwala monitorować osoby z problemami psychicznymi: nawracającą depre-

sją i chorobą afektywną dwubiegunową.

Konkurs odbył się pod hasłem „Zdrowe Społeczeństwa”. Po raz pierwszy wzięły w nim udział startupy z Polski, które rywalizowały z firmami z całego świata. Program Eco-Disruptive realizowany jest w niektórych krajach, w których działa Bupa (międzynarodowa grupa

oferująca usługi z zakresu opieki zdrowotnej; jej częścią jest LUX MED), m.in. Polsce, Hiszpanii, Wielkiej Brytanii, Australii, Nowej Zelandii.

Zespoły Bupa szukały startupów tworzących innowacyjne rozwiązania, wspierające osoby z niepełnosprawnościami, zapobiegające chorobom lub zwiększające dostęp do jakościowej opieki medycznej.

W Polsce do programu Eco-Disruptive przesłano ponad 100 zgłoszeń, w całej Bupa – ponad 1000. Najlepszy okazał się startup MoodMon, który w finale rywalizował z pięcioma startupami z całego świata. Nagrodą główną w konkursie było 200 tys. funtów brytyjskich oraz możliwość dalszego rozwoju produktu lub usługi w ramach Bupa.

„Stworzyliśmy aplikację, która ma pomóc zarówno chorym, jak i ich bliskim oraz lekarzom w obsłudze pacjenta. MoodMon

ma zwracać uwagę na zmiany w jego zachowaniu, które mogą wskazywać na zmianę stanu chorobowego” – podkreśla Małgorzata Sochacka, inicjatorka projektu.

MoodMon zbiera szereg danych o pacjencie (np. sen, liczbę kroków, aktywność w portalach społecznościowych) i analizuje mowę pacjenta, żeby wcześniej informować o zmianach stanu psychicznego. Głównym celem aplikacji jest poprawa jakości życia chorych oraz usprawnienie opieki medycznej. Dzięki MoodMon możliwe jest wcześnie wykrywanie symptomów nawrotów choroby, co daje większą kontrolę nad terapią.

„Bardzo cieszymy się, że wygrała nasza polska aplikacja, i że możemy wspierać polską innowacyjność. Dla nas to ważne, bo – jako Bupa – szukaliśmy startupów związanych z opieką zdrowotną na całym świecie. MoodMon wpisuje się w naszą ścieżkę opieki dostarczanej

pacjentom” – mówi Anna Rulkiewicz, prezeska Grupy LUX MED.

Grupa mocno inwestuje w zdrowie psychiczne, otwierając sieć poradni zdrowia psychicznego Harmonia.

Poradnie Harmonia stawiają na holistyczne podejście do potrzeb i problemów pacjenta, oferując zarówno procesy leczenia prowadzone przez lekarzy psychiatrów, jak i szereg usług realizowanych przez wykwalifikowanych specjalistów w zakresie m.in. konsultacji psychologicznych, psychoterapii, terapii, coachingu, rozwoju osobistego, profilaktyki zdrowia psychicznego i diagnostyki psychologicznej.

„Liczba osób chorujących na depresję będzie wzrastała. Widzimy, że choroby psychiczne dotykają Polaków bardzo mocno, dlatego chcemy rozwijać właśnie ten rodzaj usług. To ważna część naszej strategii i leży nam bardzo mocno na sercu” – podkreśla Anna Rulkiewicz.



