

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 93, 30.05.2025, rok III, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie



Irlandczycy chętnie biorą kredyty

czytaj str. 3

1 czerwca 2025
II tura
Wybory Prezydenta
Rzeczypospolitej
Polskiej

**XIV
Olimpiada
Szkół
Polonijnych**

czytaj str. 9

PODPOWIADAMY, DORADZAMY

**Leki wydawane
na receptę**

Bezpłatne i dotowane progra-
my leków

czytaj str. 10

REKLAMA



**I Sympozjum Polek
mieszkających w Irlandii**
„Dotrzeć gwiazd”

7 czerwca 2025 r.
The Royal Marine Hotel
Dún Laoghaire, Dublin

czytaj str. 6 i 10

REKLAMA 3821_DU

REKLAMA 3785_DU



**5.
FESTIWAL LITERACKI
CZYTANI**
Dublin, 06-08 czerwca 2025

Główny Sponsor



BILETY



czytaj str. 4

REKLAMA 3250_DU

Tu kupisz bilety
na imprezy:

www.bilety.ng24.ie

Sprawdź,
co jest
grane!



Polonia_Camp 2025

czytaj str. 15

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



**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.



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

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

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



ROSTRA
Solicitors
Marcin Szulc
Solicitor

Przydatne kontakty

AMBULANS, POLICJA, STRAŻ POŻARNA

112

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 DEPARTMENT

redakcja@ng24.ie
editor@ng24.ie

Beata Bieniada, Anna Domańska, Radosław Kotowski,
Krystyna Zielińska

WSPÓŁPRACA

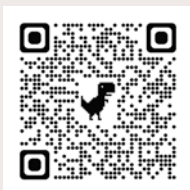
Marta Adamska, Paweł Bury, Paweł Cherek, Agnieszka
Dujka, Maciej Jaworski, Marta Kaźmirak, Kasia Mikołajczyk,
Adrian Sukiennik, Joanna Szubstarska, Ewa Michałowska-
Walkiewicz, Szymon Urbanek, Emilia Zych

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 rozpowszechniane i reprodukowane bez wcześniejszej pisemnej zgody Wydawcy. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadsyłania tekstów. Wydawca nie ponosi odpowiedzialności z treść reklam i ogłoszeń.

Irlandzkie korzenie: Mark Carney

Na przestrzeni lat wiele osób, które stały się przywódcami politycznymi swoich krajów, miało irlandzkie pochodzenie.

Chociaż John F. Kennedy, 35. prezydent Stanów Zjednoczonych, jest prawdopodobnie najbardziej znanym światowym przywódcą irlandzkiego pochodzenia, ponad 20 byłych prezydentów USA miało irlandzkich przodków – ostatni to Joe Biden i Barack Obama.

Ale wiele innych krajów miało przynajmniej jednego lidera o irlandzkim pochodzeniu, w tym Australia i Nowa Zelandia, Francja, Hiszpania, Meksyk, Jamajka, Argentyna, Chile, Paragwaj, Urugwaj, a nawet Izrael.

Ostatnio nowy premier Kanady Mark Carney dołączył do tej długiej i zasłużonej listy, z czego bez wątpienia Irlandczycy mogą być dumni. Zwłaszcza mieszkańcy hr. Mayo, miejsca urodzenia trzech dziadków Carneya.

Mark Carney został 24. premierem Kanady w niekonwencjonalny sposób. Pomimo tego, że wcześniej pełnił funkcję gubernatora Banku Kanady (2008-2013) i Banku Anglii (2013-2020), nie piastował wybieralnego stanowiska publicznego, dopóki nie został liderem rządzącej Kanadą Partii Liberalnej w marcu tego roku, na tydzień przed swoimi 60. urodzinami, zastępując Justina Trudeau, który pełnił funkcję premiera od 2015 r.

W kwietniowych wyborach w Kanadzie Partia Liberalna zdobyła największą liczbę miejsc w Izbie Gmin, a Carney został posłem, wygrywając wybory w okręgu wyborczym Nepean, na przedmieściach stolicy kraju, Ottawy.

Mark Joseph Carney urodził się 16.03.1965 r. w odległej osadzie Fort Smith na kanadyjskich Terytoriach Północno-Zachodnich, a wychował w Edmontonie w Albercie. Był trzecim z czworga dzieci Roberta Jamesa Martina Carneya i Verlie Margaret (z domu Kemper). Para pobrała się w czerwcu 1957 r.

Po ukończeniu szkoły średniej St. Francis Xavier (jednej z katolickich szkół średnich w Edmontonie) w 1983 r., uczęszczał na Uniwersytet Harvarda w ramach częściowego stypendium, gdzie w 1987 r. uzyskał tytuł licencjata z ekonomii. Następnie studiował na Uniwersytecie Oksfordzkim, uzyskując tytuł magistra ekonomii w 1993 r. i doktora w 1995 r.

W 1994 r. poślubił urodzoną w Wielkiej Brytanii Dianę Fox, którą poznał podczas studiów w Oksfordzie. Mają teraz trzy córki.

Po ukończeniu doktoratu na Oksfordzie został zatrudniony przez globalną firmę inwestycyjną Goldman Sachs, gdzie pracował przez 13 lat. Był przydzielony do biur firmy w Bostonie, Londynie, Nowym Jorku, Tokio i Toronto, zanim został zatrudniony przez Bank Kanady na stanowisko zastępcy gubernatora w 2003 r., rozpoczynając swoją długą i wybitną karierę jako główny bankier.

Jednak poza osiągnięciami zawodowymi i suk-

cesem finansowym Carneya (szacowanym na ok. 7 mln dolarów kanadyjskich), to właśnie ir-

landzkie pochodzenie jest tym, o czym mówią mieszkańcy Zielonej Wyspy i irlandzka diaspora na całym świecie, gdyż Carney jest prawdopodobnie „najbardziej irlandzkim” przywódcą politycznym, jaki pojawił się na współczesnej arenie międzynarodowej.

Dziadek Carneya ze strony ojca, Robert Carney, urodził się w 1901 r. w małej wiosce Aghagower, położonej niedaleko Westport. Żona Roberta, Nora Moran, urodziła się w pobliskiej wiosce Mace.

Jako dzieci Robert i Nora uczęszczali do Knockrooskey National School w Knockrooskey w hr. Mayo.

Zgodnie z dokumentacją szkolną, Robert Car-

ney opuścił szkołę w lutym 1916 r., gdy miał 14 lat.

Po uzyskaniu niepodległości przez Irlandię i utworzeniu Wolnego Państwa Irlandzkiego w 1922 r. (Saorstát Éireann po irlandzu) Robert dołączył do nowych irlandzkich sił policyjnych, które początkowo nosiły nazwę „Gwardii Obywatelskiej”, a później w 1923 r. oficjalnie przemianowano je na An Garda Síochána na hÉireann.

Kiedy jednak Nora Moran zdecydowała się wyemigrować do Kanady, Robert opuścił gwardię Obywatelską, by podążyć za nią przez Atlantyk.

18.07.1925 r. Robert popłynął z Belfastu do Kanady. Później ponownie spotkał się z Norą i wzięli ślub. Robert wstąpił również do Królewskiej Kanadyjskiej Policji Konnej, gdzie zrobił długą karierę.

Syn Roberta i Nory, Robert James Carney (ojciec Marka Carneya) urodził się w 1933 r.

Według różnych doniesień medialnych, drugi dziadek Marka Carneya ze strony matki również urodził się w hr. Mayo, ale obecnie trudno o znalezienie informacji genealogicznych dotyczących przodków jego matki, ale informacje te prawdopodobnie zostaną ujawnione w niedalekiej przyszłości.

Carney otrzymał irlandzkie obywatelstwo w latach 80-tych, a później posiadał również obywatelstwo brytyjskie poprzez małżeństwo ze swoją żoną Dianą. Jednak po objęciu stanowiska lidera Partii Liberalnej w marcu tego roku, ogłosił zamiar zrzeczenia się obu obywatelstw (twierdząc, że jako przywódca Kanady powinien posiadać tylko jedno obywatelstwo), co uczynił przed zaprzysiężeniem na premiera.

W międzyczasie za pośrednictwem ambasady kanadyjskiej w Irlandii wystosowano zaproszenie do Carneya, aby nowy premier odwiedził Irlandię. Choć prawdopodobnie nie będzie to pierwsza oficjalna wizyta Carneya za granicą w roli premiera Kanady, to najprawdopodobniej ją złoży, a jej częścią będzie wizyta w hr. Mayo, która bez wątpienia przyciągnie dużą uwagę mediów. **RB**

Irlandczycy chętnie biorą kredyty

W UBIĘGŁYM ROKU UDZIELONO POŻYCZEK OSOBISTYCH O WARTOŚCI OK. 2,5 MILIARDA EURO

Pomimo znacznego wzrostu kosztów utrzymania oraz wzrostu cen większości towarów i usług w ostatnich latach, a także wzrostu stóp procentowych, nie zniechęciło to irlandzkich konsumentów do zaciągania pożyczek w celu sfinansowania rzeczy, które chcą kupić i rzeczy, które chcą zrobić.

Najnowsze dane Irlandzkiej Federacji Bankowości i Płatności (BPFI) wyraźnie to potwierdzają, bo irlandzcy konsumenci pożyczyci rekordową kwotę w 2024 roku – prawie 2,5 miliarda euro w postaci pożyczek osobistych.

Zaciągane pożyczki dotyczyły głównie sfinansowania zakupu samochodu, remontu domu, wakacji, pokrycia kosztów ślubu i wydatków związanych z edukacją, takich jak czesne w szkołach i na uczelniach. Przedstawione dane nie objęły kredytów hipotecznych.

Dane BPFI pokazują, że całkowita wartość pieniężna pożyczek osobistych wzrosła o 20 proc. w porównaniu z 2023 r., podczas gdy całkowita liczba pożyczek zatwierdzonych i wydanych przez pożyczkodawców wzrosła o 13 procent.

W sumie w 2024 r. banki i inne instytucje pożyczkowe (takie jak kasy oszczędnościowo-kredytowe) udzieliły irlandzkim konsumentom 229 423 pożyczek.

Pod względem kategorii najpopularniejsze były kredyty na zakup samochodu. 66 207 wszystkich osobistych kredytów konsumenckich udzielonych w ub. roku (ok. 29 proc. całości) dotyczyło samochodów, a ogólna pożyczona kwota na ten cel to 856 mln euro. Oznacza to wzrost liczby udzielonych kredytów samochodowych o ponad 14 proc. w porównaniu z rokiem poprzednim, podczas gdy wartość tych kredytów wzrosła o ponad 20 procent.

Rok 2024 był czwartym rokiem z rzędu, w którym średnia kwota kredytu samochodowego wzrosła do średnio 12 926 euro w 2024 r., co stanowi wzrost o 607 euro (ok. 5 proc.) w porównaniu z rokiem 2023.

