

Magazyn  
**BEZPŁATNY!**

NR 141 październik 2021

ISSN2009-3802  
**mir**

magazyn  
informacyjno-  
rozrywkowy

www.mir.info.pl



CHCESZ PRZYGOTOWAĆ  
tzw. **DOKUMENTY**  
**ZJAZDOWE**

Zanim wiesz do czego, pamiętaj o dopełnieniu niezbędnych formalności.

Zgłoś się do biura księgowego  
**D&M SERVICES**

zadbamy o przygotowanie niezbędnej dokumentacji

Zakres naszej pomocy obejmuje:

- przygotowanie wykazu składek za okres pobytu w Irlandii;
- przesłanie informacji o skłótkach z Irlandii do Polski;
- rejestrację konta MYWELFARE;
- odzyskiwanie dokumentów potwierdzających dochody z tytułu zatrudnienia lub działalności gospodarczej za lata spłcone w Irlandii.

**GWARANTUJEMY**  
dokładność, szybkość działania,  
opiekę, aktywność i  
konstruktywizm.

Zadzwoń, napisz lub odwiedź nasze biuro - załatwimy wszystko jeszcze przed Twoim wyjazdem.

Biuro w Dublinie  
Unit 26,  
Park West Enterprise Centre,  
Nangor Road, Dublin 12, D12 N2X6  
telefon: 016 12 06 20  
email: firmadublin@gmail.com



Biuro w Cork  
Cork 33/34  
Cook Street, Cork  
T12 DH02  
telefon: 021 42 46 769  
email: firma113@gmail.com

**Szukasz stażu?**

The Work Placement

Experience Programme – s. 19

Zdrowie

**Od 22 października  
likwidacja ograniczeń**

Irlandzki rząd postanowił, że od 22 października zlikwidowane zostaną wszystkie ograniczenia związane z pandemią koronawirusa. Nastąpi to pod warunkiem osiągnięcia przez kraj 90-procentowego wskaźnika całkowitej odporności i wyraźnego spadku zakażeń.

17

**085 PRAWNIK** 085 7729645  
01 4910010

Monika El Amki  
Paweł Sobol, Piotr Kuderski  
[www.prawnik.ie](http://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!**

**SALES ASSISTANT  
DELI ASSISTANT**

Polish or Romanian or Russian speaker

**APPLY NOW!** Send your CV to [jobs@polonez.ie](mailto:jobs@polonez.ie)



# BEST OF POLAND



# POLONEZ

*taste of home*

UP TO **40** % OFF

FOR **100** PRODUCTS

**October 7th - November 17th**



SCAN HERE  
for all shops locations

Follow us on    
@polonez.ireland



5



7



8



10



17

## W OBIE STRONY

- W subiektywie Czerwińskiego Straszni panowie, czyli New Malaga 4
- Polak mądry po zarazie 18

## KRÓTKO

- Wiadomości z Irlandii 5,6,8,16,17

## PRZEWROTKĄ

- Trzeba uważać 7

## MODA, ŻYCIE, STYL, URODA

- Cukier 10
- Stylowe MUST HAVE: buty 11

## ZDROWIE

- Seks na żądanie 12

## PRAWNIK RADZI

- Uraz ręki i dłoni 14

## PRZYBORNİK

- Szukasz stażu? 19

## ROZRYWKA

- Czytelnia 20
- Film 20
- Krzyżówka 21
- Horoskop 21
- Uśmiechnij się 21

## POLITYKA

- Sinn Féin kończy długi marsz 22

## WYBRAN W KONICZYNIE

- Jesień kojarzy się z poezją 23

## Drodzy Czytelnicy,

niektórzy z Was może pamiętają jeszcze piosenkę Elektrycznych Gitar, w której pan Sienkiewicz i spółka śpiewali o tym, jak to „dzieci weselo wybiegły ze szkoły”. Nikt wtedy nie podejrzewał pewnie, że kilkanaście lat później będziemy świadkami tego, jak dzieci weselo wbiegają do szkoły po wakacjach. Bo okazuje się, że także w tym względzie pandemia przeorała dawne układy i dzieci zatęskniły za szkołą. Okazuje się, że szkoła nie jawi im się już jako miejsce udręki i potu wylanego nad książkami, ale jako miejsce, gdzie spotyka się kolegów i koleżanki, gdzie można razem spędzić czas, gdzie wreszcie nawet ta nauka nie jest taka straszna, jeśli odbywa się w klasie pełnej innych dzieci.

Zatem we wrześniu dzieci weselo wróciły do szkół, ale weselo nie oznacza, że beztrudno i bezproblemowo. Ich rodzice wskazują, że czas spędzony w izolacji miał poważny, negatywny wpływ na psychikę dzieci w niemal każdym wieku.

Według przeprowadzonego w sierpniu badania wśród rodziców, aż 63 proc. z nich obawia się o problemy emocjonalne, jakie mogą dotknąć ich dzieci w związku z pandemią, izolacją, oderwaniem od grup rówieśniczych czy rodziny. Ponad połowa rodziców zauważyła, że ich dzieci tracą umiejętności społeczne, a jedna trzecia obawiała się, że powrót do szkoły może okazać się poważną traumą dla ich dzieci.

Wyraźnie widać, że jednak nie wszystkie dzieci weselo wróciły do szkoły, a nawet jeśli wróciły, mogą mieć problemy z ponowną adaptacją. Ich rodzice, którzy od przynajmniej kilku miesięcy obserwują zmiany w zachowaniu swoich dzieci, oceniają, że szkoły powinny zapewnić uczniom szerokie wsparcie psychologiczne. Aż 73 proc. rodziców dzieci w szkołach ponadpodstawowych sądzi, że ich dzieci będą potrzebowały pomocy psychologa, by na nowo zaadaptować się do szkolnych realiów i do bezpośrednich kontaktów z nauczycielami czy rówieśnikami. W przypadku dzieci w szkołach podstawowych odsetek ten to „jedynie” 63 proc., ale nadal jest wysoki i znaczący.

Ponadto specjaliści wzywają rząd do zorganizowania we wszystkich szkołach zajęć wyrównawczych dla dzieci, które z różnych powodów nie uczestniczyły w nauce zdalnej albo po prostu potrzebują wsparcia w powtórzeniu programu szkolnego.

Tak naprawdę skalę strat szkolnych wśród dzieci i młodzieży poznamy pewnie dopiero w trakcie roku szkolnego, kiedy nauczyciele spotykając się z uczniami twarzą w twarz, będą w stanie zweryfikować ich postępy w nauce oraz relacje z rówieśnikami.