Rozwiązania z nr NG84

Krzyżówka z nr NG84 Poziomo: 1 NAGRODA, 4 DATEK, 7 WILEC, 10 CHRAP, 12 DJ, 13 RH, 14 EMISARIUSZ, 18 WU, 19 BEPPU, 20 CCD, 22 ZŁO, 23 JEDNOROŻEC, 24 KRIOSFERA, 26 FRANCISZEK, 28 KLOSTERIUM, 30 RAHAB, 31 KOLINEARNY, 32 ECU, 34 OGE, 35 AGMEN, 36 WYPIECZENIE, 38 BO, 39 REIMS, 40 RYSA, 42 IZOP, 44 OHIO, 45 LESEFERYZM, 47 EO, 48 FONDUE, 49 YORK, 51 DOTYCHCZAS, 52 BATORY, 53 KACERSTWO, 55 POROWATOŚĆ, 58 UBE, 60 AA, 62 INGE, 64 ARCT, 65 POŚWIĘTNIK. **Pionowo:** 1 NADŻERKA, 2 GA, 3 DIRAC, 5 ALE, 6 KUSZ, 8 ILI, 9 CUZCO, 11 PAPAJA, 15 MAINLAND, 16 RADŻASTHAN, 17 USZCZERBEK, 18 WICIOKRZEW, 19 BETATRON, 20 CYSTOSKOP, 21 DŻENTELMEN, 25 SUKARNO, 27 CHROMOSOMY, 29 INTERMEZZO, 33 UNNA, 34 OMBROFOB, 35 ABISYŃSKA, 37 ZU, 40 ROZKOSZ, 41 STERÓWKA, 42 IGNITER, 43 PREDYKANT, 45 LITAWOR, 46 SICZ, 50 OSEJNIK, 54 ŻUAW, 56 OE, 57 ORR, 59 LAN, 61 ALA, 63 GS.

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

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

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

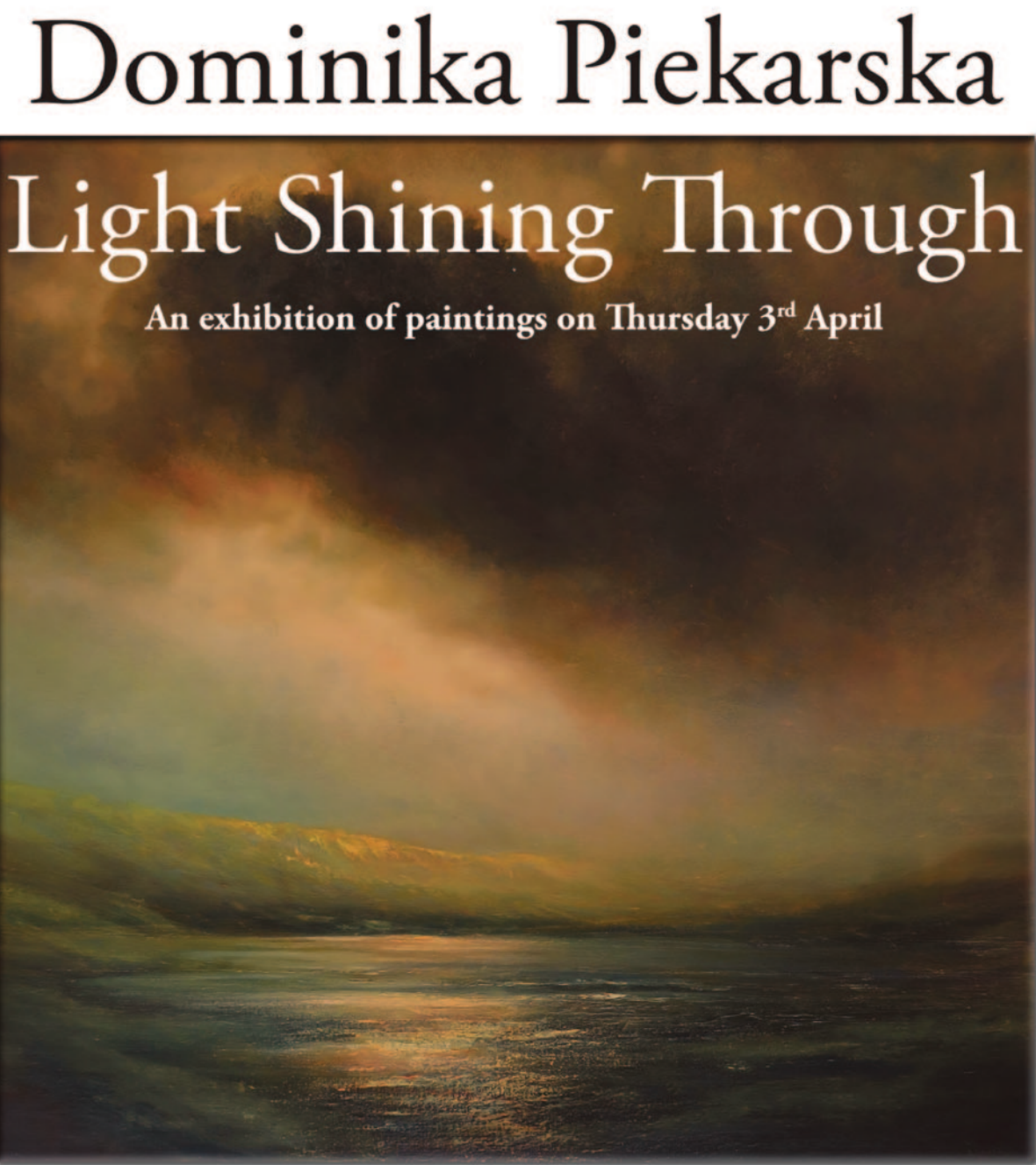
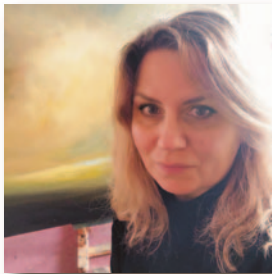
Wystawa indywidualna polskiej malarki