Pożyczki na remont domu były drugą najpopularniejszą kategorią, z liczbą nieco ponad 60 tysięcy udzielonych kredytów w ub. roku (ok. 26 proc. całości), o wartości 754 mln euro. Oznacza to wzrost o 7 proc. pod względem liczby i 19 proc. pod względem wartości w porównaniu do 2023 roku.

Średnia kwota pożyczki na remont domu wzrosła o 1 313 euro (ok. 9 proc.) w 2024 r. i wynosiła 12 502 euro.

Wspomniany raport pokazuje również wzrost liczby pożyczek zaciągniętych przez konsumentów na „inne cele”, takie jak edukacja, wakacje i specjalne okazje, np. wesela czy komunie.

Dane BPFI nie określają ani średniego okresu spłaty kredytów w żadnej kategorii ani średniego oprocentowania pobieranego przez banki i innych pożyczkodawców od klientów w ub. roku, a to różniło się w zależności od rodzaju kredytu i pożyczkodawcy.

Tymczasem inne dane opublikowane przez Centralny Bank Irlandii pokazują, że na koniec marca 2025 r. niespłacone zadłużenie z tytułu kredytów konsumenckich wyniosło ponad 13 mld euro, co stanowi najwyższy poziom od lutego 2020 roku.

W połączeniu z ostatnimi danymi BPFI dotyczącymi pożyczek osobistych udzielonych w ub. roku, jasne jest, że irlandzcy konsumenci są dość skłonni do zaciągania nowych długów, aby „kupić teraz i zapłacić później”, po to aby uzyskać pożądane rzeczy szybciej, co wydaje się sugerować, że albo nie mają wystarczających

oszczędności osobistych, albo jeśli mają, to wielu z nich woli jednak zaciągnąć pożyczkę na sfinansowanie niektórych zakupów szybciej, bo ceny produktów i usług ciągle rosną a wartość nabywczego pieniądza maleje. Są też ci, którzy wolą zaciągnąć kredyt i nie rezygnować z własnych inwestycji i utrzymać je na wypadek sytuacji awaryjnej w przyszłości. **BB**



W ub. roku zaciągnięto 102 894 pożyczki w tej kategorii (ok. 45 proc. ogółu) o wartości 840 mln euro. Oznacza to wzrost o 16 proc. w stosunku do ub. roku.

Średnia wartość pożyczki w ostatnim kwartale 2024 r. w tej kategorii wzrosła do kwoty 8 106 euro z 7 900 euro w tym samym okresie w 2023 r., co stanowi wzrost o ok. 2,5 procent.

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.

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



Kto będzie nowym komisarzem Gardy?

TRWAJĄ POSZUKIWANIA KOLEJNEGO DOWÓDCY SIŁ POLICYJNYCH REPUBLIKI IRLANDII – AN GARDA SÍOCHÁNA



Minister Sprawiedliwości Jim O'Callaghan ogłosił niedawno rozpoczęcie otwartego konkursu rekrutacyjnego przez Public Appointments Service (agencję odpowiedzialną za rekrutację na wszystkie stanowiska w sektorze publicznym w państwie) w celu wyłonienia nowego komisarza Gardy, który zastąpi Drew Harris. Jego obecna kadencja kończy się we wrześniu.

O'Callaghan podkreślił znaczenie konkursu, stwierdzając w oficjalnym komunikacie, że An Garda Síochána ma chlubną tradycję służby społeczeństwu trwającą od ponad stulecia. (...) Nowy komisarz Gardy będzie kierował służbą policyjną w czasie wzrostu, zmian i reform a rząd zobowiązuje się zapewnić An Garda Síochána zasoby, których potrzebuje do walki z przestępczością.

Minister O'Callaghan wyraził również wdzięczność obecnemu komisa-

rzowi Gardy, Drew Harrisowi, który zgodził się przedłużyć swoją obecną kadencję, aby ułatwić przeprowadzenie konkursu na swojego następcę.

Harris (60 lat) pełnił funkcję komisarza Gardy od września 2018 r., po tym jak w latach 2014-2018 pełnił funkcję zastępcy komendanta głównego policji Irlandii Północnej.

Nowy komisarz Gardy rozpocznie pracę we wrześniu 2025 r. i zostanie mianowany na pięcioletnią kadencję lub do osiągnięcia wieku emerytalnego 62 lat.

Komisarz będzie kierował prawie 18 tysiącami pracowników (których liczba wzrosła o 16 proc. w ciągu ostatniej dekady), w tym zaprzysiężonymi Gardaí, rezerwistami Garda i innymi pracownikami Gardy pełniącymi różne role.

Komisarz będzie m. in. odpowiedzialny za wzmocnienie potencjału i zdolności całej organizacji, w tym za jej rozbudowę w celu sprostania rosnącym potrzebom kadrowym.

Minister O'Callaghan podkreślił również zaangażowanie obecnego rządu koalicyjnego w rozbudowę sił policyjnych, zgodnie z przyjętym w ub. r. „Programem dla Rządu” (Programme for Government), który zobowiązuje się do

zapewnienia funduszy na rekrutację i szkolenie 5 tysięcy nowych członków Gardaí w ciągu najbliższych pięciu lat, a także do rozbudowy Garda Training College w Templemore w hr. Tipperary oraz do zwiększenia dodatku szkoleniowego Gardy, jaki otrzymują kadeci Gardy podczas szkolenia.

– Aby zapewnić dobrą służbę policyjną na przyszłość, przywództwo komisarza Gardy ma kluczowe znaczenie. Jest to niezwykle wymagająca, szeroko zakrojona i prestiżowa rola, do której poszukujemy wyjątkowego kandydata: wybitnego i inspirującego lidera o nieposzlakowanej uczciwości.

Zgodnie z odpowiedzialnością i wymaganiami stanowiska, roczna pensja będzie podlegać negocjacji do maksymalnej kwoty 314 512 euro, co czyni ją jednym z najlepiej opłacanych stanowisk w sektorze publicznym w kraju. Jest to kwota wyższa niż podstawowa pensja irlandzkiego Taoiseacha Micheála Martina i Tánaiste Simona Harris (obecnie odpowiednio 248 773 i 229 473 euro).

O'Callaghan powiedział, że spodziewa się, iż będzie w stanie przedstawić rządowi rekomendację pod koniec lipca, w zależności od wyniku konkursu. **KZ**

REKLAMA

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

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

REKLAMA

REKLAMA ADVERTS

ads@ng24.ie

089 401 90 06

089 264 03 50

**prasa
internet
social media**

Szpital w Cork przeprasza matkę



FOTO: FREPIK

Szpital Uniwersytecki w Cork (CUH) wystosował oficjalne przeprosiny do matki, której oddano niewłaściwego noworodka.

Catherine Shine (39 lat) z Kiskeam, Mallow, hr. Cork pozwała Health Service Executive (HSE) w związku z incydem, który miał miejsce prawie cztery lata temu.

Shine została przyjęta do szpitala i urodziła swoją córeczkę Hannah Kate przez cesarskie cięcie w trybie nagłym 8.09.2021 r. Matka i dziecko pozostały w szpitalu przez kilka dni, a w noc przed planowanym wypisem Hannah Kate została przewieziona do szpitalnego żłobka i tam zaopiekowano się nią przez noc.

Następnego dnia, 11.09.2021 r., Shine poprosiła o swoje dziecko, ale przez pomyłkę podano jej dziecko innej matki.

Shine zauważyła, że dziecko wyglądało inaczej niż jej własna córka, płakało i zaczęło wymiotować. Kiedy przyjrzała się dziecku, zauważyła, że na opasce identyfikacyjnej widniały inne dane dziecka, co potwierdzało, że niemowlę nie należy do niej.

Zrozumiałe jest, że cudze dziecko było z Shine tylko przez krótki czas, zanim sprawa została rozwiązana, ale Shine wszczęła postępowanie sądowe w Sądzie Najwyższym przeciwko CUH, w którym twierdzono, że nie dołożono należytej staranności w celu zapewnienia bezpieczeństwa matce i dziecku.

W pozwie, jak podaje „Irish Independent”, znalazło się również to, że Shine była traktowana poniżej oczekiwanych standardów a szpital nie posiadał odpowiedniego systemu kontroli, aby zapewnić, że nie pomyli dziecka i nie wyda go komuś innemu.

Szpitalowi zarzucono również, że nie zadbano o to, aby noworodki umieszczane w żłobku były prawidłowo sprawdzane pod kątem tożsamości przed przekazaniem ich właściwej matce do pokoju na oddziale położniczym.

Po rozmowach między prawnikami reprezentującymi obie strony, radca prawny Shine poinformował Wysoki Sąd 14 maja, że sprawa została rozwiązana.

Adwokat poinformował sędziego prowadzącego, że CUH wysłało oficjalne przeprosiny do Shine i jej rodziny, ale dokładna treść, która została uzgodniona z HSE, nie będzie odczytana na posiedzeniu jawnym.

Odpowiedzialność za incydent została przyznana szpitalowi. Jednak dokładne szczegóły ugody, w tym wszelkie rekompensaty finansowe, są poufne.

Po ogłoszeniu, poza sądem, Shine, stojąc obok swojego adwokata, powiedziała, że jest szczęśliwa, że postępowanie sądowe zostało zakończone, podsumowując:

– Mijmy nadzieję, że to się nie powtórzy, a szpital wprowadził środki, aby uniknąć takich sytuacji w przyszłości.

Shine, która ma również syna, powiedziała, że była to „bardzo stresująca” sytuacja i nie chce, aby przytrafiło się to innej matce.

Powiedziała, że podejmując kroki prawne „próbowała rzucić światło” na zaniedbanie i otrzymać przeprosiny.

– Otrzymałam przeprosiny i cieszę się, że to już koniec. Nie chcę, by przytrafiło się to jakiegokolwiek matce.

Odnosząc się do ugody, sędzia przewodniczący pogratulował stronom rozwiązania sprawy. **BB**

R E K L A M A

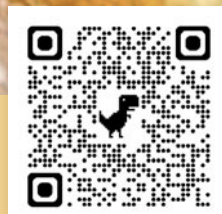
Szukaj w swoim sklepie
lub zamów z dostawą!



**Zdrowe,
tradycyjne
pieczywo
na zakwasie**

Prosto z pieca!

healthybreadbylukas.ie



R E K L A M A

**Przygotowywanie
wniosków
o obywatelstwo
irlandzkie**

An tAontas Eorpach
European Union

ÉIRE
IRELAND



Pas
Passport

**Magdalena Nowacka
– usługi doradztwa
prawnego**

Tel: 087-388-7618

DWIE OSOBY OSKARŻONE O UJAWNIE NIE TOŻSAMOŚCI OSĄDZONYCH SPRAWCÓW

Sprawa zabójstwa Any Kriégel powraca

Siedem lat po brutalnym morderstwie 14-letniej Any Kriégel, która została zabita przez dwóch kolegów ze szkoły, sędzia oddał zarzuty przeciwko dwóm osobom oskarżonym o wskazanie dwóch nastoletnich chłopców odpowiedzialnych za morderstwo za pośrednictwem mediów społecznościowych.