Jakiegolwiek by te straty nie były, miejmy nadzieję, że będą do nadrobienia, a szkody wyrządzone dzieciom przez pandemię nie okażą się trwałe. Przyszłość pokaże, a my będziemy tę przyszłość śledzić z uwagą i relacjonować Wam co ciekawsze jej fragmenty.

Co czynimy także i w oddawanym właśnie w Wasze ręce numerze magazynu „MIR” Polecamy zacząć od początku, przeczytać środek i zakończyć na ostatniej stronie. Lub odwrotnie. Lub jak wolicie.

Polecamy się i pozdrawiamy,  
Redakcja



**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:**  
marcin.magazynmir@gmail.com  
Tel. +353833973952

**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.



# W subiektywie czyli opowieści dziwnej treści

## Czerwińskiego

### Straszni panowie, czyli New Malaga

„Dzień dobry Państwu albo dobry wieczór. Nie wiem, jak to powiedzieć, ale irlandzka pogoda coraz bardziej mi się podoba; myślę, że jesteśmy coraz bliżej tego fenomenu, kiedy to globalne ocieplenie wyczyści pół Ziemi ze wszystkich form życia, Irlandia będzie drugą Teneryfą, mocarstwem turystycznym oraz jednym z ostatnich zamieszkiwalnych miejsc na północnej półkuli. Cork zmieni nazwę na New Malaga, zaś Dublin stanie się jednym wielkim pustostanem, występującym w roli zaplecza logistycznego dla lotniska i hurtowni napojów chłodzących.

„Nad tym ostatnim zdążyłem już jeszcze się porozwodzić, ale pozwólcie, że najpierw rozwiódę się nad tym pierwszym wątkiem, w postaci mojego postępującego uwielbienia lokalnej aury. Wróciłem

tu we wrześniu, z coraz bardziej stygnącej Warszawy do Dublina, pozostającego na autentycznie kanaryjskim poziomie. W chwili, gdy piszę te słowa, wrzesień już się kończy, a za oknem sunshine dalej napieprza niby na Hawajach. Dziewuchy wciąż paradują stadami w swojej mikroskopijnej garderobie, a południowodubliński lud, umęczony ciężką menadżerską pracą w zaciszach swoich home office'ów, polegającą na wygadywaniu bzdur na Zoomie, leży pokotem w wszystkich okolicznych parkach. Na szczęście to już niedługo się skończy. Zanim staniemy się drugą Teneryfą, przynajmniej w tym sezonie będziemy musieli jeszcze pobycć przez jakiś czas pierwszym Dublinem.

„Wszystko to oczywiście zanim Dublin całkowicie przestanie istnieć i wszyscy jego mieszkańcy wyjadą na wieś, co mi jako żywo przypomina amerykański trend w początku lat siedemdziesiątych, tyle że wtedy robiło się takie rzeczy z powodów posthippisowsko-ekologicznych, a teraz ze zdrowego rozsądku. Tak zwany dubliński „kryzys mieszkaniowy” zacząłem od niedawna uważać za zwrot żartobliwy, ponieważ to już nie jest kryzys, tylko aksjomatyczne dno, tak denne, że najwyraźniej jest zbyt głęboko, żeby wreszcie zauważyli je ci, którzy to miasto mieli okazję w nie wpędzić. Stolica Wyspy Skarbów w roli miejsca do życia nie ma już kompletnie sensu; skoro badziewiarskie mieszkanie z dwoma sypialniami kosztuje tu przeciętnie czterysta tysięcy euro, a jego badziewiarski wynajem circa about dwa patyki miesięcznie, w obliczu najnowszych wiadomości o wzroście cen energii pewne wnioski nasuwają się same. Nazwać toto absurdem to pieprzony eufemizm.

„Niezbadana i przez to fantastyczna jest dla mnie psychologia tłumy, w której sam się teraz odnajduję, bo i mnie udzieliło się rozglądanie poza kraty tej niegdyś złotej klatki. Nagle, po 16 latach spędzonych w tym mieście na tyranii, niańczeniu dziecka i pisaniu niszowych powieści dla świrów, wyłącznie w godzinach ciszy nocnej, nagle odkryłem, że jest jeszcze świat na zewnątrz Dublina. I do jakiegoś czasu uciekam z miasta kiedy tylko mogę, do miejsc, które w ogóle nie przypominają mi Irlandii, ponieważ są Irlandią właśnie. Takie na przykład Brittas Bay z plażą, przy której cały dzień parkowania kosztował do niedawna cztery euro, a po sezonie w ogóle zrobił się darmowy, z zarośniętymi wydymami, w których czas i przestrzeń stoją w miejscu, wydaje się miejscem z innej planety przy zasyfionym centrum, gdzie za tyle samo można parkować przez godzinę, a potem przespacerować się po cudzych rzygawinach, mijając puby, które wyglądają, jakby już były spalone. No i fakt, wreszcie je otworzyli.

„Zaczynam mieć dosyć tego miasta; może to też znak czasu, a właściwie wieku, bo jak rozumiem, starych dziadów zawsze ciągnie do lasu, gdzie nad stawem nimfy w jabłonowym sadzie i tak dalej w ten deseń. Chociaż muszę przyznać, że znam coraz więcej dziadów i bab, którym z wiekiem odkręca się w głowie w drugą stronę i zamiast usatkwowywać się oraz osiadać w kapciochy, robią z siebie coraz większe pośmiewisko, i właśnie w Dublinie dzieje się to na taką skalę, że mamy tu epidemię drugiej młodości. Postmodernistycznie odziani palanci w wieku przedemerytalnym rekompensują sobie brak recepty na Viagrę, panosząc się w swoich sportowych

samochodach, zaś eksdziewuszki, na wpół zakatowane na treningach fitnessu, chcą udowodnić całemu światu, jak trafne jest określenie „z tytułu liceum, z przodu muzeum”. A w sercu ciągle mają, jak śpiewali Straszni Panowie Dwaj...

„Tylko ja chodzę między nimi wszystkimi i udaję, że mnie nie ma. Wyglądam przy tym, jakbym się urwał z choinki, toteż wszyscy, z Polakami włącznie, miewają ciekawe teorie na temat tego, skąd mógłbym pochodzić. Mam z tego niezły ubaw, bo często wymyślam różne nieistniejące nazwy geograficzne i kilka razy zdarzyło mi się w rozmowie z miejscowymi, że w ogóle ich to nie dziwi. Mnie w zasadzie też nie. Skąd mają mieć jakiegokolwiek pojęcie o geografii, skoro w szkole uczą się w zasadzie głównie irlandzkiego, religii i liczenia pieniędzy od Angeli.

