

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 95, 13.06.2025, rok III, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie

REKLAMA

Tu kupisz bilety na imprezy:

www.bilety.ng24.ie

Sprawdź, co jest grane!

3250_DU



czytaj str. 3

Dzień Dziecka na Zielonej Wyspie

czytaj str. 8

Rafał Trzaskowski zwyciężył w Irlandii

czytaj str. 5

PODPOWIADAMY, DORADZAMY

Opieka medyczna kobiet w Irlandii

Szereg bezpłatnych świadczeń zdrowotnych dla kobiet mieszkających w Irlandii

czytaj str. 10

Szkoła Liderów Polonijnych Europy 2025

Trwa rekrutacja do programu skierowanego do aktywnych liderów i liderów środowisk polonijnych w Europie.

czytaj str. 15

REKLAMA

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

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.

Marcin Szulc
Solicitor

3204_DU

REKLAMA

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

3210_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://workplacelrelations.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,
Joanna Szubstarska, Ewa Michałowska-Walkiewicz, Szymon
Urbanek, Emilia Zych

KOREKTA

Zespół

DYSTRYBUCJAdystribucja@ng24.ie**KONTAKT / MARKETING /
REKLAMA / ADVERTISEMENT**

ads@ng24.ie
tel.: +353 89 264 03 50
tel.: +353 89 401 90 06
tel.: +48 723 94 88 78



All rights reserved. Wszelkie prawa zastrzeżone. Nasza Gazeta Ltd. zastrzega, że żadna część ani całość dzieła materiałów opublikowanych w Naszej Gazecie oraz na portalu ng24.ie nie mogą być dalej rozpowszechniane i reprodukowane bez wcześniejszej pisemnej zgody Wydawcy. Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadsyłania tekstów. Wydawca nie ponosi odpowiedzialności z treść reklam i ogłoszeń.

Dawno, dawno temu...

Pierwsze zwycięstwo Irlandii w konkursie Eurowizji

Założony w 1956 r. konkurs piosenki Eurowizji ewoluował przez lata, stając się jednym z najpopularniejszych i najczęściej oglądanych corocznych wydarzeń w całej Europie. Pierwotnie powstał, aby zaprezentować różnorodność stylów muzycznych i talentów wśród narodów europejskich. W ciągu prawie siedemdziesięciu lat historii konkursu zwyciężyły piosenki reprezentujące 27 krajów.

Krajami z największą liczbą zwycięstw są Irlandia i Szwecja, które mają na swoim koncie po siedem zwycięstw, ostatnie zwycięstwo Irlandii miało miejsce w 1996 r. Jednak to pierwsze zwycięstwo Irlandii w Eurowizji w 1970 r. wywołało wybuch dumy narodowej, ale także pewne kontrowersje, ponieważ wykonawca nie urodził się w Republice Irlandii.

Aby wziąć udział w konkursie Eurowizji, wykonawca lub grupa muzyczna z danego kraju musi zostać nominowana przez publicznego nadawcę telewizyjnego, zazwyczaj po wygraniu krajowego konkursu w swoim kraju. W 1970 r. Irlandia zgłosiła do konkursu piosenkę „All Kinds of Everything” w wykonaniu 19-letniej Rosemary Brown, której pseudonim sceniczny brzmiał „Dana”.

1.03.1970 r. utwór „All Kinds of Everything” wygrał 6. coroczny krajowy konkurs piosenki w Irlandii, który pierwotnie miał się odbyć 8.02., ale został przełożony z powodu strajku techników w Radio Telefís Éireann (RTÉ). Termin zgłaszania utworów do konkursu Eurowizji 1970 upływał 23.02., ale RTÉ otrzymało dodatkowe trzy tygodnie.

Finał konkursu Eurowizji w 1970 r. odbył się w Amsterdamie w Holandii w sobotę 21.03., a wzięło w nim udział tylko 12 krajów, ponieważ konkurs w tym roku został zbojkotowany przez Finlandię, Norwegię, Portugalię i Szwecję, które były niezadowolone z przebiegu konkursu w 1969 r. w Madrycie, gdzie każdy z dziesięciu członków jury w każdym kraju uczestniczącym oddawał jeden głos na swoją ulubioną piosenkę, co spowodowało czterokrotny remis na pierwszym miejscu, a wykonawcy reprezentujący Francję, Holandię, Hiszpanię i Wielką Brytanię podzielili się pierwszą nagrodą.

Jednak w 1970 r. Irlandia okazała się niekwestionowanym zwycięzcą. W noc finału, siedząc na stołku i ubrana w odważną haftowaną białą mini sukienkę, Dana wykonała na żywo utwór „All Kinds of Everything” (jako ostatnia z dwunastu uczestników występujących tego wieczoru) przed ok. 200 mln widzów przed telewizorami. Po podliczeniu głosów ogłoszono ją zwycięzcą z 32 punktami, pokonując faworytkę, Mary Hopkin z Wielkiej Brytanii, która otrzymała 26 punktów. Katja Ebstein z Niemiec zajęła trzecie miejsce z łączną liczbą 12 punktów.

„All Kinds of Everything” to tęskna, romantyczna ballada, skomponowana przez dwóch amatorskich autorów piosenek – Derry’ego Lindsaya i Jackie’ego Smitha, którzy w tamtym czasie pracowali jako drukarze w jednej z dublińskich gazet.

Nagranie tej piosenki przez Danę, które ukazało się 14.03., tydzień przed finałem Eurowizji, przez dziewięć tygodni zajmowało pierwsze miejsce na irlandzkiej liście przebojów muzyki pop. Pod koniec kwietnia przez dwa tygodnie utrzymywało się również na szczycie brytyjskiej listy singli, odniosło sukces w wielu krajach europejskich, a także w Australii i Nowej Zelandii, i ostatecznie sprzedało się w ponad 2 mln egzemplarzy na całym świecie.



Piosenka została później nagrana przez Sinead O'Connor i Terry’ego Halla na potrzeby składanki z 1998 r. „A Song for Eurotrash”, zawierającego cover piosenek w wykonaniu różnych muzyków. Wielu uważa ją za najlepszy cover tej piosenki, jaki kiedykolwiek nagrano, chociaż nie stała się ona wielkim hitem, mimo wspaniałych wykonawców wokalnych O'Connor i Halla.

Nic dziwnego, że pierwsze zwycięstwo Irlandii w konkursie Eurowizji spotkało się z dużym zainteresowaniem mediów, zwłaszcza RTÉ, której Konkurs Piosenki Narodowej umożliwił Danie udział w Eurowizji. Jednak zwycięstwo Dany wywołało również pewne kontrowersje, gdy okazało

się, że reprezentantka nie urodziła się w Republice Irlandii, ale w Londynie (30.08.1950 r.) jako jedno z siedmiorga dzieci rodziców pochodzących z Derry (Londonderry) w Irlandii Północnej, którzy wyemigrowali do Wielkiej Brytanii.

Kiedy Dana miała pięć lat, rodzina wróciła do Derry, a w wieku sześciu lat wygrała swój pierwszy konkurs talentów. Inne dzieci z jej społeczności nadały jej przydomek „Dana” (z irlandzkiego „śmiała” lub „psotna”), ponieważ często ćwiczyła i demonstrowała ruchy judo. Później uczęszczała do Thornhill College, katolickiej szkoły dla dziewcząt w Derry.

Tuż przed ukończeniem 16 lat, z pomocą nauczyciela i promotora muzycznego Tony’ego Johnstona, Dana podpisała kontrakt z Rex Records, wytwórnią zależną Decca Records. Jeszcze jako uczennica zyskała popularność jako artystka występująca w weekendy w różnych klubach kabaretowych i folkowych w Dublinie, a w 1968 r. została okrzyknięta „królową kabaretu” w zamku Clontarf. Zgodnie z sugestią sekretarza Rex Records, Phila Mittona, wzięła udział w przesłuchaniach do Irish National Song Contest, które odbyły się w lutym 1969 roku, gdzie zajęła drugie miejsce.

Z powodu wybuchu w tym samym roku długotrwałego konfliktu cywilnego i religijnego w Irlandii Północnej, znanego jako „Kłopoty” w 1970 r. fakt, że młoda kobieta, która nie urodziła się ani nie dorastała w Republice Irlandii, reprezentowała Irlandię w międzynarodowym konkursie takim jak Eurowizja, wywołało oburzenie. Ostatecznie jednak fakty te nie miały znaczącego wpływu na dalszą karierę muzyczną Dany, która w latach 70. nagrała kilka albumów dla wielu wytwórni płytowych w różnych gatunkach muzycznych, w tym celtyckim, folkowym i popowym, oraz często występowała w programach telewizyjnych w Irlandii i Wielkiej Brytanii, w tym w popularnym programie BBC „Top of the Pops”. Była również gospodynią dwóch programów telewizyjnych BBC: „A Day with Dana”, który był emitowany przez jeden sezon w 1974 r. oraz „Wake Up Sunday”, który zadebiutował w 1979 r. i był emitowany przez cztery sezony.

W 1978 r. poślubiła Damiena Scallona, z którym miała czworo dzieci.

➔ **czytaj dalej na str. 4.**

Demografia w kryzysie

NOWE DANE CSO: CORAZ MNIEJ MAŁŻEŃSTW I NARODZIN

Centralny Urząd Statystyczny (CSO) opublikował niedawno roczne podsumowanie „statystyk życiowych” za rok 2024, dotyczące liczby urodzeń, zgonów, małżeństw i innych informacji demograficznych na temat populacji kraju.

W porównaniu do 2023 r., dane nie wykazują żadnych znaczących zmian, ale porównując dane w odstępach dziesięcioletnich (2024, 2014 i 2004) jest oczywiste, że społeczeństwo irlandzkie przeszło znaczące zmiany pod względem ogólnego wskaźnika urodzeń, wieku, w którym zawierane są małżeństwa, średniego wieku matek, kiedy rodzą, a zwłaszcza wieku, w którym kobiety decydują się na macierzyństwo i rodzą pierwsze dziecko.

Wspomniane dane CSO pokazują, że całkowita liczba żywych urodzeń zarejestrowanych w Republice w ubiegłym roku wyniosła 54 062, co oznacza spadek o nieco ponad 1 proc. w porównaniu z rejestracjami noworodków z 2023 roku. Stanowiło to roczny wskaźnik urodzeń w ub. roku na poziomie 10,0 na 1000 mieszkańców.

Jednak w porównaniu do 10 lat wcześniej w 2014 r. wskaźnik urodzeń wynosił 14,5 na 1000 mieszkańców, kiedy to w Irlandii urodziło się 67 295 dzieci. Oznacza to, że wskaźnik urodzeń na 1000 ludności w 2024 r. spadł o ok. 31 proc. w porównaniu z dekadą wcześniejszą.

Tymczasem średni wiek, w którym kobiety rodzą dzieci, a zwłaszcza pierwsze dziecko, dramatycznie wzrósł w ciągu ostatnich dwóch dekad.

