

Nasza Gazeta

Polski tygodnik w Irlandii, nr 110, 26.09.2025, rok III, GAZETA BEZPŁATNA, ISSN 2990-8205, www.ng24.ie



czytaj str. 3

**People with
Passion Ireland**
zaprasza na
wyjątkowy wieczór

czytaj str. 7

Nadchodzi droga zima

Zbliżająca się zima przynosi nie-
pokojące prognozy dla irlan-
dzkich gospodarstw domowych –
ceny energii elektrycznej ponow-
nie wzrosną, a rząd zapowiada
brak dodatkowego wsparcia.

czytaj str. 5

Wsparcie finansowe dla Polonii na 2026 r.

czytaj str. 8

PODPOWIADAMY, DORADZAMY Prawa młodocianych pracowników

Poznaj zasady wcześniejszego opuszcza-
nia szkoły, warunki pracy w lokalach
z koncesją, zasady wynagrodzeń.

czytaj str. 10

REKLAMA

**CRIMMINS HOWARD
SOLICITORS** ŚWIADCZY

USŁUGI PRAWNE
DLA POLSKICH KLIENTÓW

SPECJALIZUJEMY SIĘ W:

- Urazy w pracy*
- Wypadki drogowe*
- 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 3299_DU

Ogłoszenia drobne
bezpłatne,
zwykłe
i wyróżnione

www.ogloszenia.ng24.ie

Zeskanuj kod i dodaj ogłoszenie

3876_DU

REKLAMA

AG Anderson & Gallagher SOLICITORS

KANCELARIA PRAWNA
WWW.POLSKIADWOKATIRLANDIA.IE

- Profesjonalizm
- 35 lat doświadczenia

● ODSZKODOWANIA: WYPADKI DROGOWE, PRZY PRACY, W MIEJSCACH PUBLICZNYCH, ZANIEDBANIA MEDYCZNE*

AGNIESZKA MAZUR 087 900 14 88, aga@andersongallagher.ie KRZYSZTOF SOCHA 087 140 90 90, krzysztof@andersongallagher.ie
WŁODZIMIERZ DEMPNIAK 087 388 03 69, vlad@andersongallagher.ie – MÓWIMY PO POLSKU, UKRAIŃSKU I ROSYJSKU
29 Westmoreland Street, Dublin 2, Tel. 01-677 69 32; WWW.ANDERSONGALLAGHER.IE; WWW.POLSKIADWOKATIRLANDIA.IE

*W sprawach spornych prawnik nie może ustalać wynagrodzenia jako procentu od uzyskanej kwoty. Klient nie ponosi żadnych kosztów do czasu zakończenia sprawy. Płacimy za raporty medyczne.

REKLAMA 3468_DU

REKLAMA

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

POLSKI PRAWNIK, 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

REKLAMA 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**
www.prawnik.ie
224, The Capel Building
Mary's Abbey
Dublin 7, Ireland

3865_DU

Przydatne kontakty

AMBULANS, POLICJA, STRAŻ POŻARNA

112

BEZDOMNOŚĆwww.homelessdublin.ie, www.focusireland.ie**BEZPŁATNA POMOC PRAWNA**www.flac.ie**DUSZPASTERSTWO POLSKIE W IRLANDII**<http://dublin.eparafia.pl>**KARTA MEDYCZNA I ULGI MEDYCZNE**www2.hse.ie/services/schemes-allowances**KONSUMENTI, SKŁADANIE SKARG**www.ccpc.ie, www.courts.ie/small-claims**LEKARZE GP I NAGŁE PRZYPADKI**www2.hse.ie/services/find-a-gp-out-of-hours**POLSKIE SZKOŁY W IRLANDII**www.polskamacierz.com**PROBLEMY Z MIESZKANIEM**rtb.ie, <https://threshold.ie>**PODATKI, URZĄD SKARBOWY**www.revenue.ie/en/contact-us**PROBLEMY W PRACY**<http://workplacerelations.ie>**PRZEDSTAWICIELSTWA RP W IRLANDII**www.gov.pl/web/irlandia/ambasada**RASIZM**<https://inar.ie>

Nasza Gazeta

WYDAWCA/PUBLISHER

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

REDAKCJA/EDITORIAL DEPARTMENT

redakcja@ng24.ie
editor@ng24.ie

Beata Bieniada, Anna Domańska, Radosław Kotowski,
Krystyna Zielińska

WSPÓŁPRACA

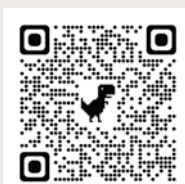
Marta Adamska, Paweł Bury, Paweł Cherek, Agnieszka
Dujka, Maciej Jaworski, Marta Kaźmirak, Kasia Mikołajczyk,
Joanna Szubstarska, Ewa Michałowska-Walkiewicz

KOREKTA

Zespół

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

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



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

Postaci mitologii celtyckiej

Rossa Ruad

Po prostu „Czerwony”

Rossa Ruad, to legendarny król Ulsteru, wywodzący się z dynastii Milezjan. Jego dokładna linia pokoleniowa prowadzi od króla Ira syna Mileda. „Czerwony” był synem Rudraige’a I Mora, króla Ulsteru i tak zwanego zwyczajowo, zwierzchniego króla Irlandii. Mawiano na niego „Czerwony”, ponieważ jego skóra taki właśnie miała odcień. Miał on bardzo jasne włosy zwinięte w loki, liczne piegi, ale i tak należał do najbardziej przystojnych królów Ulsteru.

Średniowieczne legendy

Bardzo wiele informacji dotyczących Rossa Ruada, zaczerpnąć można ze średniowiecznej irlandzkiej legendy i historycznej tradycji. W zapisach tych czytamy, że Rossa Ruad miał romans z Magą, córką Aengusa Oga. Czytamy też, że posiadał on z nią syna Fachtnę Fathacha.

Inne zaś źródła historyczne podają, że ojcem tego chłopca oraz Magi był brat „Czerwonego” noszący imię Cas. Tak naprawdę, obaj młodzieńcy – bracia pretendowali do ojcostwa Fachtny Fathacha, ponieważ obaj uwikłali się w intymne relacje z Magą. Należy podkreślić, iż Maga, oprócz pokątnego romansowania, oficjalnie miała męża Druida, który nosił imię Cathbad. Jemu też urodziła dzieci, ale razem mieli trzy córki i syna.

Podglądając męża

Jak donoszą nam staroceltyckie legendy, Maga zawsze podglądała swojego męża, jakie czyni nieprawdopodobne w skutkach czary. Potrafił on między innymi zamieniać liście spadające z drzewa w ptaszki, a bukiety kwiatów w kolorowe motyle.

Maga, również sama je skutecznie. Potrafiła zamienić na przykład poranną rosę w drogie perły. A gdy ktoś wchodził do lasu, spuszczała na niego gęstą mgłę, z której człowiek nie potrafił się wydostać.

W ten właśnie sposób, usidliła ona Rossa Ruada i jego brata Casa. Obiecywała im, że gdy dojdzie z nią do zbliżenia, zaraz sprawi, że gęsta mgła opadnie. Te uczynki Magi nie pochwałał jej mąż Druid, ale że była ona piękną kobietą, miał do niej męską słabość i nie wytykał jej złego postępowania.

Przygoda z Nimfą

Pewnego razu, na „Czerwonego” napadła zgraja złych ludzi, gdy ten był w lesie z przyjaciółmi na polowaniu. Jego towarzyszy zwiózono, a Rossa chciano zaprowadzić do jaskini niedźwiedzia, aby ten w najbardziej okrutnych sposobów się z nim rozprawił. Ale widziała to kochanka Rossa, wspomniana wcześniej Maga, która rozwścieczonego niedźwiedzia zamieniła w piękną Nimfę.

Nimfa, gdy tylko spojrzała na „Czerwonego”, wnet się w nim zakochała a podstępny złoczyńcom nie w smak był taki obrót rzeczy. Opryszkowie szybko uciekli z lasu, a Rossa i jego towarzysze szybko i szczęśliwie powrócili do domu.

Żona Rossy

Jak czytamy w licznych opracowaniach historycznych, Rossa miał żonę Roich. Była ona potomkinią w dziesiątym stopniu Eochaida IV Aphacha, tzw. zwanego zwierzchniego króla Irlandii z milezjańskiej linii Itha.



Ith był stryjem Mileda, który uważany był za legendarnego herosa celtyckiego.

Roich urodziła Rossy Ruadowi dwóch synów. Byli oni równie piękni jak ich ojciec i byli bardzo silni i sprytni zarazem.

Przygoda z wielką rybą

Podobno pewnego razu, gdy Rossa wraz ze swoimi synami wybrał się nad rzekę, aby tam zaczerpnąć kąpieli i odświeżyć swoje ciało, obserwowała te scenę Maga, która wciąż kochała „Czerwonego”. Gdy ten już założył swoją rodzinę, Maga nie zbliżała się do niego, ale ochoczo przyglądała się jemu podziwiając jego umiejętności i zwinne ciało. Pewnego razu, gdy „Czerwony” wraz ze swoimi dziećmi zażywał kąpieli, nagle do jednego z jego synów zaczął raptownie zbliżać się wąż, zwany Dellolo. Chciał go zjeść, ponie-

waż jak głoszą legendy, zawsze był on głodnym gadem.

Pomoc Magi

Maga nie mogła dopuścić do nieszczęścia i szybko zamieniła węża w wielką rybę, którą złowił gołymi rękami Rossa. Gdy rozpałił ognisko, aby upiec rybę i zjeść ją razem z synami, nagle pojawiła się przed nim Maga, która bardzo prosiła go, aby tego nie czynił. Rosa posłuchał rady swojej dawnej kochanki i pozostawił rybę na brzegu.

Okoliczni ludzie przechadzający się w tym miejscu, zobaczyli na brzegu rzeki leżącą ogromną rybę. Rybę tę zaraz upieczono na ognisku i mieszkańcy po jej zjedzeniu bardzo źle się poczuli. Jak donoszą stare opowiadania celtyckie, wszyscy ponieśli śmierć, a z ich brzuchów wyszły na świat ogromne ilości złych węży, które zagrażały całemu społeczeństwu. Od tego momentu mówimy, że powstała Wyspa Węży, której domniemanym królem był „Czerwony”, ponieważ to on wyłowił ową wielką rybę z rzeki.

Dobry człowiek

Rossa Ruada został oceniony jako dobry człowiek, którego cechowała nienaganność, sprawiedliwość, a przede wszystkim lojalność. Dobrze było ludności celtyckiej pod opieką królewicza „Czerwonego”, ale podobnie jak wszyscy, posiadał i on kilka negatywnych cech charakteru. Urzekały go często piękne kobiety, które zostawały jego kochankami. Żona na to wszystko przymykała oczy, ale Rossa też pozwalał umizgiwać się do niej swoim wojownikom, którym przewodził.

Dbał też Rossa o ludzi starych, schorowanych, biednych, a przede wszystkim brał on w opiekę zasłużonych Celtów, broniących granic kraju.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

Młodzi na rozdrożu

60 PROC. IRLANDCZYKÓW PONIŻEJ 25. ROKU ŻYCIA ROZWAŻA EMIGRACJĘ

Irlandia, niegdyś postrzegana jako kraj dynamicznego rozwoju i szans dla młodych pokoleń, dziś mierzy się z narastającym kryzysem zaufania wśród swojej młodzieży. Najnowsze badania pokazują, że aż 60 proc. osób poniżej 25. roku życia rozważa emigrację – nie z ciekawości świata, lecz z potrzeby ucieczki przed rosnącymi kosztami życia, kryzysem mieszkaniowym i brakiem perspektyw zawodowych. W obliczu zbliżającego się ogłoszenia Budżetu na 2026 rok, głos młodych staje się coraz bardziej wyraźny: Irlandia przestaje być miejscem, w którym można budować przyszłość. Czy kraj ponownie stanie się świadkiem masowego odpływu młodych talentów?



Na niespełna dwa tygodnie przed ogłoszeniem Budżetu rządu Irlandii na rok 2026, najnowsze badanie, opublikowane przez serwis echolive.ie, ujawnia szokujący wpływ kosztów życia na młodych ludzi. Coraz więcej z nich uważa, że emigracja to jedyna droga do lepszego życia.

Zgodnie z badaniami zleconymi przez Narodową Radę Młodzieży Irlandii (NYCI), trzy na pięć osób poniżej 25. roku życia rozważa wyjazd z kraju, a niemal jedna trzecia respondentów deklaruje, że poważnie myśli o emigracji w poszukiwaniu wyższej jakości życia za granicą.