„A co do inwersji pokoleniowej, w ramach której stare dziady chcą być małolatami, to małolaty też chcą, by uważano ich za starych dziadów. Zupetnie jak w „Kartotece” Różewicza. Często im się to nawet udaje. Mój syn na przykład, wielokrotnie wspomniany przez mnie małolat w wieku x-bokсовym, jest o wiele poważniejszy ode mnie. Twierdzi, że w miejscach publicznych bywam zbyt wesoty i że to nie przystoi. Oprócz tego nie lubi słuchać głośnej muzyki. Twierdzi, że za głośno puszczam Rolling Stonesów w samochodzie, i że bołą go od nich uszy, i każe mi w kółko ściszać. Ostatni raz, kiedy mi się to zdarzyło, takie rzeczy wygadywali moi starzy. Ciekawe, czy to działa jak dwupółówka i dzieciaki Juniora będą psioczyły na niego, że zrzędzi, i że ciągle mu za głośno. Ale to już jest tradycyjnie temat na zupełnie inną gawędę.

CORDIALMENTE,  
PIOTR CZERWIŃSKI



## Żółw poleciał na Wyspy Kanaryjskie się leczyć

Linie lotnicze Aer Lingus pochwały się zaangażowaniem w nietypową akcję ratunkową. Na pokładzie samolotu relacji Dublin – Gran Canaria gościli wyjątkowego pasażera, zagrożonego wyginięciem żółwia kareta. Zwierzę z objawami hipotermii zostało znalezione w Irlandii. Dzięki wsparciu linii lotniczych jego historia znalazła jednak nieoczekiwane zakończenie.

Zwierzę zostało znalezione w styczniu 2019 r. na plaży Donegal przez lokalną rodzinę, a następnie przewieziono do akwarium Exploris Aquarium w Portaferry w hrabstwie Down. W ocenie ekspertów żółw miał wówczas dziewięć miesięcy i najprawdopodobniej został pochwycony i porwany przez niewłaściwy prąd morski, który zawiódł go do Irlandii. Żółw cierpiał na hipotermię, był oształomiony zimną wodą i ważył zaledwie kilkaset gramów. Sympatyczny gad nie stracił jednak woli walki, przez co został nazwany Juliuszem Cezarem, a w skrócie JC, o czym napisał portal Airlive.net. Żółw kareta to gatunek zagrożony, który rozwija się w ciepłym klimacie, dlatego irlandzkie akwarium wymyśliło plan ratowania zwierzęcia, w który zostały włączone linie lotnicze Aer Lingus. Zwierzę zostało umieszczone w tropikalnym zbiorniku, gdzie mogło cieszyć się specjalnie opracowaną dla niego dietą składającą się m.in. z mieszanki ryb i katamaric. Niestety restrykcje związane z pandemią koronawirusa uniemożliwiły natychmiastowy

transport Juliusza Cezara do centrum rekonwalescencyjnego Tarifa Wildlife Recovery Center (Centro de Recuperación de Fauna Silvestre de Tarifa) na Gran Canaria. Jak się okazało, nie wpłynęło to negatywnie na życie młodego gada, który znacznie przybrał na wadze, osiągnął 25 kg. Akcja ratunkowa znalazła swój szczęśliwy finał i 15 września żółw znalazł się w specjalnie zaprojektowanej wodoodpornej skrzyni na pokładzie lotu EI 782 Aer Lingus, którym został przewiezony na południe Wysp Kanaryjskich. Po przybyciu na Gran Canaria JC znalazł się pod opieką weterynarza Pascuala Calabuiga z Tarifa Wildlife Recovery Center, który będzie nadzorował jego aklimatyzację do cieplejszej pogody i monitorował jego zachowanie, odżywianie i kondycję fizyczną przed wypuszczeniem żółwia z powrotem do morza. JC nie jest pierwszym żółwiem, w którego akcji ratunkowej brały udział linie lotnicze Aer Lingus. Jak się okazuje, innego żółwia karettę, Leone, znaleziono w hrabstwie Clare w 2013 r., a w grudniu 2014 r. przetransportowano go do Las Palmas na Gran Canaria. Według World Wildlife Fund (WWF) żółwie kareta są „przedstawicielami grupy gadów, która istniała na Ziemi i podróżowała po naszych morzach przez ostatnie 100 mln lat”. Żółwie te przed osiągnięciem dojrzałości osiągają wagę 100 kg, żyjąc w naturalnym środowisku ciepłych wód – informuje aerlingus.com. Liczebność takich żółwi na wolności spada.

## Ponad 15 tys. zgłoszeń skutków ubocznych po szczepionkach

Ponad 15 tys. osób zgłosiło się z podejrzeniem skutków ubocznych po zastosowaniu szczepionki na COVID.

Gorączka, dreszcze, bóle kości, stawów i nudności to najczęstsze objawy zgłoszone krajowemu organowi do spraw leków. Większość

tych dolegliwości miała jednak umiarkowany charakter. Urząd Regulacji Produktów Zdrowotnych (HPRA) poinformował, że do końca sierpnia podano 6,84 mln szczepionek. Ponad 8,5 tys. zgłoszeń dotyczyło szczepionek firm Pfizer lub Moderna.

## Ruszyła globalna platforma streamingowa dla fanów rugby

Irlandzki nadawca publiczny RTÉ i United Rugby Championship (URC) uruchomili URC TV, nową globalną usługę streamingową oferującą fanom na całym świecie możliwość oglądania meczów na żywo i na żądanie.

W URC TV dostępne będą transmisje ze wszystkich 151 meczów United Rugby Championship. Wcześniej rozgrywki nosiły nazwę Celtic League. W tym sezonie rywalizować będzie 16 drużyn – cztery z Irlandii: Connacht, Leinster, Munster i Ulster; dwie z Włoch: Benetton i Zebre; dwie ze Szkocji: Edinburgh i Glasgow Warriors; cztery z Republiki Południowej Afryki: Bulls, Lions, Sharks i Stormers; i cztery z Walii: Cardiff, Dragons, Ospreys i Scarlets. Dostęp do transmisji internetowych będzie możliwy za pośrednictwem strony internetowej urc.tv, a także aplikacji mobilnych i na Smart TV, które powinny zadebiutować 24 września. Mecze będą nadawane w jakości HD z angielskim komentarzem. *RTÉ ma doświadczenie w transmitowaniu poprzez streaming dużych wydarzeń sportowych na całym świecie i jest dowodem na to, że nadawca może dostosować się do wymagań*



rynku i zapewnić bardzo kreatywną ofertę dla posiadaczy praw – powiedział Martin Anayi, dyrektor generalny URC. URC TV będzie dostępna w Europie poza Wielką Brytanią, w Stanach Zjednoczonych i w wielu innych krajach świata. Nowa platforma oferuje kilka pakietów, m.in. „weekend pass”, pozwalający na obejrzenie wszystkich meczów w danej rundzie, oraz „season pass”. Pierwsza opcja kosztuje 24,99 dolarów amerykańskich, a druga 139,99 dolarów.

