

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 91, 16.05.2025, rok III, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie

Ograniczenia zużycia wody

czytaj str. 3

REKLAMA



Twój nowy dom czeka!
Pomożemy Ci znaleźć
Twoje wymarzone miejsce

Doradzimy w zakresie:

- kredytów hipotecznych
- konf inwestycyjnych
- ubezpieczeń
- emerytur

getmortgage.ie

3760_DU

18 maja 2025
Wybory Prezydenta
Rzeczypospolitej
Polskiej

**Coraz
mniej
ślubów
w Irlandii**

czytaj str. 4

**Uroczyste
obchody Świąt
Majowych
w Irlandii**

czytaj str. 7-9

PODPOWIADAMY, DORADZAMY

**The National
Bowel Screening
Programme**

Bezpłatne badania przesiewowe
jelita grubego dla osób w wieku
od 59 do 70 lat co 2 lata.

czytaj str. 10

REKLAMA



**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

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.

3468_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**KONSUMENI, SKŁADANIE SKARG**www.ccpc.ie, www.courts.ie/small-claims**LEKARZE GP I NAGŁE PRZYPADKI**www2.hse.ie/services/find-a-gp-out-of-hours**POLSKIE SZKOŁY W IRLANDII**www.polskamacierz.com**PROBLEMY Z MIESZKANIEM**rtb.ie, <https://threshold.ie>**PODATKI, URZĄD SKARBOWY**www.revenue.ie/en/contact-us**PROBLEMY W PRACY**<http://workplacerelations.ie>**PRZEDSTAWICIELSTWA RP W IRLANDII**www.gov.pl/web/irlandia/ambasada**RASIZM**<https://inar.ie>

Nasza Gazeta

WYDAWCA/PUBLISHER

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

REDAKCJA/EDITORIAL DEPARTMENT

redakcja@ng24.ie
editor@ng24.ie

Beata Bieniada, Anna Domańska, Radosław Kotowski,
Krystyna Zielińska

WSPÓŁPRACA

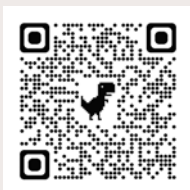
Marta Adamska, Paweł Bury, Paweł Cherek, Agnieszka
Dujka, Maciej Jaworski, Marta Kaźmirak, Kasia Mikołajczyk,
Adrian Sukiennik, Joanna Szubstarska, Ewa Michałowska-
Walkiewicz, Szymon Urbanek, Emilia Zych

KOREKTA

Zespół

DYSTRYBUCJAdystrybucja@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 rozpowszechnianie 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.

Irlandzcy święci

Brygida z Kildare

Naomh Bríd, czyli święta Brygida, przysłała na świat między rokiem 452 a 456. Zmarła w roku 524. Zwyczajowo zwana jest ona irlandzką dziewczicą, ksienią, a przy okazji założycielką podwójnego klasztoru w Kildare, jednego z najstarszych klasztorów w Irlandii.

W jej żywotach

Dobrze zachowane są dawno spisane żywoty świętej Brygidy, które wyszły spod pióra Cogitosusa. Były sporządzone w języku staroiryjskim, a przy okazji jako ciekawostkę należy wiedzieć, że nigdy nie były tłumaczone na język polski.

W pogańskiej rodzinie

Brygida urodziła się, jak nie trudno się domyśleć, w pogańskiej rodzinie. Już jako mała dziewczynka zajmowała się wypasem owiec i bydła. Ochoczo też pomagała przy pracy w polu i obejściu gospodarskim. Brygida Irlandzka urodziła się w Faughart nieopodal Dundalk, na pograniczu dzisiejszej Irlandii Północnej. Jej ojciec był poganinem, matka była uprowadzona gdzieś na Starym Kontynencie i przywieziona do Irlandii przez piratów. Celowo sprzedali ją do takiego domu, gdzie nie mogła przyjąć chrztu.

Opowieść

Jak mówi tradycyjna opowieść dotyczącą Brygidy, plotła bardzo sprawnie małe krzyżyki z suchej trawy, które nawet do dziś są bardzo popularne na Szmaragdowej Wyspie. Na znak szczególnego oddania się służbie Bożej, Brygida przyjęła w 467 roku z rąk nieokreślonego bliżej biskupa welon zakonny. Zaraz też założyła klasztor Kildar, czyli Cell Dara, co się tłumaczy jako dębowy dom. Klasztor ten miał duży wpływ na dzieło chrystianizacji na Szmaragdowej Wyspie. Funkcjonował dość prężnie w niesieniu Ewangelii wśród ludności aż do roku 836, kiedy został złupiony i w dużej części wyburzony przez złowrogie wojska Normanów.

To nie celtycka bogini

Osoba świętej Brygidy często łączona jest z celtycką boginią pogańską o imieniu Brygid lub Brigit. Jej wspomnienie liturgiczne kultywowane w Kościele Rzymskokatolickim przypada na dzień 1 lutego każdego roku. Jest ona najpopularniejszą, zaraz po świętym Patryku rzecz jasna, irlandzką świętą, też nazywaną patronką Zielonej Wyspy.

Powołano do istnienia w Irlandii liczne kościoły pod jej wezwaniem, w których najczęściej modlą się młode dziewczyny, prosząc o udane związki małżeńskie. Jest ona obok świętego Patryka i Kolumbana uważana za cudotwóczynię.

Patronka serowarników

Święta Brigida jest także patronką i opiekunką mleczarzy i serowarników. W wigilię jej święta, czyli w dzień 31 stycznia, wystawia się, zgodnie z irlandzką tradycją, chleb i mleko przed próg każdego domu. Wówczas to cały dom musi być uprzątnięty i przygotowany na przyjęcie tak zacnego gościa. Wierzono bowiem, że święta Brygida odwiedza gospodarstwa domowe tam, gdzie oddaje się jej cześć. W spiżarni tuż obok garnców z mlekiem, ustawia się przez cały rok małe krzyżyki na wzór plectionki Brigidy, wykonane z suchej trawy, które miały uchronić mleko to przed złośliwymi skrzatami i chochlikami, które chcąc spić śmietankę wpadały do zawartości mleka i go zakwasały.

Smutna osoba

W ikonografii Brygida jest przedstawiana jako smutna osoba, zwykle w białym zakonnym habicie. Posiada na



głowie czarny welon, a tuż nad nim widnieje płomień. W rękę trzyma świecę. Dokładnie taki obraz świętej można zobaczyć w Strasburgu we Francji. Poza tym, że jest uważana za apostołkę i patronkę Irlandii, często też uważana jest ona za matkę życia zakonnego, ponieważ założyła ta święta wiele klasztorów.

Z ludem Irlandii

Brygida to imię związane z Celtami. Pierwszy człon imienia „Bryg”, oznacza po prostu siłę, cnotę, męstwo oraz dobroć. Od samego dzieciństwa Brygida pragnęła poświęcić się Bogu, na co oczywiście nie chciał się zgodzić jej niewierzący ojciec. Podobno dziewczyna niewyobrażalnie bała się go, a z czasem strach ten przeobraził się w nienawiść.

Stare legendy

Stare legendy dotyczące Brygidy przekazują nam, że była pogodna i hojna wobec potrzebujących, a także bardzo energiczna i przedsiębiorcza. Emanowała zawsze dobrocią. Gdy miała mniej więcej 15 lat, udała się do biskupa Mela w Armagh, stolicy prymasowskiej w Irlandii, gdzie złożyła ślub dziewictwa. Bardzo szybko zgromadziła wokół siebie dziewczęta, które podzielały jej pragnienia względem Boga i założyła z nimi pierwszy klasztor w Kildare, usytuowany na zachód od Dublina. Klasztor szybko się rozwijał, co podołało się biskupom proszącym ją, aby na ich terenach powstawały nowe.

Poszerzony płaszcz

Święta przemierzała całą Zieloną Wyspę i założyła sporo klasztorów. Uważana jest zatem za prekursorkę życia konsekrowanego w Irlandii.

Opowiada się też często o niej, jak dokonywała niezwykłych cudów. Pewnego razu prosiła króla Leinstera o ziemię, na której mogłaby założyć kolejny klasztor. Aby przekonać wspomnianego króla, poprosiła go jedynie o taki teren, jaki będzie w stanie przykryć jej płaszcz. Król się zgodził, a wtedy płaszcz cudownie się powiększył, obejmując swym zasięgiem całą okolicę Curragh.

Trzy modlitwy dziękczynne

Powszechnie znana jest też jako osoba szczególnie troszcząca się o ubogich i potrzebujących. Dawne zwyczaje zatem nakazują wiernym katolickim, aby w przeddzień wspomnienia patronki wysprzątać domy, upiec ciasta i absolutnie nie odmawiać pomocy potrzebującym. Wtedy też ozdabia się domy i mieszkania kolorowymi wstążkami, które wywiązuje się też na rosnące opodal drzewa.

Św. Brygida zmarła 1 lutego 523 lub 524 roku w Kildare, tutaj też została pochowana. W IX wieku, w czasie najazdu Duńczyków na Zieloną Wyspę, jej relikwie przeniesiono do Downpatrick, po czym o nich zapomniano. Odkrył je dopiero w XI wieku biskup, św. Malchiasz. W czasie reformacji król Henryk VIII nakazał je zniszczyć, ale katolicy wierni zdołali je uratować, przynajmniej w części. Dziś znowu są w Irlandii, w Kildare, gdzie spoczywają w kamiennym sarkofagu. Ponadto, fragment relikwii, prawdopodobnie czaszka, znajduje się w kościele św. Jana Chrzciela w Lumiar, niedaleko Lizbony, a do tych miejsc pielgrzymuje z prośbą o pomoc wielu pątników.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

Ograniczenia zużycia wody

SUSZA W IRLANDII SPOWODOWAŁA OGRANICZENIA DOSTĘPU DO WODY PRZYNAJMNIEJ DO 16 CZERWCA BR.

Jeśli duża liczba osób sprzeciwia się planowanej inwestycji, takiej jak budowa osiedla mieszkaniowego, hotelu czy elektrowni jądrowej, temat ten zazwyczaj trafia do mediów. Gdy jednak głos zabiera znana osoba, nadaje to sprawie dodatkowej wagi i często potwierdza obawy innych przeciwników danego przedsięwzięcia.