Dominika Piekarska zajmuje się malarstwem, rysunkiem i ilustracją. Jej pasją jest malowanie pejzaży morskich, krajobrazów i portretów.

Artystka ukończyła studia podyplomowe z zakresu ilustracji, projektowania komiksów i elementów concept artu, uzyskała również kwalifikacje w zakresie malarstwa dekoracyjnego, które obejmuje ta-

kie tradycyjne rzemiosła, jak: marmurkowanie, słożowanie, złocone, trompe l'oeil i inne.
Zapraszamy na indywidualną wystawę Dominki Piekarskiej „Light Shining Trough”. Wystawa jest

inspirowana widokami z przepięknego Kerry, gdzie artystka mieszka i pracuje od 2012 r. Ekspozycję obrazów można oglądać od 3 do 27 kwietnia br. w United Arts Club w Dublinie 2. **NG, mat. prasowe**



All are welcome to visit the Members' Bar to see the works on display.
To be opened at 7:30pm by

Ciara Ferguson
Author and Art Critic

Exhibition continues
3rd April – 27th April 2025

Viewing times
11am to 5pm Monday
11am to 9pm Tuesday - Friday
Saturday 5pm - 10pm
Closed Sundays
3 Upper Fitzwilliam Street
Dublin 2, D02 RR50
www.unitedartsclubdublin.com
Tel: +353 1 6611411

➔ **cd. ze str. 14.**

Jej zdaniem ochrona zdrowia potrzebuje dziś innowacyjnych projektów.

„System ochrony zdrowia boryka się dziś z problemem dostępności do usług wynikającym przede wszystkim z niedoborów kadr medycznych, dotyczy to także psychiatrii. Bez technologii, bez możliwości łączenia się pacjenta z lekarzem poprzez różne kanały, bardzo trudno będzie dostarczać ciągłą, dobrą opiekę medyczną” – argumentuje Anna Rulkiewicz.

Z danych Światowej Organizacji Zdrowia wynika, że w 2020 r. depresja była drugą najczęściej występującą chorobą na świecie. Według WHO na depresję choruje 280 mln ludzi (około 3,8 proc. populacji). Dotyka ona 5 proc. osób dorosłych i 5,7 proc. ludzi w wieku co najmniej 60 lat. Coraz częściej zdarza się u dzieci i nastolatków. Według szacunków WHO do 2030 r. depresja będzie najczęściej występującą chorobą na świecie. **(PAP)**

With Draíocht Artists

Family Day: Cartoon Caricatures

Sat 05 Apr 2025, 1pm & 2.30pm

Tickets Free (Advance Booking Required)
Workshop Room

draíocht

Przesłanie białego cienia

Motyw cienia w kulturze celtyckiej

Biały cień według kultury celtyckiej to niezwykle zjawisko duchowe, które posiada znaczenie symboliczne. Już pradawni Celtowie wiedzieli, że zjawisko cienia świadczy o obecności istot nadprzyrodzonych.