## Szkocja, Austria i Bułgaria zaostrzają obostrzenia. Irlandia, Szwecja i Portugalia znoszą ją

Władze Szkocji, Austrii, Bułgarii i Grecji zapowiedziały wprowadzenie nowych obostrzeń związanych ze wzrostem zakażeń na ich terytorium. Z kolei koronarestrykcje obowiązujące dotychczas w Irlandii i Szwecji będą stopniowo znoszone. W Portugalii od niedzieli nie będzie trzeba nosić maseczek na świeżym powietrzu.

Pod koniec września przestaną obowiązywać w Szwecji limity zgromadzeń, ograniczenia w lokalach gastronomicznych, a także zalecenie o pracy zdalnej mimo rosnącej liczby infekcji. Powodem decyzji jest wysoka liczba zaszczepionych osób oraz niewielkie obciążenie służby zdrowia. Szwedzkie władze zapowiedziały także prace nad wprowadzeniem zaświadczenia dla osób zaszczepionych, które miałyby być wymagane przy organizacji masowych imprez dla powyżej 15 tys. uczestników. Od 15 września wraca w Austrii obowiązek używania masek FFP2 m.in. w sklepach spożywczych, aptekach i transporcie publicznym. Osoby niezaszczepione będą zobowiązane do noszenia masek FFP2 we wszystkich sklepach. Przy obłożeniu oddziałów intensywnej terapii na poziomie 15 proc. będzie wprowadzona zasada 2G, czyli tylko zaszczepieni i ozdrowieńcy będą mogli przebywać w restauracjach i uczestniczyć w dużych imprezach (powyżej 500 osób). Po osiągnięciu poziomu 20 proc. samodzielnie wykonywane testy antygenowe nie będą uznawane, a w kinach czy restauracjach będą brane pod uwagę jedynie testy PCR. Aby powstrzymać gwałtowny wzrost nowych zakażeń, jeszcze przed końcem września w Szkocji wprowadzone zostaną certyfikaty szczepionkowe. Będą one warunkiem wejścia do klubów nocnych i innych miejsc rozrywki dla dorosłych oraz na wszystkie wydarzenia na żywo w zamkniętych pomieszczeniach bez miejsc siedzących, w których liczba widzów przekracza 500, na wszystkie wydarzenia na żywo na otwartym powietrzu bez miejsc siedzących, w których liczba widzów przekracza 4 tys., oraz na wszystkie wydarzenia jakiegokol-



wiek typu, w których uczestniczy więcej niż 10 tys. osób. Z kolei w Irlandii niemal wszystkie restrykcje covidowe mają zostać zniesione do 22 października. Warunkiem jest to, by zakażenia pozostały na dającym się opanować poziomie, a odsetek zaszczepionych doszedł do 90 proc. Zgodnie z przedstawionym harmonogramem od 6 września wznowione zostaną imprezy masowe z – ograniczonym jeszcze – udziałem publiczności. Jeśli wszyscy uczestnicy będą zaszczepieni lub wyleczeni z koronawirusa, w wydarzeniach na otwartym powietrzu zajętych może być maksymalnie 75 proc. miejsc, w tym w pomieszczeniach zamkniętych – 60 proc. Pozostaną dotychczasowe limity w przypadku wydarzeń, w których biorą udział osoby niezaszczepione, a także limit 100 osób na weselach, ale dozwolona będzie muzyka na żywo i tańce. Z kolei w świątyniach będzie mogło być zajętych 50 proc. miejsc, niezależnie od tego, czy osoby są zaszczepione, czy nie. Od 20 września ma się rozpocząć stopniowy powrót do pracy w biurach, ale nawet po 22 października wymagane będzie noszenie maseczek w placówkach służby zdrowia, w sklepach i transporcie publicznym.

## Klienci Bank of Ireland narażeni na oszustwa

Bank of Ireland ostrzega klientów przed oszustwami. Jego klienci dostają wiadomości w sprawie dopisywania osób do ich kont.

Odbiorca jest proszony o kliknięcie tęczą bankowego 365. Sprawą zajęta się już Garda, wydając odpowiednie dyspozycje. Wśród nich znalazły się zalecenia, by nie nawiązywać kontaktu z rozmówcą i nigdy nikomu nie udostępniać swoich danych osobowych online. Nie należy postępować też zgodnie z automatycznymi instrukcjami. Bank of Ireland wydał oświadczenie, w którym wydaje zalecenia podobnej treści.



## Polak dostanie trzy lata za transport marihuany

Policja w Cork aresztowała Polaka, który zorganizował transport konopi indyjskich o wartości 21 tys. euro. Zatrzymanemu grożą trzy lata więzienia.

Dostawa została przechwycona w ramach wspólnej akcji przedstawicieli służb celnych i policji. Paczka marihuany została dostarczona do domu w Banduff. Polaka zatrzymano zaraz po tym, jak dostarczona została przesyłka. Miał też przy sobie paczkę marihuany.

## Obniżka PUP

Od 7 września rozpoczęło się obniżanie zasiłku pandemicznego dla osób bezrobotnych.

Kwota zostaje zmniejszona o 50 euro. Następne obniżki zaplanowano na 16 listopada i 8 lutego. Maksymalna kwota 350 euro zostanie zmniejszona do 300 euro, potem z 300 na 250 i tak dalej. Po obniżeniu do 203 euro będzie można przejść na zasiłek dla poszukujących pracy.

## Brązowe medale ME polskich siatkarzy i ampfutbolistów

Polscy siatkarze po porażce w półfinale ze Słowenią w meczu o brązowy medal pokonali 3:0 Serbów. Ampfutboliści w meczu o taką samą stawkę zwyciężyli 1:0 Rosjan.

Drużyna kończącego przygodę z polską kadrami belgijskiego trenera Vitala Heynena w grupie stoczyła z Serbami bój, w którym przegrywała 1:2, a wygrała ostatecznie 3:2 w tie breaku, na przewagi. W niedzielę obrońcy tytułu nie mieli już takiej motywacji, po porażce w półfinale 1:3 z Włochami. Dla naszych w katowickim Spodku, przed własną publicznością, to jednak była gra o honor. I honor obronili.