W 2024 r. średni wiek matki w momencie narodzin potomstwa wynosił 33,3 roku, co oznacza niewielki wzrost o 0,1 roku w stosunku do 2023 r., kiedy wynosił 33,2 roku.

W 2014 r. wskaźnik ten wynosił 32,3 roku, a w 2004 r. 30,8 roku, co oznacza wzrost o 2,5 roku między 2024 r. a 2004 r.

Średni wiek matek rodzących po raz



pierwszy wzrósł w tym okresie jeszcze bardziej.

W 2024 r. wynosił 31,7 lat, co stanowiło niewielki wzrost w porównaniu z 2023 r., kiedy wiek ten wynosił 31,6 lat.

Jednak w 2014 r. liczba ta wynosiła 30,5. Dekadę wcześniej, w 2004 r., średni wiek matek rodzących po raz pierwszy wynosił 28,5 roku.

W związku z tym, porównując dane z 2024 r. z danymi z 2004 r., wiek ten wzrósł o 3,2 roku.

Podobnie, średni wiek osób zawierających związki małżeńskie pozostaje znacznie wyższy niż pokolenie temu, podczas gdy ogólny wskaźnik liczby małżeństw spadł.

W 2024 r. całkowita liczba małżeństw zarejestrowanych w Republice Irlandii wyniosła 20 348 (w tym 668 małżeństw osób tej samej płci), co stanowi spadek o niecałe 4 proc. w porównaniu z liczbą 21 159 w 2023 roku.

do 2014 r., kiedy średni wiek narzeczonych wynosił 33,0 lat, a panów młodych 35,0 lat.

Oznacza to wzrost średniego wieku zawierania małżeństwa o 2,9 roku wśród narzeczonych i 2,7 roku wśród panów młodych.

W 2004 r. zarejestrowano łącznie 20 979 małżeństw i 4 286 związków partnerskich, co odpowiada wskaźnikowi małżeństw wynoszącemu 5,2 na 1000 mieszkańców, przy średnim wieku narzeczonych wynoszącym 30,9 lat i panów młodych wynoszącym 33,0 lat.

Podsumowując, przegląd danych porównujących wskaźniki małżeństw, wiek, w którym pary zawierały związek małżeński oraz wiek, w którym kobiety rodziły dzieci w ubiegłym roku w porównaniu do dziesięciu i dwudziestu lat wcześniej, wyraźnie mówi, że wskaźniki małżeństw spadły, podczas gdy średni wiek par wzrósł, a średni wiek matek, a zwłaszcza matek rodzących po raz pierwszy, znacznie wzrósł.

Jeśli chodzi o przyczyny tych zmian, jest to przedmiotem wielu różnych interpretacji, a wnioski będą się różnić. Biorąc jednak pod uwagę obecne realia gospodarcze, trwający w Irlandii kryzys mieszkaniowy oraz fakt, że duża część młodych ludzi w wieku 20 i 30 lat nadal mieszka z rodzicami, głównie ze względów finansowych, wydaje się mało prawdopodobne, aby tendencje spadkowe w zakresie liczby małżeństw i rosnącego wieku, w którym ludzie zawierają małżeństwa i decydują się na potomka, zaczęły odwracać się w najbliższej przyszłości. **BB**

FOTO: FREEPIK

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

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.

Kosztowna inspekcja mimo zapowiedzi



Bord um Thionóntachtaí Cónaithe
Residential Tenancies Board

FOTO: [HTTPS://TWITTER.COM/RTBINFO](https://twitter.com/RTBINFO)

Starszy mężczyzna, który doznał „naruszenia prywatności” po tym, jak agentka nieruchomości weszła do jego domu i otworzyła drzwi do łazienki, gdy korzystał z toalety, otrzymał odszkodowanie od Residential Tenancies Board (RTB).

Najemca, Tamas Tuza, argumentował, że jego prawo do spokojnego zajmowania domu (znajdującego się w kompleksie mieszkaniowym dla emerytów w Killaloe w hr. Clare) zostało naruszone, a on sam był „nękany” ze względu na liczbę inspekcji przeprowadzanych w nieruchomości.

Tuza zeznał przed trybunałem Residential Tenancies Board (RTB), który rozstrzyga spory między wynajmującymi a najemcami, że w kwietniu 2024 r. agentka z Quinn Property Management, z której usług korzystał jego właściciel Tom Doheny, użyła swojego klucza, aby wejść do nieruchomości, gdy najemca znajdował się w domu.

Tuza powiedział, że był w tym czasie w łazience „a pani otworzyła drzwi”.

Powiedział, że poprosił agentkę, by wyszła, co też uczyniła, a także powiedział, że nagrał wideo z tego incydentu.

Powiedział trybunałowi, że dwa dni wcześniej wysłano mu wiadomość e-mail z powiadomieniem, że ma się odbyć inspekcja wynajmu i że agent odwiedzi go między 10:30 a 16:00. Został również poinformowany, że agent użyje klucza, by wejść, jeśli najemca nie będzie obecny

w tym czasie.

Jednak Tuza twierdził, że nie wiedział o e-mailu, dopóki agent nie wszedł do łazienki.

Występując przed trybunałem, Cailin Murray z Quinn Property Management twierdziła, że pracownica, która przeprowadziła inspekcję, pukała wiele razy i weszła do nieruchomości po tym, jak nie otrzymała żadnej odpowiedzi. Murray stwierdziła również, że „w żadnym momencie” agentka nie wymusiła wejścia do nieruchomości ani nie naruszyła prywatności.

Po sprawdzeniu kuchni i dwóch sypialni, Murray powiedziała, że agentka weszła do łazienki i spotkała najemcę. Twierdziła, że stał się „bardzo agresywny”.

Murray powiedziała, że firma nie otrzymała żadnego nagrania wideo, o którym wspomniał najemca.

Powiedziała, że firma rozumie, że Tuza był zaniepokojony incydentem i że w przyszłości, gdy agent odwiedzi firmę, obiecał zadzwonić lub wysłać SMS-a przed przyjazdem.

W swoim orzeczeniu Trybunał uznał, że wynajmujący, Tom Doheny, naruszył swoje obowiązki, „bezpornie ingerując” w prawo najemcy do spokojnego i wyłącznego zajmowania nieruchomości (mimo że Doheny nie był bezpośrednio zaangażowany w incydent w łazience w 04.2024 r.).

Trybunał zauważył również, że powiadomienie o inspekcji nieruchomości zostało wydane najemcy zaledwie dwa dni wcześniej, a Tuza miał zezwolić

na wizytę w dowolnym momencie w ciągu pięciu godzin.

– Wynajmujący nie może jednostronnie proponować daty i godziny [inspekcji] i zakładać, że jeśli nie otrzyma odpowiedzi, oznacza to zgodę na inspekcję lub że wynajmujący może wejść do mieszkania przy użyciu własnego klucza – stwierdził Trybunał i uznał, że Tuza przedstawił „wiarygodne dowody naruszenia jego prywatności” i przyznał mu 250 euro odszkodowania w związku z jego skargą.

Tuza twierdził również, że Doheny naruszył swoje obowiązki wynajmującego w zakresie utrzymania nieruchomości, twierdząc, że jego rachunki za energię elektryczną wzrosły z ok. 100 euro za dwumiesięczny okres rozliczeniowy do 1700 euro.

Tuza przypisał to usterce niektórych grzejników w domu, którą zgłosił firmie zarządzającej w styczniu 2024 r., ale twierdził, że do końca sierpnia 2024 r. problem został naprawiony.

Trybunał RTB zauważył, że pomimo tego, iż firma zarządzająca była świadoma problemu z ogrzewaniem od stycznia 2024 r., nie został on naprawiony aż do sierpnia, co było „nierozsądne” i przyznał kolejne 250 euro odszkodowania najemcy (łącznie 500 euro).

Jednak w odniesieniu do skargi najemcy, że był „nękany” z powodu liczby inspekcji przeprowadzanych w nieruchomości, trybunał stwierdził, że nie ma podstaw, aby uznać liczbę inspekcji za nadmierną. **KZ**

➔ cd. ze str. 2.

Pierwsze zwycięstwo Irlandii w konkursie Eurowizji

Nowy etap w jej karierze rozpoczął się po wizycie papieża Jana Pawła II w Irlandii we wrześniu 1979 r., która zainspirowała ją do napisania wraz z mężem piosenki o tematyce religijnej „Totus Tuus”, która w styczniu 1980 r. znalazła się na szczycie irlandzkich list przebojów.

W latach 80. i 90. Dana nadal nagrywała muzykę i występowała. Po wielu latach spędzonych w Stanach Zjednoczonych, w 1997 r. Dana startowała jako niezależna kandydatka w wyborach prezydenckich w Irlandii, które odbyły się 31.11., uzyskując 175 458 głosów „pierwszego wyboru” (13,8 proc.), zajmując trzecie miejsce. Ostatecznie zwyciężyła kandydatka partii Fianna Fáil, Mary McAleese.

W 1999 r. Dana została wybrana na posłankę do Parlamentu Europejskiego, reprezentując okręg wyborczy Connacht–Ulster, i pełniła tę funkcję do 2004 r. Od tego czasu nadal pojawia się sporadycznie w telewizji i nagrywa muzykę.

Jeśli chodzi o pozostałe występy Irlandii w konkursie Eurowizji, to dopiero dziesięć lat po zwycięstwie Dany kraj ten ponownie odniósł sukces w konkursie. W 1980 r. Johnny Logan zdobył pierwszą nagrodę za wykonanie piosenki „What's Another Year?” napisanej przez Shaya Healy'ego. Logan ponownie zdobył główną nagrodę w 1987 r. za piosenkę „Hold Me Now”, którą napisał sam.

Lata 90. były łaskawe dla irlandzkich wykonawców w konkursie Eurowizji, a kraj ten ponownie zwyciężył w 1992 r. dzięki występowi Lindy Martin z piosenką „Why Me?”, również napisaną przez Johnny'ego Logana.

W 1993 r. Niamh Kavanagh wygrała dla Irlandii, wykonując utwór „In Your Eyes” napisany przez Jimmy'ego Walsha.

W 1994 r. Irlandia ponownie zwyciężyła dzięki wykonaniu utworu „Rock'n' Roll Kids” autorstwa Brendana Grahama przez Paula Harringtona i Charliego McGettigana.

Ostatnie zwycięstwo Irlandii miało miejsce w 1996 r. dzięki wykonaniu przez Eimear Quinn kolejnej piosenki Brendana Grahama, „The Voice”.

Oglądając filmy z występami zwycięzców na przestrzeni lat, wyraźnie widać, jak bardzo zmieniła się muzyka pop, a także jak bardzo wzrosła popularność performatywnych występów z wykorzystaniem skomplikowanego oświetlenia, efektów specjalnych i choreografii tanecznej, które uzupełniają występy wokalistów.

Bez wątpienia dawne czasy, kiedy solista siedział na stołku lub stał samotnie na scenie, aby wykonać piosenkę, dawno minęły – przynajmniej, jeśli chodzi o występy w konkursie Eurowizji.

