



Magazyn
BEZPŁATNY!



Budżet na miarę naszych czasów

s. 22

Przybornik

Wirtualne biuro

Biuro wirtualne jest usługą zapewniającą realny adres dla Twojej firmy bez konieczności prowadzenia działalności w danym miejscu. Rejestrując firmę w biurze wirtualnym czerpiesz benefity wynikające z redukcji kosztów wynajmu lokalu oraz zatrudniania pracowników biurowych. Więcej informacji www.dmskiegowosc.eu 19

Gospodarka

Podwyżka płacy minimalnej

Rząd zatwierdził oficjalnie wysokość płacy minimalnej. Od 1 stycznia 2021 r. ma ona wynosić 10,20 euro 6

Przewrotką

Iga Świątek wygrała Roland Garros

Jako pierwsza polska tenisistka w historii wygrała turniej wielkoszlemowy. W dodatku we wspaniałym stylu i z niepowtarzalnym wdziękiem. Wydarzenie wyjątkowe. 7



085 PRAWNIK 085 7729645
01 4910010

Monika El Amki, Katarzyna Mastyło,
Paweł Sobol, Piotr Kuderski
www.prawnik.ie

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

MAGUIRE McCLAFFERTY SOLICITORS

**224, The Capel Building, Mary's Abbey
Dublin 7, Ireland**

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.

JOIN OUR TEAM

DELI ASSISTANT

APPLY NOW!

Send your CV to jobs@polonez.ie



BEST OF
POLAND



**150 best Polish
products
UP TO 40% OFF**

October 8th - November 18th

POLONEZ

taste of home



5



6



12



22



23

W OBIE STRONY

- W subiektywie Czerwińskiego 4
- Czy Polska powinna wspierać organizacje polonijne w Irlandii? 18

KRÓTKO

- Wiadomości z Irlandii 5,6,8,16

PRZEWROTKĄ

- Świątek Piątek 7

MODA, ŻYCIE, STYL, URODA

- Sylwetka typu klepsydra „X” 10
- Pomysłowa mama... zrób to sama 11

ZDROWIE

- Dlaczego uprawiamy nieidealny seks? 12

ZDROWO I KOLOROWO

- „Wciśnij restart” dla zdrowia – moja historia 13

PRAWNIK RADZI

- Uszczerbek na zdrowiu – najczęstsze urazy i rodzaje roszczeń odszkodowawczych 14

PRZYBORNİK

- Budżet 2021 19

ROZRYWKĄ

- Czytelnia 20
- Kompletujemy księgozbiór w Polskiej Bibliotece ABC 20
- Kącik malucha 20
- Krzyżówka 21
- Horoskop 21
- Uśmiechnij się 21

POLITYKA

- Budżet na miarę naszych czasów 22

POZNAJ WYSPĘ

- Donegal Castle 23

Wydawca:

Mir Press Limited
14 Princes Street
1st Floor Office
Cork

Redakcja: e-mail:
magazyn.mir@gmail.com
www.mir.info.pl

Redaktor naczelny:
Marta Luksander

Reklama:
e-mail: magazyn.mir@gmail.com

Zespół redakcyjny:

Krzysztof Wiśniewski
(Polskie Radio SA)
Maciej Weber
Piotr Czerwiński
Katarzyna Śliwa

Korekta: Monika Szeszko

Studio graficzne:
e-mail:
magazyn.mir@gmail.com
DTP: Tomasz Kuc

MIR Press LTD nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń, reklam i informacji. Redakcja nie zwraca materiałów nie zamówionych i zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania tekstów. Nadesłane materiały przechodzą na własność redakcji, co jednocześnie oznacza przeniesienie na redakcję „Mir Press LTD” praw autorskich z prawem do publikacji w każdym obszarze. Przedruk materiałów publikowanych w magazynie „Mir Press LTD” możliwy tylko za zgodą redakcji.

Drodzy Czytelnicy,

oto nastała nam w pełni jesienna aura. Tradycyjnie wieje, pada i ogólnie pogoda zachęca raczej do spędzania czasu przy gorącej herbacie niż na spacerach.

A skoro jesień, to i czas raczej mało wesoły, wręcz można powiedzieć, że depresyjny raczej. Na pewno nie poprawi to samopoczucia tych, którzy już wcześniej nie czuli się zbyt radośnie. A i sytuacja związana z pandemią dokłada swoją pesymistyczną cegiełkę.

Okazuje się, że szczególnie młodzież jest narażona na depresję i ogólny pesymizm. Niedawny raport UNICEF wskazuje, że młodzi ludzie w Irlandii należą do najbardziej depresyjnych w krajach rozwiniętych. Spośród 38 krajów, w których prowadzone były badania, Irlandia znalazła się na 26. Miejscu, jeśli chodzi o poczucie zadowolenia z życia wśród młodzieży.

Aż 28 proc. dzieci i młodzieży w Irlandii twierdzi, że nie odczuwa zadowolenia z życia. Dla porównania w Holandii odsetek ten wynosi zaledwie 10 proc., a w Finlandii 16 proc. Największe niezadowolenie wśród młodzieży budzi ich wygląd, presja wywierana na nich w szkole czy nękanie przez rówieśników. Aż jedna trzecia badanych wskazuje, że w zasadzie brakuje im jakiegokolwiek celu w życiu.

Ma to niestety także odzwierciedlenie w smutnych statystykach samobójstw. Według danych UNICEF w Irlandii co roku życie odbiera sobie sześcioro na 100 tys. nastolatków. A organizacje zajmujące się pomocą młodym ludziom w depresji wskazują, że rosnąca presja ekonomiczna oraz sytuacja związana z pandemią sprzyjają wzrostowi liczby nastolatków cierpiących a depresję i przyznających się do myśli samobójczych.

Specjaliści od lat zastanawiają się, jak odwrócić ten tragiczny trend i na razie nie sformułowano żadnej skutecznej recepty. Nie jest to z pewnością proste, bo wymaga pochylenia się z troską i uwagą nad problemami młodzieży. I stworzenia ludziom wchodzącym w dorosłość warunków do rozwoju zarówno osobistego, jak i zawodowego, a także nadania im życia celu.

Pamiętajmy zatem o naszych nastolatkach, o tych, których znamy dobrze i tych, których widzimy na ulicach. W końcu to do nich należy przyszłość tego kraju i całego świata. Dobrze byłoby, gdyby ta przyszłość nie jawiła się w depresyjnych barwach.

A nam, dorosłym czytelnikom, pozostaje nie dać się jesiennej aurze. Chętnie poznamy Wasze sposoby na radzenie sobie z tym chyba najmniej radosnym okresem w roku. Piszcie do nas i dzielcie się. Może ktoś także skorzysta.

Pozdrawiamy i zachęcamy do zajrzenia do środka Waszego ulubionego miesięcznika.

Redakcja



W subiektywie czyli opowieści dziwnej treści

Czerwińskiego

Kastła silteple, czyli król Maciuś szerszy

„Wygląda na to, moi państwo, że będziemy mieli na naszej Wyspie Skarbów Covid-20, a nawet Covid-21, model turbo z elektronicznym wtryskiem, w pół sekundy od zera do setki zachorowań. Będzie to pierwszy przypadek w historii handlu wolnorynkowego, kiedy produkt osiągnie tak ogromną popularność przy absolutnie zerowej promocji. Wiele bowiem wskazuje na to, że wszyscy tubylcy, włącznie z nami, zaczęli udawać, że pandemii już nie ma, podczas gdy ona jest i ma się coraz lepiej. Trochę mi to przypomina opowieści rodzinne z czasów okupacji; po jakimś czasie wszystko tak ordynarnie spowszedniało, że ludzie zaczęli żyć niemal tak samo, jak przed wojną. Padali przez to jak muchy, ale jeszcze jedna łapanka albo egzekucja nie robiła już na nikim wrażenia.

W powstaniu warszawskim było jeszcze lepiej. Towrystwo ginęło tak licznie, a budynki wybuchały tak masowo, że „pojęcia stały się tylko wyrazami”, jak pisał Tadeusz Różewicz, który co prawda nie był powstańcem, ale działał w AK na Kielecczyźnie.

„W ramach moich ulubionych dygresji, nie mających zbyt wiele wspólnego z tematem, to przypomniała mi się jedna anegdota, dosyć dobrze oddająca, nazwijmy to, społecznie uwarunkowaną znieczulicę. W schyłkowym PRL modne było dla draki otworzyć przy ludziach gazetę na stronie z nekrologami i powiedzieć: „zobaczmy, kto zrezygnował z kartek na mięso”...

„Wracając jednak do Irlandii, republic of: słońca jesień w pełni, że tak pięknie powiem. Deszcz pada, wiatr wieje, wszyscy kichają, jest bosko. Znowu spotkałem w kolejce mojego ulubionego Murzyna; tym razem rozmawialiśmy o upadku Babilonu i o tym, że Zion jest już blisko, przy czym Murzyn słusznie zauważył, że jest dokładnie odwrotnie. Umówiliśmy się na piwo. Będziemy dalej grzmocili ten temat przez pryzmat paradoksów postkolonializmu. Jeszcze tylko nie wiem gdzie go wygrzmocimy, bo jak tak dalej pójdzie, wkrótce zostanie nam już tylko Skype.

„Prócz tego naprawdę zacząłem wierzyć, że w Dublinie mieszka tylko jeden nastolatek. Nosi wyłącznie dresy, sportowe buty oraz ortalionową kurtkę z kapturem, która jest za ciasna i nie zakrywa mu niczego oprócz żeber. Ma wygolone skronie i potylicę, a także skrzywiony kręgosłup. Jest mu to niezbędne w patrzeniu na ekran telefonu, którego sam telefon stanowi 0.05 procenta. Nazywa

się Darragh albo inny Thorgal i jest sklonowany w liczbie jakichś circa about dwustu tysięcy. Porozumiewa się z innymi Thorgalami za pomocą jednego palca, chociaż nigdy nie widział „E.T.”, podobnie jak niczego innego, co nie było meczem piłki kopanej. Nie wie że Ziemia jest okrągła, ponieważ nie wie co to jest Ziemia. Tak staromodnych zagadnień nie porusza się bowiem na Tik-Toku.

„No tak, a słońca w pełni. Z jakichś powodów, prawie 30 lat po maturze, zacząłem mieć niebezpiecznie dużo wspólnego z językiem rosyjskim. Szkoda, że tak późno, bo naprawdę niewiele już z niego pamiętam. Nagle okazało się, że w tym narzeczu rozmawia średnio co trzecia osoba, którą spotykam (dwie pozostałe rozmawiają po polsku, czasami trafia się ktoś anglojęzyczny, z reguły Hiszpan albo Włoch). Odgrzebuje przeto mozolnie znajomość rosyjskiego z przepastnych śmietników mojej pamięci, bo wygląda na to, że na emigracji wszystko jest dalej wedle kanonu: tam gdzie my, tam Polska, a tam gdzie Polska, tam Rusczy.

„Chyba musimy się wreszcie pokochać, skoro los nas tak klei ze sobą gdziekolwiek się nie pojawimy. Znałem kiedyś taką dziennikarkę, która tak mnie wkurzała, ja zaś tak ją wkurzałem, że po jakichś dwóch latach tego wkurzania wskutek tradycyjnej libacji redakcyjnej odbyliśmy zibuzibu. Mamy do dzisiaj świetny kontakt. Nawet raz chciała wpaść w odwiedziny, tylko że bez męża i dzieci, co mi zasadniczo nie podeszło ideologicznie. Toteż stanęło na niczym, a właściwie nie stanęło wcale.

„Ponadto zauważyłem, że płyty winylowe zrobiły się nie dość że modne, to strasznie drogie. I to

wznowienia, nie oryginały. Wczoraj w Tesco (W TESCO!) natknąłem się na reedycję „Bridge Over Troubled Water” Simona i Garfunkela. Za 25 euro. Tak się składa, że mam oryginalne wydanie tej płyty z 1970 roku. Gdyby ktoś był zainteresowany, poproszę o kontakt przez redakcję MiR-a. Simon i Garfunkel obchodzili mnie wyłącznie z powodu „Sound Of Silence”, reszta mnie nie za bardzo obchodzi.

„Obchodzi mnie natomiast dlaczego nie wyjaśniłem jeszcze tytułu dzisiejszej gawędy. Otóż Rolling Stones, jako uchodzący podatкови, mieszkali kiedyś na lazurowym wybrzeżu, w miejscowości Villefranche Sur Mer nieopodal Nicei, w wielkiej willi o nazwie Nellcote. Tam nagrali znaczną część swojego legendarnego albumu „Exile On Main Street”. Po wielu dekadach willę kupił jakiś Rosjanin, za 100 milionów euro. Ale podobno nie jest wielbicielem danych mieszkańców swojej hacjendy, więc kiedy fani przyjeżdżają robić tam sobie zdjęcia, podobno wychodzi czarna postać ze standardowym tekstem typu „kastła silwuple”. Oprócz tego ostatnio użyłem jak dzika świnią. W czasach mojego dzieciństwa, przynajmniej w mojej okolicy, słowo „Maciek” było synonimem grubasa. To mnie akurat dziwi. Jedyny Maciek, którego wtedy znałem, był anorektycznie chudy. Ale to już jest materiał na inną okazję.

CORDIALMENTE,
PIOTR CZERWIŃSKI

Słownik zwrotów obco brzmiących:

- Kastła silteple (pierw. Casse-toi, s'il te plait): „bardzo proszę spierdalać”.
- Babilon, Zion: ach proszę się naprawdę nie przejmować takimi niuansami. W telewizji na pewno leci teraz „X Factor”.
- Circa about: about circa
- Zibu-zibu: zibuzibu



Robert Lewandowski najlepszy w Europie

Robert Lewandowski został Piłkarzem Roku UEFA! Wyboru dokonali trenerzy drużyn uczestniczących w fazach grupowych Ligi Mistrzów i Ligi Europy oraz jeden dziennikarz z każdej federacji zrzeszonej w UEFA.

Robert Lewandowski ma za sobą fenomenalny sezon – lepszemu nie mógł sobie wymarzyć. Z Bayernem Monachium wygrał dosłownie wszystko: Bundesligę, Ligę Mistrzów, Puchar Niemiec, Superpuchar UEFA oraz Superpuchar Niemiec. Został królem strzelców ligi niemieckiej (34 gole), Ligi Mistrzów (15 goli) i Pucharu Niemiec (6 goli). W sumie strzelił aż 55 bramek.

Piłkarz Roku UEFA:

1. Robert Lewandowski (Bayern) 477 pkt
2. Kevin De Bruyne (Man City) 90 pkt
3. Manuel Neuer (Bayern) 66 pkt
4. Lionel Messi (Barcelona) 53 pkt
5. Neymar (Paris Saint-Germain) 53 pkt
6. Thomas Mueller (Bayern) 41 pkt
7. Kylian Mbappe (Paris Saint-Germain) 39 pkt
8. Thiago Alcantara (Bayern) 27 pkt
9. Joshua Kimmich (Bayern) 26 pkt
10. Cristiano Ronaldo (Juventus) 25 pkt

Plebiscyt dla piłkarzy grających w Europie został utworzony w 2011 r. Wówczas w głosowaniu brali udział wyłącznie dziennikarze. Każdy z nich tworzy swoją trójkę – pierwszy otrzymuje pięć punktów, drugi trzy, a trzeci jeden. Duże zmiany nastąpiły jednak trzy lata temu. Wtedy UEFA postanowiła dać możliwość głosowania także trenerom 80 klubów, które rywalizowały w fazach grupowych Ligi Mistrzów i Ligi Europy w ostatnim sezonie. Ponadto zwiększono liczbę dziennikarzy i od tej pory możliwość głosowania na swoich kandydatów ma jeden dziennikarz z każdej federacji zrzeszonej w UEFA.