Sondaż przeprowadzony przez renomowaną firmę RED C na zlecenie NYCI pokazuje, że 82 proc. młodych ludzi w wieku 18-24 lat odczuwa negatywny wpływ rosnących kosztów życia na swoje codzienne funkcjonowanie.

Badanie NYCI ujawniło również, że najwyższe koszty związane z wynajmem i mieszkaniem stanowią największe wyzwanie dla młodych ludzi. 84 proc. respondentów zgadza się, że trwający kryzys mieszkaniowy w nieproporcjonalny sposób dotyka właśnie ich – prawdopodobnie ze względu na ograniczone dochody i zasoby finansowe. 94 proc. dorosłych studentów studiujących w pełnym wymiarze godzin wskazuje czynsz i zakwaterowanie jako poważne obciążenie finansowe.

Poza problemem mieszkaniowym, respondenci wskazali również na wysokie koszty edukacji (60 proc.), artykułów spożywczych i codziennych potrzeb (47 proc.) oraz opieki zdrowotnej (26 proc.) jako największe wyzwania finansowe.

81 proc. młodych ludzi przyznaje, że obawia się o swoją przyszłość, a ok. dwie trzecie uważa, że za granicą czeka ich lepsze życie – choć nie określili, dokąd konkretnie chcą się udać.

Komentując wyniki badania, dyrektorka ds. polityki w NYCI, Kathryn Walsh, stwierdziła, że dane „odzwierciedlają rosnące poczucie rozczarowania i pilnej potrzeby zmian” wśród młodych mieszkańców Irlandii. – Tu nie chodzi tylko o trudności. Chodzi o to, że młodzi ludzie czują, iż Irlandia przestała być miejscem, w którym można budować przyszłość.

Wyniki badania mogą być zapowiedzią tego, przed czym ekonomiści i analitycy finansowi ostrzegają od początku kryzysu kosztów życia w 2022 roku: że obecne trudności ekonomiczne, w połączeniu z ograniczonymi perspektywami zawodowymi – nawet dla osób wysoko wykwalifikowanych – mogą doprowadzić do kolejnej fali masowej emigracji młodzieży.

Irlandia doświadczyła podobnych odpływów emigracyjnych w ostatnich dekadach – po krachu gospodarczym w 2008 r., który zakończył okres „Celtickiego Tygrysa”, a także w latach 80., kiedy dane ze spisu ludności z 1986 r. wykazały, że większość emigrantów z poprzednich lat stanowili młodzi dorośli, zmuszeni do wyjazdu przez brak perspektyw zawodowych, wysokie bezrobocie i nadmiar siły roboczej.

Powtarzające się fale emigracji młodzieży pozostawiły Irlandię z złożonym dziedzictwem gospodarczym. Z jednej strony emigracja działała jak zawór bezpieczeństwa w czasie kryzysów, sztucznie obniżając statystyki bezrobocia. Z drugiej strony, ciągła utrata wykwalifikowanych absolwentów hamowała rozwój sektorów opartych na wiedzy, zmuszając kraj do polegania na zagranicznych specjalistach, gdy krajowe zasoby się wyczerpały.

W obliczu obecnych realiów ekonomicznych, decyzja o emigracji jawi się jako logiczna i praktyczna alternatywa wobec konieczności znoszenia trudności w kraju.

Minusem jest jednak to, że masowe wyjazdy młodych ludzi w przeszłości konsekwentnie pozbawiały Irlandię najbardziej wykształconych obywateli.

Jeśli ten cykl się powtórzy, Irlandia prawdopodobnie będzie coraz bardziej polegać

na zagranicznych pracownikach – zarówno w zawodach niewymagających kwalifikacji, jak i w wysoko wyspecjalizowanych sektorach, takich jak opieka zdrowotna, technologie czy branża hotelarska.

Oto propozycja zakończenia do tekstu o rosnącej skłonności młodych Irlandczyków do emigracji:

Rosnące koszty życia, kryzys mieszkaniowy i ograniczone perspektywy zawodowe sprawiają, że dla wielu młodych Irlandczyków emigracja staje się nie tylko marzeniem, ale koniecznością. Historia pokazuje, że Irlandia już wcześniej zmagala się z falami odpływu młodych talentów – i dziś ryzyko powtórzenia tego scenariusza jest realne. Jeśli kraj nie podejmie zdecydowanych działań, by zatrzymać młodych ludzi i stworzyć im warunki do rozwoju, może ponownie utracić pokolenie, które powinno budować jego przyszłość. Wybór młodych nie jest wyrazem braku lojalności – to desperacka próba znalezienia miejsca, gdzie ich potencjał zostanie dostrzeżony i doceniony.

Krystyna Zielińska

FOTO: MATERIAŁ PRASOWY, DAAIE

REKLAMA

Tani, szybki i bezpieczny kurier

Tani kurier Polska-Irlandia-Polska

Ceny paczek:
do 5kg - 25€
do 10kg - 30€
do 20kg - 35€
do 30kg - 40€
do 40kg - 50€
do 50kg - 60€

Skontaktuj się z nami

Tel IRL: 01 697 2177

kontakt@speedpack.com.pl

- Pełny monitoring paczek
- Ubezpieczenie w cenie
- Wyjazdy co tydzień
- Powiadomienia SMS-owe i e-mail

www.speedpack.com.pl

Przewozimy także: palety, meble, przeprowadzki, materiały budowlane, motocykle. Oferujemy również usługi transportu ciężarowego (chłodnie i franki).

REKLAMA

Nowy serwis ogłoszeń drobnych w Irlandii

ogloszenia.ng24.ie

Ogłoszenia bezpłatne, zwykłe i wyróżnione

Żłobek ukarany za dyskryminację

Żłobek w Irlandii został ukarany grzywną za odmowę przyjęcia dziecka z ciężką alergią na orzechy. Sprawa ujawnia poważne braki w podejściu do dzieci z niepełnosprawnościami i pokazuje również, jak ważne są jasne procedury w placówkach opiekuńczych.

Żłobek, który „nie był gotowy wziąć odpowiedzialności” za dwuletnią dziewczynkę po zdiagnozowaniu u niej ciężkiej alergii na orzechy, został zobowiązany do wypłaty 3 tys. euro w ramach odszkodowania za dyskryminację ze względu na niepełnosprawność – skargę złożyli rodzice dziecka.

Komisja ds. Relacji w Miejscu Pracy (Workplace Relations Commission, WRC) nakazała ośrodkowi opieki nad dziećmi

(danych żłobka nie ujawniono) wypłatę odszkodowania, po rozpatrzeniu skargi na podstawie Ustawy o Równym Statusie z 2000 roku. Decyzja została opublikowana 11 września br.

Dziewczynka uczęszczała do żłobka od sierpnia 2022 r., kiedy miała 18 miesięcy. Placówka była świadoma, że dziecko ma inne nadwrażliwości pokarmowe i wdrożyła odpowiednie środki, by uwzględnić jej potrzeby zdrowotne. Rodzice zeznali przed Trybunałem, że ich córka była tam „szczęśliwa”.

Rodzice powiedzieli, że ich córka źle się poczuła w domu w sobotę 10 lutego 2024 r. po zjedzeniu ciasteczka. Lekarz stwierdził, że nie ma zagrożenia życia i że dziecko oddycha prawidłowo. Dziewczynka została skierowana do szpitala, bo pojawiła się wysypka, ale została wypisana po kilku godzinach.

15 lutego 2024 r. alergolog zdiagnozował u niej alergię na orzeszki ziemne, pistacje i nerkowce. Od tego momentu dziecko musiało nosić dwa automatyczne wstrzykiwacze adrenaliny (znane jako „Epi-Pens”) na wypadek szybkiej pomocy jako środek ostrożności.

Ojciec dziewczynki wrócił do żłobka w poniedziałek 19 lutego i poinformował pracownika o sytuacji oraz spotkał się z jednym z właścicieli placówki. – Właścicielka powiedziała, że pod żadnym pozorem Epi-Pens nie będą dopuszczone w żłobku i że [dziewczynka] musi odejść – relacjonowali rodzice podczas procesu.

Choć właścicielka zadeklarowała, że da rodzicom tydzień lub dwa na znalezienie nowej placówki, odmówiła przejęcia odpowiedzialności za Epi-Pens w tym czasie. W rezultacie rodzice byli zmuszeni natychmiast wypisać córkę ze żłobka.

Prawnik reprezentujący żłobek przed WRC stwierdził, że właściciele „nie byli gotowi wziąć odpowiedzialności” za dziecko ze względu na powagę jej alergii. Dodał, że rodzina nie poinformowała wcześniej placówki o nowej diagnozie. Jedną z właścielek zeznała podczas rozprawy w styczniu, że obawiała się, iż ze względu na wiek

dziewczynki „inne dziecko mogłoby podać jej produkt zawierający orzechy”.

Zarząd żłobka zaprzeczył zarzutom o dyskryminację, twierdząc, że kierował się troską o zdrowie dziecka.

Sędzia WRC, uznając obawy zarządu za autentyczne. Jej zdaniem rodzice powinni wcześniej poinformować placówkę o diagnozie, aby dać jej czas na rozważenie sytuacji. Jednak – jak zaznaczyła – zamiast odmowy przyjęcia Epi-Pens i stwierdzenia, że żłobek „nie nadaje się” dla dziecka, powinna odbyć się „konsultacja i rozmowa”. Należało rozważyć dokumentację medyczną, potrzeby szkoleniowe personelu oraz możliwość podpisania przez rodziców oświadczenia o przejęciu przez placówkę odpowiedzialności. Zauważyła również, że rodzice zostali pozbawieni opieki nad dzieckiem i musieli wziąć wolne w pracy, a nowa placówka opiekuńcza znajdowała się daleko od ich domu. Dodała, że argument żłobka, iż „nie mógł zapewnić dziecku bezpieczeństwa”, nie został poparty przedstawionymi dowodami. W rezultacie uznała, że żłobek dopuścił się dyskryminacji i nie zapewnił odpowiednich warunków dla dziecka z niepełnosprawnością, przyznając odszkodowanie w wysokości 3 tys. euro za stres i zakłócenia spowodowane dyskryminacją.

Eksperti prawni podkreślają, że sprawa ta uwidacznia kluczowe znaczenie jasnych procedur w placówkach przedszkolnych dla dzieci z ciężkimi alergiami. Zgodnie z obowiązującym prawem irlandzkim, usługodawcy nie mogą dyskryminować ze względu na niepełnosprawność i muszą podejmować działania, by dostosować się do potrzeb zdrowotnych dzieci, które w przeciwnym razie nie miałyby dostępu do opieki.

Choć ani rodzice, ani żłobek nie wydali publicznych oświadczeń po decyzji WRC, orzeczenie to stanowi przestrożę dla operatorów placówek opieki nad dziećmi. **AD**



An Coimisiún um Chaidreamh san Áit Oibre
Workplace Relations Commission

FOTO: FACEBOOK.COM/WORKPLACERELATIONS.COMMISSION

REKLAMA

Przygotowywanie wniosków o obywatelstwo irlandzkie

An tAontas Eorpach European Union
ÉIRE IRELAND
Pas Passport

Magdalena Nowacka
– usługi doradztwa prawnego

Tel: 087-388-7618

REKLAMA 3199 DU

REKLAMA

radiocenzura.pl
@radio_cenzura @radiocenzura

Witaj w Radiu Cenzura!

Jesteśmy miejscem, gdzie prawda jest priorytetem i gdzie swoboda słowa kwitnie bez ograniczeń. Naszym celem jest dostarczanie audycji, które otwarcie i bez cenzury poruszają tematy ważne dla społeczeństwa, kultury i życia codziennego. W Radiu Cenzura wierzymy, że ludzie zasługują na pełną informację i różnorodność perspektyw. Nasze programy nie boją się dotykać kontrowersyjnych tematów, analizować wydarzeń społecznych i kulturalnych oraz przeprowadzać odważne wywiady z osobami, które mają coś istotnego do powiedzenia. Naszym celem jest inspirować ludzi do myślenia krytycznie, rozbudzać debatę i tworzyć świadomych obywateli. Przyłącz się do naszej społeczności. Tutaj nie ma tabu – wchodzimy w obszary, których inni unikają. Witamy Cię w Radiu Cenzura, gdzie słowo ma moc, a prawda brzmi bez filtrowania.

#RadioCenzura #BezCenzury #Autentyczność

RADIO CENZURA

3496_DU

REKLAMA

FAT-OUT
Szereg Dróg Jeden Cel

Maciej Jaworski WRC

- 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

SCAN ME

3742_DU

Nadchodzi droga zima



Zbliżająca się zima przynosi niepokojące prognozy dla irlandzkich gospodarstw domowych – ceny energii elektrycznej ponownie wzrosną, a rząd zapowiada brak dodatkowego wsparcia. Wzrosty cen ogłaszane przez dostawców, jak również prognozy regulatorów, pogłębiają obawy o przyszłość finansową wielu rodzin, zwłaszcza tych o niższych dochodach.