Zjawia ta jest czysta

Biały cień, według tego w co wierzyli Celtowie, świadczy o tym, że zjawia, która przybrała taką postać, jest czysta i niewinna, a zatem nie wyrządzi nikomu krzywdy. Jak wierzyli kapłani celtyccy, a mowa oczywiście o Druidach, biały cień może też pojawić się, gdy przynosi ze sobą jakieś przesłanie, niezmierną wiadomość, jak też pojawia się, aby przestrzec kogoś żywego przed czymś złym.

Według Celtów

Interpretacja białego cienia, według Celtów, może się nawet równać z boską obecnością, która pojawia się niezmiernie rzadko w świecie żywych. Podobno bogowie w ten sposób kontrolują życie człowieka tu na ziemi, a przy okazji sprawdzają, czy ludzie są posłuszni wobec istot ze świata duchowego. Celtowie raczej nie bali się białego cienia, który się przed nimi ukazywał, ale swoim pojawieniem, zawsze wprowadzał pewną atmosferę tajemniczości jak i strachu przed jego przesłaniem.

A co na to literatura?

Biały cień, który opisywany jest niejednokrotnie w literaturze, bardzo często zwiastuje ważne wydarzenia, a nawet przełomowe momenty w życiu człowieka. Niektórzy Celtowie nie zawsze odbierali pojawienie się białego cienia jako ukazanie się dobrodusznej postaci, która niesie ze sobą dobro i pozytywne informacje z zaświatów.

Często biały cień był postrzegany jako nieziemska istota chcąca człowiekowi wyrządzić krzywdę.

Najczęściej białe cienie ukazywały się dzieciom, które raczej nie bały się tego widoku, a przy okazji nie wołały dorosłych, by im przyszli z pomocą. Takie właśnie niewinne dzieci stawały się łatwym celem do ataku ze strony białego cienia.

Aby nieść pomoc

Niekiedy Druidzi uważali pojawienie się białego cienia jako ducha dobroczynnego, któremu zależy na niesieniu pomocy osobom tego potrzebującym. Układano nawet pieśni na temat pojawienia się tego rodzaju cienia, które to w troszkę zmienionej formie przetrwały do dnia dzisiejszego. Jedną z nich brzmi:

...biały cieniu, cieniu błądy
ty z bogami masz układy
ludziom z mocą błogosławisz
dużo dobra dla nich sprawisz...

Podczas różnych obrzędów celtyckich, ludzie składali dary pokarmowe dla duchów swoich bliskich, po czym niejednokrotnie pojawiały się zewsząd białe cienie, korzystające z pozostawionych smakołyków.

Co o tym piszą źródła historyczne

Jak czytamy w różnych opracowaniach historycznych dotyczących kultury Celtów, pojawienie się białego cienia jest pewnego rodzaju pomostem między dwoma rzeczywistościami: między światem żywych i zmarłych. Biały cień umożliwia skomunikowanie się tych światów ze sobą. Białe cienie według Celtów, przychodzą na świat ludzi żywych, aby mobilizować ich do przebaczenia tym, którzy ich skrzywdzili.

Ewa Michałowska-Walkiewicz



REKLAMA

REKLAMA

Szanty po polsku Dublin 2025 AKUSTYCZNI



20 czerwca, godz. 19:00, Fibber Magees, D1

Bilety online: €10

Bilety

bilety.ng24.ie



**DAMIAN SKÓRA
WOJTEK PIĘTA**

23 MAJ CORK - 24 MAJ DUBLIN - 25 MAJ GOREY

TYLKO € 23 ONLINE NA BILETY.24NG.IE ORAZ BILETOWO.COM
ZAPRASZA ALTERNATIV 4