DANA ROSEMARY
SCALLON
FOR PRESIDENT



Putting
Ireland
first.

Tymczasem najnowszym utworem Irlandii w 69. edycji konkursu, który odbył się w zeszłym miesiącu w Bazylei w Szwajcarii, była piosenka „Laika Party” w wykonaniu urodzonej w Norwegii piosenkarki EMMY (Emmy Kristine Guttulsrud Kristiansen). Utwór opowiada o rosyjskiej suczce o imieniu Łajka, która jako pierwsza zwierzę okrążyła Ziemię w statku kosmicznym wystrzelonym przez Związek Radziecki w listopadzie 1957 r.

Piosenka (napisana wspólnie przez Kristiansen, Erlenda Guttulsruda Kristiansena, Henrika Østlunda, Larissę Tormey i Trulsa Mariusa Aarra) zwyciężyła w konkursie RTÉ Eurosong 2025, którego celem było wyłonienie irlandzkiego uczestnika tegorocznego konkursu Eurowizji. Niestety, utwór nie zdołał wywrzeć wystarczającego wrażenia na jurorach Eurowizji i widzach, aby zakwalifikować się do finału konkursu, który w tym roku wygrała Austria.

Tymczasem, jeśli chcesz obejrzeć poprzednie występy Irlandii, które zdobyły pierwszą nagrodę (a także te mniej udane), możesz je znaleźć na YouTube. **RB**

Rafał Trzaskowski zwyciężył w Irlandii



FOTO: FACEBOOK.COM/RAFAŁ TRZASKOWSKI

Wybory 2025 na Prezydenta RP za nami. Z danych Państwowej Komisji Wyborczej wynika, że wśród Polaków głosujących w Irlandii w pierwszej i drugiej turze najwięcej głosów otrzymał kandydat PO Rafał Trzaskowski.

CW Irlandii do dyspozycji wyborców przygotowanych zostało 14 obwodów: 6 w Dublinie, 1 w Athlone, 2 w Cork; 1 w Galway; 1 w Gorey; 1 w Kilkenny; 1 w Letterkenny i 1 w Limerick.

Do głosowania w pierwszej turze zarejestrowało się 20205 osób i oddano 17788 głosów ważnych i 100 głosów nieważnych. Kandydaci na urząd prezydenta RP otrzymali następującą liczbę głosów: BARTOSZEWICZ Artur: 68; BIEJAT Magdalena Agnieszka: 918; BRAUN Grzegorz Michał: 2 665; HOŁOWNIA Szymon Franciszek: 678; JAKUBIAK Marek: 150; MACIAK Maciej: 52; MENTZEN Sławomir Jerzy: 3 117; NAWROCKI Karol Tadeusz: 2 269 (12,76 proc.); SENYSZYN Joanna: 185; STANOWSKI Krzysztof Jakub: 216; TRZASKOWSKI Rafał Kazimierz: 6 703 (37,68 proc.); WOCH Marek Marian: 13; ZANDBERG Adrian Tadeusz: 754.

W drugiej turze do wyborów prezydenta RP w Irlandii zarejestrowało się 26336 osób a do urn poszło 21912 zarejestrowanych wyborców. Oddano 21909 głosów ważnych i 179 nieważnych.

Kandydat KO Rafał Trzaskowski otrzymał 13583 głosy (62,57 proc.) a kandydat prawicy wspierany przez PiS – Karol Nawrocki: 8147 (37,49 proc.).

Jak głosowali Polacy za granicą? Ogólnie, w tegorocznych wyborach na Prezydenta RP zarejestrowała się rekordowa liczba 722 tys. osób. (Dla porównania, w 2020 r. w II turze zarejestrowanych było 518 737 osób). Polacy mieszkający i przebywający za granicą głosowali w 511 obwodach.

Sumarycznie, zwycięzcą głosowania za granicą zarówno I, jak i II tury został Rafał Trzaskowski. W pierwszej turze kandydaci otrzymali następującą liczbę głosów TRZASKOWSKI Rafał Kazimierz 171 471; MENTZEN Sławomir Jerzy: 77 193; NAWROCKI Karol Tadeusz: 74 829; BRAUN Grzegorz Michał: 51 537; ZANDBERG Adrian Tadeusz: 30 140; BIEJAT Magdalena Agnieszka: 28 459; HOŁOWNIA Szymon Franciszek: 15 955; SENYSZYN Joanna: 5 798; STANOWSKI Krzysztof Jakub: 4 182; JAKUBIAK Marek: 2 931; BARTOSZEWICZ Artur: 2 051; MACIAK Maciej: WOCH Marek Marian: 233.

W drugiej turze z wynikiem 63,49 proc. (383722 głosy) zwyciężył Rafał Trzaskowski, Karol Nawrocki zyskał poparcie 36,51 proc. głosujących (220637 głosów).

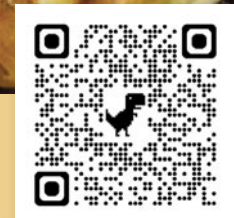
Frekwencja w wyborach prezydenckich 2025 w obwodach za granicą w I turze wyniosła 89,21 proc. a w II turze – 84,26 proc. **BB**

REKLAMA

Szukaj w swoim sklepie lub zamów z dostawą!

Zdrowe, tradycyjne pieczywo na zakwasie

Prosto z pieca!



healthybreadbylukas.ie

3682-1_DU

REKLAMA

REKLAMA
089 264 03 50

Przygotowywanie wniosków o obywatelstwo irlandzkie

An tAontas Eorpach
European Union

ÉIRE
IRELAND

Pas
Passport

Magdalena Nowacka
– usługi doradztwa prawnego

Tel: 087-388-7618

Odszkodowanie za szkolny zakaz

WRC

An Coimisiún um Chaidreamh san Áit Oibre
Workplace Relations Commission

FOTO: WWW.WORKPLACERELATIONS.IE

16-letni uczeń liceum otrzymał 9 tys. euro odszkodowania z powodu „dyskryminacji ze względu na płeć i represjonowania”, których doświadczył w wyniku ukarania go za noszenie kolczyków w uszach w szkole na początku ub. r. szkolnego.

Komisja ds. Stosunków Miejsca Pracy (Workplace Relations Commission) orzekła, że polityka dotycząca mundurków obowiązująca w szkole ucznia stanowiła pośrednią dyskryminację ze względu na płeć, faworyzując uczennice w stosunku do uczniów, ponieważ wymagała noszenia kolczyków w obu uszach. Z tego powodu Komisja nakazała zmianę tej zasady.

Decyzja w sprawie roszczenia chłopca, zarzucająca szkole naruszenie Ustawy o równym traktowaniu (2000), została opublikowana przez Trybunał zachowując anonimowość skarżących i szkoły.

Podczas rozprawy, która odbyła się w listopadzie i grudniu ub. r., Trybunał dowiedział się, że uczeń przyszedł do szkoły na po-

czątku nowego semestru 30.08. 2024 r. z okragłym srebrnym kolczykiem w lewym uchu.

Szkola uznała to za naruszenie zasad dotyczących ubierania się określonych w Kodeksie Postępowania, który zabrania „wszelkich kolczyków w ciele z wyjątkiem jednego małego kolczyka w każdym uchu”.

– Myślę, że ich intencją jest, aby chłopcy nie nosili kolczyków [...]. Myślę, że wiedzą, iż chłopcy nie przekłują sobie drugiego ucha, bo będą nazywani gejami, będą wyzywani. Nie będą chcieli się z tym użerać i po prostu je zdejmą – powiedział skarżący przed Komisją ds. Stosunków w Miejscu Pracy.

Zapytany, dlaczego zdecydował się nosić kolczyk w uchu, młody mężczyzna odpowiedział: – Tak nosił mój dziadek – to część mojej osobowości”.

Babcia chłopca zeznała przed sądem, że jej mąż (dziadek chłopca) i wszyscy jej synowie nosili kolczyki w lewym uchu i uważała to za normalny zwyczaj.

Ponadto sąd dowiedział

się, że podczas spotkania w szkole 4.09.2024 r., w którym uczestniczyli chłopiec, jego matka i babcia oraz dyrektor szkoły i jego zastępca, doszło do kłótni, ale sprawa nie została rozwiązana.

Szkola zajęła stanowisko, że zawsze przestrzegała swojego kodeksu dyscyplinarnego i starała się złagodzić sprawę – jej adwokat poinformował trybunał, że to pełnomocnik skarżącego jako pierwszy wspomniał o podjęciu kroków prawnych.

Radca prawny szkoły powiedział, że po tym, jak chłopiec skontaktował się w tej sprawie z adwokatem, otrzymał pismo prawne, w którym stwierdzono, że będzie uznany za „zgodnego” z polityką szkoły, jeśli „zakryje ucho plastrem”. Młody człowiek odrzucił jednak tę propozycję.

Adwokat ucznia poinformował Trybunał, że jego klient miał do wyboru albo „usunięcie kolczyka lub przekłucie drugiego ucha”, albo poddanie się trzytygodniowemu procesowi gojenia i zakrycie otworu plastrem.

W swojej decyzji sędzia

Ponadto młody człowiek został poddany karom „nieproporcjonalnym do rzekomego naruszenia zasady”, co stanowiło prześladowanie i nękanie ze strony szkoły.

Kary te obejmowały pozostawienie ucznia na dłuższy czas przed gabinetem dyrektora, zatrzymanie go po lekcjach oraz ograniczenie możliwości opuszczania szkoły podczas przerwy obiadowej.

– Takie traktowanie wynikało wyłącznie z tego, że uczeń skarżył się na zasadę, którą uznałem za dyskryminującą, ponieważ faworyzuje kobiety w stosunku do mężczyzn – napisał Dalton.

Dalton nakazał szkole zmianę statusu dotyczącego kolczyków w ciele, „aby ułatwić noszenie jednego lub dwóch kolczyków”. Nakazał również szkole wypłacenie młodemu człowiekowi odszkodowania w wysokości 9 tys. euro i polecił, aby kwota ta została wypłacona matce powoda i przechowywana przez nią w jego imie-

niu do czasu osiągnięcia przez niego pełnoletności, a przed tą datą może być „wykorzystana na jego edukację według jej uznania”.

Warto zwrócić uwagę, że uczeń zdecydował się podjąć kroki prawne przeciwko szkole za pośrednictwem Komisji ds. Stosunków Miejsca Pracy, zamiast wnieść pozew cywilny przeciwko szkole lub Ministerstwu Edukacji do sądu.

Komisja ds. Stosunków Miejsca Pracy (WRC) jest niezależnym organem podlegającym Ministerstwu Przedsiębiorczości, Handlu i Zatrudnienia, którego główne zadania obejmują kontrolę przestrzegania prawa pracy, ale również równości wobec prawa.