W Irlandii Ustawa o dzieciach (z 2001 r.) zakazuje publicznego identyfikowania małoletniego (tj. każdej osoby poniżej 18 roku życia), który został oskarżony lub skazany za przestępstwo.

Jamie Shannon (30 lat) i Edel Doherty (51 lat), oboje mieszkający w Dublinie, zostali oskarżeni o naruszenie tej ustawy.

Obrońca reprezentujący oskarżonych złożył wcześniej wniosek o oddalenie zarzutów na mocy Ustawy o postępowaniu karnym.

Sędzia przewodniczący wydał wyrok 15 maja w dublińskim Sądzie Okręgowym po przesłuchaniu, które od-

było się poprzedniego dnia, w którego rezultacie sprawa nie będzie kontynuowana.

Chłopcy, z których obaj mieli wówczas po 13 lat, zwabili Anę Kriégel (urodzoną w Rosji, a następnie adoptowaną przez irlandzką rodzinę) do opuszczonego gospodarstwa późnym popołudniem 14.05.2018 r., gdzie napadli ją na tle seksualnym i pobili na śmierć. Jej ciało zostało znalezione dopiero trzy dni później we wnętrzu Glenwood House, znajdującego się w Coldblow, na zachód od Lucan w hr. Dublin.

Szczegóły brutalnego morderstwa z premedytacją, które zostały ujawnione podczas procesu chłopców, zszokowały wszystkich, a sprawa zyskała międzynarodowy rozgłos również ze względu na wiek sprawców.

Po 7-tygodniowym procesie w Centralnym Sądzie Karnym w Dublinie, który rozpoczął się 29.04.2019 r., dwaj chłopcy, określani jako „Chłopiec A” i „Chłopiec B”, zostali uznani za winnych morderstwa Any 18 czerwca

2019 r. „Chłopiec A” został również skazany za napaść na tle seksualnym.

Ostateczny wyrok został odroczony do listopada 2019 r., aby dać czas na wydanie opinii o stanie zdrowia psychicznego i przekazanie ich sądowi do rozpatrzenia przez sędziego.

W międzyczasie na platformach społecznościowych, w tym na Twitterze i Facebooku, pojawiło się wiele postów identyfikujących obu chłopców, pomimo zakazu wydawnego przez sędziego. Następnie strony internetowe otrzymały nakaz usunięcia wszystkich tych wpisów.

Chłopiec A został skazany na „dożywocie” w więzieniu za morderstwo Any, z „rewizją wyroku” po 12 latach. Został również skazany na 12 lat za napaść na tle seksualnym, ale wyrok miał być odbywany równolegle z wy-

rokiem za morderstwo.

Chłopiec B otrzymał wyrok 15 lat za zabójstwo Any. Wyrok ten zostanie poddany rewizji po upływie 8 lat.

Obaj nastolatki początkowo odbywali karę pozbawienia wolności w Obestown Children Detention Campus w Lusk w hr. Dublin, a po osiągnięciu wieku

18 lat zostali przeniesieni do więzienia dla dorosłych, ale nazwa placówki nie została ujawniona.

Zgodnie z artykułem z listopada 2019 r. opublikowanym w „Irish Mirror”, anonimowe źródło podało, że kiedy sprawcy zostaną wypuszczeni z więzienia jako mężczyźni, otrzymają nową

tożsamość.

– To była niezwykle głośna sprawa i są ludzie, którzy mogą znać ich nazwiska. Jednak to od nich będzie zależać, czy będą chcieli przyjąć nową tożsamość, czy nie.

Obaj chłopcy byli najmłodszymi skazanymi za morderstwo w historii Republiki Irlandii. **KZ**

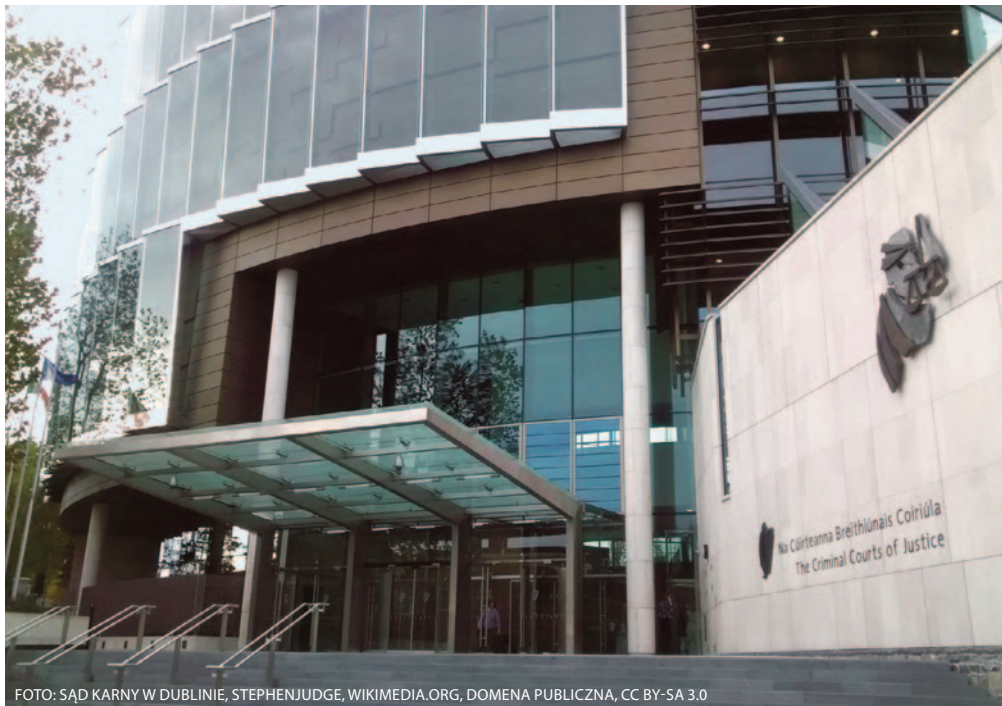


FOTO: SĄD KARNY W DUBLINIE, STEPHENJUDGE, WIKIMEDIA.ORG, DOMENA PUBLICZNA, CC BY-SA 3.0

R E K L A M A

Kobiety - kobietom
"Dosięgnąć gwiazd"



**I Sympozjum Kobiet,
Polek mieszkających
w Irlandii**

07.06.2025

The Royal Marine Hotel, Marine Road,
Dun Laoghaire, Dublin

Wstęp: €30

Organizator:



CKU Centre for Counselling and Therapy

Więcej informacji: +353 876 494 555
info@ckudublin.org
www.ckudublin.org



Warsztaty rozwojowe z cyklu
"Między nami kobietami"



Maski
Co skrywamy, kiedy je zakładamy?
Czy można być sobą i żyć bez zakładania masek?



WYJĄTKOWO NA ŻYWO
Piątek 6 czerwca 2025
Godz.: 18:00-20:00 irl czasu.

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

Mariola Mastek

Warsztat odbędzie się na żywo;
Sophia House 25 Cork St- Brickfield lane entrance
Koszt: €10

Zapisy i więcej informacji:

Ilość miejsc ograniczona!
email: info@ckudublin.org; tel. 353 876494555

Znajdź nas:



Sensytywność – dar tylko dla wybranych?

Rozmowa z Natalią Reisner – Prezesem Fundacji Remedium oraz Dyrektorem Polskiej Akademii Postrzegania Pozazmysłowego.



FOTO: PLUS AI

„Dzieci sensoryjne często zdają sobie sprawę, że są inne, że inaczej patrzą na świat. Często rodzice uważają odmiennosć swoich dzieci, ale nie rozumieją jej źródła. Akademia pokazuje i tłumaczy rodzicom skąd biorą się zdolności ich pociech, a często też ich samych” źródło – academiapp.eu. Wiem, że temat jest dość obszerny, ale czy możesz w skrócie opisać, czym jest sensorywność?

Sensytywność, najprościej mówiąc, to jest zdolność podpinania się pod różne zjawiska paranormalne takie jak widzenie aury, leczenie, widzenie duchów, telepatia, ogólnie szeroko pojęte jasnowidzenie.

Jak rozpoznać czy nasze dzieci lub my sami jesteśmy sensorywni?

Często w życiu przydarza się nam różne zjawiska paranormalne np. takie które wymieniłam przed chwilą albo takie bardziej popularne jak déjà vu, przewidywanie zdarzeń albo sny prorocze, bo to też jest częste zjawisko, albo wiemy rzeczy, których nie powinniśmy – czytamy osobowość innych ludzi lub wiemy, kiedy ktoś kłamie. To są przejawy tego, że mamy te zdolności i jesteśmy osobami sensorywnymi.

Skąd w ogóle się bierze i czy można ją, np. dziedziczyć?

Tak naprawdę, człowiek otrzymuje ją, jeżeli został uratowany z naruszeniem obowiązujących praw wszechświata. Wtedy mówimy najczęściej o cudownych uratowaniach albo cudownych uzdrowieniach, bo to też się zdarza, no i jest to

dziedziczone do trzeciego pokolenia.

Czy ludzie obdarzeni tym darem łatwo odnajdują się w społeczeństwie? Chodzi mi tutaj szczególnie o dzieci.

No niestety nie. Często mają z tym problemy. Przede wszystkim są uważani za dziwnych, czują się nierozumiani. Często bywają wykluczani ze społeczeństwa, zwłaszcza kiedy zaczynają opowiadać o rozmowach ze zmarłymi, kiedy dzieci mówią, że mają wymyślonego przyjaciela, kiedy przewidują różne zdarzenia albo mają sny prorocze. No i kiedy zaczynamy mówić o takich zjawiskach, to niestety często spotykamy się ze sceptycyzmem i raczej negatywnym odbiorem a jest to szczególnie ciężkie, jeżeli nie zdajemy sobie sprawy z tego, że jesteśmy sensorywni i musimy się z tym męczyć całe życie.

Więcej o sensorywności oraz jak zadbać o swoje zdrowie, będzie można usłyszeć na wyjątkowym wydaniu, jakim są warsztaty z profilaktyki zdrowia – „Żyć w zdrowiu”, które odbędą się w Cork 21 czerwca. Oprócz Akademii wystąpi wielu fantastycznych prelegentów a poprzez praktyczne ćwiczenia chętni będą mieli okazję sprawdzić poziom swojej sensorywności. Serdecznie zapraszamy!