Irlandzkie gospodarstwa domowe powinny przygotować się wyższe rachunki za energię tej zimy, ponieważ rząd ogłosił, że nadchodzący Budżet na rok 2026, który zostanie

oficjalnie przedstawiony 7 października, nie będzie zawierał jednorazowych środków wsparcia energetycznego, jak miało to miejsce w poprzednich latach.

Na początku tego miesiąca dostawca energii – Energia stał się kolejną firmą w Irlandii, która ogłosiła podwyżki cen dla klientów indywidualnych – o 10,9 proc., a dla użytkowników liczników inteligentnych o 12,1 proc., począwszy od przyszłego miesiąca.

W rozmowie z „Irish Examiner”, komentator Daragh Cassidy z portalu porównującego ceny Bonkers.ie określił podwyżkę jako znaczącą, choć nie zaskakującą: – Chociaż

hurtowe ceny energii znacznie spadły od szczytu kryzysu energetycznego w 2022 roku, nadal pozostają wysokie. (...) Na przykład hurtowe ceny energii elektrycznej są obecnie o 80-90 proc. wyższe niż przed wybuchem wojny na Ukrainie [w lutym 2022]. Podobnie jest z cenami gazu i coraz bardziej prawdopodobne, że nigdy nie wrócą do poziomów sprzed wojny. – Niestety, wysokie ceny, które obecnie płacimy za energię, wyglądają na nową normę – podsumował.

Dodatkowo rosną koszty utrzymania i konserwacji irlandzkiej sieci energetycznej.

Tymczasem firma Bord Gáis Energy potwierdziła 12 września, że w przyszłym miesiącu podniesie również ceny energii elektrycznej dla klientów indywidualnych. Przeciętne gospodarstwo domowe będzie musiało liczyć się z wyższymi rachunkami o ok. 18 euro miesięcznie.

W oświadczeniu firma poinformowała, że od 12 października stawki jednostkowe za energię elektryczną wzrosną o 13,5 proc., a opłaty stałe o 12 proc. Ceny gazu dla 270 tys. klientów pozostaną jednak bez zmian.

Jest to pierwsza podwyżka cen firmy od trzech lat. Bord Gáis Energy zapewniła, że nadal będzie oferować wsparcie klientom, którzy mogą mieć trudności z opłaceniem rachunków, i zachęciła osoby znajdujące się w trudnej sytuacji do kontaktu.

Firma poinformowała również, że dysponuje szeregiem form pomocy dla klientów, w tym dla tych, którzy zmagają się z niespodziewanie wysokimi rachunkami.

Podwyżki cen energii przez firmy Energia i Bord Gáis Energy, a także zapowiadane podwyżki przez innych dostawców w najbliższej przyszłości, wywrą dodatkową presję na gospodarstwa domowe o niskich dochodach, które już teraz zmagają się z trudnościami finansowymi. Na początku tego miesiąca krajowy regulator rynku energetycznego, Komisja ds. Regulacji Usług Komunalnych (CRU), ostrzegł, że tej zimy tysiące kolejnych gospodarstw domowych mogą popaść w zaległości w opłatach za energię, ponieważ liczba takich przypadków już teraz „utrzymuje się na historycznie wysokim poziomie”.

Irlandzkie gospodarstwa domowe nadal płacą jedne z najwyższych cen energii elektrycznej w Europie. Najnowsza analiza cenowa CRU przewiduje, że w ciągu najbliższych pięciu lat rachunki domowe wzrosną o 8-21 procent.

Tymczasem ogromna liczba centrów danych działających w Rep. Irlandii wywiera znaczną presję na krajową sieć energetyczną. Na rok 2025 w Republice działało ok. 120 centrów danych obsługiwanych przez 24 różnych dostawców (w tym gigantów technologicznych takich jak Amazon, Google i Microsoft), które odpowiadają za ok. 25 proc. całkowitego zużycia energii elektrycznej w kraju. Przewiduje się, że do 2030 r. udział ten wzrośnie do ponad 30 procent.

Jednak centra danych i inni duzi odbiorcy energii korzystają z indywidualnych umów z dostawcami, które chronią ich przed wahaniami cen rynkowych. Niektórzy płacą stawki stałe negocjowane bezpośrednio z producentami energii lub zawierają długoterminowe umowy, które zapewniają dostęp do energii po cenach niższych niż rynkowe – znacznie niższych niż stawki płacone przez przeciętnego klienta indywidualnego czy komercyjnego.

Przedstawiciele rządu przyznają, że Irlandia stoi przed poważnym dylematem energetycznym. Z jednej strony centra danych przynoszą znaczne inwestycje zagraniczne, tworzą miejsca pracy i wspierają rozwój regionalny. Z drugiej, ich ogromne zużycie energii zmusza państwo do przyspieszenia modernizacji turbin, kabli i stacji transformatorowych – koszty tych działań ostatecznie ponoszą podatnicy oraz zwykli klienci indywidualni i biznesowi.

Analitycy energetyczni ostrzegają, że taka dysproporcja cenowa grozi stworzeniem w Irlandii dwupoziomowego rynku energii: jednego dla międzynarodowych firm technologicznych, które płacą preferencyjne stawki, oraz drugiego – dla gospodarstw domowych i małych firm, które ponoszą nieproporcjonalnie wysokie koszty modernizacji infrastruktury energetycznej.

Tymczasem wzrost cen energii elektrycznej staje się codziennością, a brak rządowego wsparcia tylko pogłębia trudności wielu rodzin. Nierówności w dostępie do taniej energii budzą coraz więcej pytań o sprawiedliwość systemu. Nadchodząca zima może okazać się wyjątkowo kosztowna – zwłaszcza dla tych, którzy już teraz ledwo wiążą koniec z końcem. **AD**

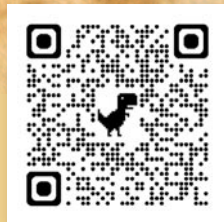
REKLAMA

Szukaj w swoim sklepie lub zamów z dostawą!

Zdrowe, tradycyjne pieczywo na zakwasie

Prosto z pieca!

healthybreadbylukas.ie



ZABÓJSTWA KOBIET, KTÓRE WSTRZĄSAJĄ IRLANDIĄ PÓŁNOCNĄ

Epidemia przemocy wobec kobiet



W ostatnich latach Irlandia Północna zmagą się z narastającym kryzysem społecznym, który wielu określa mianem „epidemii” przemocy wobec kobiet. Seria brutalnych zabójstw, w większości dokonanych przez partnerów lub byłych partnerów ofiar, wstrząsnęła opinią publiczną i uwidoczniła poważne luki w systemie sprawiedliwości. Statystyki są alarmujące – od 2020 r. życie straciło tam 28 kobiet i jedna dziewczynka, co stanowi najwyższy wskaźnik w całej Wielkiej Brytanii i Irlandii.

W obliczu tych tragicznych wydarzeń, coraz więcej głosów – zarówno ze strony ofiar, jak i środowisk akademickich – domaga się zaostrzenia wytycznych dotyczących karania sprawców przemocy oraz wprowadzenia systemu bardziej skoncentrowanego na ochronie ofiar.

W niedawnym przypadku, 23 lipca br., 45-letnia weterynarz Vanessa Whyte została zastrzelona wraz ze swoimi nastoletnimi dziećmi, Jamesem i Sarą, w ich domu w Maguiresbridge, hr. Fermanagh. Jedynym podejrzanym był jej mąż Ian Rutledge, który kilka dni później zmarł

w szpitalu z powodu samookaleczenia bronią palną. Zabójstwo tej rodziny miało miejsce zaledwie kilka tygodni po tym, jak 27-letnia matka dwójki dzieci, Sarah Montgomery, została zamordowana w Donaghadee, hr. Down. W chwili śmierci była w ciąży z trzecim dzieckiem

– chłopcem. Zak Hughes (28 l.) z Ardglan Place w północnym Belfaście, znany ofierze, został oskarżony o jej zabójstwo oraz o „zniszczenie dziecka” w związku ze śmiercią płodu.

Dr Susan Lagdon, starsza wykładowczyni psychologii na Uniwersytecie Ulsterskim, określiła system sprawiedliwości w Irlandii Północnej jako „wtórną formę wiktymizacji” kobiet i apeluje o zaostrzenie kar.

– Musimy przejść do systemu skoncentrowanego na ofierze, i to musi wyjść ze Stormontu” – powiedziała dr Lagdon, cytowana przez serwis news.sky.com.

Uniwersytet Ulsterski przeprowadził wcześniej badania, które wykazały, że 98 proc. kobiet z Irlandii Północnej biorących udział w ankiecie doświadczyło w swoim życiu jakiejś formy przemocy lub nadużycia – wynik ten został określony jako „porażający”.

Z tym stanowiskiem zgadza się Abigail Lyle, zawodniczka ujeżdżenia z Bangor, hr. Down, reprezentująca Irlandię na igrzyskach olimpijskich. Została zaatakowana przez byłego partnera i jeźdźca, Jonathana Cre-

swella, który został skazany na sześć miesięcy więzienia za jej pobicie.

Po jego zwolnieniu z więzienia, Creswell został oskarżony o zamordowanie innej kobiety – zawodniczki w skokach przez przeszkody Katie Simpson – w 2020 roku. Twierdził, że Katie pełniła samobójstwo. Podczas procesu o morderstwo w 2024 r. Creswell odebrał sobie życie.

Komentując śmierć Katie Simpson i jej wpływ na siebie, Abigail mówiła o poczuciu winy ocalałej:

– To było coś, z czym naprawdę się zmagalam po śmierci Katie, bo myślałam: dlaczego ja tu jestem, a jej już nie ma? Każde moje spotkanie z Johnnym... za każdym razem czułam, że mógł mnie zabić. Za każdym razem. Każda konfrontacja była przerażająca.

Tanya Fowles, dziennikarka gazety „The Impartial Reporter” z Enniskillen, hr. Fermanagh, odegrała kluczową rolę w zawiadomieniu policji o podejrzanym okolicznościach śmierci Katie Simpson. Komentując serię zabójstw kobiet w Irlandii Północnej w ostatnich latach, powiedziała: – To wy-

gląda jak epidemia i wcale się nie poprawia... Wydaje się, że jest coraz gorzej. (...) Uważam, że system karania w Irlandii Północnej jest zbyt słaby. Gdyby liczba kobiet mordowanych w swoich domach przez partnerów była równa liczbie policjantów zabijanych na ulicach Irlandii Północnej, wybuchłby skandal.

Tragiczne historie kobiet zamordowanych przez swoich partnerów w Irlandii Północnej są bolesnym przypomnieniem, że przemoc domowa to nie incydent, lecz systemowy problem, który wymaga zdecydowanej reakcji. Apel o surowsze kary i reformę systemu sprawiedliwości nie jest jedynie głosem ofiar – to wezwanie do ochrony podstawowych praw człowieka. Dopóki sprawcy przemocy będą traktowani z pobłażliwością, a ofiary pozostaną bez realnego wsparcia, liczba tragedii będzie rosła. Nadszedł czas, by społeczeństwo, politycy i instytucje wymiaru sprawiedliwości wspólnie podjęli działania, które zakończą tę „epidemię” i przywrócą kobietom poczucie bezpieczeństwa oraz godności. **Anna Domańska**

Irlandzki kontra angielski w Grand Central



Otwarcie nowego dworca Grand Central w Belfaście miało być symbolem nowoczesności i rozwoju infrastruktury transportowej Irlandii Północnej. Jednak zamiast jednoczyć, projekt stał się źródłem głębokiego podziału społecznego. Decyzja o umieszczeniu wyłącznie anglojęzycznych oznaczeń w obiekcie za 340 mln funtów wywołała falę protestów, kontrowersji politycznych i działań prawnych.

Ponad rok temu z wielką pompą otwarto nowy dworzec Grand Central w Belfaście. Określany jako największa inwestycja transportowa w historii Irlandii Północnej, dziś

stał się centrum gorącego sporu językowego.

W momencie otwarcia wartego 340 mln funtów obiektu, urzędnicy chwalili jego nowoczesny design oraz potencjał do rozwoju usług kolejowych i autobusowych w regionie. Jednak decyzja o umieszczeniu oznaczeń wyłącznie w języku angielskim wywołała protesty, starcia polityczne i działania prawne, co doprowadziło do wstrzymania planowanych aktualizacji dwujęzycznych i ponownego przyjrzenia się całemu projektowi.