Ustawy o równym statusie z lat 2000-2018 zakazują dyskryminacji w zakresie dostarczania towarów i usług, zakwaterowania i edukacji ze względu na płeć, stan cywilny lub rodzinny, wiek, niepełnosprawność, orientację seksualną, rasę lub religię. **KZ**

REKLAMA



3505_DU

Konkurs na opowiadanie w gwarze

Uwaga, Opowiadacze i Opowiadaczki! Instytut Różnorodności Językowej Rzeczypospolitej przedłuża termin zgłoszeń do konkursu „Opowieść. Siła różnorodności” do 15 czerwca! Jeśli opowiadasz w gwarze, dialekcie, języku mniejszości albo w polskim języku migowym – to jest oferta dla Ciebie!

„Lubisz snuć historie przy ognisku, na scenie albo w gronie przyjaciół? A może dopiero chcesz spróbować? Zapraszamy! Czekamy na historie, które poruszają, bawią albo zaskakują”.

Konkurs „Opowieść. Siła różnorodności” jest realizowany we współpracy ze Stowarzyszeniem „Grupa Studnia O.”.

Jaką opowieść można zgłosić do konkursu?

Do konkursu można zgłosić opowieść w formie nagrania audio-wideo w gwarze bądź lokalnej odmianie języka polskiego,

języku mniejszości narodowych, języku mniejszości etnicznych, języku regionalnym oraz polskim języku migowym.

Tematyka nadesłanej opowieści powinna odnosić się do współczesności, inspirować do używania własnego języka w wyrażaniu siebie, ale także wzbogacać język w taki sposób, by opisywał zjawiska do tej pory w tym języku nie nazywane itp. świat współczesnej technologii, informatyki itp.

Pula nagród wynosi 10 tys. zł. Zwycięzcy zostaną zaproszeni do udziału w 20. Międzynarodowym Festiwalu Sztuki Opowiadania.

Kto może wziąć udział w konkursie?

Uczestnikami konkursu mogą być osoby pełnoletnie.

Do kiedy przysyłać zgłoszenia?

Zgłoszenie do konkursu należy przestać w nieprzekraczalnym terminie do 15 czerwca 2025 roku.

Formularz zgłoszeniowy i regulamin znaj-

diesz na stronie: <https://irjr.pl/ogolnopol-ski-konkurs-dla-opowiadajacych-opo->

[wiesc-sila-roznorodnosci/](https://www.facebook.com/irjr)

[facebook.com/irjr](https://www.facebook.com/irjr)

FOTO: FACEBOOK.COM/IRJR

Słowiański Festiwal Polska-Eire

22 czerwca w Cork Fitzgerald Park zabrzmiały polsko-słowiańskie rytmy a park ożywił kolorowe ludowe stroje, tradycyjna muzyka w zasięgu polsko-słowiańskich smaków. Przygotuj się na ucztę w ten niezapomniany dzień muzyki, tańca i zabawy podczas szóstej edycji Festiwalu Polska-Eire. Będzie to ogólnokrajowe święto kultury irlandzko-polsko-słowiańskiej, co zapowiada się jako ekscytujące wydarzenie.

Najważniejsze wydarzenia Festiwalu: występy muzyczne na żywo: Protest Song, duet muzyków z Polski; Olivia Mehit, rumuńska piosenkarka występująca w jęz. angielskim i rumuńskim; Kalynak, 50-osobowy ukraiński chór śpiewający tradycyjne ukraińskie pieśni; występy tradycyjnych tańców ludowych zaprezentuje Polski Zespół Folklorystyczny Inisowiacy, kultywujący polskie tradycje ludowe poprzez taniec i muzykę; Wioska rekonstrukcyjna: Ulfhednar Hird Ireland, ożywi polską wieś z 800 r. n.e.; Akademia Błademasters zaprezentuje prawdziwe bitwy stoczone przez wykwalifikowanych szermierzy z czasów średniowiecza; zajęcia i gry dla dzieci: sztuka, rękodzieło, gra w klasy i nie tylko, dzięki uprzejmości ABC EduLibrary – Polskiej Biblioteki w Cork. Zorganizuje ona wystawę książek o Polsce i literaturze polskiej w j. angielskim; kiernasz książek w języku polskim i gier planszowych; poprowadzi gry zręcznościowe; Pop Up Library – stanowisko z książkami dla dzieci w jęz. angielskim i polskim; kolorowanki dla małych i więk-



szych; Sensory zone; Strefę fitness; zabawy z dużą kolorową chustą animacyjną i kolorowe piłeczki.

W programie znalazły się również warsztaty specjalne: Program Polskiej Akademii Postrzegania Pozazmysłowego (PAPP) poszerzający świadomość i umiejętności uczenia się, przeznaczony dla dzieci ze

specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (konieczna wcześniejsza rezerwacja); wykład dla rodziców: „Wspieranie rozwoju dziecka”, w języku polskim i angielskim; ZHP Cork zademonstruje robienie węzłów, nauczy, jak szukać pożywienia w dzicy i zaśpiewa tradycyjne polskie piosenki. Dodatkowo, smakosze tradycyjnych, i nie

tylko, potraw znajdą tu też coś dla siebie. Będzie serwowane polskie tradycyjne jedzenie: pierogi, kiełbasa, bigos oraz inne smakołyki!

Zarezerwuj sobie czas i weź udział w Polskiej-Eire Slavic Festiwal w Cork! Niech The Craic Will Be Dobry!

NG, materiały prasowe

Polonia_Camp 2025 w Warszawie – zarejestruj swój udział!

Pierwsze Światowe Spotkanie Młodej Polonii

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 Ojczyzną. I właśnie po to jest Polonia_Camp 2025 – największe spotkanie młodzieży polonijnej z całego świata. Chcemy, żeby młoda Polonia odkryła siłę i po-

tencjał 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 wymagana jest wcześniejsza rejestracja. Liczba miejsc jest ograniczo-

na. Jednym z kryteriów kwalifikacji do udziału w wydarzeniu jest kolejność zgłoszeń. Rejestracja już trwa na stronie internetowej: www.poloniacamp.pl.

facebook.com/Wspolnota.Polska



Dzień Dziecka

Polska Szkoła IDEA w Athlone

Polska Szkoła Sen w Dublinie



Drogi Dzieci!

Z okazji Waszego święta – Dnia Dziecka – życzymy Wam mnóstwa uśmiechu, radości każdego dnia, ciekawości świata i odwagi w spełnianiu marzeń. Niech każdy dzień wypełnia Wasze serca szczęściem, a nauka – zarówno ta szkolna, jak i życiowa – będzie fascynującą przygodą.

Jesteśmy dumni, że pielęgnujecie język i tradycję polską, będąc jednocześnie obywatelami świata. Niech Wasza dwujęzyczność i dwukulturowość będą skrzydłami, które poniosą Was ku pięknej przyszłości! Wszystkiego najlepszego! Radości, zdrowia i spełnienia dziecięcych marzeń! Grono Pedagogiczne Polskiej Szkoły IDEA



Dzień Dziecka to szczególny czas, w którym zwracamy uwagę na potrzeby, uczucia i prawa dzieci.

Podczas zajęć w klasach 5-7 rozmawialiśmy o prawach dzieci, jak również uczniowie wykonali ciekawą pracę plastyczną, która daje do myślenia, co jest dla nich ważne – odrysowały sylwetkę jednej osoby z grupy i podzieliły ją na dwie części. Z jednej strony zapisały, co sprawia, że dzieci są szczęśliwe, a z drugiej – co może je smucić.

Ćwiczenie to pomogło dzieciom zrozumieć, jak ważne są emocje i wzajemna troska. Dzieci to wyjątkowy dar, o który dorośli – szczególnie rodzice – powinni dbać z miłością, uwagą i odpowiedzialnością.

Wszystkiego najlepszego dla wszystkich dzieci, które uczę, uczyłam i będę uczyć, aby zawsze były szczęśliwe i nigdy się nie smuciły, życzy Pani Ania.

facebook.com/PolskaSzkołaAthlone

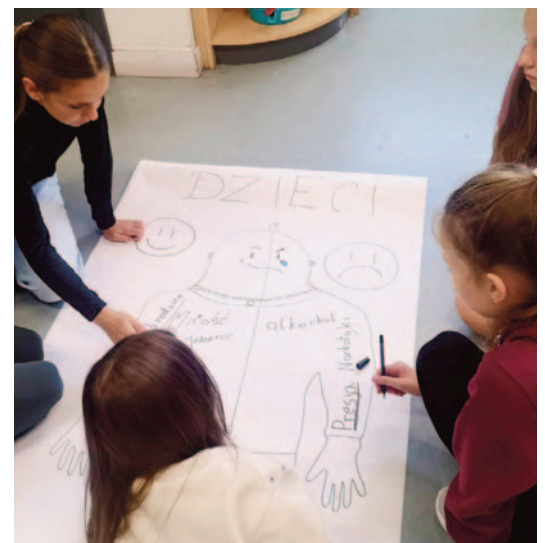


FOTO: FACEBOOK.COM/POLSKASZKOLAATHLONE

Szkoła Polska im. Janusza Korczaka przy Ambasadzie RP w Dublinie

Spotkanie z Cezarym Harasimowiczem

Tegoroczna Majówka w Szkole Polskiej miała wyjątkowy charakter – odwiedził nas Cezary Harasimowicz, znany aktor, pisarz i scenarzysta.

Spotkanie z tak wszechstronnym twórcą było niezwykle ciekawe i inspirujące.

Dowiedzieliśmy się, na czym polega praca scenarzysty na przykładzie poruszającego filmu „300 mil do nieba”. Poznaliśmy także historię niezwykłego drzewa – narratora i obserwatora wydarzeń w książce „Mirabelka”, które stało się świadkiem losów mieszkańców warszawskiego Muranowa.

Pan Harasimowicz opowiedział nam również o tytułowym bohaterze książki „Tygrys” oraz przedstawił historię Elżbiety Ficowskiej – dziecka uratowanego z warszawskiego getta – która stała się bohaterką jego najnowszej książki pt. „Bieta”.

Było to niezwykle ciepłe i poruszające spotkanie

z człowiekiem wyjątkowo wrażliwym, który nie boi się podejmować trudnych, ale chyba najważniejszych tematów w naszym życiu: historii, rodziny, pamięci, miłości i przyrody – tak ważnej, bo będącej częścią naszego istnienia. To spotkanie na długo pozostanie w naszej pamięci.

facebook.com/SzkołaPolskaImJanuszaKorczaka przy Ambasadzie RP w Dublinie



FOTO: FACEBOOK.COM/SZKOŁA POLSKA IM. JANUSZA KORCZAKA PRZY AMBASADZIE RP W DUBLINIE

Dzień Dziecka – czy jest piękniejsze święto w kalendarzu? Jako szkoła uważamy, że nie!

Dlatego też, co roku organizujemy ten dzień naszym uczniom, tak by bawiły się doskonale i świętowały swoje dzieciństwo w sposób niezapomniany i aktywny. Dlatego też, tego dnia każdy uczeń szkoły mógł skorzystać z zamków dmuchanych, lodów, słodczy, gier i zabaw, konkurencji sportowych rozgrywanych pomiędzy klasami. Wszystko to po to, by każdy, nawet nauczyciel, mógł poczuć się wyjątkowo!