Ryanair zamyka bazy w Cork i Shannon

Ryanair zamknie swoje bazy na lotniskach w Cork i Shannon z powodu zaostrzonych ograniczeń w podróżowaniu po EU.

Michael O'Leary, dyrektor generalny Ryanair Holdings, potwierdził tę informację w czwartek. Decyzja ta oznacza, że 135 osób z załogi, 80 w Cork i 55 w Shannon, zostanie bez pracy, przynajmniej do kwietnia przyszłego roku. Ian McDonnell ze związku zawodowego Fórsa, który reprezentuje pracowników Ryanaira, obiecał, że organizacja będzie dążyć do rozmów

z liniami lotniczymi w celu ustalenia, czy istnieje alternatywa dla tymczasowych zwolnień. Z Cork nadal będziemy mogli wylecieć do Stansted, Katowic i Gdańska, ale trasy będą obsługiwane przez samoloty i personel z siedzibą poza Irlandią. Ryanair miał bazę na lotnisku w Cork od 2005 r. i po raz pierwszy od 15 lat nie będzie miał tu samolotu stacjonującego w miesiącach zimowych. Kierownictwo lotniska jest zdruzgotane tą wiadomością – oznacza ona utratę wielu miejsc pracy i wstrzymanie 13 tras.



Ponad połowa przebadanych czuje chroniczne zmęczenie

Ponad połowa przebadanych osób, które wyzdrowiały z COVID-19 cierpią na chroniczne zmęczenie – wynika z badania przeprowadzonego przez naukowców z irlandzkiego uniwersytetu Trinity College. Nie miał przy tym znaczenia sposób, w jaki sposób pacjenci przeszli chorobę. Naukowcy podejrzewają, że efektem tego było obniżenie odporności wywołane SARS-CoV-2.

Badanie irlandzkiego Trinity College zostało zaprezentowane podczas wideokonferencji naukowców specjalizujących się w schorzeniach chronicznych. Uczestniczyło w nim 128 osób, które przeszły chorobę COVID-19. Spośród nich u prawie 53 proc. występowało poczucie głębokiego zmęczenia. „Dotyka ono zarówno pacjentów po ciężkim przebiegu tej choroby, jak i osób zainfekowanych, u których przebiegała ona w sposób łagodny” – odnotowali naukowcy, dodając, że badane osoby analizowano po 10 tygodniach od ustąpienia u nich symptomów koronawirusa. Kierujący pracami zespołu wirusolog Liam Townsend z dublińskiego Szpitala św. Ja-

kuba wyjaśnił, że choć jego zespół w przyszłości zamierza zbadać główną przyczynę zmęczenia u ozdrowieńców, to w chwili obecnej naukowcy uważają, że jest to efekt „prawdopodobnych zaburzeń systemu odpornościowego po zakażeniu koronawirusem”. Nasze studium dowiodło, że zmęczenie odczuwane przez osoby, które przeszły przez COVID-19, występuje bez względu na to, czy pacjenci leżeni byli po zakażeniu koronawirusem w szpitalu, czy też przebyli chorobę poza placówką medyczną – dodał Townsend. Wyjaśnił też, iż w trakcie badania nie stwierdzono, aby któraś z płci wyraźnie przeważała pod względem większej liczby cierpiących na poczucie zmęczenia po chorobie. Badacz wskazał, że poczucie głębokiego zmęczenia u ponad połowy badanych osób występowało pomimo zaniku u nich wszelkich objawów COVID-19. Zaznaczył także, że prawdopodobnym rozwiązaniem problemu powinna być nie tyle terapia farmakologiczna, ile zmiana sposobu życia, polegająca na zwiększeniu aktywności fizycznej.



Inflacja w Polsce najwyższa w UE

We wrześniu inflacja w Polsce była wyższa niż miesiąc wcześniej i najwyższa w całej Unii Europejskiej – wynika z danych Eurostatu.

W ubiegłym miesiącu inflacja HICP sięgnęła 3,8 proc. w porównaniu z 3,7 proc. odnotowanymi w sierpniu. W ujęciu miesiąc do miesiąca wyniosła 0,2 proc. Wzrost cen powyżej 3 proc. zanotowano również na Węgrzech i w Czechach. W kraju bratanków inflacja zelżała do 3,4 proc. z 4 proc. miesiąc wcześniej, a u naszych południowych sąsiadów – do 3,3 proc. z 3,5 proc. Najniższą inflację odnotowano w Grecji (-2,3 proc.), na Cyprze (-1,9 proc.) i w Estonii (-1,3 proc.). W porównaniu z danymi z sierpnia inflacja wzrosła w siedmiu krajach UE, a spadła w 15. Najmocniej – aż o 1,4 pkt proc. zwiększyła się w Belgii (z -0,9 proc. do 0,5 proc.), a najbardziej, o 0,6 pkt proc., spadła w Portugalii (do -0,8 proc.), na Litwie (do 0,6 proc.) oraz na Węgrzech.



Sylwestra w tym roku nie będzie

Rada Miasta Dublina wydała komunikat, że w tym roku nie zamierza organizować tradycyjnej zabawy sylwestrowej. W ubiegłym roku w takiej zabawie uczestniczyło ok. 110 tys. osób.

Odwołanie sylwestra oczywiście nie oznacza, że nie będziemy mieli nowego roku. Decyzja na razie dotyczy Dublina, ale nikt by się nie dziwił, gdyby dotyczyła także innych miast. W Dublinie zachorowań jest najwięcej, ale w całym kraju epidemia zbiera obfite żniwo.

Organizacja Fáilte Ireland zapowiedziała, że wkrótce powstanie organ, który ma przywrócić „życie w Dublinie”. Grupa Destination Recovery Taskforce ze względu na „niezwykle trudne wyzwania” ostatnich tygodni zgromadzi firmy i organizacje związane z branżą hotelarską, gastronomią, kulturą i turystyką. Zbadają one możliwości zwiększenia ruchu turystycznego, z jednoczesnym stosowaniem się do wytycznych dotyczących zdrowia publicznego.



Zatwierdzona podwyżka płacy minimalnej

Rząd zatwierdził oficjalnie wysokość płacy minimalnej. Od 1 stycznia 2021 r. ma ona wynosić 10,20 euro.

Podwyżka obejmie blisko 122 tys. pracowników. Zdaniem związków zawodowych przydałoby się jeszcze trochę dolożyć. Ich

zdaniem do spełnienia celów brakuje 1 proc. Rząd zgadza się, że podwyżka o 10 centów nie jest specjalnie zauważalna, ale też zwraca uwagę, iż jest to już kolejna podwyżka i że od 2016 r. płaca minimalna zdążyła wzrosnąć z 8,65 euro.

Policja skonfiskowała 4 tys. nielegalnych dekoderek

Jak poinformował „The Journal”, po wielkiej policyjnej akcji skonfiskowano 6340 podejrzanych przedmiotów, z których 4 tys. to nielegalne dekodery.

Akcja była organizowana przez Europol, a na poziomie krajowym Garda National Bureau of Criminal Investigation (GNBCI). Podjęto 14 indywidualnych dochodzeń dotyczących sprze-

daży towarów podrobionych i chronionych prawem autorskim. Akcje prowadzono w Dublinie, Waterford, Tipperary, Mayo i Laois. Oprócz sprzętu elektronicznego, takiego jak baterie, części i akcesoria do telefonów, były tam także odzież oraz obuwie. Dekodery skonfiskowano podczas trzech poszukiwań przeprowadzonych w Midlands i w Dublinie.



Sześciotygodniowy zasiłek chorobowy

W czasach pandemii trzeba szukać nowych rozwiązań. Rząd bierze więc pod uwagę wprowadzenie sześciotygodniowego zasiłku chorobowego dla pracowników.

Obecnie zasiłek przysługuje od siódmego dnia choroby. Należy się w dodatku tylko temu pracownikowi, który wcześniej przez dwa lata odprowadzał składki na ubezpieczenie społeczne. Należy też dysponować zaświadczeniem od lekarza. Osobom zatrudnionym i starszym, powyżej 66. roku życia, taki zasiłek nie przysługuje. Jeśli nowa ustawa zostanie przyjęta, zapew-

ni to sześciotygodniowy zasiłek chorobowy dla pracowników w takim samym wymiarze, jak tygodniowe zarobki. Płatność naliczana byłaby od pierwszego dnia zwolnienia lekarskiego. Ustawa ta dawałaby również prawo do płatnego urlopu rodzicom, gdyby ich dziecko zostało zmuszone do pozostania w domu z powodu COVID-19. Ustawa przewiduje także płatny urlop rodzicielski w przypadku gdy szkoła zostanie zamknięta z powodu koronawirusa. Sześciotygodniowy zasiłek chorobowy to projekt Partii Pracy.

Parlament zagłasuje nad ustawą o godnym umieraniu

Trzy partie rządzące udzieliły dyspensy swoim parlamentarzystom, którzy będą wyjątkowo mogli zagłasować bez konieczności podtrzymywania dyscypliny partyjnej. Chodzi o ustawę o „godnym umieraniu” – *Dignity in Dying Bill*.

Deputowani z Fine Gael, Fianna Fáil i z Partii Zielonych mogą głosować zgodnie z sumieniem, bez konieczności dostosowywania się do linii narzuconej przez partię. Partia Pracy, Sinn Féin i socjaldemokraci poparli projekt ustawy, którą przedstawił poseł Gino Kenny z partii People Before Profit. Ustawa o godnej śmierci ma na celu „zapewnienie pomocy w osiągnięciu godnego i spokojnego końca życia”. W uzasad-

nieniu napisano także, że ustawa ma dać wybór ludziom, u których postawiono ostateczną diagnozę – wybór zakończenia życia w godny sposób i na ich warunkach.



Parafianie.ie

Polska msza w Irlandii
Zapraszamy do modlitwy



Wspólnota polonijna
w Diecezji
Kildare i Leighlin

ŚW. FAUSTYNA
" CIERPLIWOŚCIĄ W DOŚWIADCZENIACH
POKONUJE PRZECIWOŚCI "

ONLINE MASS EVERY SUNDAY



Parafianie.ie



MACIEJ WEBER

Świątek Piątek

ga Świątek wygrała Roland Garros. Jako pierwsza polska tenisistka w historii wygrała turniej wielkoszlemowy. W dodatku we wspaniałym stylu i z niepowtarzalnym wdziękiem. Wydarzenie wyjątkowe.

Aby zrozumieć skalę problemu, trzeba sobie wyobrazić, że nie tylko nie dokonała tego żadna polska tenisistka, ale nawet tenisista. Wojciech Fibak, dla którego Polacy pokochali tę dyscyplinę, w latach 70. ubiegłego stulecia kilkakrotnie dochodził do ćwierćfinału. Wygrał co prawda Australian Open, ale to nie tylko najmniej ważny z czterech wielkich turniejów – wygrał go w deblu z zagranicznym partnerem, Holendrem Tomem Okkerem, a to sukces znacznie mniej wyróżniany niż w singlu, gdzie faktycznie występują wszyscy najlepsi. W grze podwójnej czołowi singliści raczej nie występują, względnie dzieje się to bardzo rzadko. Nie tak dawno Łukasz Kubot jako pierwszy Polak zwyciężył na Wimbledonie i z tego powodu w Polsce też zrobiono wielkie halo. Ale to także był debel – w parze z Brazylijczykiem Marcelo Melo. Był

jeszcze finał US Open pary Marcin Matkowski – Mariusz Fyrstenberg, jednak to ciągle było nie to.

W bardzo zamierzczliwych czasach, to znaczy przed drugą wojną światową, mieliśmy Jadwigę Jędrzejowską. Grała w finałach w Paryżu, Londynie i Nowym Jorku – i zawsze przegrywała. Wygrała co prawda Roland Garros i to tuż przed wybuchem wojny, bo w roku 1939 (a w USA była w finale), ale to ciągle był debel. Przez wiele lat natomiast w najściślejszej czołówce utrzymywała się Agnieszka Radwańska. Była nawet numerem dwa na liście światowej i bodaj jako jedyna z grona najlepszych nie wygrała ani jednego takiego turnieju. Finał na Wimbledonie i wygrany set z Sereną Williams to największe jej osiągnięcie. Aby być w miarę dokładnym, należy dodać jeszcze jeden półfinał w Londynie i dwa na kortach w Melbourne. Jednak skończyła karierę przed trzydziestką, bo zachciało jej się wyjść za mąż i zostać mamusią. Tu spisała się bez pudła. Wygrała co prawda bardzo prestiżowy turniej Masters, w którym pod koniec roku spotyka się osiem najlepszych zawodni-

czek rankingu, ale to jednak nie to samo co Wielki Szlem. A Iga ledwo zaczęła, a już zrobiła to, co starszej koleżance się nie udało. No i mieliśmy jeszcze Jerzego Janowicza, który najpierw w ćwierćfinale Wimbledonu pokonał Kubota, a w półfinale urwał seta Andy'emu Murrayowi, późniejszemu triumfatorowi. Finalnie przegrał jednak z kontuzjami i własnym charakterem. A więc – po tym przydługim wywodzie dochodzimy do wniosku z początku: Iga jest wyjątkowa.


Niby nie mamy do Agnieszki większych zastrzeżeń, ale na jej tle Iga wzbudza sympatię praktycznie od pierwszego wydarzenia. W dodatku w tym sukcesie 19-latkę nie ma niczego przypadkowego. Jako juniorka wygrała co prawda Wimbledon, a nie Roland Garros, ale w wywiadzie dla polskiej telewizji mówiła znacznie wcześniej, że chce wygrać wszystkie wielkoszlemowe turnieje w wersji dla kobiet (a nie dziewczynek), a spodziewa się zacząć właśnie od Paryża. No i zaczęła. Krótko przed tym w US Open doszła do trzeciej rundy, co też traktowano jako osiągnięcie. Natomiast w Paryżu nie dała szans żadnej rywalce. W całym turnieju nie oddała seta. W siedmiu spotkaniach oddała zaledwie 28 gemów. Wcześniej mniej straciła tylko Steffi Graf (26). Po raz pierwszy zdarzyło się, że zwycięży tak męskiego, jak i żeńskiego singla wygrali turniej bez straty seta podczas tej samej edycji. To samo zrobił bowiem także Rafael Nadal (on wygrał w Paryżu już po raz 13.). Co interesujące, Iga od dawna mówi, że to jej idol i było trochę niezręcznie, kiedy przed jej finałem powodzenia polskiej nastolatki przeczytał rywal Hiszpan – Novak Djoković. Iga odpowiedziała: **Dzięki, mistrzu** – ale następnego dnia gratulowała Hiszpanowi. Dowcipnie też polskim mediom powiedziała: **Mam nadzieję, że kiedyś dostrzeże potencjał tej relacji**. A potencjał Iga ma coraz większy. W zeszłym roku z obecnym numerem dwa, Simoną Halep, dostała łomot – 0:6, 1:6. A w tym roku wygrała 6:1, 6:2. Czyli można? No, jak najbardziej. W rankingu awansowała od razu z 54. na 17. pozycję.