Dagmara Juszczak

REKLAMA

ŻYJ W ZDROWIU

WARSZTATY Z PROFILAKTYKI ZDROWIA

BRU COLUMBANUS CARDINAL WAY, WILTON CORK, T12 TN97

21 CZERWIEC (SOBOTA) 10.00- 17.00

PRELEGENCI

KASIA MIKOŁAJCZYK - AROMATERAPIA - NATURALNY SPOŚOB NA ZDROWIE.
 MACIEJ JAWORSKI - MENTAL I PRACA Z PODŚWIADOMOŚCIĄ.
 ANNA KMECIK - OD NAPIĘCIA DO ZDROWIA - JAK CIAŁO MÓWI, GDY MY MILCZYMY.
 MAJA ZAHORSKA - JAK BYĆ SWOIM NAJLEPSZYM PRZYJACIEŁEM.
 NATALI REISNER I DAGMARA JUSZCZYK - WPŁYW POSTRZEGANIA POZAZMYSŁOWEGO NA ZDROWIE DZIECI I DOROSŁYCH.

WIĘCEJ INFORMACJI

WHATSAPP 0872328407 E-MAIL REKLAMA.RADIO.CENZURA@GMAIL.COM

SPONSORZY

PRIME GIFT BOUTIQUE JOHN PAUL BAKERY

BILETY €25

3847_DU

Europejscy liderzy w POSK

Na zaproszenie Ambasady RP, Towarzystwa Irlandzko-Polskiego oraz Polskiego Ośrodka Społeczno-Kulturalnego irlandzki Minister ds. Migracji Colm Brophy wraz z Ambasadorami (szefami misji) UE, gościli w Domu Polskim w Dublinie z okazji przewodnictwa Polski w Radzie UE.



FOTO: FACEBOOK.COM/IRISHPOLISHSOCIETY

Wielki awans Polki

Nowym Dyrektorem Wykonawczym największej i najważniejszej irlandzkiej organizacji zajmującej się prawami migrantów, Immigrant Council of Ireland, została sekretarz Forum Polonia – Teresa Buczkowska!

„Dla wielu z nas Teresa jest inspirującym przykładem, że Polacy w Irlandii dysponują niezwykłym potencjałem, talentem i kompetencjami, z których Irlandia może i powinna czerpać” – Forum Polonia. Gratulujemy! NG



FOTO: FACEBOOK.COM/FORUMPOLONIA

Parkrun – Bieg przyjaźni

Zapraszamy na 6. Irlandzko-Polski Parkrun Przyjaźni, specjalne wydarzenie organizowane przez Polish Runners Club Ireland, które odbędzie się w River Valley w Swords.

„Po niesamowitym sukcesie

poprzednich edycji, nasz cel pozostaje niezmienny: wzmocnienie więzi między irlandzką i polską społecznością, dzieląc się polską kulturą i tradycjami z naszymi irlandzkimi przyjaciółmi. Razem będziemy świętować żywego ducha i ważną

rolę, jaką nasze społeczności odgrywają w życiu lokalnym”.
 Kiedy: 21.06.25, godz.: 09:00 (start: 09:30)
 Gdzie: River Valley Parkrun, Swords.

facebook.com/PolishRCIreland

R E K L A M A

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

International Children's Day

June 2nd 1:00 p.m.
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, Meichmáis, Lánphairíochta agus Oige
Department of Children, Equality, Disability, Integration and Youth

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

R E K L A M A

3822_DU

SZKOŁA POLSKA PRZY AMBASADZIE RP W DUBLINIE
SERDECZNIE ZAPRASZA NA

KORCZAKOWSKIE DNI DZIECKA 2025!

W PROGRAMIE

- ☞ Liczne sportowe atrakcje dla dzieci
- ☞ Pokazy koni policyjnych
- ☞ Dmuchane zamki
- ☞ Pokazy Jujitsu
- ☞ Strefa gastro
- ☞ Kiermasz
- ☞ MEGA loteria (szczegóły wkrótce)

31 MAJ - 1 CZERWCA 2025 w godz. 10:00-14:00

ST BENILDUS COLLEGE, UPPER KILMACUD RD., STILLORGAN

3849_DU

Polska Szkoła Bez Granic w Tyrrelstown

Sobota z misją życia: „Ratujemy i uczymy ratować”



Uczniowie Polskiej Szkoły Bez Granic spędzili sobotnie przedpołudnie, uczestnicząc w zajęciach programu „Ratujemy i uczymy ratować”, wspieranego przez WOŚP.

Zajęcia prowadzili: Marzena Panfil – instruktorka programu RUR, Katarzyna Szumna – na co dzień pracująca jako ratownik medyczny, oraz policjant, który przypomniał dzieciom zasady ruchu drogowego.

Dzieci, podzielone na trzy grupy wiekowe – od przedszkolaków po nastolatki – zostały przeszkolone w zakresie udzielania pierwszej pomocy oraz utrwaliły wiedzę związaną z bezpieczeństwem na drodze.

Z dużym zainteresowaniem uczestniczyły w spotkaniu. Jedną z uczestniczek – Marika – zaprezentowała wymyślony

przez siebie sposób na zapamiętanie numeru alarmowego 112: usta – nos – dwoje oczu. Gratulujemy pomysłowości i zachęcamy, aby każdy zapamiętał ten ważny numer właśnie w taki sposób!

Spotkania i szkolenia w ramach programu „Ratujemy i uczymy ratować Irlandia” odbywają się w coraz większej liczbie szkół w Irlandii. Gorąco popieramy ten projekt i mocno kibicujemy jego rozwojowi!

Osoby, które chcą dowiedzieć się więcej na ten temat, zapraszamy do wysłuchania audycji w Radio Cenzura: <https://radio-cenzura.pl/podcast/rozmowy-o-zdrowiu-przy-ciepłej-wodzie-s02e04-ratuj-i-ucz-ratowac-marzena-panfil-lukasz-sroka>.

Kasia Mikołajczyk
Radio Cenzura



FOTO: KASIA MIKOŁAJCZYK, FACEBOOK.COM/POLSKASZKOŁABEZGRANIC

Polska Szkoła SEN w Dublinie

XIV Olimpiada Szkół Polonijnych

XIV Olimpiada Szkół Polonijnych z Irlandii za nami! Miniona sobota upłynęła pod znakiem emocji, radości i wspólnej zabawy podczas XIV Olimpiady Szkół Polonijnych z Irlandii.

W wydarzeniu wzięło udział aż 6 szkół polonijnych, w tym również nasza. W liczbach wyglądało to imponująco: blisko 600 uczestników, 350 napisanych testów, 73 artystów w 4 konkurencjach, ponad 200 sportowców w 4 dyscyplinach sportowych, a wszystko to odbyło się w atmosferze radości, współpracy i zdrowej rywalizacji!

Jak co roku, patronat i wsparcie finansowe zapewniła Amkabsada RP w Dublinie, a obecność Konsula Macieja Wójcika wraz z Małżonką nadała wydarzeniu wyjątkowego znaczenia.

Odbyły się trzy filary Olimpiady:

naukowa, artystyczna i sportowa.

Olimpiada Naukowa

Uczniowie mierzyli się z testami z historii, geografii, wiedzy o Polsce i sławnych Polakach. Sprawdzający mieli niełatwe zadanie, ale dzięki dobrze opracowanym kluczom udało się wyłonić zwycięzców w każdej konkurencji.

Olimpiada Artystyczna

Odbyła się w sali teatralnej, gdzie uczestnicy zaprezentowali swój talent w czterech konkurencjach artystycznych. Rywalizacja ustąpiła miejsca wzruszeniom i zachwytowi nad twórczością młodych artystów. Jury w składzie Justyna Kosmulska, Marta Janiszewska, Grzegorz Jabłoński i Paulina Furmańczyk mieli niełatwy orzech do zgryzienia, ale ostatecznie z powodzeniem wybrano zwycięzców.

Olimpiada Sportowa

Cieszyła się jak zawsze ogromnym

zainteresowaniem. W tym roku uczniowie walczyli o medale w konkurencjach: rzut piłeczką pantoflową, bieg na 1 milę SEN, sztafeta, turniej piłkarskie.

Zwycięzcy XIV Olimpiady:

Szkoła Polska w Waterford, Szkoła Polska im. Ireny Sendlerowej w Cavan; Szkoła Polska w Cork

Uczestnicy mieli również okazję skorzystać z: grilla, szkolnej kawiarenki i sklepiku, prowadzonych przez uczniów i rodziców, warsztatów z pierwszej pomocy, które poprowadził zespół Dublin WOŚP.

Serdeczne podziękowania kierujemy do: Pana Konsula z Małżonką, wszystkich nauczycieli, wolontariuszy, absolwentów, rodziców oraz członków jury. Dzięki Wam XIV Olimpiada Szkół Polonijnych z Irlandii była prawdziwym świętem naszej polonijnej społeczności!

facebook.com/szkolasen



Podpowiadamy, doradzamy

Leki wydawane na receptę

cz. 2



FOTO: FREEPIK

HSE Primary Care Reimbursement Service (PCRS) udostępnia listę leków lub środków pomocniczych dostarczanych w ramach karty medycznej lub programu płatności za leki. Produkty te są zatwierdzone do tych programów przez HSE, ale niektóre produkty, które można kupić bez recepty, nie są objęte bezpłatnymi lub dotowanymi programami.

Program chorób długoterminowych

Jeśli cierpisz na określone schorzenia, możesz ubiegać się o udział w programie dla osób długotrwale chorych (Long Term Illness Scheme). W ramach tego programu można uzyskać bezpłatne leki, medykamenty oraz sprzęt medyczny i chirurgiczny do leczenia danego schorzenia.

Karta Health Amendment Act Card

Osoby, które zaraziły się wirusowym zapaleniem wątroby typu C bezpośrednio lub pośrednio poprzez podawanie produktów krwiopochodnych lub transfuzję, mogą otrzymać leki na podstawie karty Health Amendment Act Card.

Program płatności za leki

Jeśli nie kwalifikujesz się do żadnego z programów wymienionych powyżej i nie posiadasz karty medycznej, możesz zarejestrować się w programie Drugs Payment Scheme, który ogranicza miesięczny koszt leków na receptę. (Ty i Twoja rodzina płaci maksymalnie 80 euro miesięcznie za za-

twierdzone przepisane leki, lekarstwa i niektóre urządzenia).

Program pomocy uznaniowej

Jeśli posiadasz kartę medyczną i przepisano ci lek, który nie znajduje się na liście leków refundowanych (PCRS), twój farmaceuta lub lokalny urząd ds. zdrowia może złożyć wniosek o opłacenie go w ramach programu Discretionary Hardship Scheme.

Jeśli program pomocy doraźnej nie pokrywa kosztów leku i musisz za niego zapłacić, możesz skontaktować się z lekarzem, aby sprawdzić, czy istnieje alternatywny lek. Więcej informacji na temat programu można uzyskać od farmaceuty lub w lokalnym urzędzie ds. zdrowia.