Ograniczenia dostępu do wody dla ok. 70 tysięcy osób zostały wprowadzone na trzech obszarach kraju, a 11 innych obszarów znajduje się na „liście obserwacyjnej”. W wielu miejscach zasoby wody spadły do historycznie niskiego poziomu, a inne obszary są obecnie dotknięte suszą.

Przedłużająca się susza, jaka ostatnio dotknęła Irlandię, skłoniła Uisce Éireann (dawniej Irish Water) do wprowadzenia rekordowo wczesnego w roku, zakazu używania wody do celów innych niż niezbędne. W Irlandii znany jest jako „zakaz używania węża ogrodowych”.

Trzy dostawy wody, które zostały uznane za „krytyczne”, przyczyniły się do wdrożenia ograniczeń od wtorku 6 maja na początkowy okres sześciu tygodni, ale zakaz może zostać przedłużony, w zależności od przyszłej sytuacji.

Ograniczenia, formalnie nazywane Rozporządzeniem o ochronie wody (WCO), obowiązują obecnie w 23 miastach i wsiach. Dotyczą ok. 50 tysięcy klientów korzystających z wodociągów Mullingar w hr. Westmeath;



12 tys. klientów korzystających z wodociągów Kells-Oldcastle w hr. Meath; oraz 6 tys. klientów korzystających z wodociągów Milford w hr. Donegal.

Jedenaście innych obszarów znajduje się obecnie na liście obserwacyjnej. Podejmowane są tam już działania mające na celu wzmocnienie malejących zasobów wody, w tym transport wody do zbiorników w cysternach. Uisce Éireann apeluje do wszystkich klientów o ograniczenie zużycia wody.

Oczekuje się, że dostępna będzie wystarczająca ilość wody do niezbędnego użytku, ale czynności uważane za nieistotne, takie jak podlewanie przydomowych ogrodów, mycie samochodów, mycie prywatnych łodzi rekreacyjnych i napełnianie osobistych przydomo-

wych basenów lub sztucznych stawów na prywatnej posesji, są teraz zabronione na mocy WCO, jeśli mieszkasz na obszarze, do którego ma ona zastosowanie.

Nieprzestrzeganie warunków nakazu oszczędzania wody jest przestępstwem na mocy Ustawy o usługach wodnych (2007), a osoby nieprzestrzegające nakazu mogą zostać ukarane grzywną lub innymi karami.

Rzeczniczka Uisce Éireann Margaret Attridge cytowana przez „Irish Independent” powiedziała, że najwyższym priorytetem jest ochrona zasobów wodnych na potrzeby gospodarstw domowych i przedsiębiorstw, a także na potrzeby niezbędnych usług: – Ostatnie 12 miesięcy było bardziej suche niż zwykle. (...) Oznacza to, że niektóre źródła

wody, które tradycyjnie byłyby uzupełniane w okresie zimowym, nie odnotowały takiego samego poziomu napełnienia, w wyniku czego zaczynamy doświadczać problemów z dostępnością wody w tych źródłach.

Lough Owel, która zaopatruje Mullingar; Lough Bane, która zaopatruje Kells-Oldcastle i Lough Colmcille, która zaopatruje Milford, nigdy nie miały tak niskiego poziomu wody na początku roku.

Analiza przeprowadzona przez Uisce Éireann mówi, że potrzeba będzie znacznego wzrostu opadów w nadchodzących miesiącach, aby poziom wody powrócił do typowego średniego poziomu. Jednak obecne prognozy pogody nie wskazują na żaden znaczący okres długotrwałych opadów deszczu w najbliższym czasie. Może być konieczne przedłużenie określonego okresu WCO i przedłużenie ograniczeń, aby objąć więcej dostaw wody.

Chociaż obecne ograniczenia mają charakter lokalny, analiza ostrzega, że „wiele jezior i źródeł rzecznych w całym kraju znajduje się znacznie poniżej ich normalnych przepływów i poziomów wody o tej porze roku”.

Wschodnie, środkowe i północno-zachodnie regiony kraju są obecnie głównymi obszarami budzącymi obawy.

Ostatnie zarządzenia dotyczące oszczędzania wody w Uisce Éireann zostały wydane w 2022 r., a podobne ograniczenia obowiązywały w latach 2020 i 2018. Jednak nigdy nie wydano żadnych zarządzeń przed czerwcem.

Krystyna Zielińska

FOTO: FREEPIK

REKLAMA

CKU CENTRE FOR COUNSELLING AND THERAPY

TERAPIA UZALEŻNIEŃ

INDYWIDUALNA, GRUPOWA

PROFESJONALNIE,
STACJONARNIE LUB ON-LINE,
BEZPIECZNIE, POUFNI
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

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.

Coraz mniej ślubów w Irlandii



Liczba małżeństw zarejestrowanych w Republice Irlandii nieznacznie spadła w 2024 r. w porównaniu z rokiem poprzednim a średni wiek osób zawierających związek małżeński pozostaje znacznie wyższy niż pokolenie temu.

Nowo opublikowane dane Centralnego Urzędu Statystycznego pokazują, że w 2024 r. zarejestrowano łącznie 20 348 małżeństw, w tym 668 małżeństw osób tej samej płci (325 mężczyzn i 343 kobiety). Liczby te pokazują ogólny spadek zawierania związków małżeńskich o prawie 4 proc. w porównaniu z 21 159 małżeństwami w 2023 roku.

Wśród par płci przeciwnej, średni wiek narzeczonych w ubiegłym roku wynosił 35,9 lat, a panów młodych 37,7 lat.

Średni wiek małżeństwa był nieco wyższy wśród par tej samej płci, ze średnim wiekiem mężczyzn 40,7 lat, podczas gdy średni wiek kobiet wynosił 39,7 lat.

Warto zauważyć, że liczba ślubów kościelnych w wyznaniu rzymskokatolickim i świeckich ceremonii cywilnych wśród par heteroseksualnych była prawie równa, stanowiąc odpowiednio 6 425 ceremonii (32,6%) i 6 392 ceremonii (32,5%) spośród 19 680 ceremonii przeprowadzonych w 2024 roku.

Jeśli chodzi o przynależność religijną, ok. 18,5 proc. ceremonii ślubnych określono jako zawarte w innych wyznaniach.

Ceremonie małżeńskie przeprowadzane przez Irlandzką Unię Spirytystyczną i Stowarzyszenie Humanistyczne stanowiły nieco ponad 7 procent.

Ceremonie małżeńskie przeprowadzane przez Kościół Irlandii stanowiły nieco mniej niż 1 proc. ogółu.

Chociaż sobota zwykle jest najpopularniejszym dniem na ślub, w ubiegłym roku równie popularnym był piątek, w którym odbyło się łącznie 7 280 ceremonii, co stanowi prawie 36 proc. wszystkich ceremonii odbywających się tego dnia.

Komentując statystyki w mediach społecznościowych, wiele osób przypisywało to faktowi, że wiele obiektów weselnych oferuje tańsze ceny w piątki. A ponieważ wesela są drogie, wydaje się, że wiele par mogło wybrać opcję piątkową właśnie z tego powodu.

Sobota pozostała jednak drugim najpopularniejszym dniem tygodnia, stanowiąc ok. 24 proc. ogółu.

I chociaż czerwiec od dawna jest ulubionym miesiącem na śluby, w Irlandii w ubiegłym roku najpopularniejszy był sierpień, z 2721 ceremoniami odbywającymi się w tym miesiącu, co stanowi nieco ponad 13 proc. wszystkich ceremonii.

Statystyki CSO nie zawierają jednak danych dotyczących średniej kwoty wydawanej przez pary na ceremonię zaślubin i inne związane z nią koszty.

Biorąc pod uwagę stosunkowo wysokie koszty prawie wszystkiego w Irlandii w porównaniu z innymi krajami UE, być może jednym z powodów, dla których ludzie wydają się opóźniać zawarcie małżeństwa, jest czas potrzebny na zaoszczędzenie wystarczającej ilości pieniędzy na jego opłacenie.

Jak napisał jeden z komentatorów na reddit.com: „Śluby są drogie. W połączeniu z kryzysem mieszkaniowym (prowadzącym do tego, że coraz więcej par koncentruje się na zakupie własnego domu przed odłożeniem pieniędzy na ślub) nie jest zaskoczeniem, że [średnia] wieku jest tak wysoka”.

Inny komentator podsumował to w następujący sposób: „Ja i mój partner mamy po 27 lat i dobrą pracę jak na swój wiek. [Nie wyobrażamy sobie ślubu w ciągu najbliższych 10 lat, biorąc pod uwagę, że najpierw musimy kupić dom. Chyba że zrobimy naprawdę tanie ceremonie w urzędzie stanu cywilnego. (...) Aż trudno w to uwierzyć, że nasi rodzice byli w stanie kupić 4-pokojowy dom wolnostojący i mieć duże wesele w wieku 25 lat, a nie mieli też wykształcenia wyższego. W dzisiejszych czasach większość młodych ludzi nie mogłaby nawet o tym marzyć”. **KZ**

5.

FESTIWAL LITERACKI

O'CZYTANI

Dublin, 06–08 czerwca 2025

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

Bibury
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

REKLAMA

ads@ng24.ie

089 264 03 50

3784-1_DU

3674-1_DU

R E K L A M A

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



3742_DU

Międzynarodowy Festiwal Literatury w Dublinie

Nadszedł maj, a to oznacza, że po raz kolejny nadszedł czas na największe coroczne wydarzenie literackie w Irlandii – Międzynarodowy Festiwal Literatury w Dublinie (ILFD).

Tegoroczny festiwal, odbywający się już po raz dwudziesty ósmy, potrwa od piątku 16 do niedzieli 25 maja i obejmie dziesięć dni autorskich odczytów, wykładów i prezentacji dziesiątek irlandzkich i międzynarodowych autorów.

Od momentu powstania w 1998 r., festiwal stał się jednym z najpopularniejszych tego typu wydarzeń w Europie, gromadząc najlepszych światowych pisarzy literatury pięknej i literatury faktu, którzy zachwycają, ekscytują i angażują publiczność.