Ten sukces był czymś zupełnie innym niż kolejne gole Roberta Lewandowskiego, kolejny tytuł mistrza świata na żużlu Bartosza Zmarzlika czy zdobyty tytuł Jana Błachowicza w MMA. To było coś młodzieńczego, bezpretensjonalnego. Starsi kibice tenisa prawie płakali, a niektórzy płakali faktycznie. Mój osobisty kolega – bo mecz finałowy oglądaliśmy w większym gronie – po ostatniej piłce przeciwko Amerykance Sofii Kenin (6:4, 6:1) całował nawet telewizor. Aby ponownie być jak najbardziej dokładnym, wypada wspomnieć, że jako wschodząca gwiazda Iga na Roland Garros nie zrezygnowała z debła i też doszła bardzo daleko – do półfinału. Gdyby nie zaprzepaszczona szansa z pierwszego seta, tu też mógł być triumf. W pierwszym Iga i Amerykanka Nicole Melichar miały 5:2, ale



przegrały, a drugi zakończył się wygraną 6:1. Trzeci 4:6, prowadząc 4:3. Mogło być coś absolutnie wyjątkowego, a i tak tenisowy świat padł na kolana. Poza tym to nie wygrana w skokach narciarskich, gdzie rywalizuje od ośmiu do dziesięciu krajów, lub żużel, popularny w zaledwie kilku, czy, sięgając dalej, bojery, względnie szymbowce lub latanie precyzyjne. Prawdopodobnie gdy w Anglii, Irlandii czy innych dobrze rozwiniętych krajach zapytają o polskiego sportowca, to odpowiedzą, że Lewandowski. No i teraz Świątek właśnie.

Iga dużo korzysta z pomocy psycholożki. Ma wyjątkowo młodego, 29-letniego trenera. Jej tata Tomasz Świątek też był uznanym sportowcem, olimpijczykiem z Seulu (1988), wioślarzem, ale bez aż tak spektakularnych sukcesów. Nie popętnił błędów wielu ojców jak papa Williams czy Robert Radwański, zbyt naciskający na córki (obaż zresztą w pewnym momencie zostali od nich tenisowo odseparowani) i oddał kierowanie karierą specjalistom. Natomiast na pytania, czy Iga przeprowadzi się za granicę, odpowiada, że to produkt „made in Poland” i córka pozostanie w kraju (nie licząc tego, że i tak co chwila wyjeżdża).

Na Twitterze jeden z użytkowników napisał, że najlepiej byłoby, gdyby Iga wyszła za piłkarza Krzysztofa Piątka i wtedy nazywałaby się Świątek-Piątek. Na szczęście napastnik piłkarskiej reprezentacji Polski całkiem niedawno się ożenił. Rafael Nadal też i ma 34 lata, chociaż to akurat nie musiałaby być wielka przeszkoda. Z braku innych kandydatów (na razie, chociaż pół Polski chciałoby z nią się związać lub przynajmniej adoptować) istnieje nadzieja, że mamy kilka lat spokoju. Następny turniej wielkoszlemowy – Australian Open – w styczniu. Iga wygrała finał w sobotę. Piątek – Świątek, w międzyczasie zwycięska sobota. Kiedy znowu sportowa niedziela? 

WALKA O KLIENTA

Zdobądź nowych klientów już dziś!



Zareklamuj się z nami!

Magazyn
BEZPŁATNY!



www.mir.info.pl

magazyn.mir@gmail.com

Cineworld zamyka kina w Wielkiej Brytanii, Irlandii i USA

Cineworld zamyka wszystkie swoje kina w Wielkiej Brytanii, Irlandii i Stanach Zjednoczonych wskutek pandemii koronawirusa – podała agencja informacyjna Reuters.

Zamknięcie kin jest następstwem decyzji o usunięciu z tegorocznego kalendarza premier filmu o przygodach Jamesa Bonda „Nie czas umierać”. Według Reutersa firma napisała list do premiera Borisa Johnsona i ministra kultury Olivera Dowdena ze stwierdzeniem, że przemysł kinowy jest teraz „nieoptymalny”. Widowskowe kino w tym roku praktycznie nie istnieje, a w kalendarzu premier zostały jedynie „Wonder Woman 1984” i „Diuna”. Istnieje jednak duże ryzyko, że te filmy będą musiały zostać w końcu przesunięte. Cineworld jest drugim co do wielkości operato-

rem kinowym na świecie i największym w Wielkiej Brytanii, gdzie obsługuje marki Cineworld i Picturehouse. Kina zostały zamknięte w marcu, kiedy Wielka Brytania wprowadziła lockdown, później zostały ponownie otwarte w Anglii 4 lipca.



Mała Polska w Irlandii

Grupa pasjonatów kolarstwa z hrabstwa Cork od 7 lat pokonuje trasę, która kształtem przypomina kontury Polski. Na pomysł wpadł w 2013 r. Paweł Świtaj. Trasa ma długość 73 km i, jak mówi Krzysztof Zimowski z grupy Sami Swoi, jest dość wymagająca, bo znajduje się na niej sporo ostrych podjazdów, w dodatku prowadzi głównie bocznymi drogami, gdzie nawierzchnia pozostawia wiele do życzenia. „Mała Polska” startuje spod CUH na Wiltonie i zahacza m.in o Ballincollig i Innishannon, gdzie tradycyjnie już uczestnicy zatrzymują się na coś ciepłego do picia. Entuzjaści kolarstwa pokonują trasę dwa razy do roku – raz na wiosnę na rozpoczęcie sezonu oraz drugi raz jesienią, aby uczcić w ten sposób Dzień Niepodległości.



Zmarł 98-letni Walter Bujakowski – były więzień obozu w Auschwitz

98-letni Walter Bujakowski zmarł w Mercy University Hospital w Cork.

Pochodzący z Polski Walter od prawie 40 lat mieszkał w West Cork w Irlandii ze swoją żoną Kathleen. Para poznała się w Londynie, gdzie Walter przez wiele lat pracował jako księgowy. Bliski przyjaciel zmarłego Kevin McCarthy powiedział „The Echo”, że Walter spędził wiele lat w Auschwitz jako więzień numer 708. Rzadko jednak opowiadał o swoich przeżyciach w obozie. *Był utalentowanym człowiekiem, jeśli chodzi o obróbkę kamienia i drewna, i był świetnym kucharzem. Był także świetnym fo-*

tografem – powiedział McCarthy. Do rodziny napływają kondolencje od wielu osób poruszonych historią zmarłego.



SPECJALIZUJEMY SIĘ W SPRZEDAŻY OLEJU OPAŁOWEGO



TM

OFERUJEMY:

- KONKURENCYJNE CENY
- PROFESJONALNĄ OBSŁUGĘ
- DOSTAWY 6 DNI W TYGODNIU W DOGODNYM DLA CIEBIE CZASIE



FUELLING THE WAY
WWW.TRIA.IE

BEZPŁATNA INFOLINIA: 1800-470-470
OBSŁUGA W JĘZYKU POLSKIM: 086-820-8261



TRANSPORT POLSKA-IRLANDIA

* oferta cenowa przeznaczona dla podmiotów gospodarczych,
podana cena nie zawiera podatku Vat

PACZKI z Polski do Irlandii

THUNDER

T R A N S P O R T

Co. Dublin

do 10 kg - €20
do 20 kg - €25
do 30 kg - €30
do 40 kg - €40
do 50 kg - €50

Poza Co. Dublin

do 10 kg - €25
do 20 kg - €30
do 30 kg - €35
do 40 kg - €45
do 50 kg - €55

Paczka do 30 kg
€20

przy dostawie do naszego
magazynu w Dublin 15

PRZEPROWADZKI z Polski do Irlandii

Co. Dublin

od 101 kg do 300 kg - €1,2/kg
od 301 kg do 500 kg - €1,0/kg
od 501 kg - €0,9/kg

Poza Co. Dublin

od 101 kg do 300 kg - €1,3/kg
od 301 kg do 500 kg - €1,1/kg
od 501 kg - €1,0/kg

O szczegóły zapytaj
obsługę lub zadzwoń:

0857844966

www.thundertransport.pl



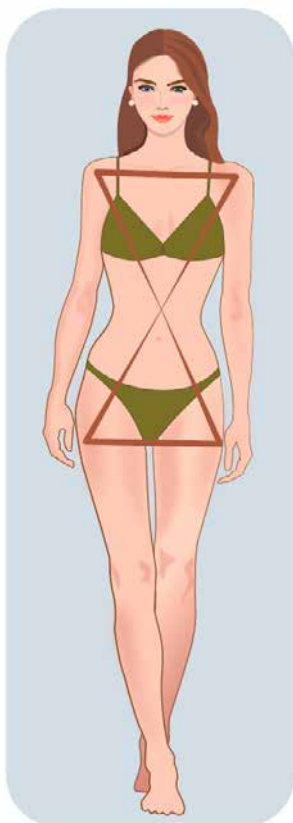
PROJEKTANT & STYLISTA
JOANNA RADKO

Sylwetka typu klepsydra „X”



Figura Typu Klepsydra - X

- Ramiona i biodra są na tej samej szerokości.
- Duży, bądź średni biust.
- Bardzo wyraźne wcięcie w talii.
- Stosunek proporcji względem biustu-talii-bioder wynosi 4-2-4.



Ten typ figury od wieków uznawany jest za ideał. Wystarczy elegancko i subtelnie zaznaczyć talię, by wprawić wszystkich w zachwyt.

Cechy charakterystyczne:

- Ramiona i biodra są na tej samej szerokości.
- Duży bądź średni biust.
- Bardzo wyraźne wcięcie w talii.
- Stosunek proporcji względem biustu – talii – bioder wynosi 4-2-4.

Aksesoria:

- Długie naszyjniki przyciągające uwagę do punktu pośrodku talii.
- Akcentujące talię paski.
- Długie szale.

Dekolty i rękawy:

- Dekolty w serce.
- Dekolty w kształcie litery „V” lub głębokie dekolty w kształcie „U”.

- Polecam rozpinanie koszul, aby stworzyć linię dekoltu w kształcie litery „V”.
- Rękawy podwinęte do wysokości talii.

Bluzki i swetry:

- Body.
- Golfy.
- Taliowane koszule.
- Stylowe kamizelki.
- Kopertowe bluzki podkreślające talię.
- Dopasowane swetry z głębokim lub asymetrycznym dekoltem odsłaniającym ramię.
- Bluzki i topy dopasowane do figury, lecz nie obcisłe.

Sukienki i spódnice:

- Spódnice z lekko podwyższonym stanem lub szerszym pasem.
- Modele spódnic i sukienek, które korzystnie podkreślają talię – trapezowe, szyte z koła, klasyczne kopertówki, spódnice o kroju tulipana lub dzwonu.
- Ołówkowe sukienki i spódnice.

Plaszcze i żakiety:

- Żakiety z francuskim cięciem – taliowane.
- Żakiety z paskiem w talii.
- Taliowane płaszcze o tzw. linii *princess line*.
- Jednorzędowe płaszcze z paskiem.

Spodnie:

- Kombinezony.
- Kuloty.
- Dzwony.
- Jeansy rurki.
- Spodnie z wysokim stanem.
- Spodnie o prostych lub lekko zwężanych nogawkach.

Tkany i wzory:

- Miękkie i gładkie tkaniny.
- Zwiewne dzianiny i fasony podkreślające piękną linię sylwetki.
- Modne fasony, kolory, wzory.

Buty:

- Każdy fason w zależności od stylizacji: botki, martensy, kozaki czy też klasyczne szpilki.

Unikaj:

- Krojów zastaniających talię.
- Oversize’owych bezkształtnych sukienek.
- Spodni biodrówek.
- Spódnic z niskim stanem.
- Zbyt luźnych lub zbyt obcisłych bluzek i topów.

Słynne gwiazdy o sylwetce „X”, które Cię zainspirują:

- Katarzyna Cichopek
- Joanna Brodzik
- Joanna Krupa
- Marilyn Monroe
- Bridget Bardot
- Monica Bellucci
- Salma Hayek
- Scarlett Johansson



KATARZYNA ŚLIWA
KATE PLUM ATELIER

Pomysłowa mama... zrób to sama

Witajcie Mamy!

Chyba u wszystkich zagościła już jesień, a co za tym idzie – już niedługo Halloween. Czy macie już pomysły na kostiumy?

Dziś chciałabym Wam przedstawić bardzo prosty sposób na zrobienie skrzydeł do stroju Batmana.

Przebranie to może być zarówno dla chłopca, jak i dla dziewczynki.