Na tym atrakcje tego dnia się nie kończyły, był także grill, słodkości ufundowane przez Mróz Tallaght, za które ogromnie dziękujemy. Sklepik szkolny i młodzi przedsiębiorcy umilali czas naszym uczniom podczas deszczu, który też postanowił zawitać do nas. Na sali teatralnej, jak sama

nazwa wskazuje, najmłodszy uczniowie mogli obejrzeć prawdziwy spektakl kukiełkowy „Kozucha Kłamczucha”.

Tradycją tego dnia jest również Turniej Rodzinny, w którym każda rodzina SEN może wystartować i choć deszcz trochę pokrzyżował nam plany w tym roku i musieliśmy rozgrywki przenieść na salę gimnastyczną, to emocje sięgały zenitu lub sufitu w tym przypadku. Gratulujemy serdecznie Rodzinie Bieniek zajęcia 1. miejsca, Rodzinie Ważeńskich 2. miejsca, Rodzinie Ostasz 3. miejsca, a Rodzinie Musiał 4. miejsca. Rywalizacja była zacięta!

Po godzinie 14.00 dołączyli do nas rodzice, którzy tłumnie skorzystali z usług szkolnego grilla, który współfinansowany był również przez Mróz Tallaght. Chętnym uczniom rozdaliśmy na koniec dnia pluszaki i książki.

facebook.com/szkolasen

FOTO: FACEBOOK.COM/SZKOLASEN

Polska Szkoła w Cork

Polish Heritage Day – Polonia Razem na szkolnym pikniku.

To było wspaniałe wydarzenie – pełne różnorodnych aktywności, ciekawych rozmów, tańców, śpiewu, śmiechu, zabawy. Wydarzenie integrujące, pokazujące

jak bliska i ważna jest dla nas polska kultura i tradycja, język polski i nasza historia. (...)

Z okazji Dnia Dziecka życzymy wszystkim uśmiechu od ucha do ucha, dziecięcej radości, bez troski i energii!

facebook.com/Szkolapolskawcork



FOTO: FACEBOOK.COM/SZKOLAPOLSKAWCORK

Szkoła Polska w Waterford



FOTO: FACEBOOK.COM/POLSKASZKOLAWATERFORD

Drogie Dzieci! Z całego serca życzymy Wam niekończącej się radości, prawdziwych przyjaźni, codziennej życzliwości, odkrywania świata z zachwytem i tej wyjątkowej, dziecięcej bez troski. Niech każdy dzień daje Wam poczucie bezpieczeństwa i miłości.

W naszej szkole świętowaliśmy Dzień Dziecka w wyjątkowy sposób – rozmawiając o prawach dziecka, bawiąc się, malując twarze, grając w quizy i różne gry, a przede wszystkim – ciesząc się sobą nawzajem. Nie zabrakło też słodkości i uśmiechów! Były przygotowane przez uczniów desery, lody, gorąca czekolada z pączkiem, domowe ciasta, zapiekanki, hot dogi, domowa lemoniada, a nawet pizza. Dziękujemy, że jesteście – to Wy nadajecie sens naszej szkole.

facebook.com/polskaszkolawaterford

Polska Szkoła Równe Szanse w Carlow



FOTO: FACEBOOK.COM/ROWNESZANSECARLOW

Dzień Dziecka to wyjątkowa okazja, by spojrzeć na świat oczami tych, którzy jeszcze wierzą w magię codzienności.

cji: „Dziecko nie jest tylko człowiekiem przyszłości – jest człowiekiem teraz. Ma swoje pragnienia, marzenia i godność” – Janusz Korczak

Niech dziś wybrzmiały słowa pełne czułości i inspiracji: „Dziecko nie jest tylko człowiekiem przyszłości – jest człowiekiem teraz. Ma swoje pragnienia, marzenia i godność” – Janusz Korczak

Niech ten dzień przypomina nam o sile dziecięcej

wyobraźni, radości i ufności. Dzieci uczą nas miłości bez granic, a ich śmiech to najczystsza muzyka świata. Świętujemy z nimi – i dla nich.

facebook.com/rowne-szanseCarlow

Dzień Dziecka w Athlone Midlands Polish Community



FOTO: FACEBOOK.COM/POLISHCOMMUNITY

Opieka medyczna kobiet w Irlandii

Kobiety mieszkające w Irlandii mogą uzyskać szereg bezpłatnych świadczeń zdrowotnych za pośrednictwem publicznej służby zdrowia Health Service Executive (HSE).

Hormonalna terapia zastępcza (HRT)

Jeśli przepisano ci hormonalną terapię zastępczą (HRT) na objawy menopauzy, możesz otrzymać ją od 1 czerwca 2025 r. bezpłatnie, bez opłaty za receptę w aptece uczestniczącej w programie bezpłatnej HTZ, jeśli:

- jesteś zarejestrowana w programie płatności za leki, lub
- posiadasz kartę medyczną.

Antykoncepcja

Antykoncepcję można uzyskać na receptę w większości aptek w Irlandii. Nie potrzebujesz recepty na antykoncepcję awaryjną lub prezerwatywy.

Bezpłatna antykoncepcja przysługuje kobietom w wieku od 17 do 35 lat lub posiadającym kartę medyczną.

Obejmuje to antykoncepcję awaryjną, taką jak pigułka „dzień po”.

Badania przesiewowe w kierunku raka

BreastCheck to bezpłatny program badań przesiewowych piersi, którego celem jest wczesne wykrywanie i leczenie raka piersi. Badanie obejmuje mammografię w celu wykrycia raka piersi i zapewnienia leczenia ko-

bietom, które mogą nie wykazywać objawów choroby.

Jeśli przeszłaś mastektomię w leczeniu raka piersi, możesz otrzymać bezpłatne produkty po mastektomii.

CervicalCheck to bezpłatny program badań przesiewowych w kierunku wykrycia raka szyjki macicy, który pomaga zapobiegać rakowi szyjki macicy. Program zapewnia bezpłatne, regularne badania szyjki macicy. Dowiedz się więcej o programie badań przesiewowych szyjki macicy i o tym, jak sprawdzić, czy jesteś zarejestrowana. (<https://www2.hse.ie/conditions/cervical-screening>).

Zdrowie prokreacyjne

Jeśli zaszłaś w nieplanowaną ciążę i potrzebujesz wsparcia, możesz skorzystać z bezpłatnych, poufnych usług doradczych i informacyjnych, które pomogą Ci rozważyć dostępne opcje i uzyskać dostęp do usług.

Leczenie niepłodności i jej wspomaganie, mogą pomóc zwiększyć szanse na zajście w ciążę. Jeśli masz trudności z zajściem w ciążę, możesz ubiegać się o bezpłatne usługi HSE w zakresie wspomaganego rozrodu ludzkiego, w tym In Vitro (IVF) w wybranej przez siebie prywatnej klinice leczenia niepłodności zatwierdzonej przez HSE (HSE Assisted Human Reproduction services). Do bezpłatnego leczenia niepłodności za pośrednictwem HSE nie brany jest pod uwagę test dochodu.



FOTO: FREPIK

Ciąża i poród

Publiczna służba zdrowia zapewnia bezpłatne usługi położnicze dla wszystkich kobiet w ciąży przez okres ciąży i 6 tygodni po porodzie.

Możesz uzyskać porady, informacje i wsparcie w zakresie karmienia piersią. A jeśli doświadczasz depresji po urodzeniu dziecka, możesz uzyskać wsparcie w przypadku depresji poporodowej.

W Irlandii istnieje szereg usług i wsparcia dla osób, które straciły dziecko w wyniku poronienia lub urodzenia martwego dziecka.

Przemoc domowa i handel ludźmi

Jeśli uważasz, że możesz doświadczać przemocy domowej, dowiedz się o formach pomocy i jak rozpoznać oznaki krzywdzącego związku.

Jeśli jesteś ofiarą handlu ludźmi, skontaktuj się z Garda Síochána pod numerem 999 lub 112. Możesz również uzyskać pomoc od zespołu ds. zwalczania handlu ludźmi HSE (Anti-Human Trafficking Team).

Opr. NG na podst. mat. Citizens Information

R E K L A M A

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 SPOSÓB NA ZDROWIE.
 MACIEJ JAWORSKI - MENTAL I PRACA Z PODŚWIADOMOŚCIĄ.
 ANNA KMIĘCIAK - OD NAPIĘCIA DO ZDROWIA - JAK CIAŁO MÓWI, GDY MY MILCZYMY.
 MAJA ZAHORSKA - JAK BYĆ SWOIM NAJLEPSZYM PRZYJACIELEM.
 NATALI REISNER I DAGMARA JUSZCZYK - WPŁYW POSTRZEGANIA POZAZMYŚŁOWEGO NA ZDROWIE DZIECI I DOROSŁYCH.

BILETY €25

WIĘCEJ INFORMACJI

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

SPONSORZY

PRIME GIFT BOUTIQUE JOHN PAUL BAKERY

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

KRZYŻÓWKA

- Poziomo**

1 nadnaturalna siła u ludów

4 Olgierd (ur. 1931), polski rzeźbiarz

7 chiński drewniany dom mieszkalny

9 dynastia wietnamska

10 pomyłka

11 dawniej Leningrad

14 odczynnik krwi

15 napój alkoholowy

18 niezdar

21 ozdobna roślina doniczkowa

24 stawonóg

26 matematyk grecki

29 państwowe gospodarstwo rolne

30 o kobiecie, wysokiej i chudej

31 sztuczna inteligencja

32 pierwiastek chemiczny (V)