**POLSKA – SERBIA 3:0** (25:22, 25:16, 25:22). W finale Włochy pokonały Słowenię 3:2.

Drużyna ampfutbolistów w Krakowie po przegranym 1:2 półfinale z Hiszpanią też sięgnęła po brązowy medal Mistrzostw Europy. Tu ra-



dość biegających za piłką o kulach zawodników była ogromna.

**POLSKA – ROSJA 1:0**; bramka: Jakub Kożuch (33). W finale Turcja rozgromiła Hiszpanię 6:0.

## Matka i córka zmarły na COVID jedna po drugiej, odmówiły szczepień

Antyszczepionkowa matka i jej 32-letnia córka zmarły w odstępie 11 dni wskutek ciężkiego zachorowania na COVID-19 – podają brytyjskie media. Rodzinny dramat wydarzył się w Irlandii Północnej.

Matka i córka zmarły na COVID-19 w odstępie 11 dni. Mająca 55 lat Heather Maddern odeszła jako pierwsza 31 sierpnia w szpitalu w Ulsterze. Kilka dni temu zmarła w nim jej 32-letnia córka Sammie-Jo Forde. Rodzinny dramat wzbudza na Wyspach wiele emocji, zwłaszcza dlatego,

że 55-letnia Heather była zwolenniczką teorii spiskowych związanych z istnieniem pandemii i COVID-19. Radziła wręcz antycovidowym zwolennikom, jak zmagać się ze służbami państwa. 32-letnia Sammie-Jo Forde zmarła 11 września, osierociła czwórkę dzieci. Obie kobiety mieszkały razem i pracowały jako opiekunki, zanim zaraziły się wirusem i trafiły do szpitala. Wdowiec i ojciec Sammie przeżywa podwójny dramat. W rozmowie z BBC przyznał, że nie spodziewał się nigdy, że pochowa swoją córkę.

## Irlandia Północna i Szkocja proszą Londyn o pomoc wojska w walce z pandemią

Władze Szkocji i Irlandii Północnej zwróciły się do brytyjskiego Ministerstwa Obrony o przystanie żołnierzy, którzy pomogliby służbie zdrowia znajdującej się pod wyjątkowo dużą presją z powodu pandemii koronawirusa.

W Szkocji kryzys dotyczy pogotowia ratunkowego, które nie nadąza z przyjazdem do wezwań. Jak podały w czwartek szkockie media, w Glasgow 65-letni mężczyzna zmarł po tym, jak na przyjazd karetki czekał przez 40 godzin – i to mimo tego, że lekarz pierwszego kontaktu tego mężczyzny informował dyspozytorów pogotowia, iż stan pacjenta jest krytyczny. Dzień wcześniej kontrowersję wzbudził minister zdrowia w szkockim rządzie Humza Yousaf, który powiedział, że ludzie powinni „dwa razy pomyśleć”, czy naprawdę potrzebują karetki, zanim po nią zadzwonią. Szefowa szkockiego rządu Nicola Sturgeon, odnosząc się go zgonu wspomnianego mężczyzny, przyznała, że taka sytuacja jest nie do przyjęcia, ale wyjaśniła, że z powodu pandemii szkockie pogotowie ratunkowe „stoi w obliczu prawdopodobnie najtrudniejszego splotu okoliczności od czasu jego powołania”. Zapowiedziała też, że zwróci się z prośbą o pomoc do Ministerstwa Obrony w Londynie. *Wróć do mojego biura, aby sfinalizować szczegóły prośby o pomoc wojskową, abyśmy mogli złożyć ją tak szybko, jak to możliwe. Taka pomoc wojskowa jest już udzielana służbom pogotowia ratunkowego w Anglii i oczywiście w ciągu ostatnich 18 miesięcy otrzymaliśmy pomoc wojskową w innych aspektach pandemii – powiedziała w szkockim parlamencie. Konieczność zwracania się*





z prośbą o pomoc do brytyjskiego rządu jest dla Sturgeon wyjątkowo kłopotliwa politycznie, bo cała jej narracja opiera się na przekonywaniu, że Szkocja jako niepodległe państwo będzie sobie znacznie lepiej radzić niż będąc częścią Zjednoczonego Królestwa. W Irlandii Północnej problemem natomiast jest obłożenie szpitali. Jak podała stacja Sky News, liczba pacjentów w nich wynosi 106 proc. nominalnej liczby miejsc. Minister zdrowia w rządzie północnoirlandzkim, Robin Swann, zwrócił się do Ministerstwa Obrony o przysłanie na cały październik 100 medyków wojskowych, którzy odciążąliby personel dwóch szpitali – Belfast City Hospital i Ulster Hospital w Dundonald. W Zjednoczonym Królestwie ochrona zdrowia jest kompetencją zdecentralizowaną, czyli rząd brytyjski odpowiada za nią tylko w Anglii, a w Szkocji, Walii i Irlandii Północnej jest ona w wyłącznej gestii tamtejszych rządów.



**Safe Life and Pensions Ltd.**

**INVEST AND PROTECT**

**UBEZPIECZENIA - BROKER:**

-  WYKWALIFIKOWANE DORADZTWO
-  15 LAT DOŚWIADCZENIA NA RYNKU IRLANDZKIM
-  DARMOWA WYCENA I DOJAZD DO KLIENTA
-  NAJNIŻSZE CENY NA RYNKU

Oferujemy ubezpieczenia:

NA ŻYCIE

WYPADKOWE

ZDROWOTNE

UBEZPIECZENIA KREDYTÓW

UBEZPIECZENIA DOMÓW

OCHRONA DOCHODU

BEATA KOWGIER QFA

CIP 0894007671

beata@safelifeandpensions.ie

MARTA BŁĄŻEJCZYK QFA

CIP 0860529016

marta@safelifeandpensions.ie





MACIEJ WEBER

**B**ank of Ireland ostrzega klientów przed oszustami. Facebook, Google i inni magnaci przyjmują wielomilionowe kary za brak dyskrecji wobec użytkowników. Życie przeniosło się do internetu. Także to na krawędzi ryzyka.