Wszystkie wydarzenia odbywają się na terenie Merrion Square Park w centrum Dublina lub w jego pobliżu. Podczas festiwalu w parku pojawi się wielu sprzedawców, w tym stoiska z książkami i food trucki, a także mnóstwo le-

żaków, na których goście będą mogli odpocząć.

Program festiwalu obejmuje również literackie wycieczki tematyczne, recitale muzyczne w porze lunchu oraz jogę.

Ogłaszając w zeszłym miesiącu tegoroczny program festiwalu, burmistrz Dublina, Emma Blain, powiedziała: – Dublin jest synonimem wspaniałej literatury i wyjątkowych pisarzy, więc to oczywiste, że nasza stolica jest domem dla wiodącego wydarzenia literackiego w Irlandii. Zachęcam wszystkich do odwiedzenia ILFD, aby doświadczyć inspirujących wydarzeń, fascynujących dyskusji i niesamowitej kreatywności w jednym z najpiękniejszych parków miasta.

Aby zapoznać się z pełnym 32-stronicowym programem wydarzeń, odwiedź stronę internetową festiwalu: ilfdublin.com.

NG

R E K L A M A

Szukaj w swoim sklepie lub zamów z dostawą!



Zdrowe, tradycyjne pieczywo na zakwasie

Prosto z pieca!

healthybreadbylukas.ie



3682-1_DU

INTERNATIONAL LITERATURE FESTIVAL DUBLIN

One Park. Ten Days. A World of Stories.

**MERRION SQUARE PARK
16–25 MAY 2025**

Brought to you by

Comhairle Cathrach Bhaile Átha Cliath Dublin City Council

London Literature

European Literature Centre

RTE arts

FOTO: ILFD, MATERIAŁY PRASOWE

R E K L A M A

Przygotowywanie wniosków o obywatelstwo irlandzkie



Magdalena Nowacka
– usługi doradztwa prawnego

Tel: 087-388-7618

3199_DU

Gołębie opóźniają prace remontowe

Prace naprawcze dachu w budynku mieszkalnym w mieście Galway nie mogą być kontynuowane, ponieważ gnieźdzą się w nim obecnie gołębie.

Wnioski o przeprowadzenie napraw w Whitehall Apartments, które są własnością i są zarządzane przez Radę Miasta Galway, zostały odroczone do jesieni, ze względu na fakt, że gołębie są ptakami „chronionymi” przez irlandzkie prawo.

Mieszkańcy kompleksu mieszkaniowego dla osób starszych w centrum miasta poprosili wcześniej, za pośrednictwem swoich przedstawicieli publicznych, o przeprowadzenie napraw dachu w ich budynku mieszkalnym, ponieważ gołębie dostały się na architrav i dach na jednym końcu nieruchomości, znajdującym się w pobliżu tylnej części sklepu Dunnes w pobliskim centrum handlowym Eyre Square.

– Gołębie, podobnie jak wszystkie ptaki, są chronione na mocy irlandzkiej Ustawy o dzikiej przyrodzie, więc miejsce gniazdowania nie może być zakłócanie do 1 września – zaznaczyła w oświadczeniu sekcja Housing Maintenance Rady Miasta Galway. – Powrócimy do tej kwestii po upływie tego terminu – dodano.

Oświadczenie było odpowiedzią na pytania zadane przez Catherine Connolly, niezależną radną Galway West, której biuro otrzymało korespondencję dotyczącą problemu od sfrustrowanych mieszkańców.

W marcu tego roku Connolly dostarczyła Radzie zdjęcia pokazujące, że „gołębie zaczęły



FOTO: FREEPIK

zakładać gniazda w odsłoniętym otworze w architrawie”.

Cytowana w niedawnym artykule opublikowanym w gazecie „Connacht Tribune”, była członkini Rady Miasta Galway Nuala Nolan, która jest rzecznikiem starszych mieszkańców Whitehall Apartments, powiedziała, że to „żart”, że dobre samopoczucie gołębi ma pierwszeństwo przed ludźmi.

Zgodnie z postanowieniami Dyrektywy Ptasiej Unii Europejskiej z 1979 r. (Dyrektywa 79/409/EWG) wszystkie państwa członkowskie UE są zobowiązane do podjęcia środków w celu ochrony wszystkich dzikich ptaków i ich siedlisk. Dyrektywa zezwala jednak państwom członkowskim na wprowadzenie wyjątków w sytuacjach, w których określone gatunki dzikiego ptactwa powodują szkody w uprawach, bydło, faunie lub stanowią zagrożenie dla zdrowia lub bezpieczeństwa publicznego lub jakości i bezpieczeństwa powietrza.

Wygląda jednak na to, że w opinii Rady Miasta Galway, populacja gołębi w Whitehall Apartments nie stanowi obecnie żadnego takiego zagrożenia. W związku z tym ptaki nie będą musiały martwić się o eksmisję i bezdomność w nadchodzących miesiącach i wydają się być całkiem zadowolone i czują się komfortowo w swoim obecnym domu.

Tymczasem starsi mieszkańcy apartamentowców będą musieli uzbroić się w cierpliwość i tolerancję dla swoich skrzydlatych sąsiadów jeszcze przez jakiś czas, ponieważ przeprowadzka w inne miejsce do czasu zakończenia prac naprawczych nie jest aktualnie możliwą opcją. **AD**

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

Zmęczony? Płacisz i nic?

Pozwól nam dotrzeć
do Twoich klientów
Sprawdź nas!



**social
media**

3344_DU

Radośnie i patriotycznie

Obchody Święta Konstytucji 3 Maja w Balbriggan



1 maja w Balbriggan odbyły się uroczyste obchody Święta Konstytucji 3 Maja, zorganizowane przez skrzaty, zuchy i harcerzy ZHP Balbriggan-Polish Scouts. Główną organizatorką uroczystości była Malgorzata Orłowska-Smith – szczepowa szczepu skrzatów, zuchów i harcerzy w Balbriggan oraz kierowniczka zespołu muzycznego.

Wydarzenie pełne było radości, wspólnoty i ducha patriotyzmu. Uczestnicy mogli wysłuchać premierowych wykonań piosenek w wykonaniu zespołu muzycznego ZHP Balbriggan, który zadbał o wyjątkową oprawę muzyczną.

Rodzice dzieci z ogromnym zaangażowaniem wsparli organizację wydarzenia – jedni piekli domowe ciasta, inni pomagali w dekorowaniu sali, tworząc ciepłą i odświętną atmosferę. Wystąpiły również dziecięce grupy Zespołu Pieśni i Tańca „Koniczyna”, działające pod kierownictwem Katarzyny Gurtowskiej. Młodzi tancerze zachwycili publiczność barwnymi strojami i pięknym wykonaniem tradycyjnych polskich tańców.

Nie można zapomnieć o wsparciu lokalnych firm – Piekarnia Staropolska Balbriggan oraz sklep Food Plus Balbriggan hojnie zadbały o poczęstunek, dostarczając pyszne jedzenie wszystkim uczestnikom wydarzenia.

Święto było nie tylko okazją do wspólnego celebrowania jednego z najważniejszych dni w polskiej historii, ale również dowodem na to, jak silna i zżyta jest polska społeczność w Balbriggan. Serdeczne podziękowania należą się wszystkim, którzy włożyli serce i czas w przygotowanie tego pięknego wydarzenia.

Kasia Mikołajczyk
Radio Cenzura

Uroczyste obchody Świąt

Szkoła Polska w Waterford



FOTO: FACEBOOK.COM/POLSKASZKOLAWATERFORD

Dzisiaj obchodzimy Święto Narodowe Trzeciego Maja – upamiętniające uchwalenie Konstytucji 3 maja z 1791 roku.

To wyjątkowy dzień w historii Polski, symbolizujący wolność, jedność i dążenie do reform. W naszej szkole upamiętniliśmy to ważne wydarzenie.

facebook.com/polskaszkolawaterford

Polska Szkoła w Galway



FOTO: FACEBOOK.COM/POLSKA SZKOŁA W GALWAY

W naszej szkole w wyjątkowy sposób uczciliśmy majowe święta! Obchody Święta Konstytucji 3 Maja połączyliśmy z realizacją historyczno-artystycznego projektu „Poczet królów polskich”, związanego z przypadającym w tym roku tysiącleciem koronacji Bolesława I Chrobrego – pierwszego króla Polski.

Ten dzień przeniósł nas w zupełnie inny świat – pełen barw, historii i wzruszeń.

Wspólnie zaśpiewaliśmy „Majową Jutrzenkę”, a później mogliśmy poczuć klimat dawnych epok – wszystko za sprawą wyjątkowego wydarzenia: pokazu mody z czasów królewskich, które poprowadziła pani Ewelina Maćkowiak. Zarówno uczniowie, jak i nauczyciele zachwycili pomysłowością i dbałością o szczegóły swoich strojów

inspirowanych historycznymi postaciami, a najciekawsze kreacje zostały wyróżnione.

W szkole zagościła niecodzienna galeria prac plastycznych – wspaniałe portrety władców, królewskie insygnia i kreatywne projekty, które pokazały ogromne zaangażowanie dzieci. Również tutaj przyznaliśmy wyróżnienia za wyjątkową pomysłowość i staranność.

Niepowtarzalnym przeżyciem było przedstawienie przygotowane przez Szkolne Koło Teatralne, prowadzone przez Panią Katarzynę Stasiewicz. Dziękujemy za pełną pasji opowieść i niezwykle emocje!

Wśród wielu atrakcji ogromnym powodzeniem cieszyły się również warsztaty lepienia pierogów – poczuliśmy smak polskiej tradycji, było dużo śmiechu

i radości!

Serdeczne podziękowania kierujemy do Ambasady Rzeczypospolitej Polskiej w Dublinie Polish Embassy Dublin za współorganizację projektu oraz za nieustanne wsparcie, jakie otrzymujemy w najważniejszych dla nas momentach.

Dziękujemy również Paniom Adeli Goniwiecha i Katarzynie Luzniak za pomoc przy organizacji warsztatów kulinarnych – wspólne lepienie pierogów było fantastycznym doświadczeniem.

Ogromne podziękowania kierujemy do nauczycieli, uczniów, rodziców, koła teatralnego i jego prowadzącej – to był naprawdę wyjątkowy dzień, podczas którego historia ożyła, a my – choć na chwilę – staliśmy się jej częścią.