Zwolennicy języka irlandzkiego twierdzą, że pominięcie Gaeilge w oznaczeniach kierunkowych i informacjach bezpieczeństwa w tak

ważnym miejscu publicznym było zmarnowaną szansą na uczczenie kulturowej różnorodności Irlandii Północnej. Wskazują na inne europejskie miasta – m.in. Dublin, Cardiff i Glasgow – gdzie wielojęzyczne oznaczenia są standardem w węzłach komunikacyjnych, odzwierciedlając codzienną rzeczywistość mieszkańców i turystów. Dla aktywistów obecny plan dodania irlandzkich napisów to jedynie spóźnione uznanie żywego języka, używanego przez tysiące ludzi po obu stronach granicy.

W centrum sporu znajduje się minister infrastruktury z ramienia Sinn Féin, Liz Kimmins, która wiosną potwierdziła plany instalacji dwujęzycznych oznaczeń na terenie Grand Central przed końcem 2025 roku. Jej zapowiedź obejmowała wszystkie typy oznaczeń: tablice kierunkowe, rozkłady jazdy, informacje o bezpieczeństwie, tablice powitalne, a nawet automaty biletowe. Kimmins określiła ten krok jako „pozytywny rozwój”, który uznaje język irlandzki za część codziennego życia wielu obywateli na północy.

Krytycy zarzucają jednak Kimmins pominięcie właściwych procedur. Zgodnie z zasadami rządu Irlandii Północnej, każda decyzja ministerialna uznana za „istotną lub

kontrowersyjną” musi zostać skierowana do całego gabinetu Stormontu w celu wspólnej akceptacji. Wicepremier Emma Little-Pengelly z Demokratycznej Partii Unionistycznej (DUP) twierdzi, że irlandzkie oznaczenia spełniają ten warunek i powinny być zostawione bez zmian. Wicepremier DUP podziela jej zdanie.

Departament Infrastruktury Irlandii Północnej szacuje koszt wymiany obecnych oznaczeń na 145-150 tys. funtów – kwotę, którą lider DUP Gavin Robinson oraz przedstawiciele Partii Unionistów Ulsterskich uznają za trudną do uzasadnienia w obliczu napiętego budżetu publicznego. Robinson powiedział dziennikarzom, że wymiana „nie-mal nowych” oznaczeń byłaby marnotrawstwem.

Idąc o krok dalej, lojalistyczny aktywista Jamie Bryson uzyskał w maju br. zgodę Sądu Najwyższego na przeprowadzenie przeglądu sądowego decyzji Kimmins. Zespół prawny Brysona twierdzi, że sprawa jest z natury podzielająca społeczeństwo i decyzja powinna zostać zatwierdzona przez gabinet współdzielonej władzy Stormontu.

Minister ds. społeczności Irlandii

Północnej, Gordon Lyons, odpowiedział m.in. za promocję języka irlandzkiego, jak informuje belfastlive.co.uk, poparł wyzwanie prawne Brysona, argumentując, że wspólne podejmowanie decyzji przez gabinet współdzielonej władzy jest niezbędne w sprawach o znalezieniu kulturowym.

Zwolennicy oznaczać twierdzą, że plan ma na celu równość i uprzejmość, a nie politykę. Zauważają, że informacje dwujęzyczne mają praktyczne zalety, takie jak pomoc zarówno rodzimym użytkownikom języka, jak i turystom w poruszaniu się po skomplikowanych węzłach komunikacyjnych, oraz wysyłają sygnał, że państwo ceni wszystkie swoje oficjalne języki jednakowo. –Irlandzki należy do naszej przestrzeni publicznej – powiedział jeden z aktywistów. – Język to tożsamość, a tożsamość zasługuje na widoczność.

W związku z zaplanowanym pełnym przesłuchaniem sądowym jeszcze w tym miesiącu, przyszłość dwujęzycznych oznaczeń w Grand Central pozostaje niepewna.

Bez względu na wynik, sztandarowy projekt transportowy Belfastu ujawnił trwałą siłę języka jako źródła debaty, kontrowersji i podziałów w życiu publicznym Irlandii Północnej. **RK**

Pasja w blasku Hollywood

**Społeczność People with Passion Ireland obchodzi wyjątkowy jubileusz – 200 inspi-
rujących osób z pasją i z tej okazji zaprasza na wyjątkowe wydarzenie w hollywoodz-
kim stylu. Już 5 października w godzinach 17:00–20:00 w Temple Gate Hotel w Ennis
uczestnicy przeniosą się w magiczny świat filmu, fotografii i muzyki.**

Główną organizatorką wydarzenia jest Katarzyna Dąbrowska, która poprowadzi wieczór wspólnie z Dermotem Fettonem – honorowym, dwusetnym członkiem People with Passion, a zarazem właścicielem nowo otwartego, klimatycznego pubu Considine w Ennis.

Dzięki swojej energii i charyzmie Dermot wniesie do wydarzenia wyjątkową atmosferę. W trakcie wieczoru goście będą mogli również wygrać voucher do Considine, aby zaprosić tam swoich przyjaciół.

Wieczór rozpocznie się półgodzinnym powitaniem, podczas którego uczestnicy zajmą miejsca przy zarezerwowanych stołach, nawiążą pierwsze rozmowy i uwiecznią te chwile na pamiątkowych fotografiach. Następnie rozpocznie się część artystyczna.

Najpierw trzech filmowców zaprezentuje swoje wyjątkowe dzieła na dużym ekranie, a potem publiczność przeniesie się w świat musicali dzięki recitalowi Bella Music, która wykona najsłynniejsze utwory ze światowych scen. Kolejni trzej twórcy filmowi zainspirują widownię swoją kreatywnością i niepowtarzalnym stylem.

Szczególną atrakcją będzie prezentacja prac utalentowanych fotografów, którzy przy swoich stołach pokażą portfolio i nawiążą bezpośredni kontakt z gośćmi. To niepowtarzalna okazja do podziwiania sztuki i nawiązywania nowych znajomości.

Nie zabraknie też Red Carpet Experience – każdy z uczestników będzie mógł zapoznać ze statuetką Oscara i poczuć się jak prawdziwa gwiazda Hollywood. Organizatorzy zachęcają do stylizacji w duchu glamour, aby w pełni oddać klimat czerwonego dywanu.

Kolejnym wyjątkowym momentem będzie aukcja obrazu artystki znanej jako Arts by Marts, której niepowtarzalny styl podbija serca miłośników sztuki. Całość dochodu z aukcji trafi do artystki podkreślając misję wydarzenia – wspieranie pasji i kreatywności.

Podczas wieczoru odbędą się także konkursy z atrakcyjnymi nagrodami. Wśród nich znajdzie się luksusowy zestaw kosmetyków od Rochford Pharmacy, voucher na hollywoodzką fryzurę w Cosmo Salon czy zaproszenie na 4 lampki prosecco lub 4 piwa z deską wykwintnych serów w pubie Considine. Losowanie nagród rozpocznie się po godz. 19:30, a losy loterii fantowej, w której do wygrania jest koszt kosmetyków, będzie można kupić na miejscu.

Całość dopełnią wyjątkowe akcenty – biżuteria i Korony Mocy autorstwa Marty Matyki-Obacz, słodkości od Simply Delicious oraz muzyka DJ-a B.O.G., które stworzą atmosferę prawdziwego Hollywood. Pomoc techniczną zapewni Michał Przikling, który jest z People with Passion od pierwszej edycji. O dekorację sali zadba Justyna Mróz, która również towarzyszy People with Passion od samego początku.

Głównym sponsorem wydarzenia jest Ei Electronics, materiały promocyjne przygotowała Print Tank, a patronami medialnymi są: Clare Champion, The Clare Echo, Radio Clare FM, Women in Business Magazine, Nasza Gazeta oraz Mir.

Wstęp na wydarzenie jest bezpłatny, jednak wyłącznie z zaproszeniem. Organizatorzy proszą o wcześniejsze potwierdzenie obecności, aby móc zarezerwować miejsca dla gości.



PHOTO-MATERIALS FOR A SCALABLE, REPLICABLE, AND...

„Ludzie z pasją mogą zmieniać świat na lepsze” – to motto People with Passion doskonale oddaje ducha nadchodzącego wieczoru. Hollywood Night in Ennis zapowiada

się jako niezapomniane wydarzenie łączące film, muzykę i fotografię.

mat. prasowe
People with Passion Ireland

Wielka, odważna podróż dwojga serc

Po ponad roku oczekiwania fani Colina Farrella i Margot Robbie wreszcie mogą zobaczyć swoich ulubionych aktorów w filmie „A Big Bold Beautiful Journey”, który miał premierę 19 września. Film to romantyczna przygoda o dwójce nieznajomych, którzy spotykają się przypadkiem i decydują się wspólnie wyruszyć w niesamowitą, fantastyczną podróż.

Główni bohaterowie, David i Sarah, grani przez Farrella i Robbie, są singlami po trzydziestce, którzy poznają się na weselu wspólnego znajomego w stanie Nowy Jork. Rozmawiają ze sobą, ale nie jest to miłość od pierwszego wejrzenia – Sarah zbudowała wokół siebie twardą skorupę, by się chronić, co utrudnia Davidowi

odczytanie jej uczuć. Jednak następnego ranka, gdy David ma już wracać do domu, jego GPS w starym Volkswagencie Passacie pyta, czy chciałby wyruszyć w „wielką, odważną, piękną podróż”. Choć David jest zaniepokojony tym, że GPS do niego mówi, zgadza się. Urządzenie kieruje go do najbliższego Burger Kinga, gdzie spotyka Sarah. Tam razem jedzą hamburgery a David pyta Sarah, czy chciałaby dołączyć do niego podczas „wielkiej, odważnej, pięknej podróży”. Ona odpowiada: „Czemu nie?”... i tak rozpoczyna się romantyczna przygoda, która zabierze ich przez cały kraj – od stanu Nowy Jork do Chicago i wielu miejsc po drodze – z odrobiną podróży w czasie, dzięki magicznemu GPS-owi w samochodzie.

Tuż przed premierą, na po-

złotego, 19 września, Farrell został nominowany do nagrody Emmy za najlepszą rolę męską w limitowanej serii „The Penguin” z 2024 roku. Jego kreacja Oswalda „Oz” Cobba została doceniona, ale niestety nagroda przypadła Stephenowi Grahamowi z serialu „Adolescence”.

„A Big Bold Beautiful Journey” to pierwszy duży projekt Margot Robbie od czasu światowego sukcesu filmu „Barbie”, którego była również producentką. Był to najbardziej dochodowy film 2023 roku, który do tej pory zarobił ponad 1,44 mld dolarów na całym świecie. Tymczasem fani Robbie z niecierpliwością czekają na premierę najnowszej adaptacji „Wichrowych Wzgórz” na podstawie powieści Emily Brontë, w której Robbie wciela się w kultową rolę



MATERIALS PROVIDED CONVICTS IPES

Catherine Earnshaw, a Jacob Elordi gra Heathcliffa. Premiera tego filmu planowana jest na początek 2026 roku. Biorąc pod uwagę popu-

larność Farrella i Robbie, oczekiwania dotyczące wyników kasowych „A Big Bold Beautiful Journey” są wysokie, a pierwsze recenzje

są pozytywne. Teraz, gdy film trafił do kin, wkrótce przekonamy się, czy jego jakość i popularność przełożą się na sukces finansowy. **RB**

R E K L A M A



Nowy serwis ogłoszeń drobnych w Irlandii
ogloszenia.ng24.ie
Ogłoszenia bezpłatne, zwykłe i wyróżnione

Koniczyna – taniec, śpiew, przyjaźń, pasja



W świecie pełnym ekranów, pośpiechu i cyfrowych bodźców, coraz trudniej znaleźć przestrzeń, w której dzieci i młodzież mogą rozwijać się w sposób naturalny, twórczy i pełen radości. Polish Folk Dance Group Koniczyna to miejsce, gdzie tradycja spotyka się z nowoczesnym podejściem do edukacji artystycznej. Tu nie tylko tańczymy i śpiewamy – tu budujemy więzi, odkrywamy polską kulturę i uczymy się współpracy. Zajęcia są dostosowane do wieku uczestników, a ich forma łączy zabawę z nauką, ruch z muzyką, folklor z kreatywnością.

Co dzieci i młodzież robią na zajęciach?

Odpowiedź zależy od grupy i kategorii wiekowej w Polish Folk Dance Group Koniczyna.

Najmłodsze dzieci skupiają się na zajęciach rytmicznych poprzez zabawę, pracę z instrumentami, na śpiewie i polskich zabawach (rodzicom dobrze znanym z Waszego dzieciństwa). Na zajęciach przy wspólnym śpiewie czasem mocno śpi stary niedźwiedź, a czasem myszka ucieka przed kotkiem do dziury. Zabawa, taniec, śpiew i język polski przeplatają się w rozrywkowej formie.