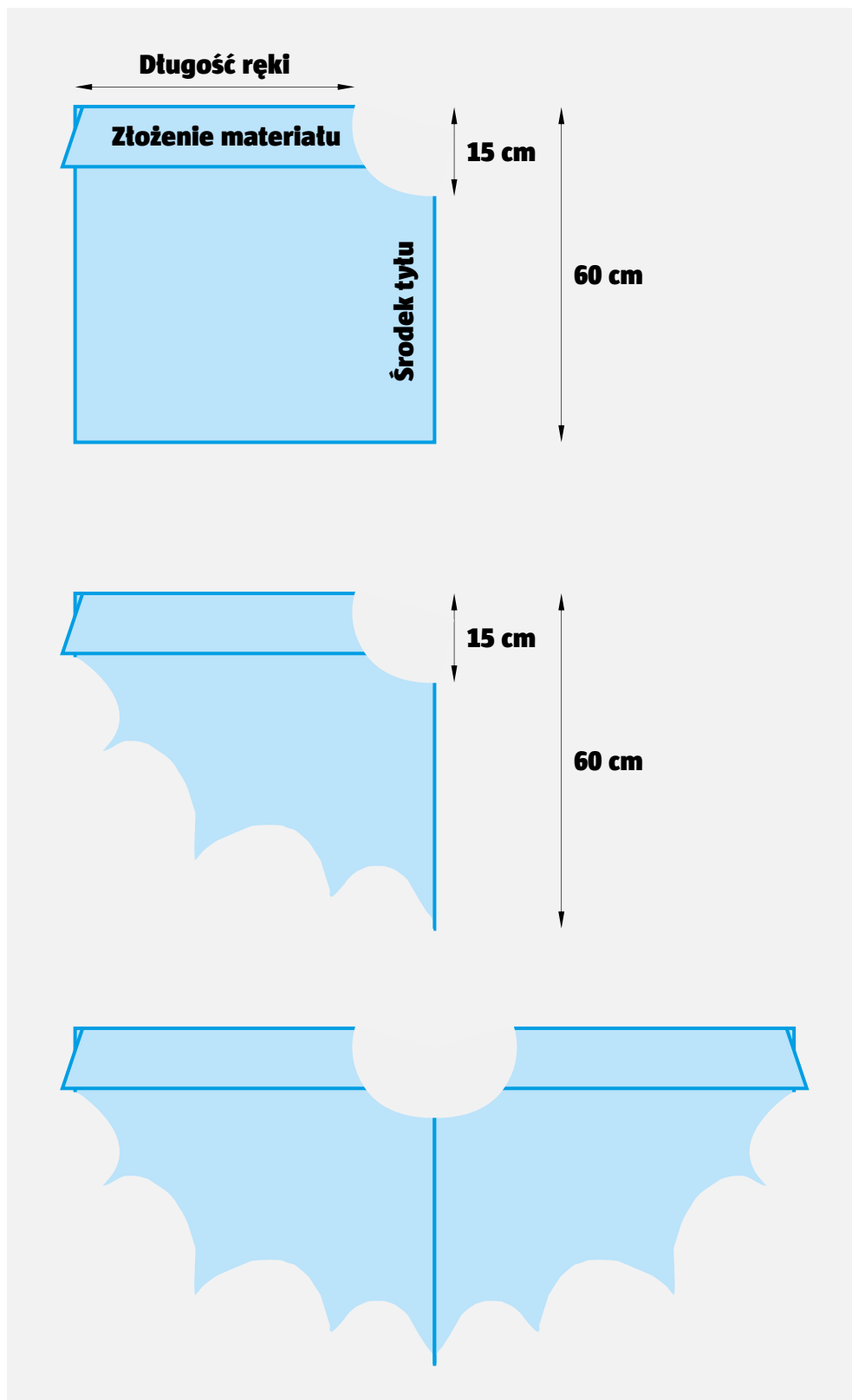
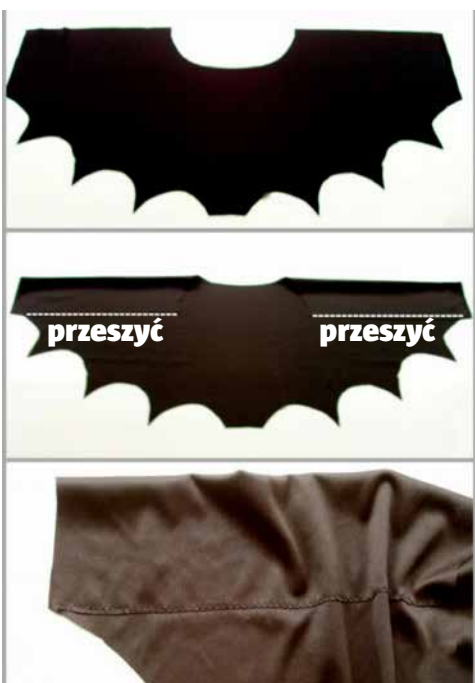
Skrzydła możemy wykonać z dowolnego czarnego materiału lub siatki. Kroimy podobny kształt jak na rysunku, dopasowując odpowiednią długość rękawów. Nie musimy wykańczać krawędzi, ponieważ przy tym kształcie byłoby to bardzo trudne. Radzę wybrać tkaninę, która nie będzie się siepać i której krawędzie zachowają swoją formę po wykrojeniu. Może to być również siatka lub czarny worek na śmieci.

Dorzucam też kilka pomysłów na maski, które będą idealnie pasować do tego przebrania.

A jakie Wy macie pomysły na kostiumy halloweenowe?

Jak zwykle zachęcam do dzielenia się pomysłami. Jeśli chciałabyś w tej rubryce zobaczyć swój pomysł, to napisz do mnie: kateplum.mir@gmail.com.

Pozdrawiam – KP



**JEŚLI CHCESZ
SIĘ PODZIELIĆ
DOBRA RADĄ
Z ZAKRESU ZDROWIA,
URODY LUB MODY,
NAPISZ DO MNIE.
OPIS I ZDJĘCIE PRODUKTU
ORAZ SWOJE ZDJĘCIE
(JEŚLI CHCESZ)
WYŚLIJ NA ADRES:
KATEPLUM.MIR@GMAIL.COM.**



MARTA BICZKOWSKA, PSYCHOLOG, SEKSUOLOG, TERAPEUTA PAR METODĄ GÖTTMANA

Przez mniej więcej pierwsze dwa lata związku hormony, które wpływają pozytywnie na pożądanie, są podwyższone. Nie trzeba bardzo się starać, by odczuwać ochotę na intymność. Jednak proza życia, obowiązki, rutyna, stres, wychowywanie małych dzieci, choroby, brak czasu sprawiają, że seks przestaje być tak ważny, jak na początku relacji.

Nie dotyczy to wszystkich par, ale większości. Po około 10 latach bycia w związku, czasem i wcześniej, dla wielu osób seks staje się obowiązkiem, sposobem na utrzymanie dobrej atmosfery, szczególnie gdy jedno z partnerów ma wyższe libido, a potrzeby drugiego są mniejsze. Coraz więcej mówi się o małżeństwach, w których życie intymne jest w zaniku. Wiele długoletnich par kocha się mniej niż 10 razy w roku, niektórzy raz na kilka miesięcy. Seks nie jest priorytetem, a jednak nie rozstają się, trwają w relacji. Jedzenie, picie, powietrze, sen są niezbędne do życia, seks nie jest. Można żyć bez seksu lub uprawiać mało satysfakcjonujący seks, a życie toczy się dalej. Jeśli obie osoby w związku akceptują to, jak wygląda ich życie seksualne i nie wpływa ono negatywnie na inne obszary relacji, nie ma problemu. Jednak wiele par, trwając w układzie, z którego nie są zadowolone, odczuwa negatywne konsekwencje wymierającego życia intymnego. Jedną z głównych przyczyn problemów seksualnych jest brak lub zbyt płytkie rozmowy na temat potrzeb i upodobań. Znam pary, które kilka miesięcy, a czasem lat po zawarciu małżeństwa nie skonsumowały związku. Komunikacja to klucz do satysfakcji w każdym obszarze życia, w seksie szczególnie. Niestety często nie potrafimy dobrać słów, mamy niewystarczającą świadomość o tym, jak wygląda zdrowy seks. Mnóstwo osób doświadcza problemów w życiu intymnym ze względu na trudne doświadczenia z przeszłości. Trauma wykorzystania seksualnego w dzieciństwie, gwałt, molestowanie, zmuszanie się do współżycia wbrew sobie wpływają negatywnie na seksualność. Wielu mężczyzn czerpie informacje o tym, jak „powinno” wyglądać „udane” życie erotyczne z internetu, głównie opierając się na pornografii. Kobiety budują wobec siebie często nierealne oczekiwania o tym, jak powinny się zachowywać, jak wyglądać, jak się poruszać, by zadowolić partnera. Szpilki, kabaretki, czerwona szminka – w wielu wyobrażeniach to droga do sukcesu w łóżku. Być może, ale taki pseudosukces, budowany głównie na stymulacji zewnętrznej, nie potrwa długo. Seks nie musi być przedstawieniem, które się odgrywa, seks się przeżywa i to wielowymiarowo. Zdrowy seks to spędzanie czasu razem, intymność, przyjemność, dbanie o siebie wzajemnie, a to wszystko w poczuciu bezpieczeństwa i wewnętrznej zgody. Seks to nie tylko stosunek, ale również to, co dzieje się wcześniej. Gra wstępna zaczyna się wiele go-

Dlaczego uprawiamy nieidealny seks?



dzin przed pójściem do łóżka. Ważne są gesty, dotyk, spojrzenia, wsparcie, bycie razem jeszcze zanim pójdzie się do sypialni.

Dlaczego godzimy się na nieidealny, często mało satysfakcjonujący seks?

Poczucie braku wyboru.

Skoro od lat życie seksualne się nie zmienia, rozmowy nie pomagają, a zdrada nie daje satysfakcji lub w ogóle nie wchodzi w grę, pozostaje przystać na to, co jest. Wiele osób przyzwyczajają się do rutyny, jedynie w myślach i fantazjach pozwalając sobie na coś innego. W takiej sytuacji seks staje się narzędziem do zaspokojenia potrzeby fizycznej, może też dawać poczucie, że wszystko jest w porządku, bo w ogóle jest. Pracując ze związkami po zdradach, pytam m.in. o życie seksualne i wiele osób stwierdza, że przecież „seks był”, wyrażając ból i zdziwienie, że to nie wystarczyło, żeby uchronić relację przed niewiernością. Seks był – pytanie tylko, jaki był.

Seks pomaga utrzymać pozytywną atmosferę w związku.

Dla wielu osób spokój jest ważniejszy niż satysfakcjonujący seks. Gdy stoją przed wyborem frustracji seksualnej partnera, napięcia, pretensji, stresu spowodowanego brakiem intymności, często świadomie wybierają spełnienie potrzeby partnera wbrew swoim potrzebom. Przyzwyczajają się do reagowania na potrzeby partnera, często tworząc logiczne wytłumaczenia, które pomagają wspierać podejmowane decyzje. „Po seksie on jest spokojniejszy, miłszy, więc warto

się poświęcić”, „Zrobię, co ona chce, żeby dała mi spokój i przestała się czepiać.”

Boimy się zdrady.

Szczególnie w umysłach kobiet funkcjonuje przekonanie, że lepiej się poświęcić i spełnić potrzeby seksualne partnera, niż być zdradzoną. Lęk przed porzuceniem, zmianą, samotnością i zranieniem podtrzymują taką postawę. Obawy przed byciem zdradzonym u mężczyzn często łączą się z niską samooceną, poczuciem, że jest się zbyt mało męskim i niewystarczająco dobrym, by zadowolić partnerkę.

Poczucie obowiązku.

Wiele osób traktuje seks jako obowiązek, kolejne zadanie na liście, które należy wykonać. Takie podejście pozwala czuć się w miarę dobrze, a nawet może dawać satysfakcję z wykonanego zadania. Problem polega na tym, że gdy zadań na liście jest za dużo, seks zaczyna kojarzyć się ze stresem, napięciem i może pojawić się frustracja.

Manipulacje i szantaże.

Wiele osób traktuje seks jako narzędzie do osiągnięcia celu. Osoby uzależnione od seksu często manipulują zachowaniem drugiej połówki tak, żeby ich potrzeby zostały zaspokojone. Nie zależy im na wspólnej przyjemności, budowaniu intymności, jedynie na uczuciu, jakie przeżywają, które pojawia się po osiągnięciu orgazmu, odprężeniu, relaksie i zaspokojeniu potrzeby. Aby osiągnąć cel, potrafią szantażować, wmawiać, uzależniać od siebie. Part-

nerzy, godząc się na seks, chcą uniknąć kary, którą często jest przemoc psychologiczna, np. ciche dni, złość, obwinianie. Zdarza się, że osoby uzależnione od seksu wmawiają partnerom odpowiedzialność za trudne sprawy, które pojawiają się w związku. Z pełnym przekonaniem powtarzają, że gdyby seks był częstszy, inny, lepszy, ciekawszy, wszystko byłoby w porządku. A kiedy tak nie jest, dają sobie prawo do agresji, frustracji i obwiniania.

Brak doświadczenia.

Często pary nie wiedzą, jak może wyglądać zdrowy, satysfakcjonujący seks. Jeśli w związku wchodzi dwie osoby i żadna nie ma doświadczenia seksualnego, przeważnie ich życie erotyczne jest mało zadowalające. Nie jest to regułą i nie należy braku doświadczenia traktować jako przepis na porażkę, ale może to utrudniać osiągnięcie satysfakcji, szczególnie na początku.

Lęk przed zranieniem kochanej osoby.

Brak komunikacji często wynika z obawy przed tym, że słowa mogłyby zadać ból, a partner zostanie zraniony i coś złego stanie się z relacją. Wiele osób boi się, że odkrycie przed ukochaną osobą swoich pragnień, fantazji mogłoby być tak szokujące, że związek mógłby z tego powodu uciec. Często partnerzy boją się, że druga połówka nie będzie w stanie udźwignąć prawdy, że w jakiś sposób zawstydzą, przestraszą, a nawet wywołają szok. Wizja tak negatywnej reakcji skutecznie chroni przed wyznaniem swoich pragnień.

Można żyć, nie uprawiając często seksu, a związek ma szansę przetrwać. Główny warunek to dobranie się w taki sposób, by żadnej ze stron taki układ nie ranił. Jeśli seks jest jedną z głównych przyczyn kłótni i od lat nic się zmienia na lepsze, warto zasięgnąć porady u specjalisty i popracować nad kompromisem. ✦



Marta Biczowska
Psycholog, seksuolog, terapeuta par metodą Gottmana
Konsultacje indywidualne oraz terapia par

Zapraszam serdecznie na konsultację
0860453005
martabiczowska@gmail.com
<http://martabiczowska.blogspot.com/>

Darmowa grupa na Facebooku dla kobiet:
Kobięca Seksualność
<https://www.facebook.com/groups/1935645703146045>
Do grupy zapraszam wszystkie kobiety, które chciałyby poszerzyć wiedzę na temat kobiecości i seksualności.

„Wciśnij restart” dla zdrowia – moja historia



ULLENKA KASH
DETOX EXPERT

Nazywam się Ullenska i jestem matką trójki dzieci, które od zawsze zmagają się z egzemą skóry, alergiami, nietolerancjami pokarmowymi, wiecznym chorowaniem. Ale gdy odkryłam surowy styl odżywiania, wszystkie problemy stopniowo zaczęły zniknąć. Nasza historia od 2014 r. inspirowała i daje nadzieję, pomogła już tysiącom osób, w tym wielu dzieciom.

Latami próbowałam przeróżnych metod – począwszy od tradycyjnych leków z apteki, które często stosowałam, bo córka ciągle była chora i częściej była w domu niż w przedszkolu. Poszukując pomocy, trafiłam na dobrego lekarza homeopatę, który naprowadził mnie na naturalne metody wspierania organizmu z problemami. Potem przetestowałam biorezonans, kuracje suplementami, wodę alkaliczną, kuracje na pasożyty itd., aż w końcu trafiłam na badanie żywej kropli krwi, podczas którego zobaczyłam, co się tak naprawdę w organizmie dzieje i odkryłam m.in. co to jest *Candida*. To była chwila przebudzenia i zrozumienia, jak ważne jest odżywianie.

Od tamtego momentu przeszliśmy przez serię różnych diet, które skupiały się na oczysz-



czeniu organizmu z powyższych problemów. Przetestowałam szereg diet, ale zamiast poprawy było wciąż gorzej. Po kilku latach wiecznego próbowania i zmian w końcu straciłam prawie cały zapał i wiarę, że to w ogóle coś daje. Ale wciąż tliła się we mnie resztką nadziei, że jest to możliwe – w końcu dzieciaki urodziły się zdrowe, więc musi być jakiś sposób, żeby to wszystko odwrócić. Nie chciałam ustąpić i pogodzić się z sytuacją, czując, że mogę to naprawić.