[facebook.com/Polska Szkoła w Galway](https://facebook.com/PolskaSzkołaWGalway)

Wystawa prac Stanisława Śliwy



FOTO: FACEBOOK.COM/TALLAGHTLIBRARY

W Bibliotece na Tallaght w Dublinie, 6 maja nastąpiło oficjalne otwarcie czasowej wystawy pt. „Kolekcja Johna Mullena prezentuje prace Stanisława Gliwy – polskiego żołnierza i artysty – związane z bitwą o Monte Cassino we Włoszech w 1944 roku”.

Na ekspozycję składają się dzieła sztuki oraz materiały z zakresu historii pocztowej

z czasów II wojny światowej. Wystawa została opracowana dzięki zbiorom Johna Mullena, autora kolekcji, który poprowadził wstęp w czasie oficjalnego otwarcia ekspozycji.

Wystawa potrwa do 16 maja. Wstęp wolny. Serdecznie zapraszamy wszystkich zainteresowanych historią, sztuką i losami polskich żołnierzy na frontach II wojny światowej. **NG**

REKLAMA

Midlands Polish Community CLG is inviting all to family fun day:

International Children's Day

June 2nd 1:00pm
DRUM COMMUNITY CENTRE
Athlone, N37 T298

KIDS DISCO
ARTS&CRAFTS WORKSHOP
AIRSOFT SHOOTING RANGE
COSTUMED MASCOTS
ARCHERY WORKSHOP
MURAL PAINTING WORKSHOP
GAMING VAN
PINK LADIES GLAM VAN
SOAP BUBBLE SHOW
BOUNCY CASTLE
FACE PAINTING
and many more

to eat: BARBEQUE, CHURROS, ICE CREAM, CANDY-FLOSS and other treats
to see: FIRE BRIGADE, AMBULANCE & CIVIL DEFENCE VEHICLES and more

€10 wristband kids only - to access all attractions

midlands polish community

An Roinn Leanaí, Comhionannais, Micéannais, Línpháirtíochta agus Óige
Department of Children, Equality, Disability, Integration and Youth

THIS INTERNATIONAL CHILDREN'S DAY - FAMILY DAY IS SUPPORTED BY THE COMMUNITIES INTEGRATION FUND

Majowych w Irlandii

Polska Szkoła Bez Granic w Tyrrelstown

Z dumą uczymy najmłodszych o ważnych wydarzeniach z historii Polski – Święto Pracy, Dzień Flagi i Święto Konstytucji 3 Maja to dla nas nie tylko daty, ale wartości, które pielęgnujemy każdego dnia!

Dzieci z klas 1 i 2 z zaangażowaniem tworzyły piękne prace plastyczne, uczyły się hymnu i poznawały symbole narodowe. Tak budujemy tożsamość i dumę z bycia Polakiem – niezależnie od tego, gdzie jesteśmy!

Ponieważ Polska Szkoła to nie tylko nauka – to serce, tradycja i wspólnota!
facebook.com/polskaszkolabezgranic



FOTO: FACEBOOK.COM/POLSKASZKOLABEZGRANIC

Polska Szkoła Sen w Dublinie

Święto Konstytucji 3 Maja to jedno z kluczowych świąt narodowych w Polsce. Upamiętnia uchwalenie Konstytucji 3 maja z 1791 roku – pierwszej takiej ustawy w Europie i drugiej na świecie. Dokument ten stanowił fundament organizacji państwa, określając jego strukturę, sposób sprawowania władzy oraz prawa i obowiązki obywateli.



W naszej szkole zawsze pamiętamy, by wraz z uczniami uczcić to wyjątkowe święto. Pięknie ubrane w stroje biało-czerwone klasy młodsze odśpiewały wspólnie hymn Polski i piosenkę „Jestem Polakiem”. A wszystko to w towarzystwie powiewających flag biało-czerwonych.

Klasy starsze, wysłuchały apelu klasy 5C, w który został wpleciony popis wokalny niezwykle utalentowanej Amelii Kubeczki, która zaśpiewała dla nas „Hymn Konstytucji 3 maja”.

Na koniec apelu klasy 7 i 2 LO wraz z Panią Dyrektorką i Panem Tomaszem odtańczyli ... Poloneza! A to wszystko pod wodzą Pań Julity i Pauliny.

facebook.com/szkolassen



FOTO: FACEBOOK.COM/SZKOLASEN

Upamiętnienie Konstytucji 3 Maja

Wspólnie z naszymi irlandzkimi przyjaciółmi, Korpusem Dyplomatycznym, parlamentarzystami i przedstawicielami świata nauki świętowaliśmy Święto Narodowe upamiętniające Konstytucję 3 Maja 1791 roku.

Nasi goście mieli okazję wysłuchać wspaniałej muzyki Chopina i Niemena w wykonaniu Jakuba Chwastyniaka.

Wspaniały koncert Jakuba Chwastyniaka odbył się w czwartkowy wieczór w Domu Polskim w Dublinie z okazji Święta Konstytucji 3 Maja. Publiczność mogła wysłuchać wyjątkowych wykonanych utworów Chopina, Niemena, Komedy, Kilara i innych. Serdeczne życzenia dla Polaków w Irlandii w dniu, kiedy świętujemy poczucie wspólnoty Polaków na całym świecie i przywiązanie do naszych barw narodowych!

facebook.com/PLinIreland



FOTO: FACEBOOK.COM/PLINIRELAND

Podpowiadamy, doradzamy

The National Bowel Screening Programme

Badania przesiewowe jelita grubego mają na celu wykrycie oznak raka jelita grubego we wczesnym stadium, w którym nie występują żadne objawy. Rak jelita grubego jest również znany jako rak okrężnicy, odbytnicy lub jelita grubego.

Każdego roku w Irlandii raka jelita grubego diagnozuje się u około 2500 osób. Rak jelita grubego jest drugim najczęściej występującym nowotworem u mężczyzn i trzecim najczęściej występującym nowotworem u kobiet w Irlandii.

Wcześniej wykryty rak jelita grubego jest łatwiejszy w leczeniu i daje większe szanse na wyleczenie.

BowelScreen to Narodowy Program Badań Przesiewowych Jelita Grubego, który oferuje bezpłatne badania przesiewowe jelita grubego osobom w wieku od 59 do 70 lat co 2 lata.

Badania przesiewowe jelita grubego mają na celu wykrycie oznak raka jelita grubego na wczesnym etapie, gdy nie występują żadne objawy.

Ile kosztuje badanie?

Badanie jest bezpłatne i wykonuje się je samodzielnie w domu. Musisz być zarejestrowany w rejestrze badań przesiewowych jelita grubego, aby otrzymać zaproszenie do otrzymania zestawu do badań przesiewowych w domu. HSE wyśle Ci bezpłatny test pocztą razem z instrukcją krok po kroku dotyczące samodzielnego wykonania testu w domu.

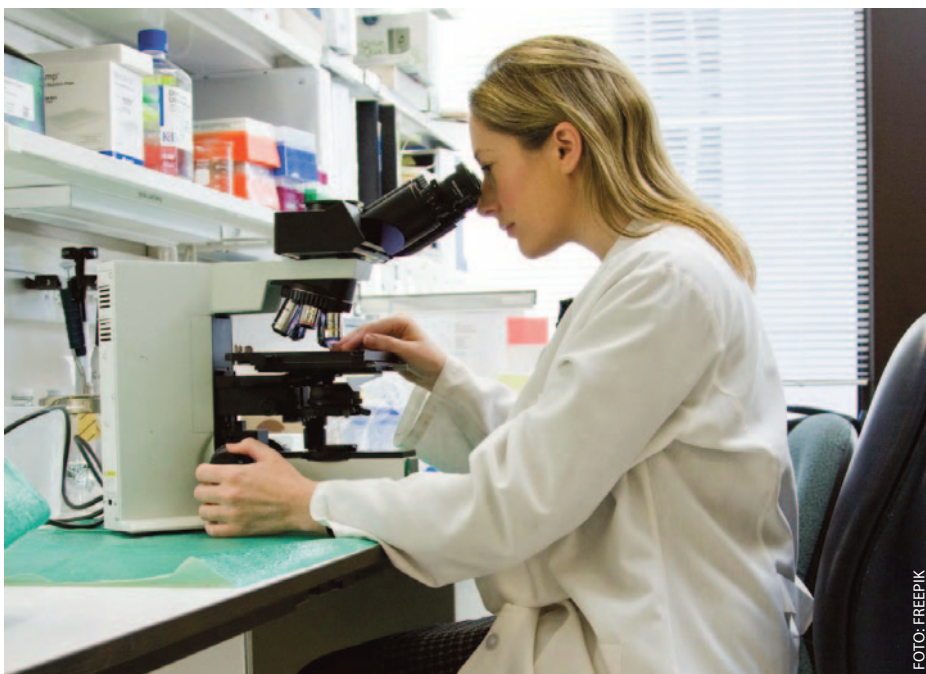


FOTO: FREEPIK

W przypadku wystąpienia jakichkolwiek objawów raka jelita grubego należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym. Nigdy nie należy ignorować objawów, nawet jeśli wynik badania przesiewowego był niedawno prawidłowy.

Badanie BowelScreen

Badanie przesiewowe wykonuje się samodzielnie w domu. Polega na pobraniu próbki kału za pomocą testu domowego. Może się to wydawać krępujące lub nieprzyjemne, ale zajmuje to tylko kilka minut.

Próbkę umieszcza się w specjalnej probówce i odsyła w zapieczętowanej kopercie do badania w laboratorium. Wyniki testu zostaną przesłane w ciągu 4 tygodni. Jeśli zarejestrowano dane lekarza rodzinnego, otrzyma on również kopię wyników.

Badanie przesiewowe jelita grubego sprawdza jedynie poziom krwi w stolcu. Jeśli ilość krwi znalezionej w stolcu przekracza limit przesiewowy, zostaniesz skierowany na dalsze badanie zwane kolonoskopią. Krew może być obecna z wielu innych niż poważne powodów. Może być również wczesnym

sygnałem ostrzegawczym raka jelita grubego.