Grupa średnia uczy się śpiewać, tańczyć, wykonuje ćwiczenia rytmiczne, koordynacyjne i ogólnorozwojowe oraz podstawy tańca klasycznego, uczy się pracy z rekwizytami i zajmuje się również zabawami polskimi. Budujemy choreografię, próbujemy naszych sił aktorskich wplatając je w taniec pokazując obrazki polskiego folkloru.

Grupa najstarsza tańczy, śpiewa, wykonuje ćwiczenia rytmiczne, koordynacyjne, ogólnorozwojowe, ćwiczy podstawy tańca klasycznego, uczy się umiejętności scenicznych i wdraża je w trakcie nauki choreografii. Najstarsza grupa liczy na wsparcie nowych kolegów, którzy w tańcu będą chcieli wpleść kilka widowiskowych umiejętności podnoszenia partnerek, przysiadów i kolanek, wyskoków pod sufit.

Wszystkie grupy korzystają z nauki śpiewu pod okiem polskiej nauczycielki z B'Music College of Music and Performing Arts. Mocny, efektowny śpiew

grupy w trakcie tańca wymaga wspólnych ćwiczeń. Nasz program zawiera rozgrzewkę wokalną, naukę tekstów, ćwiczenia oddechowe i dykcyjne, skupienie się na projekcji.

Koniczyna to nie tylko taniec i polska kultura

Budujemy społeczność, przyjaźnię, współpracę – tworzymy grupę, a nie zbiór osób. Wbrew pozorom korzyści dla dzieci i młodzieży to nie tylko nauka tańca. To budowanie umiejętności społecznych w grupie, współpracy, negocjacji, rozwijania samodyscypliny, determinacji, otwartości, pewności siebie, jakościowego wykonywania ćwiczeń, budowanie dobrych nawyków i wiele innych. Są to rzeczy, które przydają się na całe życie.

Dzieci i młodzież mają możliwość prezentować swoje umiejętności poprzez występy kilka razy w roku. Organizujemy dla nich dodatkowe warsztaty, a także spotkania świąteczne. Raz do roku urządzamy zajęcia otwarte, gdzie dzieci i młodzież mogą przyjść na zajęcia z jednym z rodziców/opiekunów w celu ukazania swojej pasji i tego, co robią na zajęciach.

Zapraszamy Wasze dzieci na bezpłatne zajęcia próbne w Polish Folk Dance Group Koniczyna w Swords i Balbriggan. Rozumiemy, że dla wielu dzieci język polski to drugi język, więc gdy sytuacja tego wymaga prowadzimy zajęcia w dwóch językach tak, aby wszystkie dzieci miały równe szanse na świetną zabawę.

Kasia Gurtowska

Wtorki

Od 18:00 lub 19:00
w zależności od
kategorii wiekowej

Chłopcy
i dziewczyny
Nastolatki
i dzieci

Zajęcia w kilku
kategoriach
wiekowych

Swords
Holywell
Community Centre

lub

Balbriggan
Castleland
Community Centre



FOTO: KANIUTA, ARCHIWUM KONICZYNY

Nabór wniosków na projekty polonijne

REKLAMA

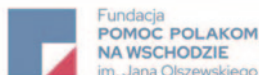
Startuje nabór wniosków
projektowych na 2026 rok

Dofinansowanie obejmuje obszary:

- Struktury polonijne
- Wydarzenia polonijne – kultura i promocja Polski, dziedzictwo kulturowe i historyczne
- Edukacja
- Pomoc charytatywna
- Media

Nabór wniosków trwa do momentu
zamknięcia konkursu przez organizatorów
(Senatu RP, Ministerstwa Spraw
Zagranicznych RP i innych)

www.pol.org.pl



Instytut Rozwoju Języka
Polskiego ogłasza nabór
wniosków pn. „Stypendia
Instytutu Rozwoju
Języka Polskiego na rok
2025”.

Stypendium motywacyjne przysługuje osobom, które:

- na stałe mieszkają poza granicami Rzeczypospolitej Polskiej,
 - w dniu ogłoszenia naboru ukończyły 16 lat,
 - uczą się w szkole za granicą,
 - w ostatnich 12 miesiącach wykazywały się aktywnością w promowaniu nauki języka polskiego oraz działały na rzecz integracji i aktywizacji środowisk polonijnych.
- Stypendium uznaniowe skierowane jest do osób, które:
- na stałe mieszkają poza granicami RP,



STYPENDIA IRJP NA ROK 2025

Trwa nabór
wniosków!



INSTYTUT ROZWOJU
JĘZYKA POLSKIEGO

Stypendia
motywacyjne
i uznaniowe

-nauczają języka polskiego w szkołach za granicą,
- posiadają co najmniej 10-letni dorobek w zakresie rozwoju języka polskiego za granicą oraz podtrzymywania polskiej tożsamości narodowej.
Z ubiegania się o stypendium wyłączone są osoby, które otrzymały je w ramach naboru w roku 2024.

Nabór wniosków trwa do 30.09.2025 r. do godz. 12:00 (czas polski) i odbywa się wyłącznie poprzez formularz elektroniczny: <https://irjp.wypelnij-wniosek.pl/>.

Więcej informacji: <https://www.gov.pl/web/irjp/nabor-wnioskow-pn-stypendia-instytutu-rozwoju-jezyka-polskiego-na-rok-2025>

facebook.com/InstytutIRJP

Wsparcie finansowe dla Polonii

Ruszył nabór wniosków o dofinansowanie projektów polonijnych na rok 2026

Zapraszamy organizacje polonijne i podmioty działające na rzecz Polonii i Polaków za granicą do składania wniosków o dofinansowanie projektów w ramach naboru na rok 2026.

Celem programu jest wspieranie inicjatyw, które służą podtrzymywaniu i promocji polskiej tożsamości narodowej, kultury, tradycji i języka, a także budowaniu więzi Polonii i Polaków mieszkających poza granicami kraju z Ojczyzną.

Wsparcie kierowane jest zarówno do organizacji społecznych, kulturalnych, edukacyjnych, jak i do środowisk skupiających młodzież, dzieci, seniorów oraz całe rodziny polonijne.

Wnioski można składać za pośrednictwem systemu elektronicznego – generatora – w wyznaczonym terminie.

Zachęcamy do dokładnego zapoznania się z instrukcją wypełniania formularza oraz do uważnego przygotowania opisów działań, grup docelowych i przewidywanych rezultatów.

Uwaga! Nie będą przyjmowane wnioski od organizacji zarejestrowanych w Polsce i działających na terenie Polski. Dokumenty przesłane przez te podmioty zostaną odrzucone.

Procedura złożenia wniosku składa się z dwóch etapów:

1) wypełnienie karty projektu i listu intencyjnego zgodnie z wybranym obszarem

oraz przygotowania dodatkowych załączników

2) wypełnienia formularza w generatorze. Na każdy projekt należy złożyć oddzielny wniosek.

Wnioski o dofinansowanie na 2026 rok przyjmowane są do 31 października 2025 r.

Obszary wnioskowania o dofinansowanie:

- Wsparcie struktur organizacji polonijnych
 - Wsparcie struktur szkół i przedszkoli polonijnych
 - Wsparcie struktur organizacji oświatowych, edukacyjnych i parasolowych – zrzeszających szkoły/nauczycieli
 - Wydarzenia polonijne w kraju zamieszkania
 - Wydarzenia polonijne w Polsce
 - Ochrona dziedzictwa narodowego i miejsc pamięci
 - Media
 - Publikacje
 - Pomoc charytatywna
 - Wypoczynek w kraju zamieszkania, w tym kolonie i półkolonie
 - Wypoczynek w Polsce
 - Wydarzenia edukacyjne
- Więcej informacji:
<https://wspolnotapolska.org.pl/stowarzyszenie/pomoc/2026.php>.

NG, materiały prasowe
Stowarzyszenie Wspólnota Polska

PRZYJMUJEMY
WNIOSKI
O DOFINANSOWANIE
NA ROK 2026

ZAPRASZAMY ORGANIZACJE POLONIJNE I PODMIOTY DZIAŁAJĄCE NA RZECZ POLONII I POLAKÓW ZA GRANICĄ DO SKŁADANIA WNISKÓW O DOFINANSOWANIE PROJEKTÓW W RAMACH NABORU NA ROK 2026.

STOWARZYSZENIE "WSPÓLNOTA POLSKA"



STOWARZYSZENIE
„WSPÓLNOTA POLSKA”



R E K L A M A

ZHP HUFIEC "BIESZCZADY"

GROMADA ZUCHOWA
wiek : 7-10 lat

Zapraszamy serdecznie do dołączenia do naszej Gromady, zbiórki odbywają się w każdy czwartek o godzinie 18.00-19.30 zaczynając 5 Września

- Biwaki
- Wycieczki
- Super zabawa
- Nowe przyjaznie
- Nauka polskiego poprzez zabawę

wszelkie pytanie oraz zapisy prosimy wysłać na maila

089 417 9481 nadia.noga@zhp.ie Lough Community Centre

R E K L A M A

SCOUTING IRELAND

87 Polski Szczęp Harcerski w Dublinie zaprasza!

Drużyny lądowe:

- Zuchy (6-9 lat):** zbiórki w czwartki, 18:30-20:00
- Harcerze młodszy (9-12 lat):** zbiórki w piątki, 19:00-20:30
- Harcerze starsi (12-15 lat):** zbiórki w środy, 19:00-20:30
- Wodrownicy (15-18 lat):** zbiórki w poniedziałki, 19:00-20:30

Drużyny wodne:

- Harcerze młodszy (9-12 lat):** zbiórki w poniedziałki, 19:00-20:30
- Harcerze starsi (12-15 lat):** zbiórki we wtorki 19:00-20:30
- Wodrownicy (15-18 lat):** zbiórki we wtorki, 19:00-21:00

Co oferujemy i dlaczego warto dołączyć?

- Niezapomniane obozy, biwaki i wyjscia outdoorowe
- Nauka samodzielności, odpowiedzialności i pracy zespołowej
- Rozwój umiejętności praktycznych i życiowych (np. pierwsza pomoc, orientacja w terenie)
- Działanie na rzecz lokalnej społeczności
- Zajęcia zarówno na lądzie, jak i na wodzie – żeglarstwo, kajaki, pionierka, survival

Dołącz do kadry Szczępu – rozwijaj pasję, zdobywaj doświadczenie i twórz niezapomniane przygody z młodzieżą!

083 408 3435 (Jola) info87dpg@gmail.com Tallaght, Dublin 24

Podpowiadamy, doradzamy

Prawa młodocianych pracowników

Praca młodych osób wiąże się z szeregiem przepisów mających na celu ich ochronę oraz zapewnienie równowagi między obowiązkami zawodowymi a edukacją. W dzisiejszym artykule przedstawiamy najważniejsze informacje dotyczące zatrudniania osób poniżej 18. roku życia – w tym zasady wcześniejszego opuszczania szkoły, warunki pracy w lokalach z koncesją, prawa dotyczące wynagrodzenia oraz obowiązki pracodawców.

Przerwanie nauki, aby podjąć pracę

Jeśli masz 16 lub 17 lat i rezygnujesz ze szkoły, aby podjąć pracę, musisz poinformować o tym Tuslę. Tusla zapewnia, że każde dziecko uczęszcza do szkoły lub otrzymuje minimalne wykształcenie. Organizacja prowadzi rejestr młodych osób w wieku 16-17 lat, które przedwcześnie kończą naukę, aby rozpocząć pracę. Tusla organizuje również dalszą edukację i szkolenia we współpracy z instytucjami edukacyjnymi i pracodawcami.

Praca w lokalach z koncesją (np. pub)

Młodzież ucząca się może być zatrudniona do ogólnych obowiązków w lokalach z koncesją, takich jak puby. Obowiązki ogólne nie obejmują sprzedaży alkoholu przy barze ani w sklepach off-licence.

W trakcie roku szkolnego możesz pracować tylko do 23:00 w dniu, który nie poprzedza bezpośrednio dnia szkolnego, np. mo-

żesz pracować do 23:00 w piątek, jeśli w sobotę nie masz szkoły. Ale nie w niedzielę, jeśli w poniedziałek masz zajęcia.

Pracodawcy zatrudniający młodzież w lokalach z koncesją muszą przestrzegać Kodeksu Praktyk (Code of Practice concerning the Employment of Young Persons in Licensed Premises). Prawo dotyczące młodych pracowników w lokalach z koncesją określa ustawa Protection of Young Persons Act 1996 (Employment in Licensed Premises) Regulations z 2001 r.