Ulga podatkowa

Możesz ubiegać się o ulgę podatkową z tytułu wydatków medycznych na przepisane leki.

Leki generyczne i ceny referencyjne

Czasami farmaceuta może podać inną nazwę handlową przepisanego leku. Dzieje się tak, ponieważ istnieje tańsza wersja leku markowego, zwana wersją generyczną (zamiennik). Farmaceuta może to zrobić, jeśli leki znajdują się na liście leków zamiennych opublikowanej przez HPRA. Lista ta obejmuje wszystkie leki, które mogą być stosowane zamiennie.

Ceny referencyjne

HSE ustala jedną cenę, którą zapłaci za każdą grupę leków generycznych znajdujących się na zatwierdzonej liście. Jest ona znana jako cena referencyjna.

Jeśli posiadasz kartę medyczną, HSE zapłaci cenę referencyjną za każdy lek generyczny. Jeśli zdecydujesz się na zakup droższej marki leku, musisz zapłacić różnicę między ceną referencyjną a ceną detaliczną.

Jeśli korzystasz z programu dopłat do leków, HSE użyje ceny referencyjnej do obliczenia miesięcznych kosztów leków. Jeśli

wyберzesz droższą markę leku objętego programem, musisz ponieść dodatkowe koszty.

Jeśli pacjent potrzebuje określonej marki leku ze względów medycznych, lekarz może umieścić na receptce adnotację „Nie zamieniać”. Jeśli posiadasz kartę medyczną, uiszczasz opłatę za receptę i nie musisz płacić różnicy między ceną referencyjną a kosztem detalicznym. Jeśli posiadasz kartę programu płatności za leki, płacisz normalnie do wysokości miesięcznego progu.

Opr. NG na podst. mat. Citizens Information

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

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

Nutrition-4Health



R E K L A M A

Kobiety - kobietom
"Dosięgnąć gwiazd"

I Sympozjum Kobiet, Polek mieszkających w Irlandii

07.06.2025

The Royal Marine Hotel, Marine Road, Dun Laoghaire, Dublin

Program

9.00 - 9.25
• Uroczyste otwarcie Sympozjum
• Muzyka - Katarzyna Kozłowska z zespołem

9.30 - 11.45
• **Panel dyskusyjny** - Od przemocy do mocy - poprowadzi Anna Świętek
• **Warsztat** - Szlaki samoobrony - Paulina Kmiecik

12.10 - 12.50
• **Warsztat** - Na tropie kobiecej mocy - Małgorzata Wojciulewicz

13.00 - 13.40
• **Sztuka**
Olga Anacka - Na zakręcie, czyli co czeka za rogiem. Rozmowa o przechodzeniu zmian i kobiecym dorastaniu ilustrowana przykładami ze ścieżki artystycznej Artystki.

14.30 - 15.45
• **Panel dyskusyjny**
Dosięgnąć gwiazd - kobiety różnych światów - poprowadzą Mariola Mastek i Katarzyna Mikołajczyk

16.00 - 17.00
• **Literatura**
Autentyczność w obcym świecie - kobieta na emigracji. O życiu na emigracji, wyzwaniach, jakie niosą ze sobą nowe środowiska oraz o drodze do odnalezienia swojej autentyczności z pisarką Wiolettą Grzegorzewską będzie rozmawiała Aneta Kubas

17.30 - 18.10
• **Prelekcja**
Kobieca droga ekspresji - Podniecenie i odpowiedź seksualna kobiet - Katarzyna Cieszyńska - Odedina

18.30 - 20.15
• **Prelekcja**
O kobiecym wachlarzu autentycznych uczuć i możliwości - Aleksandra Hytós - Kiwała
• **Warsztat** - Taniec
Osadzenie się w rytmie Flamenco - Anna Bochenek Najda

20.30 - 21.00
• Gala rozdania nagród i zakończenie Sympozjum.




KRZYŻÓWKA

- Poziomo**

1 złocista odmiana karakuła

2 hitlerowskie więzienie śledcze

5 boh. „Emigrantów” S. Mrożka

6 lud murzyński

10 rozważanie czegoś; przemyslenie

11 miejscowość bibl.

14 staroż. kolonia grecka

17 śpiew ptaków

18 nazwa żeglarskiej doby

21 grzyb pasożytniczy

22 drapieżny torbaczn

23 hrabstwo w Anglii

24 wypukłość

25 wodospad w Azji

26 ptak leśny z wróblowatych

28 miernik krzywizny

29 rzeka na Ukrainie

30 rękopisy

32 skała osadowa

33 ruch cząstek koloidowych

38 miasto w USA

39 choroba koni

41 morał

42 mały deszczycz

44 borowik szlachetny

45 tytuł potomków Mahometa

46 węglowodory nasycone

47 gr. bogini piękności

49 rodzaj akumulatora zapewniającego zasilanie

51 plemię Bantu

52 zabór Austrii przez Niemcy

53 tamże; wyraz wskazujący na to samo źródło
- Pionowo**

1 zespolenie elementów

2 proch

3 część przeloty u ptaków

4 werset Koranu

5 rzeka w Azji

6 egipskie uosobienie pierwotnego oceanu

7 rzeka w Rosji

8 nr ident. komputera w sieci

9 wódz rzymski

12 daw. jadłodajnia

13 procent krwinek w stosunku do osocza

14 gatunek sowy

15 skrajny nacjonalista

16 plusz wątkowy podłużnie prążkowany

19 likier z wiśni

20 jednostka oświetlenia

25 środek owadobójczy

27 gwiazdozbiór nieba pld.

31 alkaloid tytoniowy

33 mały, krępy koń

34 narządy wewnętrzne

35 Bruno (1887-1945), pisarz niemiecki

36 słodki roztwór, rodzaj leku

37 w skrzydle okiennym

39 pensja

40 ulicznik paryski

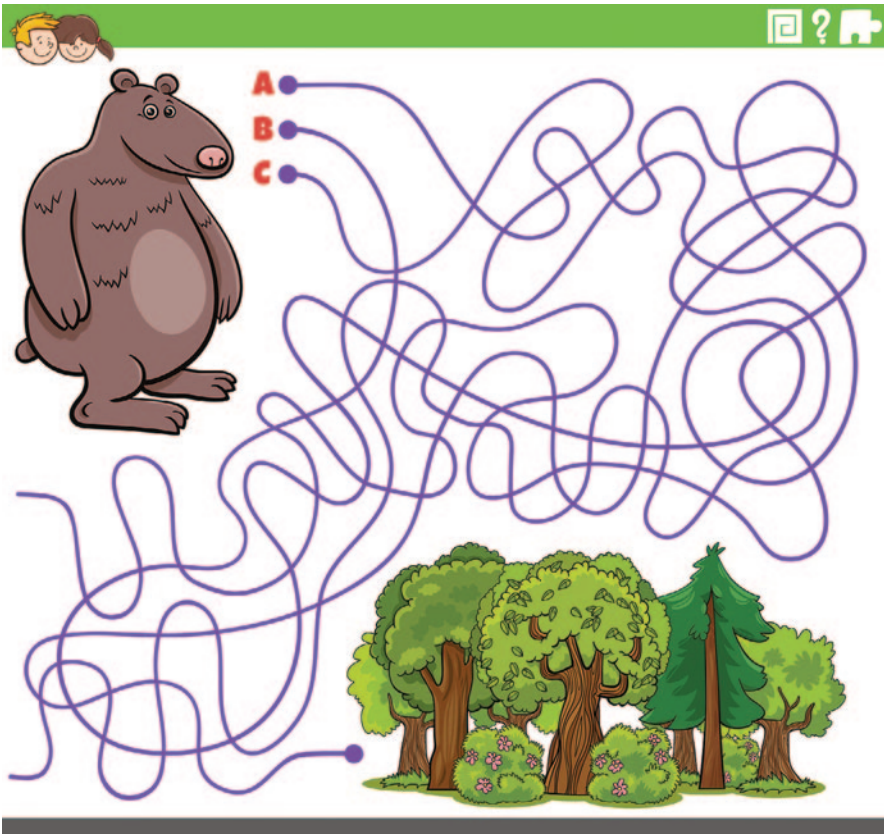
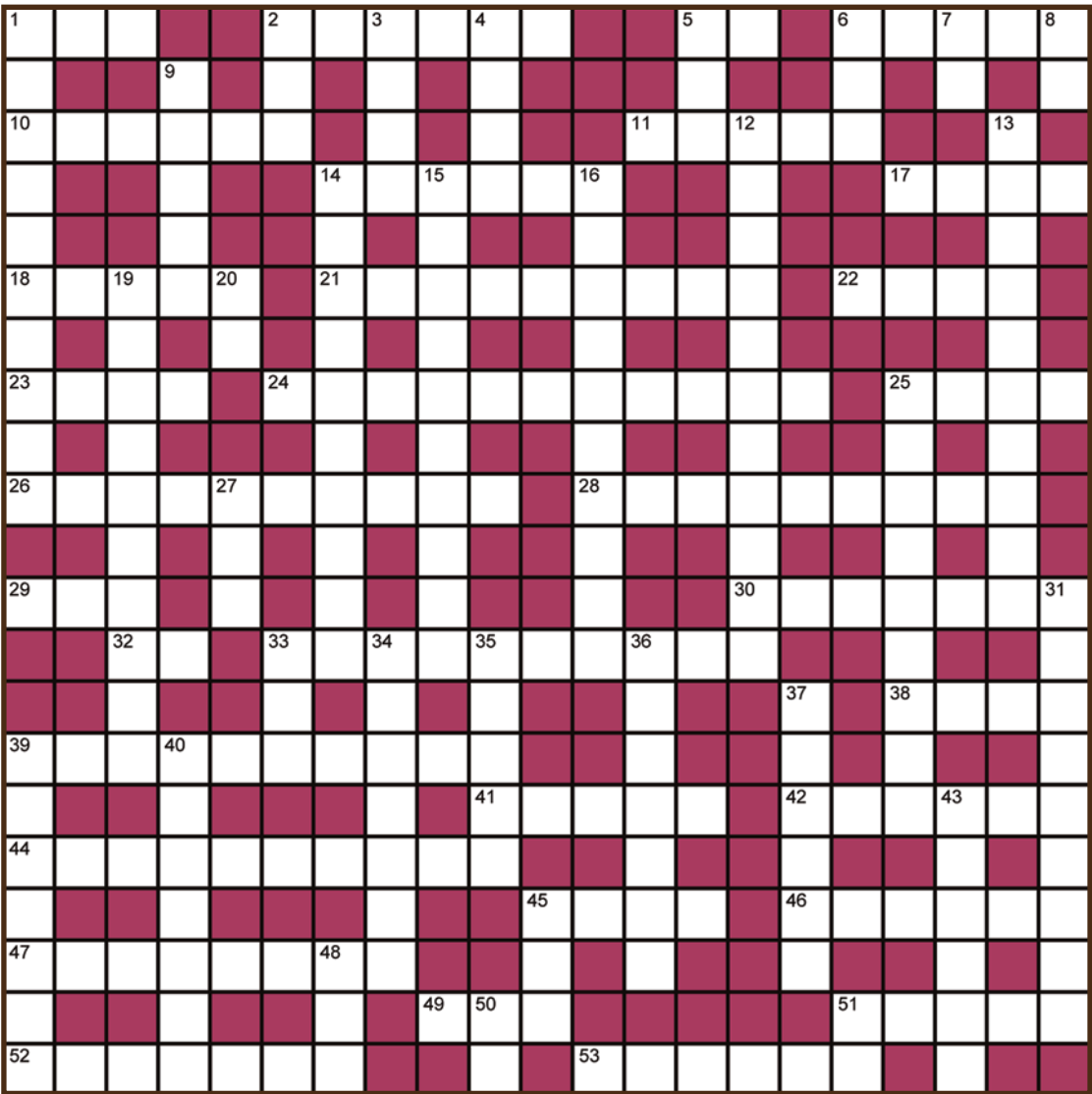
43 rodzaj kwiatostanu