Irlandzki główny bank we wrześniu zwrócił się do osób posiadających w nim konta o wzmożenie czujności. Oszuści bywają sprytni. Zresztą zwykle tacy są, we wszelkich dziedzinach, bo gdyby sprytni nie byli, to nie odnosiliby żadnych sukcesów. Ich system jest w tym przypadku taki, że proszą odbiorców – rzekomo w imieniu banku – o kliknięcie łącza bankowego 365. I potem nakazują postępować według instrukcji. Sprawą zajęta się już Garda, również wydając swoje dyspozycje. Wśród nich znalazły się zalecenia, by nie nawiązywać kontaktu z rozmówcą i nigdy nikomu nie udostępniać swoich danych osobowych online. Nie postępować też zgodnie z automatycznymi instrukcjami. Inaczej ani się spostrzeżemy, a już po pieniądzech. Trochę jak



w znanym i lubianym „Vabanku”, gdy weteran wtłamał do kas pancernych – Duńczyk – pokazuje nowicjuszom, jak rozbraja system. I kiedy się nie spostrzegą, a dla niego to całkowita normalka, mówi po prostu: „Trzeba było uważać”. Czego sobie i Państwu życzymy. Zwracamy też uwagę, że oszuści zgłaszają się wszędzie, proponując takie i owakie usługi. Skąd biorą nasze numery telefonów, często trudno powiedzieć. Nie mamy firmy, nie szastamy swoim numerem na prawo i lewo. A oni skądś mają. Są sprytni.

Tacy, jakimi powinni być prawdziwi oszuści. Trzeba więc bardzo uważać.

Niedawno zmarł Jean-Paul Belmondo, aktor – ikona Francuzów. Jego pożegnanie odbyło się z honorami godnymi bohatera narodowego. Ale nie w tym rzecz. Grał w wielu filmach, głównie rozrywkowych. Jeden z najstynniejszych z jego udziałem nazywał się „Mózg” (swoją drogą – świetna obsada – także Bourvil, David Niven czy Eli Wallach). Kulminacyjnym momentem był wielki napad na pociąg przewożący całe stopy pieniędzy. W obecnych czasach trudno byłoby nakręcić dziejący się we współczesności *remake*. Dziś już nikt nie przewozi pociągami pieniądze. Wystarczy kliknąć w kilka klawiszy i pieniądze przepływają z jednego krańca świata na drugi. Internet.

Wspomnieliśmy już o tym, że oszuści nie wiadomo skąd biorą nasze numery i inne dane. Dlatego tak ważne jest właśnie bezpieczeństwo danych osobowych. Sporo poważnych instytucji technologicznych ma europejskie siedziby w Irlandii. A jak już w tym kraju, to oczywiście w rejonie Dublina. Dlatego to właśnie irlandzkie organy mają prawo interweniować, kiedy taka firma narusza reguły. Irlandzki urząd ds. ochrony danych (DPC) ogłosił, że wszczął dochodzenie w sprawie wycieku ponad 500 mln danych użytkowników Facebooka. Zdaniem DPC doszło do naruszenia ich praw chronionych, czyli RODO.

Irlandzki urząd jest organem przewodnim w Unii Europejskiej w sprawie regulacji danych osobowych, m.in. Facebooka, a także Apple'a i Google'a, które również mają swoje siedziby w Irlandii. W sprawie chodzi o wyciek podstawowych danych 533 mln użytkowników na całym świecie, w tym ponad 2 mln użytkowników z Polski, które zostały publicznie zamieszczone przez hakerów. Według Facebooka do ściągnięcia danych doszło przed wrześniem 2019 r. DPC oznajmiło, że podjęło działania, bo odpowiedź amerykańskiego giganta na pytania urzędu wskazywała, że „mogło dojść albo/i dochodzi do naruszenia” przepisów unijnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych (RODO). Choć główna część zamieszczonych danych pochodziła z okresu przed wejściem prawa w życie w 2018 r., zamieszczona niedawno przez hakerów nowa baza danych mogła zawierać także informacje objęte RODO. Hakerzy mieli

wykorzystać lukę w narzędziu serwisu pozwalającym na synchronizację kontaktów.

Jak poszło śledztwo w sprawie Facebooka, to jeszcze się okaże, ale zanim się skończyło, to pod lupą znalazł się TikTok. Dochodzenie wobec popularnej platformy społecznościowej dotyczyło sprawy niezgodności przepisów jej polityki ochrony danych osobowych z postanowieniami RODO oraz nielegalnego przekazywania informacji do Chin. TikTok to platforma służąca do nagrywania krótkich filmów, która cieszy się niezwykłą popularnością wśród młodych ludzi. W ostatnim czasie stała się jednak obiektem krytyki w związku z brakiem odpowiednich regulacji, chroniących dzieci przed nieodpowiednimi dla nich treściami oraz ukrytymi reklamami pojawiającymi się na platformie. W odpowiedzi, w sierpniu podjęto kroki, aby zaostrzyć prawo dotyczące bezpieczeństwa najmłodszych. Również w Polsce powstało centrum bezpieczeństwa powołane przez TikToka, mające zwiększyć świadomość nastolatków i ich rodziców na temat bezpiecznego korzystania z serwisu. Jak jednak informowała Agencja Reutera, Irlandzka Komisja Ochrony Danych postanowiła wszcząć dwa dochodzenia w sprawie nieprzestrzegania przez platformę przepisów Ogólnego Rozporządzenia o Ochronie Danych Osobowych (RODO). Kontroli poddane zostało to, czy sposób przetwarzania danych przez platformę jest wystarczająco przejrzysty dla niepełnoletnich użytkowników. Z kolei drugie dochodzenie ma na celu zbadanie zgodności zasad TikToka z postanowieniami RODO związanymi z przekazywaniem danych osobowych do krajów trzecich i przekazywania tych danych do Chin.

Każdy kij ma dwa końce, bo są sytuacje, gdy karani giganci technologiczni działają w dobrej wierze, a i tak obrywają. W Rosji na przykład władze chętnie inwigilowałyby obywateli, nakazując firmom zbieranie bazy danych użytkowników tak, by regulatorzy mieli do nich dostęp. Facebook czy Google się przeciwstawiają, więc dostają grzywny i tak to się kręci. Zresztą, z jednej strony trzeba chronić dane, a z drugiej to całe RODO jest przereklamowane. Na przykład gdy mamy sytuację, w której lekarz w drzwiach poczekalni mówi: „W związku z RODO nie mogę używać nazwisk, więc pana z syfilisem zapraszam do gabinetu”. To lepiej już po nazwisku. **K**

# WALKA O KLIENTA

Zdobądź nowych klientów już dziś!

Zareklamuj się z nami!

Magazyn  
BEZPŁATNY!

www.mir.info.pl

magazyn.mir@gmail.com

Reklama: marcin.magazynmir@gmail.com, +353833973952

## Ponad połowa hospitalizowanych w pełni zaszczepiona

Nieco ponad połowa wszystkich hospitalizowanych pacjentów z COVID-19 w Irlandii jest w pełni zaszczepiona – wynika z najnowszych danych Health Service Executive. Medycy wskazują, że dzieje się tak, ponieważ rośnie liczba zaszczepionych.