Jeśli ilość krwi jest poniżej limitu badania przesiewowego, nie gwarantuje to, że nie masz raka jelita grubego.

Wynika to z faktu, że nie wszystkie nowotwory lub polipy krwawią przez cały czas. Żaden test przesiewowy nie jest w 100% wiarygodny.

Zmiany mogą również zachodzić między badaniami przesiewowymi.

Dlatego tak ważne jest wykonywanie badań przesiewowych co 2 lata. Nie czekaj na kolejne badanie przesiewowe, jeśli masz jakiegokolwiek objawy raka jelita grubego.

Jak zarejestrować się do badania BowelScreen?

Badania przesiewowe w kierunku raka jelita grubego są dostępne dla wszystkich osób w wieku od 59 do 70 lat mieszkających w Irlandii.

BowelScreen tworzy rejestr osób kwalifikujących się do badań przesiewowych na podstawie danych dostarczonych przez Departament Ochrony Socjalnej, Ogólne Usługi Medyczne i prywatnych ubezpieczycieli zdrowotnych. Niektóre osoby nie znajdują się jednak na żadnej z tych list.

Jeśli nie otrzymałeś zaproszenia na badania przesiewowe jelit, możesz sprawdzić, czy jesteś w rejestrze dzwoniąc pod bezpłatny numer 1800 45 45 55, email info@bowelscreen.ie lub zarejestrować się wypełniając formularz na stronie: bowelscreen.ie.

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

R E K L A M A

R E K L A M A

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 Żywności & Stylu Życia
Terapeuta Psychobiologii & Psychosomatyki Zdrowia



Nutrition-4Health



087 27 535 24



marta@nutrition-4health.com



www.nutrition-4health.com



JAN POSPIESZAŃSKI

24 MAJ 2025 | 16:30

Gdzie: Kildare St, Newry BT34 1AR

Kontakt: +447746502377 | Diossos@gazeta.pl

NIE PRZEGAPI! WSTĘP WOLNY!
ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA!

Patronat medialny:

KRZYŻÓWKA

- Poziomo**

1 japońska gra kamkami

2 zespół osobników o tych samych właściwościach dziedzicznych

5 daw. chłop

11 glans

14 twarz, policzek

17 przyrząd fotogrametryczny

19 bibl. nieścześnie

23 typ krajobrazu

25 kolor bładoróżowy

29 fr. książę

30 kraina historyczna we Francji

31 Carlo (ur. 1911), tłumacz włoski

33 atom wielowartościowego pierwiastka

34 koreańska miara objętości

35 dzielny w boju; waleczny

36 miasto w Rumunii

38 rycerz-rozbójnik

41 bóg dobra w mazdaizmie

42 jedn. strumienia świetlnego

43 prosta substancja, elementarny składnik rzeczywistości

45 garbnik z owoców drzew

49 rzeka w Hiszpanii

50 dawny system tworzenia obrazu komputerowego, w którym tekst był widoczny na jednokolorowym ekranie

51 jednostka oświetlenia (luks)

52 rodzaj tkaniny

54 daw. jadłodajnia

58 wyspa walijska

59 przewlekły nieżyt nosa

61 część ubrania

63 szybki, drapieżny ssak z rodziny kotów

65 1. największe jezioro w stanie Alaska; 2. szczyt wulkaniczny

68 Henryk (1902-1977), kompozytor
- 7 ukryta drwina, utajone szyderstwo, złośliwość

8 wyrko, prycza

9 skała metamorficzna

10 austriacki karabin powtarzalny

12 jap. pawilon ogrodowy

13 rozrywkowa dzielnica Paryża

15 miara poziomu inteligencji, iloraz inteligencji

16 rzeka i miasto na Podlasiu

18 biblijny syn Chama

20 miasto w Izraelu

21 ruch religijny

22 porażenie

24 odczynnik krwi

26 zbiór pieśni religijnych

27 Rasul (ur. 1910), azerbejdżański pisarz

28 jednostka luminacji

30 roślina klimatu suchego

32 1. uroczysty, patetyczny utwór poetycki; 2. kompozycja zbliżona do kantaty

36 disc jockey, osoba odtwarzająca muzykę

37 bohater „Nędzników” W. Hugo

39 kontynent wokół bieguna południowego

40 teorie w chińskiej filozofii klasycznej

43 słone jezioro w Algierii

44 spichrz

46 strefa osobowości nieświadomej

47 pierwiastek chemiczny z grupy potasowców

48 lud w południowej części Sudanu

53 grupa plemion murzyńskich

55 znak nawigacyjny

56 stalowa lina na statku

57 Josif (1881-1958), malarz rumuński

60 egipskie uosobienie pierwotnego oceanu

62 Wiktor (ur. 1925), polski architekt i rysownik

64 rzeka we Włoszech; Pad

66 jednostka strumienia magnetycznego (makswel)

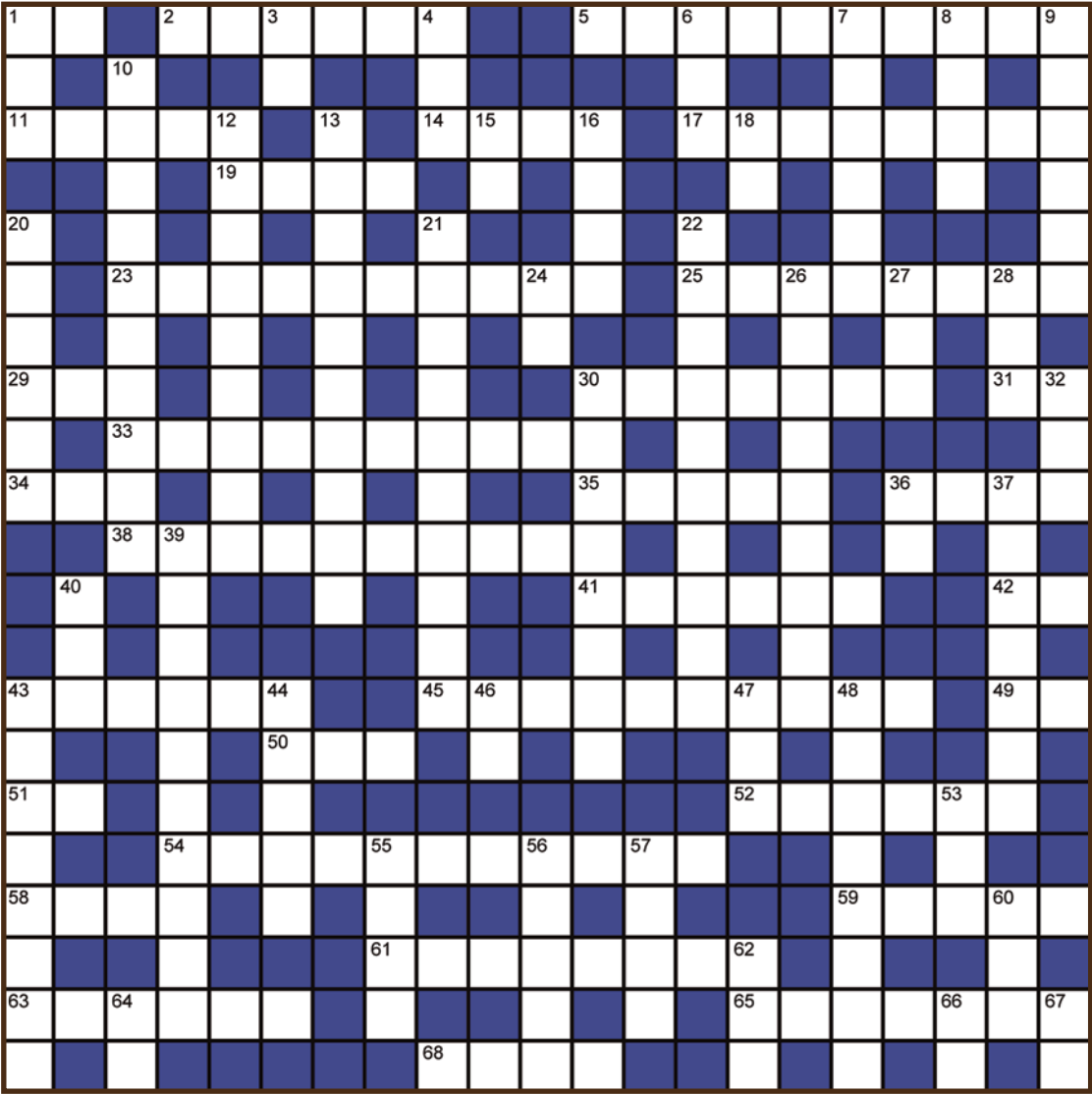
67 bohater „Emigrantów” S. Mrożka
- Pionowo**

1 gęgot

3 jednostka natężenia pola magnetycznego (ersted)