Wynagrodzenie młodych pracowników

■ **Otrzymywanie odcinka wypłaty** – Każdy pracownik, niezależnie od wieku, ma prawo do otrzymania odcinka wypłaty – pay-slipa – pisemnego zestawienia wynagrodzenia brutto oraz potrąceń na podatki i ubezpieczenie społeczne.

■ **Płaca minimalna** – Od 1 stycznia 2025 r. krajowa płaca minimalna wynosi €13,50 za godzinę. Jednak osoby poniżej 18. r. z. mają zagwarantowane tylko 70 proc. tej stawki, czyli €9,45 za godzinę. Pracodawca może zapłacić więcej, ale nie musi.

Napiwki i gratyfikacje

Pracodawcy muszą przestrzegać zasad dotyczących podziału napiwków i opłat serwisowych. Nie wolno im wykorzystywać napiwków do uzupełniania własnego podstawowego wynagrodzenia.

CZ. 2

**Obowiązki pracodawcy**

Pracodawcy muszą prowadzić dokumentację dla każdego pracownika poniżej 18 lat i przechowywać ją przez co najmniej 3 lata.

Informowanie młodych pracowników o ich prawach

Pracodawcy muszą przekazać pracownikom poniżej 18 lat kopię oficjalnego podsumowania Ustawy o ochronie młodych osób oraz warunki zatrudnienia – w ciągu miesiąca od rozpoczęcia pracy. Muszą też wywiesić to podsumowanie w miejscu pracy, w widocznym miejscu. Pracodawcy, którzy złamają przepisy ustawy, mogą zostać ukarani

grzywną do €1,904.61 oraz dodatkowo €317.43 za każdy dzień trwania naruszenia.

Jak złożyć skargę?

Jeśli uważasz, że twoje prawa pracownicze zostały naruszone, najpierw porozmawiaj z pracodawcą. Jeśli nie uda się rozwiązać sprawy, możesz złożyć skargę do Komisji ds. Relacji w Miejscu Pracy (WRC: <https://www.workplacerelations.ie/en/>). Twój rodzic lub opiekun może złożyć skargę w twoim imieniu. Skargę należy złożyć w ciągu 6 miesięcy od zdarzenia, korzystając z formularza online WRC.

Opr. NG na podst. mat. Citizens Information

REKLAMA

**II POLONIJNE SYMPOZJUM HISTORYCZNE
NEWRY 2025**

**“KOMUNO
WRÓĆ!”**

CZYLI PODMIANA ELIT

NIE PRZEGAPI! WSTĘP WOLNY!
ILOŚĆ MIEJSC OGRANICZONA!

Data - 11.10.25
Godzina - 15:00
Gdzie - St. Therese's Roman Catholic Church Banbridge BT 32 3AF

REJESTRACJA
07746502377 LUB
DIOSOS@GAZETA.PL

P. Stanisław Michalkiewicz

P. Leszek Żebrowski

P. Wojciech Sumliński

atronat medialny:

CENZURA

OS Visuals

REKLAMA

FREE part-time courses for adults in Dublin 2, 4, 6, 8.

City of Dublin FET College

2025-2026

Adult & Community Education

12-week term starting Mon. 15th Sept - Fri. 12th Dec

Arts and Crafts:
Arts and Crafts: D8
Creative Writing: D2; D4; D8
Drawing and Painting: D2; D6
Embroidery and Sewing: D2; D8
Painting and Pottery: D2
Weaving: D8

Digital Skills and Literacy:
Computers: QQI L2: D4; D6; D8
Digital Devices and Smartphones: D6; D8
Digital Skills: QQI L3: D4; D6
Improve your Reading, Writing, Spelling: L1/L2: D8
Spreadsheets: QQI L3: D8
Word Processing: QQI L3/ L4: D8

English Language
ESOL Classes L2-L5: D4; D8

Life Skills:
Career Preparation: QQI L3: D8
Everyday Maths: L2: D8
Irish Language: D2; D8
Personal Effectiveness and Wellbeing: QQI L3: D8

Music:
Community Trad Group - Beginner and Improvers: D8
Musical Memories: D8
Music Appreciation: D8
Singing and Choir: D4

Social:
Climate Change and Climate Justice (Upcycling): QQI L3: D6
Community Development: D1
Gardening: D8
Local History: D6, D8

Wellbeing:
Cooking and Nutrition: D8
Mindfulness and Meditation: D6
Yoga: D4; D8

For details: Ph: 01 6684571
WhatsApp: 086 078 7066
Email: southinnercity@aes.cdetsb.ie

Courses are available both as uncertified and as QQI Certified programmes at Levels 1 -5.

SOLAS

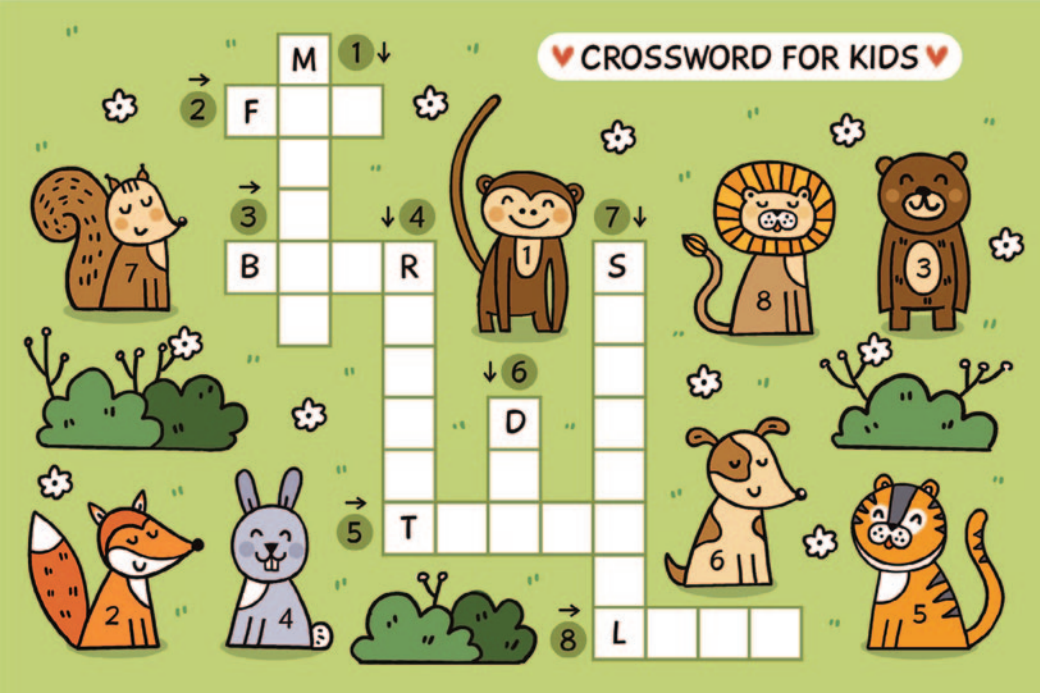
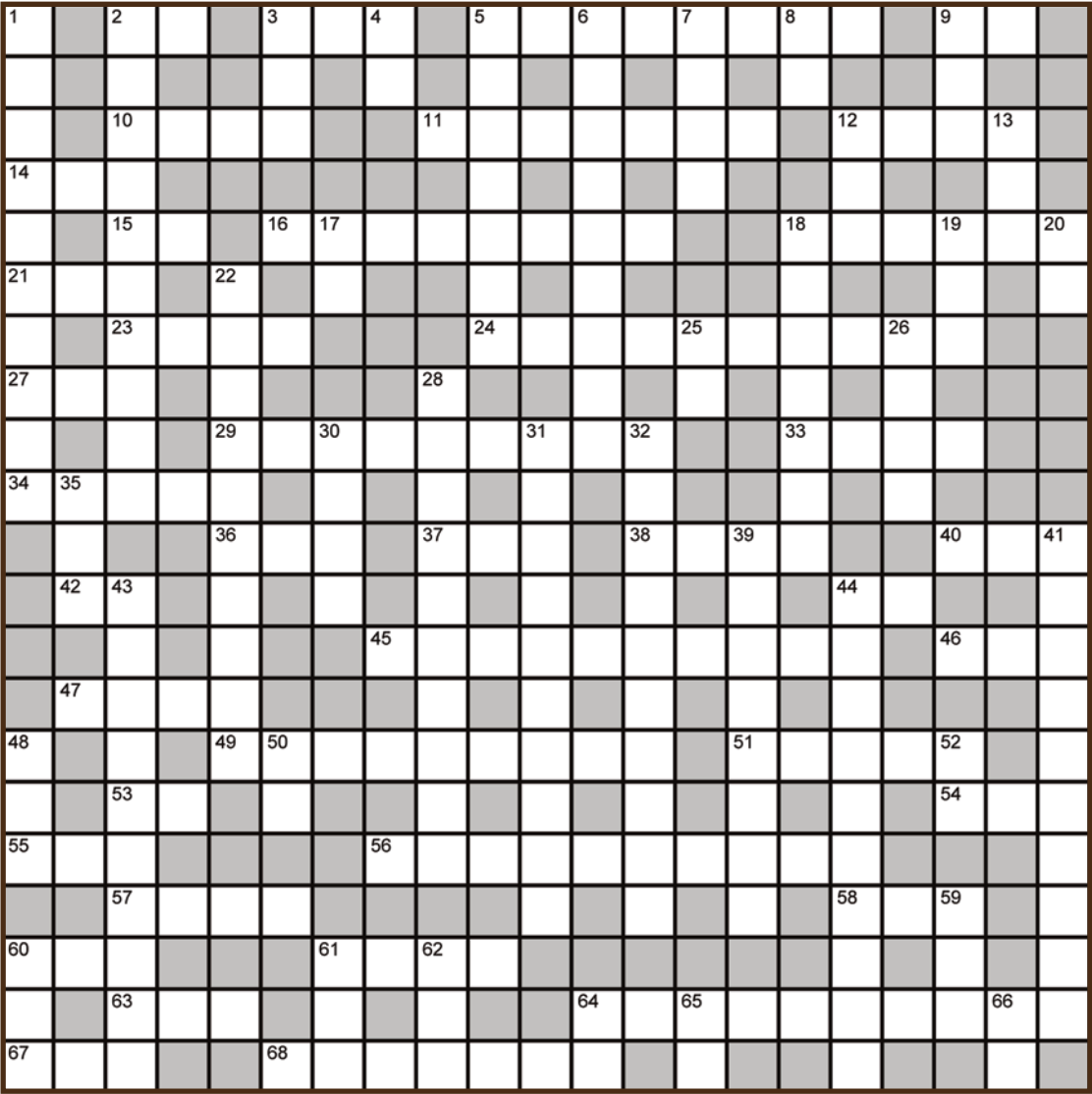
KRZYŻÓWKA

Poziomo

- 2 Carlo (ur. 1911), tłumacz włoski
3 niedopalek papierosa
5 duży, pieczony pieróg z farszem
9 miara poziomu inteligencji
10 substancja tłuszczowa
11 miasto w Japonii
12 imię królów spartańskich
14 rzeka w USA i Kanadzie
15 sztuczna inteligencja
16 sortyment drewna dębowego
18 przedmiot do siedzenia
21 wołanie, wezwanie
23 Breton, wyspa kanadyjska
24 część krosna
27 cios, uderzenie
29 powodzenie
33 zakład wytapiający szkło
34 ptak łowny z rzędu mew-siewek
36 marka aparatu fotograficznego
37 przyjaciel, towarzysz
38 rodzaj broni drzewcowej
40 prasa: kolumna
42 mityczny lud arabski
44 rzeka we Włoszech; Pad
45 gatunek chrząszcza
46 rzeka we Francji
47 twory kostne w jamie ustnej
49 badacz tekstu
51 jedno z imion Boga
53 jedn. strumienia magnetycznego
54 miasto w Nigerii
55 Shonagon (ok. 966-1202), pisarka jap.
56 rodzina angielskich wynalazców
57 rzeka w Kazachstanie
58 faza Księżyca, sierp księżycy
60 arkadyjski bóg pasterzy, opiekun stad
61 gatunek antylopy
63 Sei (1905-1970), pisarz jap.
64 rodzaj strzelby
67 miasto w Japonii (Honsiu)
68 rodzaj okrętu

Pionowo

- 1 pisarz bez talentu
2 nowotwór łagodny
3 drag drewniany
4 komputer osobisty
5 sygnał dźwiękowy
6 boh. z pow. „Cichy Don” M. Szolochowa
7 lewy dopływ Wisły
8 boh. „Emigrantów” S. Mrożka
9 najwyższy szczyt Kreta
12 1. czyn; 2. dokument urzędowy
13 Eugene (1804-1857), pisarz francuski
17 jednostka oświetlenia (luks)
18 hinduski system filozoficzny
19 wyraz smutku lub żalu
20 jednostka masy
22 magmowa skała żyłowa
25 asyryjski bóg słodkiej wody
26 centrum
28 łowienie ryb
30 dawniej: porcelana chińska
31 sos z galaretki porzeczkowej
32 daw. maszyna miotająca
35 jadowity gad
39 produkty w puszkach
41 hormon wytwarzany przez szyszynkę
43 parestezja
44 maszyna papiernicza
48 globalny system nawigacji satelitarnej
50 rzeka w Hiszpanii
52 klasyczny teatr japoński
59 część internetu w postaci stron
60 miasto w Birmie
61 przykrycie, pled
62 rasa dużych, silnych psów
64 wąski wał piaskowy
65 miara ciśnienia (tor)
66 kilobajt – skrót



SUDOKU

łatwe ▼

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

średnie ▼

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

trudne ▼

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



HOROSKOP PRAWDZIWY

TYGODNIOWY

od 26.09 do 2.10.2025 r.

przygotowała: Jasmina



BARAN

W relacjach warto postawić na szczerość, bo nieporozumienia mogą się zaostrzyć. W pracy – cierpliwość będzie Twoją przewagą. Zadbaj o sen i ogranicz stres.