Nadszedł jednak krytyczny moment, kiedy córka zaczęła się bardzo źle czuć i wyglądać. Dużo schudła, miała silne wzdęcia, ostre gazy, jej skóra zrobiła się żółta, wyglądała niemalże jak po rozległym oparzeniu... Zaczęłam otrzymywać wezwania do szkoły i zauważać dziwne spojrzenia ze strony pozostałych rodziców... Maya przyszła do mnie któregoś dnia zapałana i powiedziała, że nie chce już tak dłużej żyć. Zatkęło mnie. Nie wiedziałam, co powiedzieć. Obie się rozpłakałyśmy. Nagle poczułam, że przyszła do mnie wielka energia i że muszę zrobić coś, że to nie jest koniec. Złożyłam wtedy Mai obietnicę, że nigdy nie przestanę szukać rozwiązania, dopóki go nie znajdę, a jej skóra będzie gładka i zdrowa.

Tego dnia, dziękowałam egzemie za to, że przyszła, by nas zmienić, ale swoje zadanie już spełniła i może odejść. Pomogło mi to zobaczyć i zrozumieć coś ważnego. Byłam bardzo przekonana do prostych i naturalnych metod, i wiedziałam, że sekret tkwi w tym, co jemy. Kilka dni później, kiedy zebrałam znów siły, postanowiłam zacząć szukać od nowa. Tego samego dnia wpadło mi w oko wideo,

w którym młoda dziewczyna ze Szwecji, Maria, opowiedziała swoją historię ucieczki ze szpitala i wyzdrowienia, do którego przyczyniło się jedzenie owoców. Bardzo mnie to zaintrygowało i postanowiłam szukać w tym kierunku, bo czułam, że to jest ten brakujący element układanki. Okazało się, że jest cała społeczność, która żyje w ten sposób i że jest to szansa, aby pomóc moim dzieciom. Moja radość rosła i w głębi serca czułam, że jestem blisko. Po raz kolejny, ale już ostatni, zmieniłam i uprościłam wszystko w mojej kuchni – zagościły w niej świeże owoce i warzywa oraz bardzo dużo entuzjazmu. Około trzy tygodnie później mój najmłodszy roczny synek Troy miał całkowicie czystą i wolną od egzemy skórę.



rę. Moja radość była przeogromna. Mąż jeszcze wciąż nie dowierzał, że to działa, ale był cierpliwy. Natomiast Maya powoli dochodziła do siebie i po pięciu miesiącach tak samo z niedowierzaniem patrzyliśmy na efekty naszej wspólnej wędrówki... Nasz średni syn Travis miał najłagodniejsze objawy AZS, które też całkowicie zniknęły. U Trávisa w wieku 3 lat zdiagnozowano autyzm. Dzięki diecie oraz zmianie podejścia objawy autyzmu zaczęły łagodnieć i zniknęły wszelkie fizyczne niedomagania.

Odkąd podzieliłam się ze światem naszą historią zaczęły do mnie napływać wiadomości z pytaniami i prośbami. Z pasji moje zajęcie urosło do profesji i z czasem zaczęłam pomagać osobom z całego świata jako coach zdrowia. Opracowałam autorski program leczenia egzemy i napisałam kilka e-booków. Obecnie prowadzę cykliczne warsztaty „Zielony restart”, które odbywają się on-line co około 2–3 miesiące. Prowadzę też warsztaty kulinarne, również on-line, i jestem bardzo często uchwytna na Facebooku (UllenskaPL), gdzie dzielę się przepisami na żywo oraz filmikami i inspirowuję do zdrowego odżywiania i myślenia. Wszelkie informacje dotyczące mojej historii znajdują się również na stronie www.ullenka.pl.



**17 listopada
ruszają warsztaty
Zielony Restart**



Ullenska

Po szczegóły zapraszamy na
www.ullenka.pl



Uszczerbek na zdrowiu – najczęstsze urazy i rodzaje roszczeń odszkodowawczych

Do uszczerbków na zdrowiu* dochodzi w Irlandii codziennie. Bez względu na to, jak poważny jest uszczerbek, może on mieć wpływ na stan finansów poszkodowanego lub na jego dalsze życie. Dla niektórych jedyną szansą jest walka o odzyskanie kosztów poniesionych w wyniku wypadku, który nie był spowodowany z ich winy jest złożenie wniosku o odszkodowanie powypadkowe.

Od jej powołania w 2004 roku, Komisja ds. Szkód Osobowych (PIAB) odpowiada za ocenę większości spraw związanych z odszkodowaniami za uszczerbek na zdrowiu. PIAB jest pierwszą instytucją, do której należy się skierować chcąc wnieść roszczenie z tytułu uszczerbku na zdrowiu odniesionego w wypadku drogowym, w pracy lub w miejscu publicznym.

Roszczenie w 3 krokach

1. Skorzystaj z pomocy prawnika

Wnosząc roszczenie warto skorzystać z pomocy prawnika ds. uszczerbku na zdrowiu*. Wiedza prawnika sprawi, że unikniesz ewentualnych niepotrzebnych opóźnień, czy też poważniejszych problemów.

2. Dostarcz wymagane informacje oraz dokumenty

Prawnik poinformuje Cię, jakie informacje i dokumenty będą niezbędne do złożenia wniosku do PIAB. Po złożeniu wniosku, Komisja będzie miała 9 miesięcy na rozpatrzenie Twojej sprawy. Po jej rozpatrzeniu, strony zostaną poinformowane o sugerowanej sumie odszkodowania.

3. Skup się na zdrowiu, a my zajmiemy się sprawą

Na tym etapie Twój prawnik będzie prowadził Twoją sprawę aż do rozstrzygnięcia. Będzie informować Cię na bieżąco o wszystkich postępach. Sugerowana przez Komisję wysokość odszkodowania zostanie z Tobą szczegółowo omówiona i to Ty postanowisz o jej przyjęciu lub odrzuceniu. Jeśli zaakceptujesz decyzję PIAB, strona ponosząca winę otrzyma wezwanie do zapłaty po czym wypłaci sumę zadośćuczynienia. Jeśli jednak nie zgodzisz się z decyzją Komisji, możesz skierować sprawę do sądu.

Typy roszczeń

Wypadek drogowy*

Wypadki samochodowe i inne wypadki komunikacyjne stanowią najczęstszą przyczynę roszczeń o odszkodowanie za uszczerbek na zdrowiu w Irlandii (74%), a średnia suma odszkodowań przyznanych w 2016 roku wyniosła 22.454 Euro. Wypadki drogowe mogą dotyczyć szeregu incydentów – od wypadków samochodowych, wypadków z udziałem pieszych, rowerzystów, motocyklowych, po kolizje pojedynczych pojazdów. W 2016 roku do PIAB wpłynęło 19.633



wniosek o ocenę roszczeń z tytułu wypadku drogowego, z czego 9.564 wniosków zostało przyjętych i strony ponoszące winę otrzymały wezwanie do zapłaty. Pozostałych 10.069 wniosków to nieprawidłowe roszczenia lub sprawy, w których porozumienie nie zostało osiągnięte i trafiły one przed sąd.

Wypadek w miejscu publicznym*

Wypadek w miejscu publicznym, czyli roszczenia z tytułu odpowiedzialności cywilnej, odnoszą

się do sytuacji, w których osoba miała wypadek w miejscu publicznym nie z własnej winy. Obejmuje to duży zakres wypadków, od poślizgnięć i potknięć po upadki na chodnikach lub w supermarketach, barach, pubach lub restauracjach itp. W 2016 roku do Injuries Board wpłynęły 9.182 wnioski z tytułu odpowiedzialności cywilnej (17% wszystkich wniosków), z czego 2.244 zostały przyjęte i strony ponoszące winę otrzymały Wezwanie do Zapłaty.

Wypadek przy pracy*

Wypadek w miejscu pracy to sytuacja, w której osoba doznała urazu w godzinach pracy nie z własnej winy. W 2016 roku do Komisji ds. Obrażeń Cieleśnych wpłynęło 5.241 wniosków o odszkodowanie za wypadek w pracy* (9% wszystkich wniosków). W przypadku 1.158 wniosków strony osiągnęły porozumienie i Komisja wydała wezwania do zapłaty.

Tracey Solicitors. Jesteśmy firmą prawną z siedzibą w Dublinie specjalizującą się w sprawach związanych z obrażeniami ciała. Świadczymy usługi prawne polskim klientom mieszkającym w Irlandii przez ostatnie 10 lat.

Jeśli potrzebujesz pomocy prawnej skontaktuj się z Moniką Kealy pod numerem 0851502626. Udzielamy usług prawnych w języku polskim.

Tracey Solicitors, 16/17 St. Andrew Street, Dublin 2

T: 01 6499900, W: <https://www.traceysolicitors.ie/pl/>

*W przypadkach spornych, adwokat nie może obliczać honorarium albo innych opłat i kosztów jako procentu lub proporcji w stosunku do zasądzonych albo wynegocjowanych warunków.



Tracey Solicitors

Making law accessible

Twój prawnik w Irlandii

Kancelaria Prawna

- WYPADKI W PRACY *
- WYPADKI DROGOWE *
- WYPADKI W MIEJSCU PUBLICZNYM *
- ZANIEDBANIA MEDYCZNE *

Zadzwoń: **Monika Kealy**

(085) 150 26 26

📍 16/17 St. Andrew Street, Dublin 2

✉ polishteam@traceysolicitors.ie

🌐 www.traceysolicitors.ie/pl



*W przypadkach spornych, adwokat nie może obliczać honorarium albo innych opłat i kosztów jako procentu lub proporcji w stosunku do zasądzonych albo wynegocjowanych warunków.

Polska architektura drewniana, sztuka ludowa czy Konkurs Chopinowski częścią Kampanii edukacyjno-informacyjnej w Irlandii

Z początkiem września wystartował projekt Integration Through Culture, realizowany w Irlandii przez Fundację Bardzo ładnie. Projekt omawia 6 wątków związanych z polską kulturą, które będą prezentowane na terenie całej Irlandii od września do grudnia tego roku w formie wystaw oraz plakatów informacyjno-edukacyjnych eksponowanych w irlandzkich instytucjach kultury, uczelniach oraz w urzędach miast. Ekspozycjom towarzyszyły będzie kampania w mediach społecznościowych (naszych oraz naszych partnerów) a także webinaria z ekspertami oraz zaproszonymi gośćmi. Projekt w całości skierowany jest do irlandzkiego odbiorcy, realizowany jest w języku angielskim.

Tegoroczne wątki komunikacyjne:

- Tradycyjna architektura drewniana – styl Świdermajer
- Wpływ twórczości Josepha Conrada na popkulturę
- Łódź Miasto Filmu UNESCO
- Polscy ilustratorzy dziecięcy
- Polska sztuka ludowa
- Konkurs chopinowski w obrazach

Część wystaw można oglądać już w irlandzkich instytucjach, i tak np.: wystawę architektury drewnianej z okolic Otwocka można podziwiać w Country Life Museum w Castelbar, plakaty z ilustracjami współczesnych polskich ilustratorów książek dla dzieci wystawione są w bibliotece w Tullamore a komiksowa wystawa opowiadająca o wpływach Josepha Conrada na światową pop kulturę prezentowana jest w bibliotece w Portlaoise.

Akcji towarzyszy kampania w mediach społecznościowych Fundacji.

A już pod koniec października pierwsze webinaria z ekspertami oraz z gośćmi z Polski i Irlandii. Wszystkie wydarzenia są bezpłatne.



Instytucje partnerskie, które będą gościć nasze ekspozycje to m.in.:

- Trinity College Dublin
- University College Dublin
- Galway City Museum
- National Museum Ireland
- Galway City Council
- County Laois
- County Offaly

Partnerzy projektu:

Urząd Miasta Łodzi, Narodowe Centrum Kultury Filmowej, Łódź UNESCO City of Film, Świdermajer.info oraz Ambasada RP w Dublinie.

Fundacja Bardzo ładnie

To organizacja pozarządowa, która jako główne cele stawia sobie zwiększanie potrzeby prowadzenia dialogu międzykulturowego, po-

pularyzowanie postawy aktywnej tolerancji, traktującej odmienność jako wartość, a nie powód do wykluczenia. Od 2015 działamy w Irlandii, choć korzenie mamy łódzkie. Posiadamy na swoim koncie wiele dobrze ocenionych i ciepło przyjętych projektów, w tym: „Quo Vadis Galway” – Festiwal Henryka Sienkiewicza, Joseph Conrad Inspirations - wydarzenie towarzyszące obchodom Roku Conrada czy „Forest Days”, kilkudniowy i wielowątkowy festiwal poświęcony polskiej kulturze lasu. Nasze działania realizowane są w znacznej mierze dzięki finansowaniu z grantów udzielanych przez polskie instytucje.

Integration Through Culture to zadanie wsparte ze środków Ministerstwa Spraw Zagranicznych z programu Dyplomacja Publiczna 2020 – Nowy wymiar.



MW DENTAL
MONIKA WOZNAK
CORK- BALLINCOLLIG

OFERUJE PEŁEN ZAKRES USŁUG STOMATOLOGICZNYCH

1. Bezpłatny przegląd stomatologiczny oraz wizyta adaptacyjna dla dzieci
2. Oczyszczanie z kamienia nazębnego metodą ultradźwiękową i polerowanie zębów **tylko €50**
3. Kolorowe wypełnienia w zębach mlecznych u dzieci
4. Wypełnienia kompozytowe
5. Wybielanie zębów
6. Bezbolesne leczenie kanałowe
7. Zdjęcia zębowe RTG (radiografia cyfrowa)
8. Odbudowa zębów (rekonstrukcja) z wykorzystaniem włókna szklanego



Godziny otwarcia
Pon-Sob 10:00 -18:00



Tel. 0214873434
Mob. 0871343482

Unit 6, Gleann An Oir
Main Street, Ballincollig

Polska Księgarnia tel: 018749514; 0899778904
www.ksiązki.ie

- W Dublinie w księgarni do nabycia **2,300** tytułów książek ponad **190** tytułów prasy
- W bazie posiadamy ponad **70,000** tytułów książek oraz **2,600** tytułów prasy
- lektury podręczniki gry planszowe filmy, cd, dwa polskie lalki, ziola **przekazy pleniężne** bilety na wyjazdy i koncerty
- Sprawdzamy prawie wszystko Wysyłamy książki i proszę pocztą, prowadzimy teżki stałego klienta

SPRAWDZ NAS!
58-66 Parnell Street, Dublin 1
MOORE ST. MALL SHOPPING CENTRE
Pasaż handlowy pod Lidlem centrum Dublinia

WIRTUALNE BIURO DUBLIN

BIURO WIRTUALNE JEST USŁUGĄ ZAPEWNIĄCĄ REALNY ADRES DLA TWOJEJ FIRMY BEZ KONIECZNOŚCI PROWADZENIA DZIAŁALNOŚCI W DANYM MIEJSCU. NASI KLIENCI UZYSKUJĄ PRAWO DO ZAREJESTROWANIA SWOJEJ DZIAŁALNOŚCI POD ADRESEM W DUBLINIE I POSŁUGIWANIA SIĘ NIM W KORESPONDENCJI URZĘDOWEJ CZY KONTAKTACH Z KONTRAHENTAMI.