4 słup drewniany, betonowy, żelbetowy lub stalowy wbijany w grunt

6 1. rzeka, prawy dopływ Wisły; 2. owad z rodziny żądłówek



Find 10 differences



SUDOKU

łatwe ▼

średnie ▼

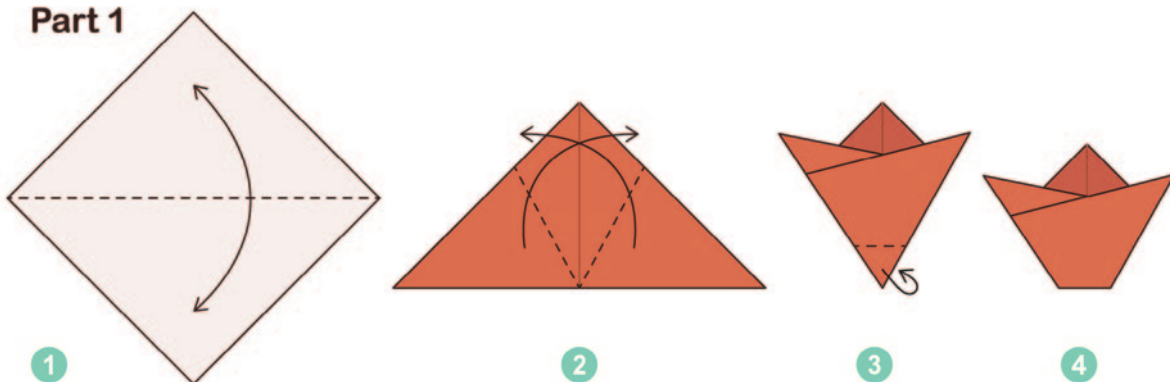
trudne ▼

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

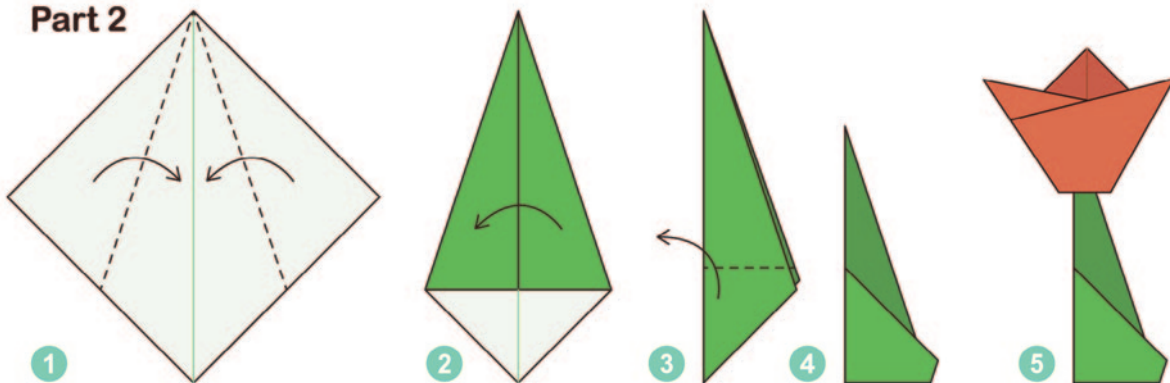
		4						
3				1	9			7
			7				2	1
9	8	1						
	3			6				9
				5	7		8	
	2					5		6
		5	4					7

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

Part 1



Part 2

HOROSKOP
PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 16.05 do 22.05.2025 r.

przygotowała: Jasmina



BARAN

Nadchodzący tydzień przyniesie nowe wyzwania, które pobudzą Twoją ambicję. W relacjach warto postawić na szczerość – rozmowa może rozwiązać dawne nieporozumienia.



BYK

Czas na stabilizację i docenienie małych rzeczy. Możesz odczuwać większą potrzebę odpoczynku, więc zadбай o regenerację. W pracy pojawi się okazja do wykazania się.



BLIŹNIĘTA

Tydzień pełen rozmów i nowych kontaktów. Możesz poczuć impuls do spontanicznej podróży lub zmiany otoczenia. Warto jednak znaleźć chwilę na refleksję.



RAK

Skup się na relacjach z bliskimi – wspólne chwile przyniosą Ci spokój i harmonię. W pracy warto zaufać intuicji, która podpowie najlepsze rozwiązania. Odpoczywaj!



LEW

Tydzień sprzyja towarzyskim spotkaniom. Możesz poczuć potrzebę zmiany wizerunku lub stylu – eksperymentuj śmiało! W pracy pojawi się okazja zmiany, działaj odważnie.



PANNA

Czas na uporządkowanie spraw i zadbanie o równowagę. Warto skupić się na zdrowiu psychicznym. W relacjach postaw na szczerość, nawet jeśli wymaga to odwagi.



WAGA

Tydzień pełen radości – spotkania towarzyskie będą wyjątkowo udane. Możesz odkryć nową pasję, którą przyniesie Ci satysfakcję. Warto zadbać o dobre samopoczucie.



SKORPION

Uchaj uważnie swojej intuicji. W relacjach pojawi się szansa na głębsze rozmowy i zrozumienie. W pracy warto zachować ostrożność i nie podejmować pochopnych decyzji.



STRZELEC

Nadchodzący tydzień sprzyja odkrywaniu nowych miejsc. Nie bój się podążać za swoimi marzeniami. W relacjach warto postawić na spontaniczność i otwartość.



KOZIOROŻEC

Skup się na celach zawodowych, ale znajdź czas na odpoczynek i regenerację, aby uniknąć przemęczenia. W relacjach rodzinnych pojawi się okazja do wzmocnienia więzi.



WODNIK

Kreatywność będzie Twoją mocną stroną – wykorzystaj ją w codziennym życiu. Możesz poczuć impuls do zmiany otoczenia lub stylu życia. Warto zadbać o aktywność fizyczną.



RYBY

Tydzień sprzyja refleksji i wsłuchaniu się w swoje potrzeby. Możesz odkryć nowe sposoby na relaks. W relacjach postaw na empatię – rozmowy przyniosą dobre zmiany.

REKLAMA

089 264 03 50

REKLAMA

3835_DU

WCC C15V123

1 - 10 yrs

Sensory Sunday messy play

Sunday, May 18th

11am to 12pm

Let your child explore, develop and play!

Activities

- Sensory Play
- Messy Play
- Painting
- Air clay
- Ice-cream tuff tray.....

Outdoor Playground and Amenity park to continue your exploration afterwards.

Booking ESSENTIAL
Email - Sensoryplay4all@gmail.com

€7.50

3835_DU

Comhairle Contae Thiobraid Árann
Tipperary County Council

Spring into Storytime

Right to Read

I just love this book

Storytime in Nenagh Library
The Adventure Continues....
Every Thursday @ 11.15am

www.librariesireland.ie

Libraries Ireland
Makes Every Library Your Local Library

Right to Read Award 2021

TODDLER MUSIC

SATURDAYS 11 AM

EDENDERRY

087 852 2082

to register

Musical Youth

Edenderry

story time

Ballinasloe Library

Each Wednesday

at 11.30am

No booking required and suitable for any age.
Children must be accompanied by an adult.

Storytime

Nenagh Library

Every Thursday

11.15am

Comhairle Contae Thiobraid Árann
Tipperary County Council
Library Service

Right to Read
at your Library

Dolphin's BARN Library

Lego Time!

SATURDAYS

11AM-1PM

BOOKING ESSENTIAL

AGE 6-12

Sásta Saturday

Drop in Arts & Craft

EVERY SATURDAY

FROM 11:00AM TO 4:00PM

VENUE: KERRY COUNTY MUSEUM

Drop in, no booking required

Children FREE, Adults €5

For more information: 066-7127777

storytime

Mondays @ 3.30pm

Ballyroan Library, Orchardstown Villas, Dublin, D14 VY33

Demonizowane pożywienie

W ostatnich latach coraz częściej słyszymy, że czerwone mięso, jajka czy tłuszcze nasycone powinny być ograniczane lub wręcz eliminowane z diety. Tymczasem z perspektywy holistycznej, która uwzględnia zarówno fizjologię człowieka, jak i jego ewolucyjne potrzeby, te pokarmy stanowią prawdziwą skarbnicę wartości odżywczych. W rzeczywistości to właśnie mięso, jaja i tłuszcze mogą być kluczowe dla optymalnego zdrowia i energii życiowej.

Mięso – skoncentrowane źródło białka i mikrośladków

Mięso, zwłaszcza czerwone, jest jednym z najlepszych źródeł pełnowartościowego białka, które jest fundamentem każdej komórki naszego ciała. Białko to podstawowy budulec mięśni, narządów, enzymów i hormonów. Bez odpowiedniej ilości białka organizm nie jest w stanie prawidłowo funkcjonować – cierpi układ odpornościowy, osłabia się regeneracja, a metabolizm zwalnia.

Czerwone mięso dostarcza także dużych ilości witamin i minerałów, które są kluczowe dla naszego zdrowia:

- **Witamina B12** – niezbędna dla układu nerwowego i produkcji czerwonych krwinek
- **Żelazo hemowe** – najlepiej przyswajalna forma żelaza, kluczowa dla transportu tlenu
- **Cynk** – wspiera odporność, wpływa na poziom testosteronu i procesy regeneracji
- **Kreatyna** – naturalnie występująca



w mięsie, poprawia wydolność fizyczną i wspiera funkcje mózgu

Jaja – naturalna multivitamina

Jajka to prawdziwa bomba odżywcza. W jednym niewielkim jajku znajdziemy niemal wszystkie niezbędne składniki odżywcze. To doskonałe źródło wysokiej jakości białka, zdrowych tłuszczów, a także witamin i minerałów, takich jak:

- **Witamina A** – ważna dla wzroku i zdrowia skóry
- **Witamina D** – kluczowa dla układu odpornościowego i zdrowia kości

■ **Cholina** – niezbędna dla prawidłowego funkcjonowania mózgu i układu nerwowego

■ Jajka to także jedno z najbogatszych źródeł **luteiny i zeaksantyny**, które chronią nasze oczy przed zwyrodnieniem plamki żółtej

Tłuszcze – energia i zdrowie hormonalne

Od dekad tłuszcze nasycone są demonizowane jako główna przyczyna chorób serca. Tymczasem coraz więcej badań pokazuje, że to nie tłuszcze, a nadmiar cukru i przetworzonych węglowodanów prowadzi do prze-

wlekłych stanów zapalnych i chorób metabolicznych. Tłuszcze są nie tylko doskonałym źródłem energii, ale także niezbędne dla zdrowia hormonalnego, funkcjonowania mózgu i wchłaniania witamin rozpuszczalnych w tłuszczach (A, D, E, K).

Popatrzmy na świat zwierząt

Przyroda to najlepszy nauczyciel. Spójrzmy na drapieżniki, które żywią się głównie mięsem – lwy, wilki czy gepardy. Są szczupłe, umięśnione, szybkie i pełne energii, mimo że często jedzą tylko raz na kilka dni. Ich dieta oparta na mięsie i tłuszczu zapewnia im zdrowie, siłę i doskonałą wydolność. Dlaczego więc mielibyśmy unikać pokarmów, które naturalnie dostarczają nam wszystkiego, co potrzebne?