33 przypadek w deklinacji

35 boh. powieści „Nana” E. Zoli

36 wąski wał piaskowy

37 klasyczny teatr japoński

39 mutacje brzoskwini zwyczajnej

42 skok w górę

43 feudalny władca azjatycki

45 wypukłość, wybrzuszenie

46 jedn. indukcji magnetycznej

47 bryła geometryczna

49 kilobajt

50 meteoryt żelazny

54 rzeka w Rosji

55 Carlo (ur. 1911), tłumacz włoski

56 wiatr w Karpatach

57 wąwóz, parów, kanion

58 liga koszykówki w USA

59 arabski filozof, astronom

62 układ elektryczny

64 gr. Matka Ziemia

65 narzędzie kowalskie
- Pionowo**

2 lud azjatycki

3 boh. opowiadania „And” S. Czycza

4 gatunek drzewa

5 potrawa z mięsa wołowego

6 złocista odmiana karakuła

7 rodzaj napoju alkoholowego

8 1. cyfra; 2. nic

10 dłuto kamieniarskie

12 Jerzy (ur. 1928), historyk teatru

13 członek parlamentu

16 agent wywiadu; szpieg

17 człękoksztaltne

19 chiński cesarz i mędrzec

20 wyraz smutku lub żalu

22 rodzaj mebli

23 dzielnica Bytomia

25 Wielki, cesarz Chin

27 typ chińskiego poematu

28 stolica Jemenu

29 podziemny korytarz

34 drzewo tropikalne

35 formierka

38 odłamek, odrobina

40 rodzaj leku

41 zbieg

44 wyspa na Filipinach

47 dialekt chińsko-tybetański

48 rodzaj wagi

51 asyryjski bóg słodkiej wody

52 steradian

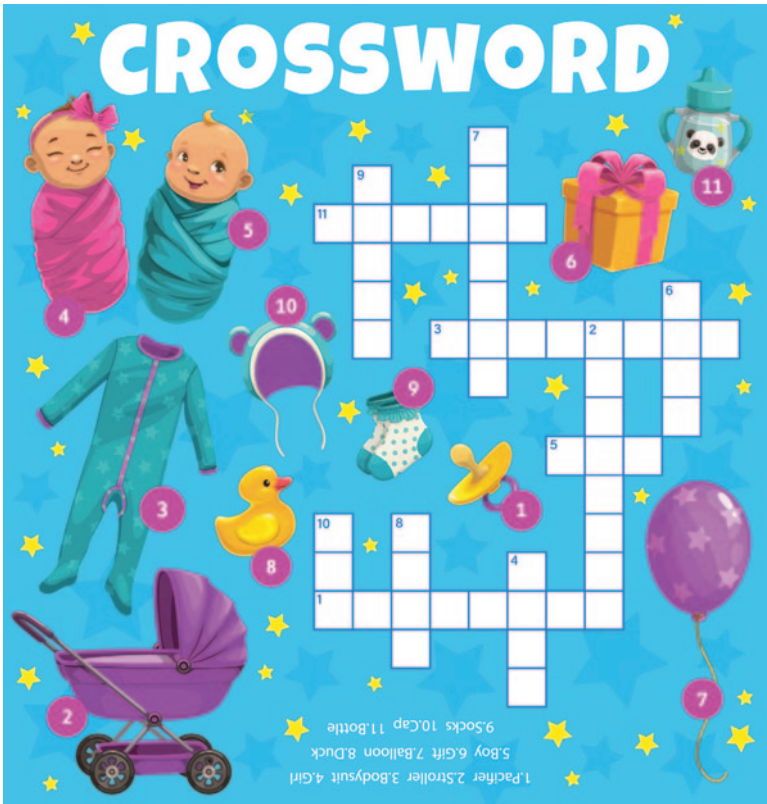
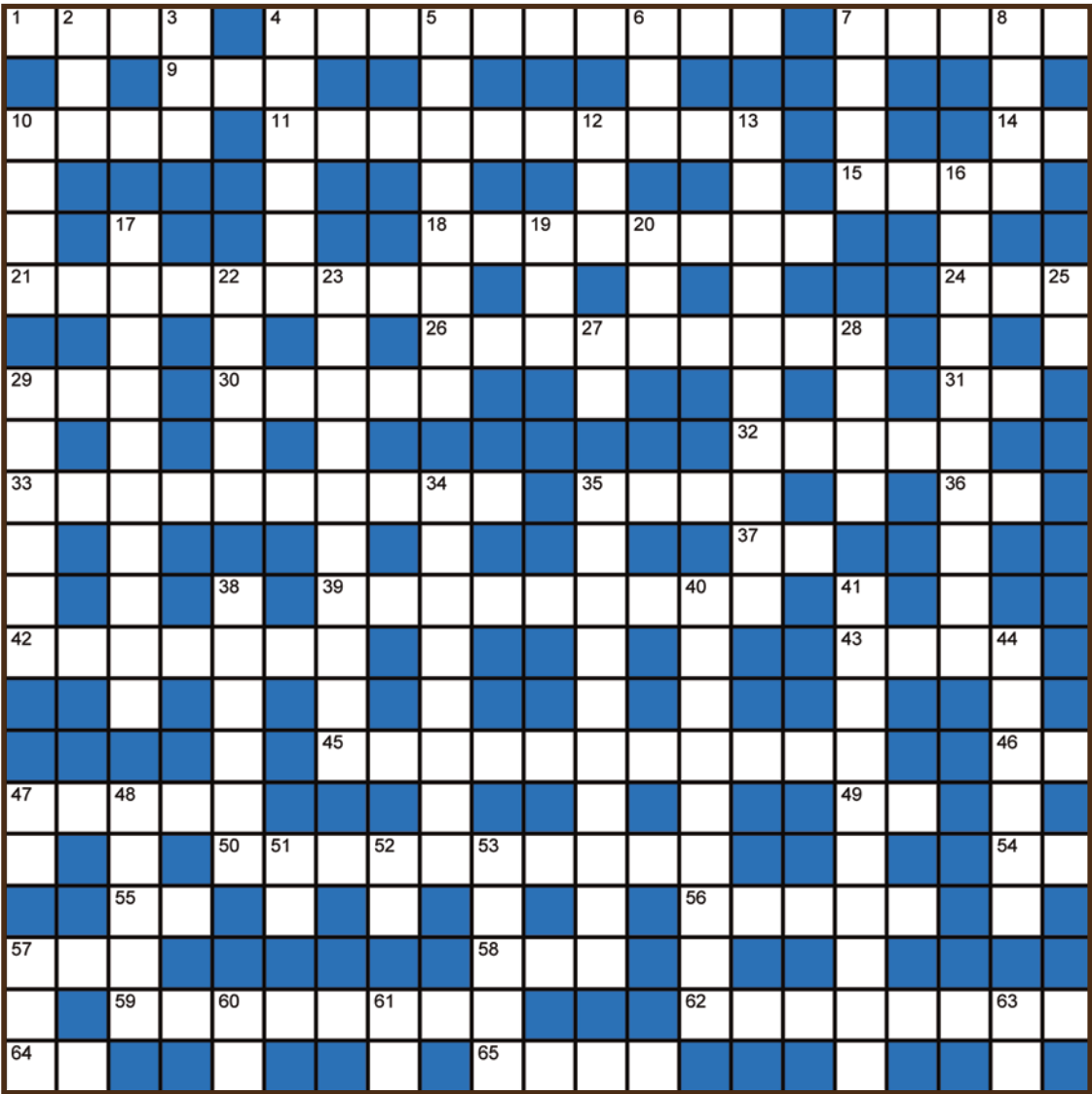
53 Gottfried (ur. 1918), kompozytor austriacki

57 rodzaj tańca

60 rzeka w Hiszpanii

61 boh. „Emigrantów” S. Mrożka

63 ersted



SUDOKU

łatwe ▼

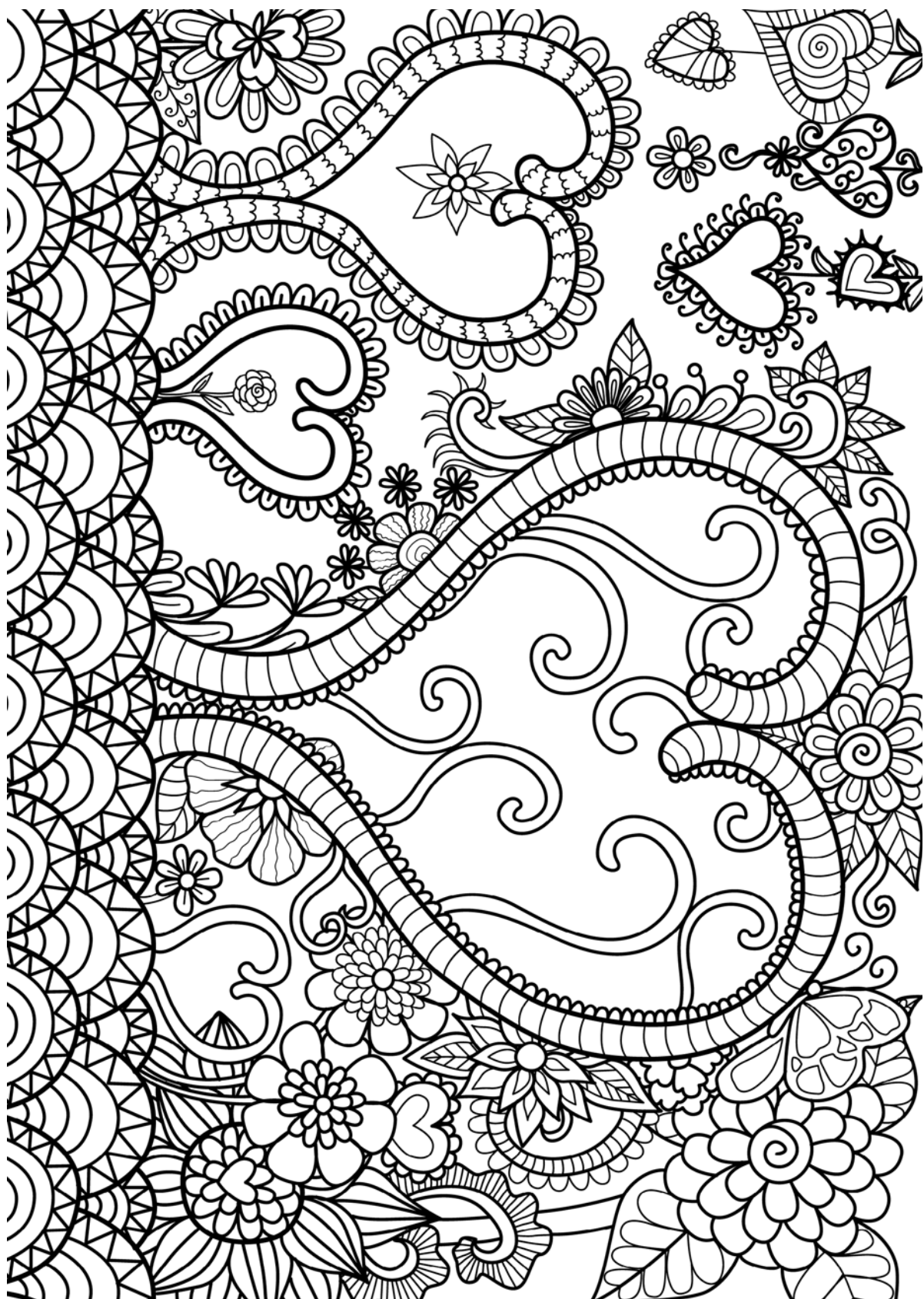
	2		5	7	6	8	3	
			1	8	3		7	
		8	2	9			1	
		1		5				
4	6		9		8			
	9	2		4	1			
	1		3				8	
	4		8	1			9	7
	7			6	9	1	2	3

średnie ▼

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

trudne ▼

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



HOROSKOP PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 13.06 do 19.06.2025 r.

przygotowała: Jasmina



BARAN

Czas na odważne decyzje – nie bój się sięgać po to, czego pragniesz. Energia sprzyja nowym początkom, ale uważaj na nieprzemyślane działanie.



BYK

Stabilność będzie Twoim największym atutem w tym tygodniu. Skup się na relacjach i finansach, bo mogą przynieść pozytywne zmiany.



BLIŹNIĘTA

Komunikacja będzie kluczowa – rozmowy mogą otworzyć przed Tobą nowe możliwości. Nie bój się wyrażać swoich myśli, konkretnie, unikaj powierzchowności.