45 długi skok

48 srebrna tarcza na zwojach Tory

50 rzeka we Włoszech

51 jedn. strumienia świetlnego



SUDOKU

łatwe ▼

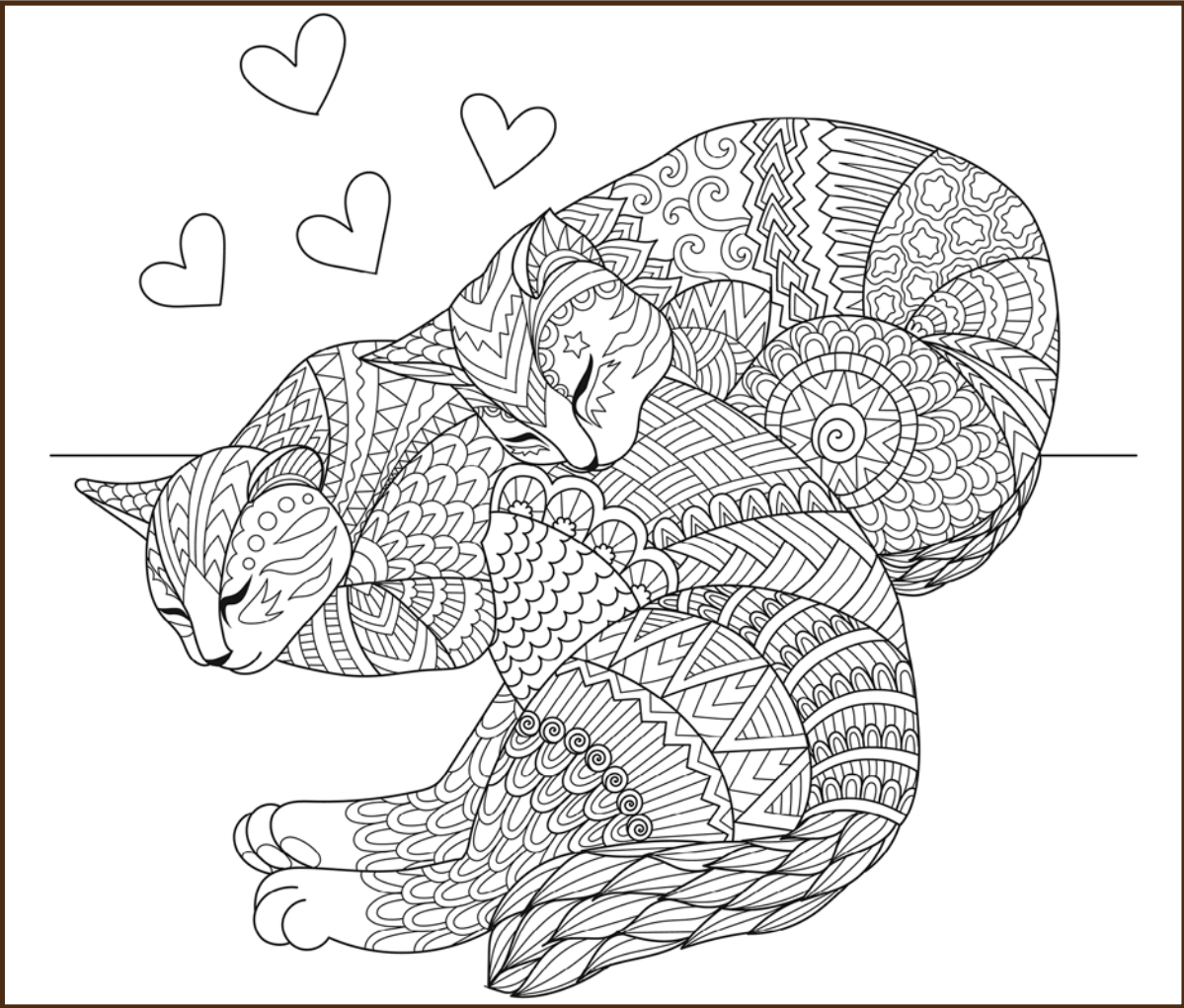
7		5		1			8	3
							7	1
8						5		
		7	3	6			2	
4	8		2		1			
2		1	7		8			9
	3	9						
5			1	4			9	
	4		6	3				7

średnie ▼

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

trudne ▼

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



HOROSKOP
PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 30.05 do 5.06.2025 r.

przygotowała: Jasmina



BARAN

Czas na odważne decyzje – nie bój się ryzyka, bo gwiazdy sprzyjają zmianom. W relacjach warto postawić na szczerość, nawet jeśli oznacza to trudne rozmowy.



BYK

Stabilność finansowa będzie dla Ciebie priorytetem, ale nie zapominaj o odpoczynku. W miłości czeka Cię niespodzianka, która może odmienić Twoje spojrzenie na przyszłość.



BLIŹNIĘTA

Kreatywność będzie Twoją mocną stroną – wykorzystaj ją w pracy i życiu osobistym. Możesz spodziewać się ciekawej propozycji, która otworzy przed Tobą nowe możliwości.



RAK

Emocje mogą być intensywne, ale nie pozwól, by przejęły nad Tobą kontrolę. Skup się na relacjach rodzinnych, bo ktoś bliski może potrzebować Twojego wsparcia.



LEW

Twoja pewność siebie przyciągnie ludzi, którzy mogą pomóc Ci w realizacji celów. W miłości warto postawić na spontaniczność – czas na ekscytujące chwile.



PANNA

Organizacja i planowanie będą kluczem do sukcesu w nadchodzącym tygodniu. Nie zapomnij o zdrowiu – drobne zmiany w stylu życia mogą przynieść wielkie korzyści.



WAGA

Czas na równowagę – zadbaj o siebie i swoje potrzeby, nie tylko o innych. W pracy pojawi się okazja do wykazania się, więc nie wahaj się jej wykorzystać.



SKORPION

Intuicja będzie Twoim najlepszym przewodnikiem, więc słuchaj jej uważnie. W miłości możesz spodziewać się głębokich rozmów, które wzmocnią Twoją relację.



STRZELEC

Podróże i nowe doświadczenia będą na pierwszym planie – nie bój się wyzwń. W finansach warto zachować ostrożność, by uniknąć nieprzemyślanych wydatków.



KOZIOROŻEC

Praca będzie wymagać od Ciebie większego zaangażowania, ale efekty będą satysfakcjonujące. W życiu osobistym warto postawić na kompromis, by uniknąć niepotrzebnych spięć.



WODNIK

Twoje pomysły mogą spotkać się z uznaniem, więc nie bój się ich realizować. W relacjach warto postawić na otwartość – szczerą rozmowę może wiele zmienić.



RYBY

Kreatywność i wrażliwość będą Twoimi atutami, które pomogą Ci w trudnych sytuacjach. W miłości warto zaufać intuicji – ona najlepiej podpowie Ci, co robić.

ADVERTS
089 264 03 50

REKLAMA

3633_DU

3777_DU

TODDLER MUSIC
SATURDAYS 11 AM
EDENDERRY
087 852 2082
to register



Musical
Youth
Edenderry

Dolphin's BARN Library
Lego Time!
SATURDAYS
11AM-1PM
BOOKING
ESSENTIAL
AGE 6-12



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



DOLPHIN'S BARN LIBRARY
Toddler Time
Tuesdays 10:30 - 11:30AM



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



CASHEL LIBRARY
LEGO FREE PLAY
TUESDAY,
JUNE 3RD
3.30 PM
SUITABLE AGES 7+
BOOKING ON 06263825

Comhairle Contae Thiobraid Árann
Tipperary County Council
Library Service



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



3796_DU

3831_DU

Jak zapobiegać osteoporozie?

Osteoporoza, czyli postępująca utrata gęstości kości, stała się jednym z największych problemów zdrowotnych naszych czasów. Choroba ta prowadzi do osłabienia struktury kości, zwiększając ryzyko złamań, nawet przy niewielkich urazach. Niestety, współczesna medycyna często skupia się na leczeniu skutków osteoporozy, pomijając profilaktykę.

Tymczasem możemy wiele zrobić, aby jej zapobiec lub nawet spowolnić jej rozwój, stosując odpowiednią dietę i włączając trening siłowy, który wzmacnia kości.

Co sprzyja mocnym kościom?

Kluczowe znaczenie ma podejście holistyczne do tematu – odpowiednia żywność, regularna aktywność fizyczna i dbałość o równowagę hormonalną. Kości są żywą tkanką, która stale się przebudowuje, a dostarczając im odpowiednich składników odżywczych i stymulując je ruchem, możemy znacząco wpłynąć na ich stan.

1. Dieta bogata w składniki budujące kości

- Wapń i magnez – wapń to podstawowy budulec kości, ale nie zapominajmy o magnezie, który pomaga go przyswajać. Źródła to: zielone warzywa liściaste, migdały, sezam, sardynki, sery dojrzewające.
- Witamina D – niezbędna dla wchłaniania wapnia. Najlepszym jej źródłem jest słońce, ale warto także sięgać po tłuste ryby, tran i żółtka jaj.
- Witamina K2 – zapobiega odkładaniu się wapnia w tętnicach, kierując go do kości. Znajdziemy ją w fermentowanych produktach mlecznych, natto i zielonych warzywach.



- Kolagen – główny składnik organiczny kości. Buliony na kościach, żelatyna czy suplementy kolagenowe wspomagają ich regenerację.
- Unikaj przetworzonej żywności i nadmiaru cukru, które zakwaszają organizm i przyspieszają demineralizację kości.