Klucz – równowaga i jakość

Holistyczne podejście do diety zakłada słuchanie potrzeb swojego organizmu i wybieranie produktów jak najmniej przetworzonych. Nie chodzi o to, by jeść wyłącznie mięso i jaja, ale o to, by przestać się ich bać. Mięso od zwierząt karmionych naturalnie, jaja od kur z wolnego wybiegu czy tłuszcze pochodzące z naturalnych źródeł, są dla nas niezwykle wartościowe. Dieta bogata w mięso, jajka i zdrowe tłuszcze może pomóc w odzyskaniu energii, poprawie wydolności, a także wsparciu układu odpornościowego i hormonalnego. Zamiast rezygnować z tych pokarmów, postawmy na ich jakość i cieszymy się pełnią zdrowia – tak jak to robią drapieżniki w naturze.

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.

Młode pokolenie szczególnie narażone

Choroby układu sercowo-naczyniowego i choroby nowotworowe to najbardziej rozpowszechnione w krajach Unii Europejskiej i zabierające najwięcej istnień ludzkich choroby cywilizacyjne. Do głównych czynników ryzyka zaliczają się w ich przypadku niezdrowy styl życia, otyłość i palenie papierosów, powszechne w coraz młodszych grupach – nastolatków i młodych dorosłych. Ministrowie zdrowia Unii Europejskiej oceniają, że dotychczasowe inicjatywy profilaktyczne nie były wystarczające i potrzebne są nowe, skoordynowane działania.



– Choroby kardiologiczne i nowotwory odpowiadają za ponad dwie trzecie przedwczesnych zgonów w Europie. W Polsce i pozostałych krajach Europy Środkowej choroby układu sercowo-naczyniowego stanowią główną przyczynę zgonów. Faktem jest, że 70 proc. tych chorób i zgonów można zapobiec, tworząc ludziom rzeczywiste możliwości wyboru. Odnotowaliśmy spadek tych chorób przed kryzysem związanym z COVID-em, jednak nadal pozostają one główną przyczyną przedwczesnych zgonów. Wiadomo również, że po pandemii COVID-19 te wskaźniki niestety się podniosły. Pomimo wydłużenia się życia czas trwania życia w zdrowiu ulega skróceniu – mówi Olivér Várhelyi, komisarz UE ds. zdrowia i dobrostanu zwierząt.

– Mamy epidemię chorób cywilizacyjnych. Jesteśmy starzejącymi się społeczeństwami w Unii Europejskiej, a starsze społeczeństwa to wielochorobowość. Chorujemy na choroby układu krążenia, chorujemy na choroby onkologiczne. In-

dywidualnie to są zawsze dramaty, a dla systemów ochrony zdrowia to jest ogromne obciążenie finansowe dla systemów ochrony zdrowia – wskazuje Izabela Leszczyna, ministra zdrowia.

Jak wskazuje Narodowy Fundusz Zdrowia, głównymi czynnikami mającymi wpływ na zdrowie i mającymi szczególne znaczenie w profilaktyce chorób cywilizacyjnych są: styl życia (50 proc.), czynniki środowiskowe i genetyczne (po 20 proc.), a tylko w 10 proc. opieka zdrowotna. Pod pojęciem styl życia kryją się natomiast takie czynniki ryzyka jak brak aktywności fizycznej, nieprawidłowa dieta oraz sięganie po alkohol lub wyroby tytoniowe. To szczególnie istotne zwłaszcza w kontekście budowania zdrowia kolejnych pokoleń.

– Całe nowe pokolenie osób poniżej 30. roku życia jest jeszcze bardziej podatne na choroby układu sercowo-naczyniowego. Jeśli spojrzymy na najnowsze dane opublikowane miesiąc temu, w ciągu ostatnich 10 lat liczba młodych ludzi cierpiących na cukrzycę i oty-

łość się podwoiła. Mówimy średnio o 20 proc. populacji młodych ludzi dotkniętych jednym lub obydwojema tymi schorzeniami. Oznacza to, że za 10–15 lat będziemy mieli do czynienia z całym pokoleniem cierpiącym na choroby kardiologiczne, ponieważ takie choroby jak otyłość i cukrzyca, jeśli nie są leczone i kontrolowane, prowadzą do chorób układu sercowo-naczyniowego – podkreśla Olivér Várhelyi.

Opublikowany przez Światową Federację Otyłości „World Obesity Atlas 2025” wskazuje, że liczba dorosłych osób cierpiących na otyłość wzrośnie między 2010 a 2030 rokiem z 524 mln do 1,13 mld. Co roku 1,6 mln przedwczesnych zgonów z powodu chorób niezakaźnych jest spowodowanych nadwagą i otyłością – to więcej, niż ginie w wypadkach drogowych. Co więcej, dwie trzecie krajów na świecie nie ma żadnej lub ma tylko jedną z pięciu kluczowych polityk wdrożonych w celu rozwiązania problemu otyłości. Tylko 7 proc. krajów ma odpowiednio przygotowane systemy opieki zdrowotnej.

Rozwiązania z nr NG90

Krzyżówka z nr NG90 Poziomo: 1 ORBITA, 4 SYLABIZM, 10 ABEL, 12 WYCHOWANIE, 14 LAOKOON, 17 WU, 18 MOLLIE, 19 EFATE, 20 RAKS, 21 RH, 22 TRAKTIERNIA, 25 MX, 26 URI, 27 UEDA, 28 POE, 29 KA, 30 DOKONANIE, 31 PARAMNEZJA, 33 RE, 35 TAO, 36 BOT, 37 ŁOTWA, 38 TERNATE, 40 FILE, 41 NIEPORZĄDEK, 43 PORANEK, 44 KOSZ, 45 ZAPŁON, 46 LUNONAUTA, 48 SI, 49 SARI, 50 IKT, 51 ZŁOTOKWIAT, 53 EA, 54 ELAM, 56 ODRI, 58 HYMN, 59 OBFITOŚĆ. **Pionowo:** 2 BACHMATIUK, 3 TEOTL, 4 SKI, 5 LX, 6 IO, 7 MANNESMANN, 8 DESU, 9 ZAWIETRZNA, 11 EMBA, 12 WAGABUNDA, 13 ELWER, 15 OM, 16 OSA, 17 WERBENA, 20 RAUBRITTER, 23 AMENHOTEP, 24 ECKERMANN, 28 PRZEWIAŚŁO, 32 MAŁGORZATA, 34 WIEK, 35 TRIAS, 36 BENKENDORF, 39 RURALIZM, 42 EINSTEIN, 44 KUR, 47 NUORO, 49 STEN, 50 IDY, 52 IBO, 55 AI, 57 DJ.

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

Festiwal Kultury Polskiej w Ennis

Muzeum Clare we współpracy z Creative Ireland zaprasza na Festiwal Kultury Polskiej, który odbędzie się w dniach 6-18 maja w Ennis, hr. Clare.

Wtorek, 6 maja, 18:30 –Festiwal Kultury Polskiej w Clare Museum zostanie zainaugurowany przez burmistrza Ennis, Clare Collerana Molloya.

Inauguracja obejmie zarys wydarzeń festiwalowych, a także inaugurację 3 wystaw, na które składają się prace polskich artystów mieszkających w Co. Clare, Anny Podlewskiej i Anny Kacprzak. „Remember the Gardens”, „It's Where We Came from” autorstwa Anny Podlewskiej, Anny Kacprzak, w tym prace artystyczne i rzemieślnicze powstałe podczas warsztatów, które odbyły się w muzeum w okresie poprzedzającym festiwal, prowadzone przez Lilianę Bożenę Lacką.

„Growing with Art.”, projekt wystawienniczy kuratorowany przez Annę Kacprzak, pokazujący etapy rozwoju artystycznego dzieci od pierwszych prób do wieku nastoletniego. Wszystkie wystawy można oglądać w Clare Museum, w godzinach otwarcia, przez cały czas trwania festiwalu.

Środa, 7 maja, 19:30 – Wykład Jakuba Kacprzaka na temat Sat-Okh

Historia życia polskiego rdzennego Amerykanina, Stanisława Supłatowicza, Sat-Okh. Urodzony z matki Polki zesłanej na Syberię i ojca Kanadyjczyka Shawnee, Sat Okh wychował się zarówno w kulturze polskiej, jak i rdzennych Amerykanów. Podczas II wojny światowej uciekł z transportu do Auschwitz i walczył w ruchu oporu. Po wojnie niestrudzenie promował rdzenną kulturę amerykańską i stał się legendą, inspirując pokolenia Polaków. Jego książki zostały przetłumaczone na wiele języków były wyrazem jego idei: „Jest jedno ludzkie dobro i jedno ludzkie zło, pomimo różnych kolorów skóry”.

Czwartek, 8 maja, 11:00, pokaz filmu (polskie napisy) Clare Museum wyświetli film „Droga powrotna” (The Way Back) z 2010 roku. Wyreżyserowany przez Petera Weira, z Colinem Farrellem, Saoirse Ronan i Edem Harrisem w rolach głównych, film opowiada historię przetrwania,

– Trudno godzić się na to, że z jednej strony nasi obywatele – i prawo nasze im na to pozwala – palą papierosy, jemy wysoko przetworzoną żywność, która jest bardzo tania, tańsza od żywności zdrowej, nadużywamy alkoholu, a później to wszystko w konsekwencji jest obciążeniem dla systemu ochrony zdrowia. Chcielibyśmy przecież, żeby te systemy były zrównoważone, wydolne i żeby tak naprawdę więcej środków przeznaczano na prewencję, na to, żeby nasi obywatele nie chorowali – wskazuje ministra Leszczyna.

Na podstawie danych z GUS i NFZ Najwyższa Izba Kontroli oszacowała, że w 2022 roku w Polsce na otyłość chorowało ok. 9 mln dorosłych osób. Jak niedawno podał NFZ na podstawie danych przekazywanych przez placówki POZ, 35 proc. spośród analizowanych pacjentów ma nadwagę, a 28 proc. choruje na otyłość. Wśród kobiet nadwagę odnotowano w 30 proc. przypadków, a u mężczyzn w 41 proc. Dla otyłości odsetek ten wynosi 26 i 31 proc.