RAK

Emocje będą nadal intensywne, ale to dobry czas na refleksję nad swoimi potrzebami. Zadbaj o siebie i swoje najbliższe otoczenie.



LEW

Twoja charyzma przyciągnie ludzi, ale pamiętaj, że współpraca przyniesie lepsze efekty niż rywalizacja. Wykorzystaj ten tydzień na pokazanie swoich talentów.



PANNA

Precyzja i organizacja będą Twoimi sprzymierzeńcami. Skup się na szczegółach, bo mogą mieć kluczowe znaczenie dla Twoich planów.



WAGA

Dobre relacje z najbliższymi będą dla Ciebie priorytetem. Znajdź czas na rozmowy i budowanie głębszych więzi.



SKORPION

Intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązania – zaufaj swoim przeczuciom. Nie bój się zmian, bo mogą przynieść coś dobrego.



STRZELEC

Nowe wyzwania wzywają! To dobry moment na podróże, naukę i poszerzanie horyzontów.



KOZIOROŻEC

Konsekwencja i determinacja przyniosą Ci sukces. Nie zrażaj się przeszkodami – masz siłę, by je pokonać.



WODNIK

Kreatywność będzie Twoją mocną stroną – wykorzystaj ją do realizacji swoich pomysłów. Nie bój się eksperymentować i wychodzić poza schematy.



RYBY

Emocjonalna głębia pozwoli Ci lepiej zrozumieć siebie i innych. To dobry czas na rozwój duchowy i refleksję nad swoimi marzeniami.

ads@ng24.ie
089 264 03 50

R E K L A M A

3707_DU

3768_DU

Storytime

Nenagh Library



Every Thursday 11.15am







CRAFT TABLE

EVERY THURSDAY

ALL AGES WELCOME

DAINGEAN LIBRARY





Storytime

Monday @ 3.30pm





Ballyroan Library, Orchardstown Villas, Dublin, D14 VY33

CLONMEL LIBRARY STORYTIME

EVERY MONDAY 4PM!





Spring into Storytime

Right to Read

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

Libraries Ireland

www.librariesireland.ie



Dolphin's BARN Library Lego Time!

SATURDAYS 11AM-1PM

BOOKING ESSENTIAL AGE 6-12



TODDLER MUSIC SATURDAYS 11 AM EDENDERRY

087 852 2082 to register



Musical Youth Edenderry

storytime

3:30pm • Fridays Ages 5+

Tuam Library



Srebro i miedź w użyciu na co dzień

Naturalne wsparcie zdrowia w holistycznym podejściu

Od wieków srebro i miedź były cenione nie tylko jako metale szlachetne, ale przede wszystkim jako naturalne środki wspomagające zdrowie. W czasach, gdy antybiotyki czy nowoczesne środki dezynfekujące nie istniały, srebro i miedź pełniły kluczową rolę w ochronie przed zakażeniami i oczyszczaniu wody. Dziś, w świecie coraz bardziej zdominowanym przez syntetyczne rozwiązania, warto przypomnieć sobie o ich niezwykłych właściwościach leczniczych.

Srebro – naturalny strażnik zdrowia

Srebro znane jest ze swoich silnych właściwości antybakteryjnych, przeciwwirusowych i przeciwgrzybiczych. Już starożytni Grecy i Rzymianie używali srebrnych naczyń do przechowywania wody i żywności, aby zapobiegać ich psuciu. W medycynie srebro kołoidalne stosowane jest jako naturalny antybiotyk, pomagając w walce z infekcjami bakteryjnymi i grzybiczymi.

Zastosowanie srebra w codziennym życiu:

- Pościel i poduszki z włóknami srebra – neutralizują bakterie, eliminują roztocza i zapobiegają rozwojowi pleśni. To doskonałe rozwiązanie dla alergików oraz osób cierpiących na choroby układu oddechowego.
- Odzież ze srebrem – stosowana w skarpetach, bieliznie i odzieży sportowej zapobie-



ga namnażaniu się bakterii, dzięki czemu neutralizuje nieprzyjemne zapachy i chroni skórę przed podrażnieniami.

- Srebrna biżuteria – noszona na skórze może działać jak delikatny środek przeciwbakteryjny, wspomagając regenerację drobnych ran oraz łagodząc podrażnienia.

Miedź – klucz do detoksykacji i wsparcia zdrowia

Miedź to kolejny metal o wyjątkowych właściwościach prozdrowotnych. W tradycyjnej medycynie miedź była używana do oczysz-

czania wody i wspomagania leczenia stanów zapalnych. Jest niezbędna dla prawidłowego funkcjonowania organizmu, biorąc udział w produkcji kolagenu, wspieraniu układu odpornościowego i ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.

Korzyści wynikające z zastosowania miedzi:

- Naczynia miedziane – oczyszczają wodę z toksyn, bakterii i pasożytów. Woda przechowywana w naczyniach miedzianych nabiera właściwości antyoksydacyjnych, poprawia trawienie, wspiera wchłanianie

żelaza i wzmacnia odporność.

- Biżuteria z miedzi – noszona na skórze może pomagać w łagodzeniu bólu stawów i poprawie krążenia. Wiele osób stosuje miedziane bransoletki, wierząc, że pomagają w detoksykacji organizmu i redukcji stanów zapalnych.
- Powierzchnie z miedzi – dzięki właściwościom antybakteryjnym miedź jest używana w szpitalach do pokrywania klamek, poręczy i stołów, aby zmniejszyć ryzyko przenoszenia infekcji.

Holistyczne podejście do zdrowia

W podejściu holistycznym istotne jest korzystanie z naturalnych zasobów, które od wieków wspierały zdrowie człowieka. Srebro i miedź to nie tylko piękne metale, ale przede wszystkim potężne narzędzia wspomagające nasze zdrowie na wielu poziomach. Ich regularne stosowanie w codziennym życiu – czy to w postaci biżuterii, naczyń, czy elementów odzieży – może pomóc w poprawie odporności, oczyszczaniu organizmu i zapobieganiu infekcjom.

Zamiast sięgać po kolejne syntetyczne produkty, warto wrócić do natury i zaufać jej mądrości. Srebro i miedź to nie moda – to tradycja, która przetrwała tysiące lat i wciąż pozostaje aktualna.

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.

Zdrowie zaczyna się od profilaktyki

Samoleczenie fundamentem nowoczesnej polityki zdrowotnej UE

Dzięki decyzjom samodzielnie podejmowanym przez pacjentów rocznie w Europie udaje się uniknąć nawet 120 milionów konsultacji lekarskich. – Samoleczenie umożliwia wczesną interwencję, co ogranicza eskalację objawów i pozwala lekarzom skupić się na poważniejszych przypadkach – podkreśla Jurate Svarcaite, dyrektor generalna Association of the European Self-Care Industry (AESGP). Zdaniem ekspertów, potrzebne są zmiany prawne, które ułatwiłyby rozwój sektorów kluczowych dla samoleczenia – zwłaszcza produkcji leków bez recepty i inteligentnych rozwiązań wspierających zdrowie. Okazją do tego może być trwająca rewizja unijnego prawa farmaceutycznego.



Rozwiązania z nr NG94

Krzyżówka z nr NG94 Poziomo: 1 NUNCJATURA, 4 ORB, 6 BOEING, 10 DOWODZENIE, 14 FAKT, 16 IFE, 17 SCILLY, 18 ZĘBODOŁY, 19 EKSCERPCJA, 20 BELLAFOLIN, 23 LEJBIK, 25 EON, 26 HEPATOGRAM, 28 GSM, 29 TREND, 32 IDE, 33 JU, 34 NIEPORZĄDEK, 39 AA, 40 LADA, 41 RUN, 42 KOSZYKÓWKA, 43 DADA, 44 GRASS, 46 HERCYNIDY, 49 PILNIKARKA, 51 KRUPP, 52 NO, 54 BAJKAŁ, 55 AKU, 56 MDA, 57 KATAPLAZM.

Pionowo: 1 NADSZYBIE, 2 NAWAB, 3 ASZ, 4 ORFEUSZ, 5 BAKCHEJ, 7 OB, 8 IO, 9 GORYCZAK, 11 DIDRACHMON, 12 NEY, 13 EISENHOWER, 15 CIZJOJAN, 17 SZPALER, 21 LANGELAND, 22 ZAWADOWSKI, 24 IŁ, 27 ANAPEST, 30 EPIDIASKOP, 31 DJ, 32 ISKROCHRON, 35 INKARNACJA, 36 ZAKON, 37 KLAGENFURT, 38 TEPIDARIUM, 45 SERWETA, 47 CHIBA, 48 DAGA, 50 FRAK, 51 KUK, 53 OM.

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

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

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

Z raportu opublikowanego przez Global Self-Care Organization wynika, że oszczędności wynikające z samoleczenia w regionie Europy i Azji Środkowej sięgają ponad 46 miliardów dolarów. Ograniczenie liczby niepotrzebnych wizyt lekarskich o 10–25 proc. mogłoby przynieść dodatkowe 17 miliardów euro oszczędności.

– Każdego roku w Europie ponad 1,2 miliarda drobnych dolegliwości jest leczonych bez konieczności wizyty u lekarza. To odciąża systemy opieki zdrowotnej, pozwalając uniknąć 120 milionów konsultacji rocznie. To równowartość pracy 36 tysięcy lekarzy. Co więcej, każde euro zainwestowane w samoleczenie może przynieść nawet 6,90 euro korzyści gospodarczych. To wyraźny sygnał, że profilaktyka i samodzielność zdrowotna obywateli muszą stać się fundamentem naszej polityki zdrowotnej – mówi europoseł Adam Jarubas, przewodniczący Komisji Zdrowia Publicznego w Parlamencie Europejskim (SANT).

Drobne dolegliwości to m.in. przeziębienie, ból głowy czy niestrawność. Pacjenci zwykle zajmują się nimi samodzielnie, bez wizyty u lekarza, korzystając z leków bez recepty suplementów diety czy wyrobów

medycznych.

– Bez dostępu do leków OTC Europa potrzebowałaby 120 tysięcy dodatkowych lekarzy rodzinnych lub każdy z obecnie pracujących musiałby wydłużyć swój dzień pracy o 2,4 godziny. Samoleczenie umożliwia wczesną interwencję, co ogranicza eskalację objawów i pozwala lekarzom skupić się na poważniejszych przypadkach. Co więcej, dzięki samoleczeniu oszczędzamy ok. 1 miliarda godzin czasu w skali roku, który w przeciwnym razie spędzilibyśmy w poczekalniach i na konsultacjach. Czas ten może być spożytkowany na pracę, życie prywatne lub opiekę nad bliskimi – tłumaczy Jurate Svarcaite, dyrektor generalna AESGP.