Aktualnie w irlandzkich szpitalach hospitalizowanych jest 168 pacjentów z COVID-19, których uważa się za w pełni zaszczepionych. W Irlandii status taki otrzymuje się tydzień po przyjęciu drugiej dawki szczepionki Pfizer lub dwa tygodnie po otrzymaniu którejkolwiek z pozostałych trzech dopuszczonych szczepionek. Jak podaje „The Irish Times”, w pełni zaszczepieni stanowią 54 proc. wszystkich hospitalizowanych pacjentów z COVID-19. 44 proc. pacjentów szpitalnych z COVID-19 nie jest zaszczepionych, a wobec 2 proc. pacjentów status szczepienia nie jest znany. Z danych Health Service Executive wynika także, że ok. 1/6 wszystkich zgonów na COVID-19 odnotowanych od kwietnia dotyczy osób w pełni zaszczepionych. Od kwietnia do końca sierpnia zaraportowano 193 covidowe przypadki śmierci – 30 ze zmarłych było w pełni zaszczepionych. Pozostali albo w ogóle nie przyjęli preparatu, albo minął zbyt krótki okres, by móc uznać ich za w pełni chronionych. Przedstawiciele służby zdrowia zaznaczają przy tym, że chociaż większość przypadków COVID-19 w szpitalach dotyczy obecnie osób zaszczepionych, ogólna liczba hospitalizacji jest mniejsza.



Obecnie liczba hospitalizowanych wynosi 20 na 1000 przypadków, a wcześniej, w styczniu i lutym, liczba ta oscylowała w granicach 50. Zmniejszoną liczbę hospitalizacji medycy przypisują szczepionkom. O innych możliwych czynnikach nie wspominają, a przynajmniej „The Irish Times” takich cytatów nie przedstawia. Z danych wynika także, że ponad 70 proc. osób hospitalizowanych na COVID-19 jest w wieku powyżej 50 lat. To odwrotny trend, niż jeszcze niedawno alarmowano – że teraz chorują głównie młodszy.

## 5 mln mieszkańców Irlandii – po raz pierwszy od 1851 roku

Liczba mieszkańców Irlandii wyniosła w kwietniu tego roku 5,01 mln, co oznacza, że po raz pierwszy od 1851 r. przekroczyła próg 5 mln – podała Centralny Urząd Statystyczny (CSO).

Jak wyjaśniono, według spisu powszechnego z 1851 r. na całej wyspie Irlandia mieszkało 6,6 mln osób, z czego na obszarach tworzących obecnie Republikę Irlandii – 5,11 mln. Oznacza to również, że w stosunku do najniższego punktu, który zarejestrowano w czasie spisu z 1961 r., populacja Irlandii zwiększyła się o 77 proc., czyli o 2,19 mln. CSO podaje, że w ciągu ostatnich 12 miesięcy, tzn. do kwietnia 2021 r. łącznie, liczba ludności zwiększyła się o 34 tys., co jest efektem dodatniego przyrostu naturalnego (+22,8 tys.) i dodatniego salda migracji (+11,2 tys.). łącznie jednak jest to zauważalnie mniejszy wzrost liczby ludności niż był rok wcześniej (+55,9 tys.), najniższy od 2014 r., natomiast sam przyrost naturalny jest najniższy od roku 2000. Jeśli chodzi o migra-

cje, to w trakcie 12 miesięcy, do kwietnia, do Irlandii przyjechało 65,2 tys. osób, a wyjechało z niej 54 tys. Ale w obu grupach znaczącą część stanowili Irlandczycy – wyjechało ich z kraju 22,8 tys., natomiast przyjechało 30,2 tys. Jak zaznacza CSO, zarówno na zmniejszony przyrost naturalny, jaki i spadek liczby osób przyjeżdżających z zagranicy z zamiarem osiedlenia się w znaczący sposób wpłynęła pandemia koronawirusa. Obywatele Irlandii stanowią 87,1 proc. jej populacji. Spośród pozostałych 12,9 proc., co przekłada się na 645,5 tys. osób, największą grupę stanowią łącznie obywatele 13 państw przyjeżdżających do Unii Europejskiej w 2004 r. i później – 261,2 tys. (CSO nie podał rozbicia na poszczególne narodowości, ale ze wcześniejszych danych wiadomo, że najliczniejszą grupę stanowią Polacy.) Nieco ponad 118 tys. to Brytyjczycy, niespełna 86 tys. obywatele 13 „starych” państw UE, zaś 180,2 tys. – obywatele innych krajów.



## Alkohol w Polsce jednym z najtańszych w Unii Europejskiej, Irlandia zawiąza średnią

W Polsce obok Bułgarii, Rumunii i Węgier można było w 2020 r. najtaniej kupić alkohol – wynika z danych Eurostatu. Najmocniej unijną średnią zawiązały tradycyjnie Finlandia, Irlandia i Szwecja.

Zgodnie z danymi Eurostatu ceny alkoholu w Finlandii w 2020 r. były niemal dwukrotnie wyższe od unijnej średniej. Finowie za alkohol płacili średnio 193 proc. średniej ceny zanotowanej dla całej Unii Europejskiej. Różnica ta w ostatnich latach stale rośnie. Jeszcze w 2018 r. współczynnik ten w Finlandii wynosił 182 proc., by w 2019 r. wzrosnąć do niespełna 191 proc. Na podium alkoholowej drożyzny znalazły się jeszcze: Irlandia (180,7 proc.) oraz Szwecja (165,7 proc.). Drożej było jednak poza Unią Europejską w dwóch państwach należących do EFTA: Norwegii (251,2 proc.) oraz na Islandii (239,4 proc.). Ceny najbardziej zbliżone do unijnej średniej można było spotkać z kolei w

Włoszech, Francji, na Cyprze oraz na Litwie. Po kilku latach *status quo* zmiana zaszła wśród państw z najtańszymi wyrobami alkoholowymi. Te w 2020 r. najtaniej względem unijnej średniej można było kupić na Węgrzech (72,7 proc.). Nieco drożej było na Litwie (73,8 proc.) oraz w Bułgarii (80,5 proc.). W Polsce w 2020 r., według danych Eurostatu, alkohol kosztował 86,5 proc. unijnej średniej. Na podobnym poziomie znalazły się ceny w Czechach (87,9 proc.). Spośród państw graniczących z Polską nieco drożej było w Niemczech (91,4 proc.) oraz na Słowacji (95,2 proc.). Współczynnik dla Polski od kilku lat utrzymuje się na zbliżonym poziomie. Rośnie za to spożycie alkoholu nad Wisłą. Według danych Polskiej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, w 2019 r. Polacy wypili średnio 9,78 l czystego alkoholu etylowego na głowę – najwięcej pod postacią piwa (5,34 l).