– Zaczęliśmy rozmowy z ministrami i wysunęliśmy propozycję planu UE w zakresie zdrowia układu krążenia, zastanawiając się nad

tym, co można zrobić inaczej. Dysponujemy bardzo solidnymi strategiami w zakresie zdrowia publicznego, ale nie byliśmy w stanie za ich pomocą wpłynąć na osobiste wybory dokonywane przez ludzi. (...) Musimy działać wspólnie, aby zapewnić ludziom bezpośrednią możliwość wyboru. Zgodziliśmy się co do tego, że dzięki nowym technologiom, które niedługo będą dostępne, opartych na danych, sztucznej inteligencji i nowych rozwiązaniach takich jak technologie genowe, będziemy w stanie zapewnić mieszkańcom Europy możliwość wyboru – wskazuje Olivier Várhelyi.

Obecnie większość krajów UE nie ma strategii w zakresie profilaktyki, diagnostyki i leczenia chorób układu krążenia. Liderami są Hiszpania i Polska, które wdrażają krajowe plany zdrowia sercowo-naczyniowego, a kilka innych państw UE opracowuje lub wdraża programy opieki w zakresie patologii sercowo-naczyniowej. Unijny program zdrowotny EU4Health 2021–2027 zakłada zmniejszenie przedwczesnej umieralności z powodu chorób układu krążenia o 30 proc. do 2030 roku.

Newseria

zainspirowaną „Długim marszem” (1956), pamiętnikiem byłego polskiego jeńcy wojennego Sławomira Rawicza, który uciekł z sowieckiego gułagu i przeszedł 4000 mil (6400 km) do wolności w czasie II wojny światowej. We wstępie Jakub Kacprzak opowie o historii swojej rodziny. Czterech członków jego rodziny było więzionych i deportowanych do obozów pracy i gułagów w byłym Związku Radzieckim, tylko jeden wrócił żywy.

Piątek 9 maja, 19:30 - Wieczór muzyki i rozrywki w Temple Gate Hotel

Zapraszamy na wieczór muzyki, tańca i rozrywki w Wielkiej Sali Temple Gate Hotel, Ennis, z udziałem DJ-a Mad Luke'a i piosenkarki Wiktorii Antczak. Wydarzenie jest przeznaczone dla dorosłych i młodzieży w wieku 16+ (w towarzystwie osoby dorosłej). Wydarzenie jest bezpłatne, ale biletowane, a bilety są dostępne w Event Brite: <https://eveningofpolishentertainment.eventbrite.com>

Sobota, 10 maja – 11:00 - Warsztaty sztuki i rzemiosła dla dzieci

Liliana Lacka poprowadzi warsztaty artystyczne i rzemieślnicze dla dzieci w wieku 8-12 lat. Saoirse Talty ze Sparks Dance Studio zaprezentuje występ taneczny dla dzieci uczestniczących w warsztatach i ich rodziców.

Wtorek, 13 maja, 13:00 - Rozmowa w porze lunchu: wykład Jakuba Kacprzaka „Bronisław Piłsudski, etnolog i patriota”

Bronisław Piłsudski był polskim etnologiem, który badał i żył wśród ludu Ainu. Został zesłany na Syberię za zbrojny opór przeciwko carskiemu reżimowi. Po zakończeniu wyroku Piłsudski udał się na Sachalin, gdzie badał lud Ajnów przy użyciu najnowocześniejszych dostępnych narzędzi, takich jak nagrywanie głosu i fotografia, rejestrując mity, muzykę, wierzenia i kulturę. Zbudował też szkołę podstawową, w której został nauczycielem. Jego prace do dziś stanowią fundament zrozumienia i badań nad językiem Ainu.

Środa, 14 maja, 19:30 - Seria wykładów w Clare Museum. W ramach Clare Museum's Lecture Series i zbiegając się z festiwalem, Jakub Kacprzak wygłosi wykład zatytułowany „Życie i dziedzictwo Edmunda Strzeleckiego”. Wykład przedstawi życie i dziedzictwo Edmunda Strzeleckiego, urodzonego w Polsce odkrywcy, geologa i filantropa. Podczas Wielkiego Głodu Strzelecki udał się do Irlandii i nadzorował fundusz pomocowy, który uratował życie tysiącom ludzi.

Czwartek, 15 maja, o godz. 15:30 odbędzie się pokaz filmu Lokis (1970) z angielskimi napisami. Lokis. Rękopis profesora Wittembacha to poetycki horror napisany i wyreżyserowany przez Janusza Majewskiego na podstawie powieści Prospera Mérimée z 1869 roku pod tym samym tytułem. Muzykę do filmu, autorstwa wielokrotnie nagradzanego polskiego kompozytora Wojciecha Kilara, podziwiał Francis Ford Coppola.

W filmie tym pastor, profesor Wittembach (Edmund Fetting), podróżuje do odległych zakątków XIX-wiecznej Litwy, aby studiować folklor. Zostaje zaproszony do domu hrabiego Michała Szemiota (Józef Duriasz), w którego bibliotece znajduje się wiele rzadkich i interesujących książek. Jedną z książek sugeruje, że hrabia może nie być w pełni ludzką istotą.

Sobota 17 maja, 14:00 – Piekarniana Bonanza czyli poczęstunek składający się z pysznych, słodkich smakołyków i zdrowego tradycyjnego polskiego pieczywa, świeżo upieczonego i dostarczonego specjalnie na to wydarzenie przez trzy renomowane polskie piekarnie: Healthy Bread by Lukas; Andrew's Family Bakery Ltd., Staropolska Bakery.

Niedziela 18 maja, 18:30 - Polska Msza Święta w Katedrze z koncertem Chóru Cantate Deo

Chór Cantate Deo pod dyktando Anny Banko wystąpi z koncertem muzyki polskiej.

Wstęp na wszystkie wydarzenia Festiwalu Kultury Polskiej jest bezpłatny. Na warsztaty,

The Polish Festival 2025

Art & Photography Exhibition
Where do we go by Anna Podlewska



Clare Museum, Ennis, Co. Clare
6th May to 17th May 2025

t: 065 6899091 | E: arts@clarecoco.ie | www.clarearts.ie
f Clare Arts Office x @ClareArtsOffice



prelekcje i wieczór rozrywkowy obowiązuje rezerwacja miejsc. Szczegóły dotyczące rezerwacji można znaleźć na stronie www.claremuseum.ie.

Wszystkie wydarzenia odbędą się w Clare Museum, Harmony Row, Ennis, Co. Clare, V95EC92, z wyjątkiem Wieczoru Polskiej Muzyki i Rozrywki, który odbędzie się w Temple Gate Hotel oraz Koncertu Chóru Cantate Deo, który odbędzie się w Katedrze w Ennis. Festiwal jest finansowany przez Creative Ireland i Clare Museum, departament Rady Hrabstwa Clare. **NG, materiały prasowe**

The Polish Festival 2025

Art & Photography Exhibition
Dill Words 1 by Anna Kacprzak



Clare Museum, Ennis, Co. Clare
6th May to 17th May 2025

t: 065 6899091 | E: arts@clarecoco.ie | www.clarearts.ie
f Clare Arts Office x @ClareArtsOffice



Duchy i upiory celtyckie

Według celtyckich opowieści

W kulturze celtyckiej świat przepelniony był ponadnaturalnymi postaciami duchowymi. Swojego ducha, jak sądzili Celtowie, posiadają drzewa, rzeki, jeziora oraz miejsca, w których mieszkają ludzie i zwierzęta. Każdy Celt nieraz nawet po kilka razy w ciągu tygodnia miał spotkanie z takimi istotami.

Rola duchów

Duchy, zarówno te większe, jak i mniejsze, pełniły w celtyckim świecie rozmaite role. Ostrzegały ludzi przed mającymi się zdarzyć złymi sytuacjami, jak też zwiastowały dobre zdarzenia, które na przykład wiązały się z odwiedzinami kogoś przyjaznego. Przed narodzinami dziecka, w celtyckim domu zawsze pojawiał się duch osoby niedawno zmarłej, który, gdy miał puste ręce, zwiastował, że poród zakończy się pomyślnie. Z kolei gałązka w rękach oznaczała kłopoty.

Pomagają i psują

Pojawiające się duchy w domach celtyckich zwiastują swoją obecnością dobre lub złe zdarzenie. Mogą one psocić, na przykład rozlewając mleko lub wodę. Ale też często niosły pomoc gospodarzom, chociażby pilnując dzieci lub układając porąbane drewno w szopie.



Groźne duchy

Wszyscy Celtowie wiedzieli, że istnieją też w ich świecie duchy złe, a nawet groźne, których trzeba się po prostu bać. Przybierają one czasem potworne kształty, które wykorzystują podczas straszenia ludzi. Duchy złe ukazują się ludziom wyjąc i zawodząc, co dodatkowo potęguje ich straszny wygląd i złe zamiary.

Caoineag

Wycie Caoineag, czyli celtyckiego ducha gór, było złym omenem dla ludów zamieszkujących Szkocję. Zawsze było zwiastunem ciężkiej choroby, a nawet śmierci. Gdy zaś zawodziła walijska Cyhyreath, zwiastowało to śmierć osobie, która ją słyszała.

Wśród różnych ludów celtyckich, znana była jeszcze wieszczka Gwrach y Rhabin,

zwana Wiedźmą Prestrogi. Gdy się ją zobaczyło, trzeba było szykować się na kłopoty. Podobnie rzecz się miała z celtycką Praczką u Brodu. Było to przerażające widmo kobiety piorącej białą bieliznę w rzece. Widok tego upiora, jak nietrudno się domyśleć, nie wróżył niczego dobrego.

Topielice

Miejsca znajdujące się w pobliżu celtyckich jezior zamieszkiwały Fuath, czyli złośliwe duchy wciągające ludzi w topiel. Zrodzony z nich duch gór Brollachan był bardzo groźny. Pozbawiony swojej postaci, przybierał często kształt napotkanych zwierząt i ludzi. Gdy ktoś zobaczył jakieś nienaturalne zwierzę, mógł szybko domniemać, że ma do czynienia z Brollachan, co wróżyło śmierć kogoś bliskiego.

Duchy odludnych miejsc

Często też spotykano w świecie celtyckim duchy w odludnych miejscach. One też ścigały na tych, kto ich spotkał, niebezpieczeństwo. Dlatego też często je nazywano cabyllushtey. Do tej kategorii zaliczał się też tar-roo-ushtey, czyli po prostu wodny byk z wyspy Man, który wciągał ludzi do morza pozabawiając ich życia.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

FOTO: FREEPIK

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