W praktyce samoleczenie nie sprowadza się wyłącznie do przyjmowania leków wydawanych bez recepty oraz suplementacji składników niedostarczanych w odpowiedniej ilości z pożywienia. To także opatrwanie ran, czynności higieniczne związane ze zdrowiem jamy ustnej czy aplikowanie kropli do oczu. Ekspertci zgodnie wskazują, że rozwój kompetencji zdrowotnych pacjentów i dostęp do rzetelnych informacji to kluczowe warunki skutecznego wdraża-

Szkoła Liderów Polonijnych Europy 2025

Trwa rekrutacja do programu Szkoła Liderów Polonijnych Europy 2025, skierowanego do aktywnych liderów i liderów środowisk polonijnych w Europie. Projekt realizowany będzie od czerwca do grudnia 2025 roku w Warszawie i okolicach Warszawy oraz online. Obejmuje intensywny cykl szkoleń, warsztatów, spotkań z ekspertami i badanie potencjału liderkiego (Extended DISC®).

Głównym celem projektu jest rozwój kompetencji przywódczych 30 uczestników oraz wzmocnienie współpracy Polonii i Polaków za granicą z Polską i między sobą. Szkoła Liderów Polonijnych Europy bazuje na ponad 30-letnim doświadczeniu Fundacji w prowadzeniu programów liderkich, w tym wielu dedykowanych Polonii. Masz doświadczenie w działaniach na rzecz Polonii? Chcesz wzmocnić swoje kompetencje liderkie, poznać inspirujących ludzi z całej Europy i nawiązać trwałe relacje z Polską? Szkoła Liderów Polonijnych

Europy to program właśnie dla Ciebie!

W 2025 roku zapraszamy 30 aktywnych liderów i liderów z różnych krajów Europy (Belgii, Czech, Francji, Irlandii, Litwy, Łotwy, Niemiec, Norwegii, Wielkiej Brytanii, Włoch) do udziału w unikalnym programie rozwojowym. To bezpłatny, intensywny cykl szkoleń stacjonarnych i online, spotkań z ekspertami, wizyt studyjnych oraz indywidualnego badania potencjału liderkiego (Extended DISC®). Szkoła oparta jest na sprawdzonej metodyce pracy z dorosłymi i ponad 30-letnim doświadczeniu Szkoły Liderstwa. Zależy nam szczególnie na dotarciu do osób, które:

- działają aktywnie w swoich środowiskach,
- mają potencjał liderki i pierwsze doświadczenia w angażowaniu innych,
- wcześniej nie miały możliwości uczestniczenia w podobnych projektach. Co zyskujesz?
- Rozwój kompetencji przywódczych – od samowiedomości po zarządzanie zmianą i wystąpienia publiczne

- Udział w profesjonalnych warsztatach i treningu outdoorowym
- Możliwość współpracy z ekspertami
- Sieć kontaktów z liderami Polonii z całej Europy
- Realny wpływ na przyszłość swojej społeczności
- Kogo szukamy? Osób, które:
- mają polskie pochodzenie i mieszkają w jednym z wymienionych krajów: Belgii, Czechach, Francji, Irlandii, Litwie, Łotwie, Niemczech, Norwegii, Wielkiej Brytanii, Włoszech
- mają doświadczenie w działaniach społecznych lub/i inicjatywach na rzecz Polaków za granicą
- są zmotywowane do dalszego rozwoju i działania
- chcą wzmocnić środowisko polskie w swoim kraju
- zamieszkania i współtworzyć ich przyszłość
- Jak się zgłosić? Rekrutacja przebiega w trzech etapach – formularz zgłoszeniowy, ocena kandydatur i rozmowa online. Liczba miejsc jest ograniczona – na listę główną zakwalifikujemy 30 osób, a kilka trafi na listę rezerwową.
- Termin realizacji programu: czerwiec – grudzień 2025.



Zadanie dofinansowane w ramach sprawowania opieki Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą w 2025 r.



Harmonogram zjazdów:
I ZJAZD (on-line) – 15 lipca
II ZJAZD (stacjonarny w Polsce) – 28 lipca – 3 sierpnia
III ZJAZD (on-line) – 25 września
IV ZJAZD (on-line) 23 października

V ZJAZD (stacjonarny w Polsce) – 20-23 listopada
Miejsce okolice Warszawy

Formularz zgłoszeniowy oraz szczegółowe informacje znajdują się pod adresem: https://www.szkoła-liderow.pl/rekru_slpe/.
NG, materiały prasowe

REKLAMA

ADVERTS • REKLAMA**089 264 03 50****ads@ng24.ie**

→ cd. ze str. 14.

nia samoleczenia na szeroką skalę. W tę strategię wpisuje się również korzystanie z innowacji technologicznych wspierających zdrowie.

– Narzędzia oparte na AI, takie jak aplikacje zdrowotne, chatboty czy urządzenia monitorujące, dostarczają pacjentom spersonalizowanych informacji w czasie rzeczywistym. AESGP postuluje, by wspierać regulacyjnie rozwój wiarygodnych rozwiązań cyfrowych, które mogą zwiększyć dostęp do wiedzy zdrowotnej, szczególnie w regionach o ograniczonym dostępie do opieki – przekonuje Jurate Svarcaite.

To szczególnie istotne w kontekście trwającej rewizji unijnego prawa farmaceutycznego. W 2023 roku Komisja Europejska zaproponowała jego reformę, największą od ponad 20 lat. Celem zmian jest modernizacja sektora farmaceutycznego poprzez podejście skoncentrowane na pacjencie i wsparcie innowacyjnego przemysłu.

– W czasie, gdy Unia Europejska przygotowuje się do wdrożenia jednej z najgłębszych reform prawa farmaceutycznego w swojej historii, musimy zadbać o to, by leki OTC i zasada samoleczenia znalazły w niej swoje miejsce. Pamiętajmy, że samoleczenie nie jest modą, lecz koniecznością starzejących się społeczeństw i przeciążonych systemów ochrony zdrowia – podkreśla Ewa Jankowska, prezes Polskiego Związku Producentów Leków Bez Recepty (PASMI).

Wśród proponowanych przez przedstawicieli branży rozwiązań jest także harmonizacja przepisów dotyczących suplementów diety, zwłaszcza propozycji maksymalnych poziomów witamin i minerałów w skali UE.

Według Precedence Research, światowy rynek leków dostępnych bez recepty osiągnie w 2025 roku wartość ponad 135 miliardów dolarów. Do 2034 roku jego obroty zbliżą się do 243 miliardów dolarów. Z kolei analitycy Market Research Future przewidują, że wartość światowego rynku aplikacji mobilnych wspierających zdrowie wzrośnie z niemal 51 miliardów dolarów w 2023 rok, do 196 miliardów dolarów w roku 2032.

Kwestie dotyczące nowoczesnych technologii wspierających rozwój kompetencji zdrowotnych pacjentów, zmian legislacyjnych oraz dostępności i bezpieczeństwa stosowania wyrobów medycznych w kontekście samoleczenia były omawiane podczas 61. dorocznej konferencji AESGP, która odbyła się 3 i 4 czerwca w Warszawie we współpracy z PASMI. W wydarzeniu wzięło udział ponad 300 uczestników reprezentujących instytucje unijne, agencje zdrowia, świat nauki oraz firmy z sektora ochrony zdrowia z całej Europy. Hasłem przewodnim konferencji jest „Profilaktyka poprzez samoleczenie”.

Newseria

REKLAMA

Szanty po polsku Dublin 2025 AKUSTYCZNI

**20 czerwca, godz. 19:00, Fibber Magees, D1****Bilety online: €10****Bilety****bilety.ng24.ie**

Dym i jego znaczenie

Celtyckie dymy

Celtowie od lat uważali, że dym spalanego ogniska, jest pewną formą zanoszenia bogom zarówno modlitw dziękczynnych, jak też i przebłagalnych. Ponieważ dym unosi się w górę Celtowie sądzili, że musi trafić on przed tron najwyższych ich bóstw.

Święte ognie

Od pewnego momentu, celtyccy kapłani, czyli Druidzi, nazywali ognie... świętymi, ponieważ najczęściej palono je dla uczczenia bogów. Zaś dym był czymś w postaci „wrót do niebios”.

Niekiedy Celtowie spalali w ogniu wonną żywicę sądząc, że woń ta wraz z modlitwami, będzie lepiej przyjęta przez bogów. Druidzi znali się natomiast na aromatach, jakie wydzielały niekiedy różne krzewy i drzewa i bardzo często właśnie do palącego się ognia dorzucali gałęzi z tych pachnących roślin, aby właśnie niezwykła woń podziałała należycie na dobrą wolę ich bogów.

Tak jak Pytia

Jak wiemy z opracowań historycznych dotyczących Grecji, wieszczące Pytie siedziały na trójnogu, pod którym paliły się małe ognie, a oszałamiający je dym sprawiał, że wydawało się, iż one wygłaszają proroctwa. Podobnie też, ludy celtyckie chcąc dotrzeć jak najszybciej i jak najbardziej skutecznie do boga, palili dla niego ognie, by ich dym unosił ze sobą ich modlitwy i błagania.



Dym powodował też u Celtów, gdy oczywiście się oni jego dostatecznie nawdychali, różne wizje, które to odbierano jako proroctwa.

Docierali wraz z dymem

Ponieważ Celtowie nie wiedzieli dokładnie, w której części nieba przebywa konkretny bóg, wierzyli oni, że z docierającym wszędzie dymem, modlitwy ich dojdą tam, gdzie trzeba.

Palono zatem ognie prawie przez cały rok, aby uzyskać

dym potrzebny Celtom do relacji z bogami. Ale gdy było zimno i nie można było rozpać ognisk na dworze, wtedy spalano w sieniach każdego domu tak zwane trocie, czyli po prostu kadzidła.

Zapach był przyjemny

Zasadniczo jak wiemy, zapach każdego kadzidła jest bardzo przyjemny. Druidzi nawet uważali, że właśnie dym kadzidlany dociera szybciej do niebios. Wierzone czasem jednak, gdy na przykład kadzidło nie chciało się rozpać, że bóg celtycki nie jest w humorze i raczej „dymienie mu” wprawi go w jeszcze gorszy nastrój.

Gdy zaś paliły się trocizki na przykład cytrusowe, a rozchodził się dym o innej woni, wówczas sądzono, że bóg ten ma ochotę na żarty i takie modlitwy z unoszącym się dymem będą miały sens.

Okadzano domy

Ale gdy natomiast ktoś umierał, nad zwłokami takiej osoby również dymiono kadzidłami, aby dusza tej osoby zatraciła orientację jak trafić do tego domu, w którym zmarła, aby tutaj nie wracała i nie straszyla żyjących.

Okadzano dymem też domy celtyckie po nieznanym wędrowcu, którego goszczono, wierząc, że gdyby był on złym człowiekiem, zło wraz z nim odeszłoby na zawsze.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

REKLAMA

THE GRAND SOCIAL
DUBLIN

25 LAT

OSTR

28/11/2025

chillout entertainment

TICKETS ON:
BILETY.NG24.IE
BILETOWO

KINO EVENTS HOUSE
CORK

25 LAT

OSTR

29/11/2025

chillout entertainment

TICKETS ON:
BILETY.NG24.IE
BILETOWO