REJESTRUJĄC FIRMĘ W BIURZE WIRTUALNYM CZERPIESZ BENEFITY WYNIKAJĄCE Z REDUKCJI KOSZTÓW WYNAJMU LOKALU ORAZ ZATRUDNIANIA PRACOWNIKÓW BIUROWYCH. ZYSKUJESZ PEŁNE WSPARCIE NASZYCH KSIĘGOWYCH I PRAWNIKÓW ORAZ DORADZTWO NA KAŻDYM KROKU TWOJEJ DROGI BIZNESOWEJ. ADRES FIRMY W DUBLINIE WZMOCNI TWOJĄ POZYCJĘ W OCZACH KLIENTÓW BEZ WZGLĘDU NA TO CZY PROWADZISZ DZIAŁALNOŚĆ W DOMU, CZY WYKONUJESZ WOLNY ZAWÓD.

USŁUGI:

- ADRES DO REJESTRACJI SPÓŁKI
- ODBIÓR KORESPONDENCJI ZWYKŁEJ I POLECONEJ
- INFORMACJE O OTRZYMYWANIU PRZESYŁEK DROGĄ MAILOWĄ
- WYSYŁANIE SKANÓW KORESPONDENCJI

„TWOJA FIRMA”
UNIT 26, PARK WEST ENTERPRISE CENTRE
NANGOR ROAD, DUBLIN 12

Koszt €35 + VAT /miesiąc
Stała opłata roczna €250 + VAT

telefon : +353 16 12 06 20

Czy Polska powinna wspierać organizacje polonijne w Irlandii?



PIOTR SŁOTWIŃSKI
www.piotrslotwinski.com

Wszystkie te ograniczenia związane z epidemią koronawirusa, bez znaczenia, czy uważamy, że mamy do czynienia z prawdziwą epidemią, czy tylko medialno-polityczną paniką, stały się okazją do przemyśleń i być może interesujących wniosków. Nagle okazało się, że naprawdę nie ma ludzi niezastąpionych, że puby, które „od zawsze” były częścią życia w Irlandii można zamknąć na długie miesiące od tak, z dnia na dzień, że nie trzeba wynajmować kosztownych pomieszczeń biurowych, bo sporo osób może pracować z domu, aż w końcu – że chyba nikomu specjalnie nie brakuje organizacji polonijnych w Irlandii, które od wielu miesięcy nie wykazują kompletnie żadnej działalności. Poza jedną: kolejną coroczną aplikacją o granty.

Organizacje polonijne zarówno w USA, jak i w Europie Zachodniej są tak stare, jak sama historia polskiej emigracji. Tyle tylko, że kiedyś była to emigracja polityczna, dzisiaj jest już tylko zarobkowa. Jeżeli ktoś obecnie musi „uciekać” z Polski, to głównie przed prokuratorem i groźbą odwieszenia wyroku za „wiadome dawne sprawki”, o czym przypomniat w „Zemście” Cześniak Papkinowi, a nie dlatego, że mu się realna krzywda dzieje. Patrząc na to, co się wyprawia na ulicach, przy bierności policji, śmiechem twierdzić, że większej wolności chyba jeszcze w Polsce nie było, chociaż coraz częściej jest to wolność od rozumu. I nie, obecny nakaz noszenia maseczek nie jest opresją, z powodu której trzeba by uciekać z Polski. Bo dokąd?

Dawniej organizacje polonijne pielęgnowały polską kulturę i język oraz często wspomagały swoich rodaków w Ojczyźnie, również materialnie. Teraz coraz częściej promują głównie siebie i żądają wsparcia materialnego ze strony polskich podatników. Czy naprawdę Polacy mieszkający w Polsce powinni wspierać polonijne organizacje na Zachodzie? W dodatku gdy jest to wsparcie przymusowe, bo nie ma dobrowolnych składek i nikt nikogo o zdanie nie pyta, gdy Senat za pośrednictwem ambasad i różnych „wspólnot polonijnych” pompuje spore pieniądze na działalność tutejszych organizacji, których członkowie, przypomnę, pracując tutaj, zarabiają średnio 3-4 razy więcej od rodaków w kraju?



W dodatku gdy już drugą dekadę przyglądam się radosnej działalności sporej części organizacji polonijnych w Irlandii (nie wszystkich, rzecz jasna), to nabieram przekonania graniczącego z pewnością, że gdyby nagle przestały istnieć, to nikt, poza może jej członkami, nawet by tego nie zauważył. W tej sytuacji, jeżeli za autopromocję i samozadowolenie tego czy innego „działacza” ma płacić polski podatnik, to trzeba się zastanowić, czy taka działalność zamiast korzyści nie przynosi Ojczyźnie wymiernej szkody.

Generalnie wspieranie organizacji polonijnych na Zachodzie miało sens tylko wtedy, gdyby realnie promowały one wśród autochtonów Polskę, polską kulturę, tradycję, historię i język, przy czym język jest najważniejszy, bo stanowi klucz do czerpania z kultury u źródła, a nie poprzez często zniekształcone tłumaczenia. Żeby zrozumieć „Pana Tadeusza”, trzeba mieć historyczną znajomość kontekstu, w jakim jest osadzony, ale żeby poznać jego piękno – trzeba władać językiem polskim. I to władać bardzo biegle. Jednak nawet w takim przypadku ta działalność powinna być sfinansowana przez lokalną Polonię, z czym nie powinno być problemów, z uwagi na wspomnianą już dysproporcję w zarobkach. Problem w tym, że większość polonijnych organizacji się tym NIE zajmuje.

A czym się zajmują? Coraz częściej, z niewiadomych powodów, oprócz autopromocji albo

wydawania „oświadczeń” na temat takich czy innych wydarzeń politycznych w Polsce, na które i tak nie mają żadnego wpływu i nikt ich nigdy o zdanie nie pyta, próbują wchodzić w obszar do tej pory przeznaczony dla podmiotów mniej lub bardziej komercyjnych. Tym samym, przez to, że korzystają z nieuzasadnionego w takich przypadkach wsparcia finansowego, stają się nieuczciwą konkurencją dla firm polonijnych. Przykładów można mnożyć, ale przytoczę tylko jeden z życia wzięty i od razu zastrzegam: nie, tego tekstu – tak jak zresztą żadnego do tej pory – nie konsultowałem i nie uzgadniałem z wydawcą magazynu „MiR”: czytany przez Państwa bieżący numer tego miesięcznika jest wydawany na zasadach komercyjnych. Pomimo że jest bezpłatny dla Czytelników, to nie znaczy, że nic nie kosztuje jego wydawcę: to on musi zdobyć odpowiednią liczbę reklamodawców, żeby pokryć koszty utrzymania strony internetowej, druku i wierszówki dla piszących w nim osób. Gdyby się tak zdarzyło, że tych reklamodawców by zabrakło, to albo właściciel finansuje go z własnej kieszeni, albo zamyka. Proste prawa rynku. No właśnie – nie do końca. Bo co zrobić, gdy na ten i tak słaby reklamowy rynek wchodzi organizacja polonijna, która pozyskała sfinansowany przez polskich podatników spory grant na wydawanie podobnego bezpłatnego miesięcznika? Organizacja ta nie musi się przejmować poziomem tytułu ani reklamodawcami,

choć również będzie o nich zabiegala i prędzej czy później wyrwie coś dla siebie z coraz mniejszego reklamowego tortu. Powie ktoś: konkurencja. No jaka to konkurencja? To tak, jakby ktoś z Państwa otworzył sklep z butami, a ja otworzyłbym podobny obok, tylko że za mnie czynsz i prąd opłacaliby podatnicy, ba – nawet przymusowo sfinansowaliby cały towar. Prędzej czy później ten, kto działa na warunkach komercyjnych musi zwinąć interes, a „grantowiec” podziela tak długo, na jak długo grantów starczy. Jak zabraknie, to też się zwinie, ale na rynku nie zostanie już nikt. I nikt też szybko nie zaryzykuje, by tę pustkę z powrotem wypełnić, właśnie z obawy przed nieuczciwą konkurencją kolejnych „grantowców”.

To był przykład z gazetą, ale takich działalności jest znacznie więcej. Co więc może zrobić w starciu z „grantowcem” ten, kto do tej pory uczciwie działał na warunkach komercyjnych? Niestety albo zakończyć działalność, albo również aplikować o granty, żeby przynajmniej wyrównać szanse. I dlatego mamy tutaj nie tylko te organizacje, które mają Polonii coś wartościowego do zaoferowania, ale te, które mają najlepszych speców od autoreklamy i od pisanie wniosków o dofinansowania.

Czy Polacy nie powinni więc wspierać Polonii? Powinni, ale nie na Zachodzie, a na Wschodzie. Irlandia, Wielka Brytania czy Stany Zjednoczone nigdy częścią Polski nie były i nie będą, natomiast na Wschodzie ciągle żyją ludzie, którzy mają w pamięci polskość tych ziem, odwołują się do polskiej cmentarzy i kultury polską tradycję, kulturę oraz, jak pisała Konopnicka w „Rocie”: „nie dają pogrześć mowy”. Właśnie, Konopnicka – jej grób znajduje się we Lwowie na Cmentarzu Łyczakowskim, gdzie swoje ostatnie miejsce spoczynku znalazło również wielu, nie mniej wybitnych Polaków. Sam Lwów – kto tam był, ten wie, jak silna jest tam Polonia, chociaż już niestety będąca mniejszością.

Nie ma się co bawić w polityczną poprawność i trzeba sobie jasno powiedzieć: Polacy mieszkający na Ukrainie, Białorusi, Litwie itp. nie są emigrantami zarobkowymi, za to często borykają się z problemami stworzonymi przez władze tych krajów. Ci ludzie wskutek zawirowań historii, pomimo tego, że są i czują się Polakami, najczęściej nie mają polskich paszportów. Nie mogą więc ot tak sobie wsiąść w samolot czy autobus i wrócić do Ojczyzny. Oni nie opuścili Polski, to Polska – wskutek zdrady Zachodu i aneksji tych ziem przez Sowietów – zmieniła swoje granice, zostawiając ich tam, gdzie byli. To rodakom na Wschodzie winniśmy wsparcie, tym bardziej gdy weźmiemy pod uwagę dysproporcję w zarobkach tu i tam.

My tutaj możemy wiele rzeczy sfinansować sami, oni – bez systemowej pomocy ze strony Polski – nie dadzą rady zadbać o wszystkie polskie miejsca, które bez takiej opieki szybko zostaną zniszczone, tak by pamięć o nich zaginęła, stając się co najwyżej domeną wąsko wyspecjalizowanej grupy historyków.

Budżet 2021

Minister finansów Paschal Donohoe i minister ds. wydatków publicznych i reform Michael McGrath przedstawili 13 października 2020 r. być może najbardziej krytyczny budżet od dziesięcioleci. Jest to budżet w obliczu zagrożeń, w tym COVID-19, brexitu, zmian klimatycznych i międzynarodowych reform podatkowych.

Zgodnie z oczekiwaniami skupiono się na wspieraniu firm i pracowników w obliczu COVID-19 i brexitu, a także na mieszkalnictwie oraz opiece zdrowotnej.

Założono, że UE i Wielka Brytania nie zawrą dwustronnej umowy o wolnym handlu. Niniejszy budżet i lipcowy pakiet stymulujący udostępniają dalsze wsparcie z zobowiązaniem rządu do uzyskania dostępu do rezerwy dostosowawczej na brexit, ogłoszonej latem tego roku przez Radę Europejską.

Dalsze rozszerzenie pakietów wsparcia brexitu dla przedsiębiorstw to m.in. 340 mln euro na wsparcie działań w zakresie przestrzegania przepisów celnych, zatrudnienie 500 dodatkowych pracowników przygranicznych i poprawę infrastruktury w irlandzkich portach i na lotniskach. Budżet przewiduje elastyczny fundusz naprawczy o wartości 3,4 mld euro, który zostanie wykorzystany do stymulowania popytu w gospodarce.

Zgodnie z oczekiwaniami w budżecie nie zapowiedziano prawie żadnych zmian w podatku dochodowym.

Najważniejsze zmiany obejmują:

Obniżka stawki VAT z 13,5% do 9%, obowiązująca od 1 listopada, stanowi bardzo ważne wsparcie dla przedsiębiorstw z branży hotelarskiej i turystycznej.

Roczne przedłużenie programu zwrotu opłat skarbowych na cele mieszkaniowe i sześciomiesięczne przedłużenie okresu, w jakim musi zostać ukończona inwestycja, aby się zakwalifikować.

Ulga podatkowa dla samozatrudnionych (*The Earned Income Tax Credit*) zostanie zwiększona o 150 euro (z 1500 euro do 1650 euro), aby dostosować ją do wysokości ulgi podatkowej dla zatrudnionych w systemie PAYE.

Opiekuńcza ulga podatkowa (*The Dependent Relative Tax Credit*) zostanie zwiększona o 175 euro (z 70 euro do 245 euro).

Ulga podatkowa dla morskiej marynarki wojennej (*The Sea-going Naval Personnel Tax Credit*) zostanie zwiększona o 230 euro (z 1270 euro do 1500 euro).

USC – próg stawki 2% zostanie zwiększony o 203 euro rocznie (z 20 484 euro do 20 687 euro), zgodnie ze wzrostem krajowej płacy

minimalnej. W rezultacie kwota dochodu podlegającego opłacie na USC na poziomie 4,5% zmniejsza się z 49 560 euro do 49 357 euro. Nie ma zmian w stawkach USC.

e-Workers – pracodawca może wypłacić **e-pracownikom** kwotę dodatku zwolnioną z podatku w wysokości do 3,20 euro za dzień roboczy w celu pokrycia dodatkowych kosztów mediów ponoszonych przez pracowników pracujących w domu. Jeśli pracodawca nie zapłaci 3,20 euro e-pracownikowi, pracownik ma prawo złożyć wniosek o ulgę podatkową z tytułu oświetlenia i ogrzewania. Koszty dostępu do szerokopasmowego internetu będą również dopuszczalne w przypadku pracowników pracujących z domu. Ponadto o ulgę podatkową można ubiegać się w odniesieniu do wszelkich wydatków poniesionych w całości, koniecznych i wyłącznie w związku z wykonywaniem obowiązków.

Program Help to Buy (HTB), który umożliwia kupującym po raz pierwszy ubieganie się o ulgę podatkową w wysokości do 30 000 euro, zostanie przedłużony do końca 2021 r.

Przedłużono EWSS do końca 2021 r. Obecny program dopłat do wynagrodzeń (*Employment Wage Subsidy Scheme*) wygaśnie 31 marca 2021 r. Minister Donohoe zapowiedział, że pewna forma dopłat do wynagrodzeń będzie kontynuowana do końca 2021 r. i program ten zostanie rozszerzony o dopłaty z tytułu tymczasowych dopłat do wynagrodzeń należnych od pracodawców.

Dodatek zryczałtowany dla rolnika (*The Farmer's Flat Rate Addition*) wzrośnie z 5,4% do 5,6%.

Wprowadzono nowy program wsparcia ograniczeń COVID-19 (Covid Restrictions Support Scheme) – **CRSS**, który umożliwia zwroty gotówki kwalifikującym się przedsiębiorstwom, których biznes został znacząco dotknięty kryzysem w związku z epidemią. Zapewnia wsparcie dla przedsiębiorstw, których handel został znacząco zakłócony lub czasowo zamknięty w wyniku ograniczeń określonych w rządowym planie „Życie z Covid-19”.