2. Trening siłowy – najlepszy sprzymierzeniec mocnych kości

Trening siłowy to jedna z najskuteczniejszych metod wzmacniania kości, niezależnie od wieku. Kości reagują na obciążenie podobnie jak mięśnie – stają się silniejsze, gdy są regularnie stymulowane. Nie bójmy się podnosić ciężarów, nawet w starszym wieku. Badania dowodzą, że osoby, które regularnie ćwiczą z obciążeniem, mają gęstsze i moc-

niejsze kości.

- Ćwiczenia wielostawowe (przysiady, martwe ciągi, pompki, podciąganie) stymulują największe partie mięśniowe i wzmacniają kościec.
- Trening oporowy z hantlami czy gumami oporowymi jest świetnym rozwiązaniem dla osób starszych lub początkujących.
- Nie zapominaj o równowadze i mobilności – ćwiczenia równoważne i rozciąganie zmniejszają ryzyko upadków.

3. Hormony – ukryty klucz do zdrowia kości

Kości są bardzo wrażliwe na zmiany hormonalne, zwłaszcza u kobiet po menopauzie, kiedy spada poziom estrogenów. Warto regularnie badać poziomy hormonów i rozważyć

naturalne metody ich wsparcia – np. dietę bogatą w fitoestrogeny, zioła takie jak koniuczyna czerwona, czy wspomaganie pracy nadnerczy.

Co zrobić, gdy już mamy początki osteoporozy?

Jeśli diagnoza już została postawiona, wciąż można wiele zdziałać:

- Kontynuuj treningi siłowe – nigdy nie jest za późno na aktywność fizyczną. Nawet lekkie obciążenie stymuluje proces odbudowy kości.
- Zadbaj o mikroelementy – suplementacja witaminy D, K2, wapnia i magnezu pod kontrolą specjalisty to kluczowy krok.
- Włącz naturalne źródła kolagenu i buliony kostne – odbudowa tkanki łącznej wspiera proces regeneracji kości.
- Ogranicz używki – alkohol, kawa i papierosy przyspieszają utratę masy kostnej.

Spojrzenie na zdrowie kości

Nasze ciało działa jak doskonale zsynchronizowany system. Aby kości były mocne i zdrowe, potrzebujemy równowagi na poziomie fizycznym, psychicznym i biochemicznym. Odpowiednio dobrana dieta, regularna aktywność fizyczna i wsparcie hormonalne to najlepsza profilaktyka. Pamiętajmy, że nasze kości są w stanie odbudowywać się przez całe życie – musimy tylko dać im odpowiednie narzędzia.

Nie bójmy się treningu siłowego ani zdrowych tłuszczów w diecie. Nie wierzymy, że zdrowie kości zależy wyłącznie od suplementów wapnia. Dbajmy o nie, bo zdrowe kości to fundament długiego, pełnego energii życia.

**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.

Bariera to brak wkładu własnego

60 proc. młodych ludzi chce posiadać mieszkanie na własność

Posiadanie własnego mieszkania jest aspiracją większości młodych Polaków – wskazują dane badaczy z SGH. Jednak ze względów finansowych jest ono dostępne dla części z nich, a na dodatek wiąże się ze zobowiązaniem na kilkadziesiąt lat. W luce czynszowej, czyli w sytuacji, gdy kogoś nie stać na zakup własnego M, ale

jest zbyt bogaty na mieszkanie komunalne, jest ok. 35 proc. społeczeństwa. I to dla tej grupy potrzebna jest oferta państwa. Budownictwo społeczne mogłoby być alternatywą, ale nie odpowiada na potrzebę posiadania nieruchomości na własność.

– Mamy mieszkania komunalne przeznaczone dla ludzi w różnych kryzysach życiowych, w tym w kryzysie bezdomności. Takich mieszkań nie wolno wyprzedawać za bezcen, z bonifikatą. Jeżeli jakaś gmina sprzedaje je z jakichś powodów, powinna sprzedać po cenie rynkowej, a środki uzyskane zainwestować w mieszkania – podkreśla Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz, ministra funduszy i polityki regionalnej. – Drugim rodzajem jest bu-

downictwo społeczne – dla ludzi, których nie stać na kupno mieszkania, ale stać ich na niekomercyjny czynsz. W małych miastach budownictwo społeczne powinno przyzwalać na dojeżdżanie do własności, czyli ludzie, którzy wynajmują, mogą, jeżeli zechcą, wykupić po cenie komercyjnej to mieszkanie, w którym mieszkają, a pieniądze muszą być zainwestowane w kolejne mieszkania. To jest ważne, bo w małych miastach zależy nam, żeby zatrzymać młodych ludzi. W dużych miastach nie powinno być w budownictwie społecznym dojeżdżania do własności.

Sytuacja mieszkaniowa jest jednym z najbardziej dotkliwych problemów społecznych w Polsce. Według raportów Fundacji Habitat for Humanity Poland problemy mieszkaniowe były w 2020 roku trzecim największym problemem Polaków (za płacami i służbą zdrowia). W badaniu z 2023 roku inflacja wprawdzie zepchnęła problem mieszkań na czwarte miejsce, jednak na brak mieszkania lub złe warunki mieszkaniowe narzekał co

trzeci Polak (27 proc.).

– Młodzi ludzie chcą posiadać mieszkania, i to powtarza się już cyklicznie. To drugie badanie, gdzie młodzi ludzie wykazują ogromne zainteresowanie własnością, bo jest to ok. 60 proc. W poprzednim 97 proc. młodych osób wykazało chęć posiadania mieszkania – mówi dr Izabela Rudzka ze Szkoły Głównej Handlowej, współautorka badania, którego wyniki za prezentowano podczas międzynarodowej konferencji SGH „Mieszkanie: własne czy wynajmowane – polityka mieszkaniowa w dobie zmian klimatycznych i społecznych”. – Młodzi ludzie wykazali, że nawet byliby chętni kupić to mieszkanie, gdyby rata kredytu była wyższa o 50 proc. niż comiesięczny czynsz za mieszkanie, które w tej chwili wynajmują. To pokazuje ich determinację.

Dane z przytaczanego badania wskazują, że ponad 80 proc. osób nieposiadających obecnie mieszkania stwierdziło, że w przyszłości chciałoby zakupić nieruchomość na kredyt, gdyby miesięczna rata była równa kosztowi najmu.



Rozwiązania z nr NG92

Krzyżówka z nr NG92 Poziomo: 2 DIABLERETS, 6 POMROKA, 10 RH, 13 KNOWIE, 15 LEY, 16 ZU, 17 ATRATO, 19 BAHAWALPUR, 22 BÓB, 24 TENDER, 25 KARABARKEN, 27 PANKLASTYT, 29 NAR, 30 ITENE, 31 NSUTA, 32 ODWANIANIE, 34 LAK, 35 REEDYCJA, 36 MASKARON, 37 KUC, 38 FERMI, 39 RIAS, 42 PRAGMATYZM, 47 IRBIS, 48 ENERGETYZM, 50 PIETRUSZKA, 53 WACH, 54 NOS, 55 JO, 57 OSYPISKO, 58 BICEPS, 59 WEILI, 62 WYNALAZCA, 66 SPORA, 67 BEZANMASZT, 70 MOROWANIE, 71 YETI. **Pionowo:** 1 LEKCJA, 2 DUO, 3 BIEDA, 4 EWY, 5 SR, 7 OTTO, 8 RAABE, 9 KOORDYNATA, 11 HZ, 12 OSTRYGA, 14 WOALKA, 15 LOA, 18 TRAKTIERNIA, 20 WIOLINISTA, 21 PROTANTROP, 22 BERKELEIZM, 23 BIBRETY, 24 TERENCJUSZ, 26 ANGLOFIL, 27 PROKURA, 28 NÓW, 33 ACC1US, 36 MIR, 37 KŁOBUK, 40 IZGRZYCA, 41 SITOWIEC, 43 ROMANOW, 44 GREPS, 45 ADVERBIUM, 46 MIĘSOPUSTY, 48 ERA, 49 ECHO, 51 RUCH, 52 AJ, 53 WIGWAM, 56 OKTAN, 60 IMAI, 61 COLT, 63 NUR, 64 LEW, 65 ZEN, 68 EO, 69 SB.

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

Polonia_Camp 2025

Pierwsze Światowe Spotkanie Młodej Polonii już w lipcu w Warszawie!

Polonia_Camp 2025 to wydarzenie dla młodych Polaków z całego świata – cztery dni integracji, edukacji oraz wspólnego odkrywania nowoczesnej Polski i jej kultury.

Wydarzenie skierowane jest do osób w wieku 18-30 lat – studentów, młodych profesjonalistów, aktywistów i przedsiębiorców.

Już w lipcu tego roku Warszawa stanie się sercem młodej Polonii. W programie Polonia_Camp 2025 znajdą się m.in. koncerty polskich gwiazd, panele dyskusyjne z liderami opinii, warsztaty oraz przestrzeń networkingowa, gdzie młodzi Polacy będą mogli wymieniać doświadczenia i nawiązywać międzynarodowe przyjaźnie.

„Polonia potrzebuje liderów, którzy wniosą nową energię i świeże pomysły do polonijnego życia. Potrzebujemy nowej, dynamicznej wizji współpracy Polonii z krajem i podtrzymywania więzi z Ojczy-

zną. I właśnie po to jest Polonia_Camp 2025 – największe spotkanie młodzieży polonijnej z całego świata. Chcemy, żeby młoda Polonia odkryła siłę i potencjał Polski, ale też siłę integracji nowego pokolenia Polaków rozsianych po całym świecie. To

będzie wydarzenie pełne dyskusji, rozmów z wybitnymi ludźmi kultury, nauki, polityki i biznesu. Ale przede wszystkim będzie to święto młodej Polonii, pełne radości, muzyki, poznawania przyjaciół i przeżywania polskości. Zapraszam Was do Warszawy!” –

mówi Pani Marszałek Senatu Małgorzata Kidawa-Błońska, która objęła Zjazd Polonia_Camp 2025 Patronatem.

Wydarzenie odbędzie się w dniach 17–20 lipca 2025 r. na kampusie SGGW w Warszawie. Udział jest bezpłatny, ale wyma-

gana jest wcześniejsza rejestracja. Liczba miejsc jest ograniczona. Jednym z kryteriów kwalifikacji do udziału w wydarzeniu jest kolejność zgłoszeń. Rejestracja już trwa na stronie internetowej: www.poloniacamp.pl.

facebook.com/Wspolnota.Polska



FOTO: FACEBOOK.COM/WSPOLNOTA.POLSKA

➔ cd. ze str. 14.

Ratę wyższą o połowę od wysokości czynszu jest gotowych zapłacić 60 proc. badanych. Najważniejsze bariery powstrzymujące respondentów przed zakupem mieszkania to czynniki finansowe – brak wkładu własnego (55 proc. odpowiedzi), zbyt wysoka rata w stosunku do zarobków (49 proc.) oraz brak zdolności kredytowej (45 proc.).