BYK

Miłość wymaga rozmowy, a nie domysłów – nie bój się otworzyć. Finansowo zachowaj ostrożność, bo pokusy będą silne. Zdrowie poprawi się dzięki zmianie diety i chwili offline.



BLIŹNIĘTA

Nie każda znajomość jest warta ratowania – wybieraj mądrze. Kreatywność w pracy przyniesie uznanie. Twój układ nerwowy potrzebuje wyciszenia – postaw na relaks.



RAK

W miłości nie bój się mówić o swoich potrzebach. W pracy pojawi się szansa na pokazanie się z nowej strony. Zadbaj o odporność, bo zmienna aura może dać się we znaki.



LEW

Dobry czas zarówno w relacjach, jak i zawodowo. Możesz otrzymać ciekawą propozycję, ale nie wszystko złoto, co się świeci. Zadbaj o kręgosłup i unikaj forsownych ćwiczeń.



PANNA

W miłości spontaniczność przyniesie więcej radości. W pracy skup się na detalach, bo ktoś będzie Cię obserwować. Zdrowie dopisze, jeśli nie zapomnisz o regularnym ruchu.



WAGA

Relacje nabiorą głębi, jeśli pozwolisz sobie na szczerość. W pracy unikaj dyplomatycznych uników – czas na konkretne decyzje. Twój organizm potrzebuje więcej snu niż zwykle.



SKORPION

Miłość może Cię zaskoczyć – ktoś z przeszłości może się odezwać. Zawodowo to dobry czas na uporządkowanie zaległości. Zadbaj o nawodnienie i ogranicz kofeinę.



STRZELEC

Flirt i lekkość będą Twoją siłą – ale nie zapomnij o uczuciach innych. W pracy pojawi się ciekawa propozycja. Ruch na świeżym powietrzu poprawi Twoje samopoczucie.



KOZIOROŻEC

W relacjach warto postawić na jakość, nie ilość. Zawodowo możesz poczuć stagnację, ale to dobry moment na refleksję. Zadbaj o stawy i unikaj długiego siedzenia.



WODNIK

Miłość może przyjść z najmniej spodziewanej strony. W pracy Twoje pomysły zostaną docenione, jeśli je jasno przedstawisz. Zadbaj o aktywność, ale pamiętaj o odpoczynku.



RYBY

W uczuciach nie wracaj do tego, co już nie działa. W pracy intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązania. Zadbaj o układ trawienny i unikaj ciężkostrawnych potraw.

ADVERTS: WhatsApp
089 264 03 50

REKLAMA

3968_DU

3967_DU

Saturday, 27th September

National Public Libraries Open Day @ Enniscorthy Library

No need to book, just drop in on the day and help celebrate your local library.

Dolphin's BARN Library Lego Time!

SATURDAYS 11AM-1PM

BOOKING ESSENTIAL AGE 6-12

GALWAY HOOKER SAILING CLUB

GALWAY DOCKLANDS FESTIVAL

26th- 28th SEPT 2025

KID'S ACTIVITIES - PARADE OF SAIL - BOAT TOURS RIGGING DEMONSTRATIONS - WALKING TOUR MEET THE BOATBUILDER, SEAFOOD TASTING COOKING DEMOS AND SO MUCH MORE!

DOLPHIN'S BARN LIBRARY

Toddler Time

Tuesdays 10:30 - 11:30AM

Free Digital Skills Training

Feel confident using your smartphone (we'll show you how)

Kilmacthomas Tuesdays 10h00 Dunhill Thursdays 10h30

Call 051 396 934

Storyteller Niall de Búrca

Tales of the Viking Age

Family event

Kerry County Museum - Sat 4 Oct, 12noon & 3pm

CANVA SKILLS WORKSHOP

Saturday 4 October 2025; Johnston Central Library 10:15 -12:30 pm; tel.(049) 437 8500; library@cavancoco.ie Places are FREE and limited. Booking essential.

Dungarvan Traveller Health Project along with our partners invite you to our FAMILY FUN DAY & LAUNCH OF PROJECTS Celebrating Traveller Pride & Culture

Join us on Saturday 27th September from 12.00pm-3.00pm at Dungarvan Sports Centre for a Family Fun Day in celebration of a launch of a number of projects. All Welcome to attend.

Launch of Kids' Own Book Project

Launch of Quilt Project

Launch of Creative Arts Project

Face painting & Games & Activities

Refreshments will be served

3969_DU

3970_DU

Soplówka jeżowata

W świecie pełnym suplementów, chemicznych „wspomagaczy” i farmakologii ukierunkowanej na zarządzanie objawami, natura znowu okazuje się mądrzejsza. Soplówka jeżowata (*Hericium erinaceus*), niepozorny grzyb o wyglądzie białej, puszystej liany, rośnie na martwych pniach drzew. A jednak jego wpływ na ludzki mózg jest zdumiewający. To naturalne paliwo dla neuronów, tarcza przeciwko starzeniu się mózgu i prawdziwy dar dla umysłu.

Grzyb dla mózgu – dosłownie

Soplówka jeżowata jako jeden z nielicznych organizmów na Ziemi stymuluje produkcję czynnika wzrostu nerwów (NGF – Nerve Growth Factor). NGF to białko niezbędne do rozwoju, regeneracji i przetrwania neuronów. Bez niego komórki mózgowe obumierają, a wraz z nimi – pamięć, koncentracja i jasność myślenia. Właśnie dlatego soplówka jest tak obiecująca. Nie tylko chroni układ nerwowy, ale wspiera jego odbudowę. To oznacza realną pomoc dla osób z problemami poznawczymi, spadkiem koncentracji, demencją, a nawet chorobą Alzheimera, jest to naturalne wsparcie funkcji kognitywnych

Regularne spożywanie ekstraktów z soplówki może:

- poprawiać pamięć i zdolność uczenia się;
- wspierać neurogenezę – czyli tworzenie nowych komórek nerwowych;
- łagodzić objawy depresji i lęków;
- wspomagać regenerację układu nerwowego po urazach;
- poprawiać koncentrację i szybkość przetwarzania informacji.

Nie mówimy tu o chwilowym „kopie”, jak



po kawie czy napojach energetycznych, lecz o głębokiej regeneracji mózgu i układu nerwowego. W Japonii soplówka jest od lat uznanym środkiem wspierającym zdrowie neurologiczne u osób starszych i rekonwalescentów.

Ulga w depresji i lękach

Badania pokazują, że soplówka może działać podobnie jak leki przeciwdepresyjne – ale bez skutków ubocznych i uzależnienia. Zwiększając poziom NGF i wpływając na układ GABA (odpowiedzialny za wyciszenie i stabilność emocjonalną), łagodzi stany napięcia, stresu, a nawet chronicznej depresji.

To nie przypadek, że grzyb ten cieszy się ogromną popularnością wśród osób praktykujących medytację, psychoterapię czy biohacking.

Soplówka wspomaga świadomość, równowagę psychiczną i klarowność umysłu, ma ogromny potencjał terapeutyczny. Wstępne badania naukowe (np. Uniwersytetu Tohoku w Japonii) wskazują na obiecują-

ce efekty terapii soplówką u osób cierpiących na:

- chorobę Alzheimera i Parkinsona;
- neuropatie cukrzycowe;
- uszkodzenia nerwów;
- zaburzenia lękowe i depresyjne;
- stany zapalne mózgu i zaburzenia poznawcze.

Co ważne, grzyb ten działa holistycznie – nie tylko na sam mózg, ale też układ pokarmowy, odpornościowy i hormonalny, co tworzy efekt synergii w leczeniu.

Cud natury, który nie kosztuje miliardów

Soplówka jeżowata to żywy dowód, że natura daje nam narzędzia do uzdrawiania ciała i umysłu. To nie suplement – to naturalna inteligencja natury. Zamiast maskować objawy, uzdrawia od środka. W świecie, który zapomina o prostocie, ten grzyb przypomina nam, że prawdziwe lekarstwo nie musi mieć logo koncernu. W świecie, który coraz częściej leczy objawy, a nie przyczyny – ten biały grzyb staje się symbolem powrotu do równowagi, czystości i mądrości ciała.

Soplówka jeżowata jest ogólnie uważana za bezpieczną i dobrze tolerowaną przez większość zdrowych osób, ale wszelką suplementację należy konsultować z lekarzem, zwłaszcza przy chorobach przewlekłych lub przyjmowaniu innych leków.

Maciej Jaworski FAT OUT

Autor mieszka od 21 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.

FOTO: LAUREN GILLET, WIKIMEDIA, DOMENA PUBLICZNA, CC BY 4.0

„Lex szarlatan” kontra pseudomedycyna

Fałszywa pomoc, prawdziwe zagrożenie: rosnący rynek niekonwencjonalnych terapii

W ostatnich latach można zaobserwować wzrost zainteresowania niekonwencjonalnymi metodami leczenia niezgodnymi z aktualną wiedzą medyczną. Część chorych sięga po nie zamiast standardowej terapii, co może przekreślić szanse na wyleczenie. Za wieloma takimi decyzjami stoi działalność nieuczciwych firm i osób, które czerpią korzyści, wykorzystując trudną sytuację osób z ciężkimi chorobami. Jesienią mają zostać wznowione prace nad ustawą zw. „lex szarlatan”, która ma wprowadzić mechanizmy pozwalające na skuteczniejszą walkę z pseudomedycyną.

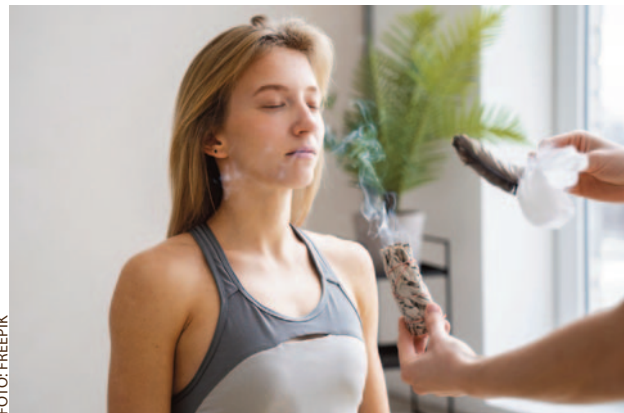


FOTO: FREERIK

Popularność tzw. alternatywnych metod leczenia raka otworzyła furtkę pseudomedycy, którzy wykorzystując swoją charyzmę i trudną sytuację pacjentów, proponują niesprawdzone terapie przeciwnowotworowe, czerpiąc z tego duże zyski.

– Spotykam się z wieloma problemami pacjentów onkologicznych, którzy w pewnym etapie walki z rakiem zawierają szarlatanom medycynę – nie waham się przed użyciem tak zdefiniowanego określenia. To są zwykli naciągacze, ludzie bez wykształce-

nia, bez żadnej praktyki pielęgniarskiej czy nawet praktyki salowej w szpitalu. Nie mają zielonego pojęcia o sprawach, w których się wypowiadają. Zawierając im, pacjenci nie dość, że przerywają leczenie onkologiczne, to zaczynają stosować środki, które są nie do końca zdefiniowane. Oczywiście potem wracają do kliniki zrozpaczeni, ale czas, który stracili, jest nie do odrobienia – mówi dr n. farm. Leszek Borkowski, farmakolog kliniczny ze Szpitala Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Wołominie. – Do mojej fundacji przychodzą zrozpaczeni ludzie, którzy mają liczne odległe przerzuty nowotworowe i mówią: teraz widzę,

że to, co robiłem przez rok, nie dało efektu, a mało tego, mój stan się pogorszył.