Program będzie działał od 13 października 2020 r. do 31 marca 2021 r. i będzie obowiązywał tam, gdzie narzucone zostaną ograniczenia poziomu trzeciego lub wyższego, które zabraniają lub ograniczają klientom kontakt. Sektory, na które ma to obecnie wpływ, to zakwaterowanie, restauracje oraz sztuka, rekreacja i rozrywka. Płatność zostanie obliczona jako procent średniego tygodniowego obrotu firmy bez podatku VAT w 2019 r., z zastrzeżeniem maksymalnej płatności tygodniowej do wysokości 5 tys. euro.

Akcyza (w tym VAT) na papierosy wzrośnie o 50% od paczki 20 sztuk, przy proporcjonalnym wzroście na inne wyroby tytoniowe, od północy 13 października 2020 r.

Podatek węglowy (*Carbon Tax*) wzrośnie o 7,50 euro (z 26 euro do 33,50 euro) za tonę. Będzie to dotyczyło paliw samochodowych (np. benzyny i oleju napędowego) od północy 13 października 2020 r. oraz wszystkich innych paliw (np. węgla, torfu, gazu, domowego oleju opałowego itp.) od 1 maja 2021 r. To zwiększy cenę oleju napędowego i benzyny o około 2,5 centa za litr.

Podatek rejestracyjny od pojazdu (VRT) dla samochodów opiera się na cenie sprzedaży na wolnym rynku (OMSP) i poziomie emisji CO₂.

Obecnie istnieje 11 pasm stawek VRT w zakresie od 14% do 36% OMSP. Nowe stawki VRT, które zostaną wprowadzone na 2021 r., będą miały 20 pasm (od 7% do 37%) i będą oparte na nowym teście emisji dla samochodów znanych jako WLTP (*Worldwide Harmonized Light Vehicle Test Procedure*). Ten nowy system będzie oparty na poziomach emisji, które są znacznie bliższe rzeczywistym poziomom wydajności, niż ma to miejsce obecnie.

Ulgę VRT dla pojazdów hybrydowych typu *plug-in* i hybryd wygasną, biorąc pod uwagę fakt, że stawki VRT będą teraz znacznie niższe dla tych samochodów niskoemisyjnych.

Podatek drogowy (*Motor Tax*) – obecnie działają dwie tabele podatku drogowego. Od 2021 r. będą obowiązywały trzy tabele podatku drogowego:

- Samochody zarejestrowane przed 2008 r. będą nadal opodatkowane od pojemności silnika.
- Samochody zarejestrowane przed 2021 r. i w 2021 r., w przypadku których emisję CO₂ oceniano za pomocą istniejącego wcześniej testu emisji NEDC (np. import z drugiej ręki).
- Samochody zarejestrowane po 2021 r., dla których ocena emisji CO₂ jest oparta na teście emisji WLTP.

Krajowa płaca minimalna wzrośnie o 1% – z 10,10 euro do 10,20 euro brutto za godzinę roboczą w odniesieniu do godzin przepracowanych 1 stycznia 2021 r. lub później.

Urlop rodzicielski (*Parent's Leave*) – budżet przewiduje dodatkowe 3 tygodnie płatnego urlopu rodzicielskiego na jednego rodzica (tj. zasiłek rodzicielski wypłacany przez DEASP), z którego należy skorzystać w pierwszym roku po urodzeniu dziecka, zwiększając urlop i zasiłek do 5 tygodni.

PRSI – tygodniowy próg wyższej stawki składek na PRSI pracodawcy w klasie A wzrośnie z 395 euro do 398 euro, wraz ze wzrostem krajowej płacy minimalnej. Dzięki temu pracodawca będzie płacił obniżoną stawkę PRSI pracodawcy w wysokości 8,8% w odniesieniu do pracownika pracującego przez 39 godzin tygodniowo, który otrzymuje krajową płacę minimalną.

Świadczenia socjalne (*Social Welfare Payments*) – nie będzie większego wzrostu kwot świadczeń opieki społecznej. Niektóre podwyżki to:

- Stawka należna za kwalifikujące się dziecko zostanie zwiększona o 5 euro (z 40 euro do 45 euro) w przypadku dziecka w wieku 12 lat lub starszego, i o 2 euro (z 36 euro do 38 euro) w przypadku dziecka w wieku poniżej 12 lat.
- Tygodniowy dodatek na ogrzewanie wzrośnie z 24,50 euro do 28 euro i będzie nadal płatny przez 28 tygodni w roku.
- Zasiłek dla osób mieszkających samotnie wzrośnie o 5 euro (z 14 euro do 19 euro tygodniowo) i jest wypłacany osobom w wieku 66 lat i starszym, które mieszkają samotnie.
- Dodatek dla zamieszkałych na wyspie, który jest wypłacany osobom mieszkającym na niektórych przybrzeżnych wyspach, wzrośnie z 12,70 euro do 20 euro tygodniowo w styczniu 2021 r.
- Świadczenie dla opiekunów wzrośnie z 1700 euro do 1850 euro.

- Próg zarobków osób pracujących i pobierających rentę inwalidzką wzrośnie o 20 euro (ze 120 euro do 140 euro).
- Limit dochodu w wysokości 425 euro, który obecnie dotyczy osób pobierających dodatek dla rodzin niepełnych, zostanie zniesiony od kwietnia 2021 r.
- Próg zarobków zostanie wprowadzony w przypadku osób samozatrudnionych, które starają się o zasiłek dla bezrobotnych w związku z pandemią (PUP), który umożliwi im zarabianie do 480 euro miesięcznie przy zachowaniu płatności PUP.
- Dodatek bożonarodzeniowy w wysokości 100% tygodniowego świadczenia danej osoby zostanie wypłacony w pierwszym tygodniu grudnia odbiorcom długoterminowych świadczeń z opieki społecznej. W 2020 r. premia będzie wypłacana na zasadzie wyjątku odbiorcom zasiłku dla osób poszukujących pracy i PUP, którzy otrzymywali te płatności przez 4 miesiące lub dłużej.
- Podwyższenie o 10 euro tygodniowego proggu dochodowego dla rodzin z maksymalnie trójmiem dziećmi.
- Nowo owdowiali rodzice z dziećmi na utrzymaniu otrzymają od stycznia 2021 r. stypendium w wysokości 8000 euro, co stanowi wzrost o 2000 euro.


Zmniejszenie liczby dni oczekiwania na zasiłek chorobowy (*Reduction in Waiting Days for Illness Benefit*) – liczba dni oczekiwania na zasiłek chorobowy zmniejszy się z 6 do 3 dni w przypadku wszystkich nowych wniosków od końca lutego 2021 r. Może to obniżyć koszty dla pracodawców, którzy zapewniają pracownikom program zasiłku chorobowego.

Stypendium Universal Support Grant (SUSI) na studia podyplomowe zostanie zwiększone o 1500 euro (z 2000 euro do 3500 euro), a próg uprawniający do uzyskania stypendium zostanie dostosowany.

Ogłoszono dodatkowe fundusze na wsparcie i podnoszenie umiejętności i przekwalifikowania. Potwierdzono zobowiązanie rządu do wprowadzenia 12,5% stawki podatku od osób prawnych.

Z zadowoleniem przyjęto szeroki zakres dziedzin, w tym inwestycje w system transportowy przez pryzmat klimatu, wsparcie dla głębokiej modernizacji mieszkań socjalnych, reformę systemu VRT i systemu podatku drogowego, finansowanie rekultywacji torfowisk i dodatkowe środki na wsparcie, dotacje na modernizację dla gospodarstw domowych przechodzących na skalę B2.

Ogłoszono wzrost podatków od emisji CO₂ oraz zmiany w systemach VRT i podatku od pojazdów.

Budżet 2021 jest starannie osadzony na tle nowych wyzwań, których nikt nie mógł przewidzieć 12 miesięcy temu. Jeśli brexit nie będzie wystarczająco trudny do opanowania i złagodzenia, to pandemia wywrze większą presję na gospodarkę i biznes. Połączenie przedstawionych środków znacznie tworzyć obronę, która pomoże gospodarce powrócić na ścieżkę wzrostu. Czasami będzie to niepewne i prawdopodobnie niestabilne, ale budżet 2021 postawił Irlandię na pewniejszej pozycji, aby z ufnością patrzeć w przyszłość. 

To bardzo proste:

- 📄 Zeskanuj Employment Summary i wyślij na firma113@gmail.com
- 📄 Obliczymy Twój zwrot bezpłatnie
- 📄 Przeprowadzimy procedurę odzyskania podatku w urzędzie



**TWOJA FIRMA
KSIĘGOWO DORADZCA**

**ROZLICZENIA PODATKU Z ZATRUDNIENIA
W SZYBKIM I ŁATWYM SPOSÓBIE ODZYSKAJ SWÓJ PODATEK
www.dmksiegowosc.eu**

Cork 33/34
Cook Street Cork
TEL./FAX 021 42 48 760
E-mail: firma113@gmail.com

D&M Services Unit 26,
Park West Enterprise Centre
Nangor Road, Dublin 12, D12 N2X6
016 12 06 20 E-mail: firmadublin@gmail.com

CZYTELNIA

Zapis zarazy

Autor: Sumliński Wojciech, Budzyński Tomasz

Są wydarzenia, które zmieniają wszystko i po których nic już nie jest takie, jak było przedtem - o takim właśnie wydarzeniu opowiada ta historia. W jednej chwili ludzkość stanęła na krawędzi katastrofy, w obliczu tajemniczej epidemii, która zniszczyła teraźniejszość, zmieniła wyobrażenie o przeszłości, wywołała lęk i pytania o przyszłość: czy pandemia to przypadek - nie przypadek, czy wirus zmieniono w broń, co w tej historii jest prawdą, a co oszustwem, kto na tym zyskał i co nas czeka?

Historia, którą opowiadają dziennikarz śledczy Wojciech Sumliński i major ABW Tomasz Budzyński, to nie tylko unikalny dziennik zarazy i opowieść o naturze zła ujawniającego się w sytuacjach ekstremalnych, ale przede wszystkim przedstawienie odpowiedzi na pytania, które dotąd pozostawały bez odpowiedzi. W swoim śledztwie, prowadzonym w myśl sentencji hokeisty wszechczasów, Wayne Gretzkyego „/podążaj tam, dokąd zmierza krążek, a nie tam, gdzie, jest/” autorzy odstaniają opatrzone klauzulą tajności materiały i nieznaną opinią publicznej fakty ujawniające prawdę o świecie, w którym nic nie jest tym, czym się wydaje, zmuszające do spojrzenia w nowym świetle na tajemnicę globalnego dramatu i gigantycznego kłamstwa uznawanego za zbyt prawdziwe, by o nim opowiadać.

Aż do tego momentu...

Z kim tak ci będzie źle jak ze mną? Historia Kaliny Jędrusik i Stanisława Dygata

Autor: Grzela Remigiusz



Kalina Jędrusik. Stanisław Dygat. Uwodziciele. Hipnotyzerzy. Królowie życia.

Byli dla siebie stworzeni. I byli dla siebie przekleństwem.

Kalina przez całe życie była wpatrzona w ojca libertyna, który żył w trójkącie z żoną i jej siostrą. Stanisław pod względem obyczajów bardzo go przypominał. Uznany, charyzmatyczny i sporo od niej starszy pisarz zauważył ją na ulicy, gdy był jeszcze mężem innej. Długo szedł tyłem, by nie stracić jej z oczu - bo w początkującej nieśmiałej aktorce o wielkich i smutnych oczach zobaczył materiał na wielką gwiazdę i pierwszą seksbombę polskiego kina.

Dygat wiódł podwójne życie, nie licząc się z nikim. Jędrusik przedstawiał jako swoją żonę, choć był jeszcze mężem Władysławy Nawrockiej. Kiedy Kalina poroniła, w tajemnicy przed nią pogrzebał dziecko. Godził się na jej romanse, a ona opiekowała się nim po zawałach.

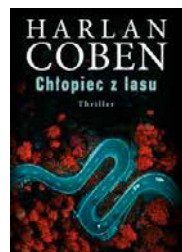
Eksponowała swoją seksualność jak sztandar. Prowokowała władzę swą wolnością. Gdy Gomułka zobaczył jej słynny barbórkowy występ, jej omdlewające spojrzenie i krzyżak na jej pierś, roztrzaskał telewizor.

W kręgach artystycznych i towarzyskich Kalina i Stanisław byli tak wpływowi, że gdyby żyli dzisiaj i mieli konta w mediach społecznościowych, jednym wpisem mogliby wspomóc lub złamać czyjąś karierę.

Remigiusz Grzela obala mit o tym, że błyskotliwy pisarz stworzył kobietę wampa. Tworzy jednocześnie wielowymiarową opowieść o pięknej, ale i niszczycielskiej miłości. Przygląda się karierom obojga, ich związkom, brzemieniom w skutkach decyzjom i wyborom. Zastanawia się, dlaczego nie poznano się na talencie Kaliny i z jakich powodów pisarz tak wybitny i aktualny jak Dygat przebywa obecnie w literackim czyścisku.

Chłopiec z lasu

Autor: Coben Harlan



Mężczyzna o tajemniczej przeszłości musi znaleźć zaginioną nastolatkę.

Najnowsza powieść mistrza zwrotów akcji, Harlana Cobena!

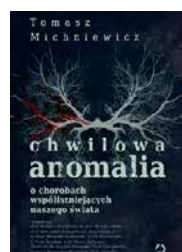
New Jersey, 1986 rok. W Stanowym Parku Krajozrazowym Ramapo Mountain znaleziono dziecko. Brudne, odziane w łachmany i... kompletnie dzikie. Chłopiec rozumie po angielsku, lecz nic nie mówi. Nikt nie zgłaszał zaginięcia. Nikt nie wie, kim chłopiec jest i jak długo przebywał w lesie. Nikt nie wie, jak udało mu się przetrwać.

Trzydzieści lat później Wilde stara się żyć normalnie, choć jego przeszłość wciąż pozostaje tajemnicą - także dla niego samego. Pewnego dnia otrzymuje wiadomość o zaginięciu nastolatki. Nikt się nim nie przejmuje - nawet jej własny ojciec - ale pewna ważna osoba z przeszłości Wilde prosi go o pomoc w znalezieniu dziewczyny. Jedyłą wskazówką jest to, że była ostatnio nękana.

Ponieważ sam nigdy nigdzie nie należał, Wilde nie może zignorować sprawy outsiderki, która nikogo nie obchodzi. Ale żeby wyjaśnić tajemnicę jej zniknięcia, będzie musiał wrócić do swojej przeszłości i do miejsca, w którym władza pozwala na utrzymywanie sekretów, które mogą zagrozić milionom ludzi.

Chwilowa anomalia. O chorobach współistniejących naszego świata

Autor: Tomasz Michniewicz



Znajomy negocjator polityczny powiedział mi kiedyś: „Obserwuj ludzi, gdy wszystko wokół się wali. W chwilach kryzysu dużo można zobaczyć”. Gdy więc wybuchła pandemia, obserwowałem uważnie. I robiłem notatki.