Co ciekawe, blisko jedna czwarta respondentów była przeciwna jakimkolwiek programom publicznym wspierającym zakup mieszkań. Takie opinie wyrażały przede wszystkim osoby już posiadające nieruchomości na własność. Z kolei instrumenty polityki mieszkaniowej wspierające regularne oszczędzanie na mieszkanie popierało 65 proc. osób. W odpowiedziach otwartych na pytania o politykę mieszkaniową pojawiało się wiele postulatów dotyczących wsparcia w zakresie podaży mieszkań, w tym dostępnych cenowo mieszkań na wynajem, np. poprzez rozwój Towarzystw Budownictwa Społecznego (TBS).

– Mieszkania w Polsce powinny zacząć być traktowane przede wszystkim jako miejsce do mieszkania i rozwoju, a nie jako obiekt inwestycyjny. I to właściwie wyznacza całą politykę mieszkaniową. Nie należy dopłacać do kredytów, bo to czyni mieszkania mniej dostępne, należy budować społeczne mieszkania na tani wynajem, nie należy wpuszczać na polski rynek tzw. REIT-ów, czyli dużych funduszy, które wykupują mieszkania. W moim przekonaniu – to już nie jest polityka rządu, nie ma tego w umowie koalicyjnej – należy wprowadzić kataster od trzeciego mieszkania po to, żeby zniechęcać do inwestowania w mieszkania, a zachęcać do inwestowania w inne kwestie rozwojowe i w ten sposób uwolnić się na

rynku więcej mieszkań do kupna przez ludzi, którzy chcą w tych mieszkaniach po prostu mieszkać – wymienia Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz.

Lukę mieszkaniową na podstawie porównania do krajów UE i OECD szacuje się na 1,8 mln mieszkań. Zdaniem Grzegorza Tomaszewskiego, prezesa PFR Nieruchomości, to właśnie REIT-y (Real Estate Investment Trust), czyli fundusze lub spółki, które inwestują w nieruchomości, mogłyby się przyczynić do zasypania tej luki. Prace nad uregulowaniem ich działalności w Polsce trwają od wielu lat.

Jak wskazuje raport Pracodawców RP „Jak zaspokoić potrzeby mieszkaniowe Polaków”, zakup mieszkań na cele inwestycyjne przyczynia się do zwiększenia zasobu mieszkań i zaspokojenia potrzeb mieszkaniowych Polaków. Na drodze stoją jednak problemy podaży ograniczające budowę nowych mieszkań. Autorzy opracowania oceniają, że polityka gospodarcza powinna dążyć do ich eliminacji, tym samym zachęcając prywatnych nabywców, osoby fizyczne i instytucje do kupowania mieszkań na wynajem.

– REIT-y mogą spowodować, że będzie zwiększona podaż, więcej kapitału na budownictwo mieszkaniowe komercyjne, a jednocześnie mogłyby być alternatywą do inwestowania na rynku kapitałowym dla Polaków, nawet emerytów. Jest wiele kontrowersji, że to spowoduje wzrost cen. Moim zdaniem nie, bo w rękach prywatnych jest dzisiaj 1,5 mln mieszkań, a w rękach funduszy takich jak PFR Nieruchomości, ale też innych zagranicznych – 25 tys. Nawet gdyby się to zwiększyło 10-krotnie, to jesteśmy 1/6 rynku prywatnego. To

spowodowałoby to, że byłyby dodatkowe pieniądze na budownictwo mieszkaniowe, bo budżet państwa nie jest z gumy, na wszystkie potrzeby mieszkaniowe budownictwa społecznego nie starczy pieniędzy – przekonuje Grzegorz Tomaszewski.

Z danych GUS wynika, że na koniec 2024 roku w Polsce było 595,4 tys. lokali mieszkalnych, na które obowiązywały umowy na najem z mieszkaniowego zasobu gminy. W porównaniu z 2023 rokiem ich liczba zmniejszyła się o 1,3 proc. Z kolei na najem lokali mieszkalnych w Polsce oczekiwało 119,3 tys. gospodarstw domowych. W porównaniu z 2023 rokiem liczba ta zmniejszyła się w miastach o 3,5 proc., natomiast na obszarach wiejskich o 4,1 proc.

– W ostatnich latach budownictwa społecznego i budownictwa komunalnego nie było zbyt dużo. Głównie powstawały budynki, które realizowali Polacy na własne potrzeby, czyli domy jednorodzinne, szczególnie w mniejszych miejscowościach, i rynek deweloperski. To się w ostatnich latach zmienia, niemniej jednak ta dysproporcja jest znacząca, dlatego też przeznaczane są kolejne środki na budownictwo społeczne, pod którym ja się podpisuję. One powinny być zwiększane, żeby osoby, których nie stać na kredyt z jednej strony, a z drugiej strony zarabiają zbyt wiele na to, żeby było ich stać na mieszkania komunalne, mogły korzystać z zasobu społecznego i mieli gdzie mieszkać – mówi prezes PFR Nieruchomości.

Raport Pracodawców RP podaje, że spośród 220 tys. mieszkań oddanych do użytku w 2023 roku deweloperzy wybudowali 136,5 tys., zaś inwestorzy indywidualni 79,5 tys. lokali.

W budownictwie wielorodzinnym rynek deweloperski odpowiada za budowanie 97 proc. mieszkań. Budownictwo społeczne, komunalne, czynszowe społeczne i zakładowe odpowiadały łącznie za powstanie 4 tys. lokali. To niecałe 2 proc. nowego zasobu. To dlatego w luce czynszowej jest ok. 35 proc. społeczeństwa, więc – jak podkreślają eksperci – potrzebna jest oferta państwa dla tej licznej grupy.

– Brakuje środków finansowych, żeby te potrzeby realizować. Nawet jak samorządy chcą zrealizować te inwestycje, to budżet państwa nie jest z gumy i nie na wszystko starcza. Te inwestycje są po pierwsze czasochłonne, dosyć trudno je zrealizować w jednej kadencji, po drugie, szczególnie dla mniejszych gmin to znaczące obciążenie. Druga rzecz, nie wszystkie samorządy są aktywne, nie mają zasobów ludzkich czy potrzeb wynikających z rynku lokalnego – dodaje Grzegorz Tomaszewski.

Eksperci oceniają, że sukcesem byłby 5-proc. udział tego typu budownictwa w liczbie mieszkań oddawanych do użytku przy jednoczesnym istotnym wzroście rynku mieszkaniowego w innych segmentach. Ma w tym pomóc projekt ustawy o społecznych formach rozwoju mieszkalnictwa zgłoszony przez Ministerstwo Rozwoju i Technologii. Zakłada on 2,5-krotnie zwiększenie środków dla gmin na budownictwo społeczne i komunalne. Samorządy mogą się ubiegać o bezzwrotną dotację na budowę nowych mieszkań lub remont pustostanów. Rozwiązanie umożliwi sfinansowanie w tym roku do 15 tys. mieszkań komunalnych. Łącznie w latach 2025–2030 na mieszkalnictwo społeczne i komunalne może trafić w sumie do 45 mld zł. **Newseria**

Rzemiosło celtyckie

Wielobarwne i geometryczne

Do głównego rzemiosła wytwarzanego przez Celtów należy ceramika, a co się z nią wiąże, jej zdobnictwo. Najstarsze ceramiczne wyroby pamiętają nawet późną epokę halszacką. Zdobia je kolorowe, geometryczne wzory wykonane specjalnym rylcem. Czasem ceramika celtycka zdobiona jest stemplami malarskimi.

Naczynia siwe

W okresie lateńskim zauważa się celtyckie wyroby ceramiczne wykonane w kolorze jasnej szarości. Są nazywane potocznie wyrobami „siwymi”. Zdobione są motywami szeregu krzywoliniowych kompozycji. Celtowie zapożyczyli ze sztuki hellenistycznej motyw liścia palmy rozłożystej, zwanej potocznie palmetą. W tym samym czasie na ceramice celtyckiej pojawia się też kwiat lotosu, wykonywany najczęściej przy scenie rodzajowej ludów dawnej Smaragdowej Wyspy.

Abstrakcja

Dekoracje inspirowane były również wzorami abstrakcyjnymi, które były wplecione w fantazyjność motywu zdobniczego. Celtyccy garncarze dodawali do gliny grafitu, co powodowało, że naczynie miało



specyficzny odcień. Na takim naczyniu najładniejsze motywy zdobnicze wykonywane były w kolorze czarnym.

Czerwona emalia

Wielobarwna dekoracja naczyń celtyckich

zapoczątkowana była poprzez stosowanie czerwonej emalii. Często dla rodzin bogatych Celtów wykonywane były „inkrustacje koralowe” naczyń, które służyły jedynie do ozdoby mieszkań, a nie do codziennego użytku. Mowa jest tutaj o na-

czyniach metalowych. Niekiedy koralu Celtowie używali do uzupełnienia ornamentów złożonych z motywu owalu, spirali i wolut, również na wyrobach metalowych.

Ozdabianie oręża

Najczęściej spotykane celtyckie wyroby zdobnicze to owalne okucia uzbrojenia, dekoracje mieczy i ich pochew, a także zdobienia hełmów używanych podczas parad. Wykonywali też ozdoby rydwanów i płaszczy. Były to ozdoby w kształcie zapinek, tak zwanych „fibul”. Robiono też zapinki w kształcie torque, czyli motywu kilku płaszczyzn. Często stosowanym celtyckim motywem zdobniczym jest „wieczny węzeł”, czyli misterna płatanina bez początku i końca.

Świat roślin i zwierząt

Celtyckie motywy zdobnicze często są czerpane ze świata roślin i zwierząt. Sztukę tę cechuje tajemniczość, iluzja i zagadkowość przedstawianych postaci. Celtyckie wątki zdobnicze znalazły się także na rękopisach, powstałych w dawnych irlandzkich klasztorach. Powstały one w stylu „nowo-celtyckim”.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

FOTO: CERAMIKA Z HEUNEBURGA, NIEMCY (NACZYNNIA ZNALEZIONE W CELTYCKIM KURHANIE „HOHMICHELE” Z OKRESU HALLSTATT W ALTHEIM (OK. RIEDLINGEN). PAŃSTWOWE MUZEUM WIRTEMBERGII W STUTTGARCIE), ANDREAS PRAEFCKE, WIKIPEDIA, DOMENA PUBLICZNA

R E K L A M A

R E K L A M A

Szanty po polsku Dublin 2025 AKUSTYCZNI



DorotaOstrowska.com.pl

20 czerwca, godz. 19:00, Fibber Magees, D1
Bilety online: €10

Bilety

bilety.ng24.ie

CKU CENTRE FOR COUNSELLING AND THERAPY

TERAPIA UZALEŻNIEN

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