Z badań ankietowych przeprowadzonych przez Dolnośląskie Centrum Onkologii w latach 2017-2019 na grupie 355 osób z nowotworem złośliwym wynika, że po niekonwencjonalne metody sięgnęło prawie 44 proc. pacjentów (156 osób). To podobny odsetek, co w Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych, gdzie do ich stosowania przynajmniej co drugi chory onkologicznie. W USA wydatki ponoszone przez społeczeństwo na medycynę niekonwencjonalną są wyższe niż na standardowe terapie. Na popularność tego zjawiska wpływa wiele czynników,

m.in. ograniczenia wielu metod konwencjonalnych, które są obciążone objawami niepożądanymi, długotrwałe i nie zawsze skuteczne.

Jak pokazuje badanie Dolnośląskiego Centrum Onkologii, wśród stosowanych przez pacjentów niekonwencjonalnych metod były m.in. leki ziołowe, siemię lniane, pestki moreli, dożylny wlew witaminy C, megadawki witamin, woda święcona. Tylko 40 proc. użytkowników poinformowało swojego lekarza o alternatywnym leczeniu, któremu się poddali, co w opinii autorów badania jest szczególnie ważne ze względu na potencjalne zagrożenia związane ze stosowaniem samoleczenia. Mimo że więk-

szość użytkowników nie odmówiła leczenia konwencjonalnego na rzecz terapii niekonwencjonalnej i traktowała je jako uzupełnienie, to spora była grupa pacjentów rezygnujących ze standardowych procedur. Tylko 30 proc. deklaroowało, że zrezygnowało by z dodatkowych metod pod naciskiem lekarza.

– Z człowiekiem w trudnej sytuacji zdrowotnej jest tak jak w powiedzeniu „tonący brzytywa się chwyta”. Skoro nie ma szybkiego lub akceptowanego przez pacjenta postępu w leczeniu, to zaczyna się on rozglądać za innymi technikami pseudoterapeutycznymi, nie zdając sprawy z tego, że podpisuje na siebie wyrok. Czasami ten wyrok

Rozwiązania z nr NG109

Krzyżówka z nr NG109 Poziomo: 1 OREOFITY, 5 STOLNIK, 9 FBI, 11 TENORKI, 12 FASCJOLÓZA, 14 EDO, 15 LOS, 16 RAS, 17 TOPIEC, 19 EON, 23 ARNOLDSSEN, 25 WERRA, 27 SPIKER, 28 SATJAGRAHA, 30 ANDROGENY, 31 KOMORY, 33 CMA, 34 JASZCZURKA, 36 CY, 37 REMIZ, 40 IKT, 41 TAKA, 42 WYPIECZENIE, 45 TERAPIA, 47 OE, 48 ZBIÓR, 49 CAJDAMSKA, 52 TŁUM, 53 MIĘŚNIOLOT, 57 RH, 59 RURYK. **Pionowo:** 1 ORTELUSZ, 2 EANES, 3 FOR, 4 TRIER, 5 SI, 6 OJA, 7 KROPLÓWKA, 8 BRAND, 9 FU, 10 KOACERWATY, 12 FOTOSSETTER, 13 CZI, 18 PANTARKA, 20 NARTOSANKI, 21 KLASYCZNIE, 22 PIENIACTWO, 24 NERECZNICA, 26 ALPAGA, 29 RAM, 32 OLE, 33 CÍWIKŁA, 35 KATETOMETR, 37 RAKAMA, 38 MINIATOR, 39 ZYS, 43 PO, 44 NERD, 46 AJMAK, 47 ORLE, 48 ZŁO, 49 CIN, 50 JAO, 51 KB, 54 IQ, 55 ID, 56 LX, 58 HZ.

218679453	694731285	924135678
639485217	823695417	361827594
457132896	571248639	587649213
192347685	437986152	276458139
384561729	218573964	835791462
576298134	965124873	419362785
943816572	74857326	152986347
865723941	782369541	793214856
721954368	356412798	648573921

➔ cd. ze str. 14.

jest tragiczny – zauważyła dr n. farm. Leszek Borkowski.

Niedawno szerokim echem odbiła się sprawa 25-letniego Oskara D., posiadającego wykształcenie gimnazjalne, który podając się za medyka, oferował odpłatne konsultacje online. W ciągu dwóch lat zgromadził na swoim rachunku bankowym 4 mln zł. Znany jest przypadek jednej z pacjentek onkologicznych, której zalecał przyjmowanie rozpuszczalnika chemicznego (dimetylosulfotlenku) oraz namawiał ją do rezygnacji z biopsji i kontynuowania leczenia konwencjonalnego. Pacjentka nie podjęła leczenia i zmarła.

– Szarlatan prowadzi bardzo przemyślaną praktykę marketingu swoich nielegalnych czynności w mediach. Przekaz jest niezwykle chwytliwy i ludzie, którzy są zrozpaczeni, nieprzygotowani do właściwego odbioru fałszywych treści, kupują je. Jestem ostatnim człowiekiem w Polsce, który by winił za to pacjentów, natomiast jestem pierwszym człowiekiem, który wini za to władzę odpowiadającą za ochronę zdrowia w Polsce. I to nieważne, czy rządzi partia jednych, czy drugich, bo każda partia przynika oko z takich czy innych powodów na ideę rozprawienia się z szarlatanami medycznymi – mówi farmakolog kliniczny.

Rozwiązaniem problemu stosowania praktyk pseudomedycznych ma być przygotowywana nowelizacja ustawy o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta oraz ustawy o systemie powiadamiania ratunkowego, tzw. „lex szarlatan”. Projekt jest w konsultacjach społecz-

nych, a dalsze prace nad nim będą kontynuowane jesienią. Rzecznik Praw Pacjenta będzie mógł prowadzić postępowania dotyczące: działań zdrowotnych podejmowanych przez osoby bez kwalifikacji medycznych, stosowania lub oferowania metod wskazywanych błędnie jako lecznicze, prowadzących do pogorszenia zdrowia oraz zaniechania zgodnej z aktualną wiedzą medyczną metody diagnostycznej lub leczniczej. Będzie mógł także prowadzić postępowania dotyczące wykonywania działalności medycznej bez uzyskania właściwego wpisu do rejestru podmiotów wykonujących działalność leczniczą oraz medycznej dezinformacji (jeśli połączona jest z zyskiem i publicznym rozpowszechnianiem). RPP zyska też uprawnienia do nakładania kar już w decyzji uznającej naruszenie zbiorowych praw pacjentów, także w przypadku praktyk pseudomedycznych (obecnie możliwe dopiero za zaniechania po decyzji). Podniesione zostaną też górne limity kar. Autorzy ustawy szacują w ocenie skutków regulacji, że osób i podmiotów, których działalność podlegać będzie pod jej zapisy, może być w Polsce od kilku do kilkuset tysięcy.

– Sprawa jest bardzo prosta. Oczekuję, że każdy minister zdrowia wspólnie z ministrem spraw wewnętrznych i może jeszcze paroma innymi, w tym ministrem finansów, przyjrzą się legalności działań osób, które fałszują dane medyczne, podają pacjentom rzeczy, które nie są lekami – proponuje ekspert.

Newseria

R E K L A M A



Szukaj w swoim sklepie lub zamów z dostawą!

Makowa maślana zawijana we francuskim cieście, pachnąca i mięciutka

healthybreadbylukas.ie

3938-2_DU



Noc Kultury – Wystawa historyczna

Paweł Edmund Strzelecki – Nie-zapomniany polski bohater

Serdecznie zapraszamy na wyjątkowe wydarzenie kulturalne w Domu Polskim w Galway!

Odkryj z nami niezwykłą historię Pawła Edmunda Strzeleckiego – podróżnika, filantropa i humanisty, którego dokonania miały znaczący wpływ daleko poza Polską.

📍 Dom Polski, Galway (Doughiska Road, nad sklepem Polonez)

📅 17 19 września 2025

🕒 16:00 – 20:00

Wystawa jest częścią Nocy Kultury

👉 Wstęp wolny – zapraszamy wszystkich!



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



3960_DU

Cetyckie Wróżki

Wróżka w mitologii cetyckiej, to postać malutka, drobniotka jednym słowem niewielka, lecz jak można mniemać, potężna w swoich pragnieniach i czynach. Posiada ona właściwości ponadnaturalne i nadprzyrodzone. Termin „wróżka” wywodzi się od słowa „los” lub po prostu „przeznaczenie”. Natomiast polska nazwa „wróżka” wywodzi się od prasłowiańskiego wyrazu vestica, oznaczającego między innymi osobę znającą przyszłość każdego człowieka.

Mijają lata...

Wróżki w mitologii cetyckiej, były, jak wspomniano, niewielkiego wzrostu. Mogły mieć niecałe trzy lub cztery stopy wzrostu. Niski wzrost został im wynagrodzony przez naturę, która obdarzyła je ponadprzeciętną urodą. Miały rude długie włosy i śliczną buzię. Niektóre z nich miały mieć także zieloną cerę, która jednak tylko dodawała im uroku. Jako nieśmiertelne istotki były one wiecznie młode, chociaż zdarzały się nieliczne wyjątki.

Z biegiem czasu, wróżki zaczęto utożsamiać z cetyckimi „sidhe” lub też z nordyckimi „alfar”. To irlandzkie słowo oznaczało „ludzi z kopców” czyli z miejsc odosobnionych i tajemniczych, i oddawało charakter tych malutkich postaci.

Żyły w świecie duchów

Wierzono, że wróżki pojawiają się na pograniczach dnia, np. o zmierzchu, między dniem a nocą, lub w czasie przejścia pór roku (np. noc Beltane czy Samhain).

Wraz z Elfami, Wróżki mieszkaly w świecie duchów, zmarłych i wielu innych istot nadprzyrodzonych.

W krainie tej czas płynął zupełnie inaczej niż w świecie ludzi. Jest to, jak wiemy, świat wolny od bólu i cierpienia, który znany jest każdemu człowiekowi. Ta tajemnicza kraina Wrózek, znajdowała się pod kurhanami.

Często zamieszkiwały fairy forts – stare kamienne kręgi i wzgórza, uznawane za portale do ich świata. Panowało też



przekonanie, że w tym właśnie miejscu, gdzie przebywały Wróżki, otaczała go charakterystyczna niebieska poświata, którą wróżkom zsyłali bogowie.

Kochały muzykę i taniec

Wróżki przewidywały przyszłość każdej osobie, którą znały lub nie znały, ale która poprosiła ich o wróżbę. Przejawiały one słabość do muzyki i tańca i do wystawnych uczt, podczas których potrafiły się raczyć dużą ilością alkoholu.

Wróżki kierowały się swoimi własnymi prawidłami, daleko odbiegającymi od tych, które znane są nam śmiertelnikom. Potrafiły być one bardzo życzliwe dla ludzi, a nawet zdarzały się takie historie, że zapraszały ludzi do swojego świata, ale były one bardzo wrażliwe i należało bardzo uważać, żeby ich nie urazić.

Gniew Wrózek

Na gniew Wrózek można się było narażać, dla przykładu roznosząc fałszywe plotki, szczególnie je dotyczące.

Obowiązkiem śmiertelnika, który został zaproszony do świata Wrózek, było podzielenie się z innymi śmiertelnikami trunkiem, który same wytworzyły.

Jak zatem widzimy, świat, w którym mieszkaly Wróżki, był otwarty dla niektórych śmiertelników, ale będąc tam zaproszonym należało przestrzegać określonych zasad. Przed wejściem tam, trzeba było przyjąć od nich żelazne narzędzie, zazwyczaj był to nóż.

Ale żeby powrócić do świata żywych nie wolno było spróbować jedzenia Wrózek, którym oczywiście częstowały one osobę śmiertelną. Żelazny przedmiot trzeba było oddać Wróżkom, gdy się opuszczało ich świat, w przeciwnym razie na takiego człowieka spadał ich gniew. Często gniew Wrózek przejawiał się w dokuczaniu takiemu człowiekowi przez większość jego życia.

Ewa Michałowska-Walkiewicz

R E K L A M A

THE GRAND SOCIAL DUBLIN

KINO EVENTS HOUSE CORK

25
LAT

OS
TR

28/11/2025

TICKETS ON:
BILETY.NG24.IE
BILETOWO

chillout
entertainment



25
LAT

OS
TR

29/11/2025

TICKETS ON:
BILETY.NG24.IE
BILETOWO

chillout
entertainment