Sytuacja globalnego zagrożenia odstoniła wiele chorób współistniejących, które trapią naszą cywilizację: ignorancję, komunikacyjny chaos, destrukcyjną siłę fake newsów, nieprzygotowanie rządów i nas samych na kryzys, irracjonalne reakcje stadne, władzę w rękach nieodpowiedzialnych ludzi... Jak to wszystko się dla nas skończy?

Ta książka to zapis rozmów ze specjalistami, którzy ze swoich obserwacji wyciągają wnioski na przyszłość. Psycholog konfliktu szkolący siły specjalne, politolożka, klimatolog, analityk spraw międzynarodowych, profesor ekonomii, socjolożka, preppers i inni eksperci w swoich dziedzinach pokazują, w jak fatalnej sytuacji się znaleźliśmy.

„Kryzys to zbyt straszna rzecz, żeby go zmarnować”, jak mawiał Paul Romer, noblista z ekonomii. Czy wyciągniemy wnioski na przyszłość? Wygląda na to, że na razie zajęci bieżącymi problemami patrzymy pod nogi, zupełnie nie widząc, że pędzimy na ścianę.

Kompletujemy księgozbiór w Polskiej Bibliotece ABC

Kompletujemy i udostępniamy literaturę polską /przede wszystkim/ i anglojęzyczną. Posiadamy bogaty zbiór literatury pięknej - obyczajowej, przygodowej i historycznej; biografie i pamiętniki.

Księgozbiór literatury popularno-naukowej zawiera takie działy jak: filozofia, psychologia i pedagogika; sztuka, historia, geografia, medycyna, hobby-zainteresowania, gospodarstwo domowe. Posiadamy książki z dziedziny uzależnień, terapii i rozwoju osobistego.

Literatura dla dzieci i młodzieży, pogrupowana jest w działach: bajki i wierszyki /dla najmłodszych/, literatura dla dzieci oraz literatura dla młodzieży. Oferujemy także lektury szkolne.

Na miejscu korzystać można z księgozbioru podręcznego, w którym wyodrębnione zostały encyklopedie i słowniki, albumy oraz niektóre wydawnictwa dotyczące Polski.



Polish Culture Centre & Library ABC
EduLibrary CLG
Green Gate Business Centre
52A Gould Street, Cork

Kącik malucha - zrób to sam

POMPONY Z BIBUŁY

Potrzeba:

- cienka bibuła, w różnych kolorach
- nożyczki
- kawałek żyłki lub cienkiego sznureczka

Wykonanie:

Przygotuj 6 arkuszy bibuły, ułożonych jedna na drugiej. Złóż bibułę w tzw. harmonijkę i natnij delikatnie brzegi na środku paska. Zwiąż środek kawałkiem żyłki lub sznurka i przytnij brzegi paska (na okrągło lub w trójkąt). Rozłóż jedną ze stron harmonijkę i oddzielaj pojedynczo każdą z bibulek, następnie czynność tę powtórz z drugiej strony. Pompony z bibuły mogą być świetną ozdobą dziecięcego pokoju.



KRZYSIEK WIŚNIEWSKI
Polskie Radio SA
chris.waterford@gmail.com

Budżet na miarę naszych czasów

Tradycyjnie w połowie października rząd Irlandii ogłosił założenia budżetowe na kolejny rok. Jak można się było spodziewać, w związku z pandemią koronawirusa przyszłoroczne wydatki będą należały do najwyższych w historii. Państwowe pieniądze będą wydawane głównie na pomoc tym, którzy w ten czy inny sposób ucierpieli na skutek epidemii. A jak to wygląda w szczegółach?

Wydatki socjalne

Stawki głównych świadczeń nie ulegną zmianie, ale rodziny otrzymujące cotygodniowe dodatki socjalne na dzieci otrzymają nieznaczoną podwyżkę. Konkretnie będzie to 2 euro na dziecko do lat 12 i 5 euro na dziecko powyżej 12 roku życia.

Osoby samozatrudnione, które z powodu pandemii otrzymują zasiłek dla bezrobotnych będą mogły zarobić do 480 euro miesięcznie bez utraty świadczenia.

Zasiłek chorobowy będzie wypłacany już po trzech dniach, a nie po sześciu jak dotychczas.

Zostanie wypłacony jednorazowy dodatek świąteczny. Otrzymają go wszyscy pobierający zasiłki socjalne od przynajmniej 4 miesięcy.

Podwyższone zostaną niektóre dodatki socjalne. Carer's Support Grant dla osób sprawujących opiekę nad członkami rodziny wzrośnie o 150 euro i wyniesie 1850 euro rocznie. Living Alone Allowance dla osób mieszkających samotnie zostanie zwiększony do 19 euro tygodniowo. A dodatek na ogrzewanie Fuel Allowance będzie większy o 3,50 euro tygodniowo.

Zasiłek rodzicielski ma zostać przedłużony o trzy tygodnie, dzięki czemu rodzice będą mogli spędzić więcej czasu z nowo narodzonym dzieckiem.

Podatki

Rewolucji podatkowej nie będzie. Nieznacznie zwiększony zostanie próg podatkowy dla rodzin posiadających nie więcej niż troje dzieci. Progi czy stawki Universal Social Charge czy PRSI pozostaną na niezmiennym poziomie.

Wzrośnie (a w przypadku paliw samochodowych już wzrósł, bo zmianę wprowadzono dzień po ogłoszeniu budżetu) podatek węglowy i wyniesie 33,50 euro za tonę. Oczywiście wiąże się to ze wzrostem cen paliw, zarówno tych, które lejemy do samochodów na stacjach benzynowych, jak i tych, którymi ogrzewamy nasze domy. Minister finansów zapowiedział, że dodatkowe fundusze uzyskane z tego podatku zostaną wykorzystane w celu ochrony osób dotkniętych ubóstwem energetycznym.

Nowy budżet uderzy po kieszeni także palaczy, bo podatek od paczki papierosów ma wzrosnąć o 50 centów.

Zmienia się stawki podatku płaconego przy rejestracji nowych pojazdów. Mają one zachę-



cić do kupowania samochodów niskoemisyjnych.

Wsparcie dla biznesu

Firmy zmuszone zamknąć się z powodu restrykcji sanitarnych związanych z pandemią koronawirusa otrzymają cotygodniowe wsparcie w wysokości do 5 tys. euro. Ma to umożliwić im przetrwanie oraz utrzymanie miejsc pracy.

Stawka VAT dla branży hotelarskiej zostanie obniżona do 9 proc., a do grudnia 2021 r. rząd przeznaczy 55 mln euro na wsparcie biznesu turystycznego i 5 mln euro na rozwój turystyki.

Do końca roku wszystkie firmy będą zwolnione z tzw. opłat dla przedsiębiorstw (*commercial rates*).

W ramach wspierania artystów rząd przeznaczy 50 mln euro na branżę artystyczną i o kolejne 50 mln euro zwiększy budżet Arts Council.

Opieka zdrowotna

Wydatki na walkę z pandemią koronawirusa wyniosą łącznie 2 mld euro, a o kolejne 2 mld rząd zwiększy finansowanie służby zdrowia.

Będzie więcej łóżek w szpitalach i placówkach opiekuńczych, a pracownicy służby zdrowia mogą liczyć na dodatkowe środki. O 38 mln euro zwiększą się wydatki na opiekę psychologiczną, a o 100 mln – na opiekę nad osobami niepełnosprawnymi.

Rynek mieszkaniowy

500 mln euro wydane zostanie na budowę 9500 nowych mieszkań socjalnych w roku 2021, a 558 mln euro przeznaczonych zostanie na

program HAP, który sfinansuje najem mieszkań i domów dla osób o niskich dochodach.

Rząd przeznaczy 22 mln euro na program walki z bezdomnością, a 210 mln euro – na program kredytów mieszkaniowych Rebuilding Ireland.

Edukacja

Stosunek liczby nauczycieli do liczby uczniów zostanie zmniejszony i ma wynosić 25:1, co oznacza mniejsze klasy oraz dodatkowe 300 miejsc pracy dla nauczycieli.

Rząd wyda 2 mld euro na pensje dla prawie tysiąca nowych asystentów dla dzieci niepełnosprawnych.

Większe wydatki przewidziano również na program darmowych posiłków w szkołach, co pozwoli na objęcie nim nawet 35 tys. dzieci więcej.

50 mln euro dotacji pomoże studentom w zakupie sprzętu potrzebnego do nauki online.

Garda

Garda otrzyma fundusze na przeszkolenie do 620 nowych stróżów prawa i na rekrutację 500 pracowników cywilnych.

Rząd zakupi również 70 nowych samochodów policyjnych, które zastąpią te obecnie leasingowane.

Tyle z grubsza formalności. Oczywiście sama ustawa budżetowa jest znacznie dłuższa i zawiera także wiele innych zapisów, ale samo ich wyszczególnienie wielokrotnie przekroczyłoby objętość „MIR”-a, a jednocześnie niewiele by znaczyły dla przeciętnego czytelnika. Co jednak

te zapisy oznaczają dla przeciętnego zjadacza irlandzkiego chleba (niekoniecznie tostowego)?

Z pewnością cieszy dość mocne wsparcie dla firm, bo to pozwala mieć nadzieję, że większość z nich przetrwa kolejny lockdown i czas, kiedy zwyżajnie nie zarabiają i tym samym nie mają z czego opłacić czynszu, rachunków i, co najważniejsze, pensji. Cotygodniowe wsparcie w wysokości 5 tys. euro to dla wielkich korporacji będzie kropla w morzu potrzeb, ale dla małej firmy rodzinnej może stanowić różnicę między „być” a „nie być”. A dla pracowników tej firmy może oznaczać różnicę między utrzymaniem pracy a zasiłkiem.

Firmy firmami, ale jak nowy budżet dotknie nas indywidualnie? To oczywiście zależy od tego, kim jesteśmy i czym się zajmujemy. Poniżej przykłady.

Pracownik baru. Niespełna 20-letni Jim mieszka sam i pracuje w barze. Oczywiście podczas wiosennego lockdownu nie pracował i zapowiada się, że teraz – po kilku tygodniach pracy – znów wróci na zasiłek. W zależności od tego, jak duży jest bar Jima, dotacja rządowa może pozwolić mu przetrwać do ponownego otwarcia. Będzie temu też sprzyjać zniesienie opłat dla przedsiębiorstw oraz obniżka VAT do 9 proc.

Niestety na razie Jim będzie musiał zadowolić się zasiłkiem i prawdopodobnie zostanie zmuszony zmniejszyć wydatki. Rozsądnym rozwiązaniem będzie znalezienie wspólnego mieszkania z kumplem albo dziewczyną i dzielnie się kosztami.

Na szczęście Jim rzucił palenie, więc podwyżki cen papierosów go nie dotyczą. Do pracy jeździ (a raczej jeździł) rowerem, więc i wyższe ceny paliw nie robią na nim wrażenia.

Taksówkarz. Samozatrudniony taksówkarz Paddy jest już po czterdziestce, ma żonę i dwoje dzieci. Co miesiąc płaci 1350 euro czynszu za niezbyt duży domek na przedmieściach. Przed pandemią zarabiał około 50 tys. euro rocznie, ale w trakcie lockdownu i obecnie jego zarobki znacznie spadły, w związku z czym otrzymuje od rządu zasiłek.

Według założenia nowego budżetu, jeśli Paddy nie zarobi więcej niż 120 euro tygodniowo, nadal będzie mu przysługiwał zasiłek. Ponadto rocznie zapłaci o 150 euro mniej podatku. Co więcej, będzie mógł odroczyć o rok spłatę podatków za lata 2019 i 2020. Oczywiście ostatecznie fiskus upomni się o te pieniądze, ale być może już w lepszych finansowo czasach.

Jako taksówkarz Paddy ucierpi nieco po podwyżce cen paliwa. I będzie musiał w końcu namówić żonę na rzucenie palenia, bo wyższe ceny papierosów bardziej jeszcze obciążą domowy budżet.


Na szczęście nieco wyższy będzie jej zasiłek, a właściwie dodatki do zasiłku. Niestety nie na tyle, by planować w związku z tym jakieś większe wydatki. Szczególnie że sytuacja taksówkarzy nie rysuje się optymistycznie w najbliższej przyszłości.

Donegal Castle

Donegal Castle – to zamek położony w centrum miasteczka Donegal. Został on wybudowany w 1474 roku nad rzeką Eske przez klan O'Donnell – jedną z najpotężniejszych rodzin gaelickich w Irlandii od 5 do 16 wieku. W tym samym czasie Hugh O'Donnell – szef klanu wraz z matronką Nualą wybudowali w dole rzeki klasztor franciszkanów.

W roku 1607, tuż po wojnie, klan O'Donnell musiał opuścić Irlandię i Hugh O'Donnell podał posiadłość, aby nie wpadła w ręce wro-

ga. W roku 1611 zamek jak i należące do niego posiadłości zostały przyznane angielskiemu kapitanowi Basilowi Brooke, który go przebudował. Zamek pozostawał w rękach rodziny Brooke aż do lat 70-tych XVII wieku, kiedy to przenieśli się do Lisnaskea w hrabstwie Fermanagh.

Brooks sprzedali zamek rodzinie Gore. Od początku XVII wieku zamek zaczął popadać w ruinę. W końcu właściciele przekazali go pod opiekę Urzędowi Robót Publicznych (OPW), który częściowo go odrestaurował i na początku lat 90-tych otworzył dla zwiedzających. 





Kontakt w Języku polskim
086 846 1547

Tel: 021 427 3472,
086 846 1547

info@finbarrmurphy.ie
www.finbarrmurphy.ie

Lee White House,
8, Washington St., Cork

Kancelaria Prawnicza

Odszkodowania po wypadkach w miejscu pracy

Wypadki drogowe

Wypadki w miejscach publicznych

Poświadczenia tożsamości, akty notarialne, upoważnienia

Przenoszenie własności, umowy mieszkaniowe

Sporządzanie testamentów

Prawo rodzinne

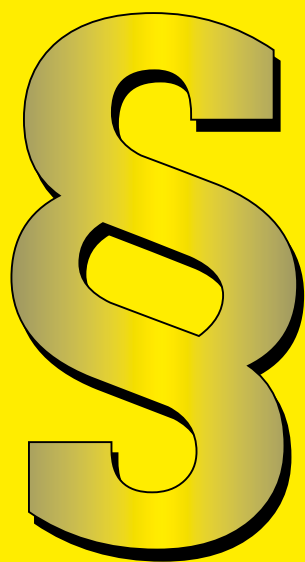
Prawo pracy

Porady prawne

Zgodnie z prawem nie można w sprawach spornych ustalać wynagrodzenia jako ułamka lub odsetka uzyskanej kwoty

Wypadki w pracy, drogowe oraz w miejscach publicznych Prawo pracy • Nieruchomości, przeniesienie własności

www.prawnik.ie



01 49 100 10

085 PRAWNIK

085 7729645

**Monika El Amki, Katarzyna Mastyło,
Paweł Sobol, Piotr Kuderski**

Maguire McClafferty Solicitors, 224, The Capel Building, Mary's Abbey Dublin 7, Ireland
Klient nie ponosi żadnych kosztów do czasu zakończenia sprawy. Płacimy za raporty medyczne.
Zgodnie z prawem nie można w sprawach spornych ustalać wynagrodzenia jako ułamka lub odsetka uzyskanej kwoty