## PSYCHOLOG WWW.SENSIINSTITUTE.PL

Zapraszam do skorzystania z konsultacji/ psychoterapii online.

zakres pomocy:

- Psychoterapia Par i Rodzin (systemowa)
- Psychoterapia Indywidualna (psychodynamiczna)
- konsultacje rodzicielskie
- konsultacje



### Ewelina Mucha - Zawierucha

Dyplomowany Psycholog - Psychoterapeuta

Dyplomowany psychoterapeuta, psycholog, filozof.

Absolwentka 5 letniego całonocnego kursu z psychoterapii: Psychoterapia ze szczególnym uwzględnieniem terapii rodzin, organizowanego przez Fundację Rozwoju Terapii Rodzin Na Szlaku.



ZAPRASZAM DO KONTAKTU:

SENSI INSTITUTE, UL. BOHOMOLCA 17, WARSZAWA  
TEL. +48792756100, WWW.SENSIINSTITUTE.PL





PALETY  
z Polski  
od 120 euro\*

PALETY  
do Polski  
od 80 euro\*

# 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](http://www.thundertransport.pl)



ANNA SZMAJ  
KLINIKA GAPS DIET IRELAND

**W** tym artykule opowiem Wam o cukrze, który jest pozyskiwany przemysłowo, czyli o takim, który znajduje się w cukiernicach w niektórych domach.

Wszyscy wiemy, że regularna konsumpcja cukru może doprowadzić do nadprogramowych kilogramów i próchnicy zębów. Ale jest wiele rzeczy na temat działania cukru, z których wcześniej nie zdawaliśmy sobie sprawy. Prawda jest taka, że postarza nas od wewnątrz i na zewnątrz (powodując na przykład zmarszczki). Skraca nasze życie! Prowadzi to do wielu współczesnych chorób mających podłoże w dysfunkcji mitochondrialnej i metabolicznej.

**Oto kilka zaburzeń spowodowanych nadmiarem cukru:**

- senność
- zmęczenie
- zawroty głowy
- osłabienie kości
- spadek odporności
- nadciśnienie
- zgaga
- grzybica
- ADHD, trudności z koncentracją
- zespół jelita drażliwego
- niedobór witamin i minerałów
- Można tu pisać i pisać...

Wszyscy wiemy, że cukier jest dla nas zły, niezdrowy. Skoro tak często słyszymy tę informację, to dlaczego tak często jednak sięgamy po te słodkie produkty?

Słyszeliśmy, że papierosy są dla nas złe, ale nadal je palimy. Nikotyna nam szkodzi, ale wciąż palimy papierosy. Każdy o tym wie. To jest definicja uzależnienia. Wiesz, że coś szkodzi Twojemu zdrowiu, rodzinie, społeczności, ale nie jesteś w stanie tego powstrzymać. Różnica polega na tym, że w przypadku nikotyny, alkoholu lub narkotyków masz świadomość, że je bierzesz i że możesz być uzależniony/a.

Z cukrem jest jednak inaczej. Znajduje się w naszej współczesnej żywności – został tam umieszczony przez przemysł spożywczy specjalnie po to, abyśmy ciągle wracali do tego samego produktu, bo jest tak smaczny i uzależniający. A całe to uzależnienie od cukru często zaczyna się od najmłodszych lat.

Kiedy urodziłam mojego syna, zdecydowałam, że nie będzie w jego diecie białego cukru. Kiedy zaczęłam robić zakupy dla mojego małego dziecka, przejrzałam wszystkie półki sklepowe z produktami specjalnie dla dzieci i okazało się, że ten cukier jest wszędzie – zawierają go:

- herbatki
- musli z owocami
- deserki z syropem glukozowym
- musy owocowe z dodatkami
- produkty bezglutenowe
- jogurciki



Można tak wymieniać i wymieniać. Dodatkowy cukier jest wszędzie. Często ukryty pod dziwnymi nazwami, trudnymi do rozszyfrowania dla przeciętnej matki.

Nie dajmy się przekonać, że „cukier daje nam energię” lub „trochę cukru nie zaszkodzi”. Cukier może doprowadzić do nadpobudliwości, apatii czy nierównowagi cukrowej. Jeśli przeciętna osoba bądź dziecko na śniadanie zjada płatki z mlekiem, na przerwie „zdrowy batonik”, na lunch kanapkę, a wieczorem makaron lub pizzę, a to wszystko popije sokiem jabłkowym z kartonu, to dostanie więcej cukru niż organizm jest w stanie strawić. W takim przeciętnym jadłospisie jest sam cukier. Statystycznie zjadamy trzy razy więcej cukru niż powinniśmy.

Kiedy spożywamy za dużo cukru, nasz organizm nie ma wystarczającej ilości składników odżywczych. Ciągły apetyt na jedzenie, zwłaszcza łaknienie na słodkie, wśród osób otyłych to tak naprawdę skutek niedożywienia organizmu, który sygnalizuje, że chce coś zjeść, bo ma nadzieję, że w końcu dostanie wartościowe pożywienie. Jeśli takie produkty nie są dostarczane, sięga po zapasy minerałów zgromadzone na przykład w kościach, co może doprowadzić do osteoporozy.

Aby cukier został strawiony przez nasz organizm, musi przejść cały szereg procesów chemicznych. Do tych procesów potrzebne są różne minerały i witaminy. Jeżeli produkt, który

spożywamy, sam w sobie jest wartościowy i zawiera składniki potrzebne do zmetabolizowania cukru, organizm korzysta właśnie z nich. Natomiast jeśli są to „puste kalorie” – batony, cukierki, wafelki, produkt ubogi w jakiegokolwiek przydatne składniki, organizm musi wykorzystać swoje rezerwy. Uszczupla więc swoje zasoby, aby strawić cukier – witaminy z grupy B, wapń, chrom i magnez.

Osobną kategorią jest trawienie syropu glukozowo-fruktozowego (znajduje się w przetworzonej żywności). W przeciwieństwie do innych cukrów, fruktoza jest przetwarzana tylko w komórkach wątroby, co powoduje nadmierne jej obciążenie. Nadmiar produktów wysoko przetworzonych dostarczanych tym syropem może prowadzić do choroby, jaką jest stłuszczenie wątroby.

Cukier jest dostownie wszędzie: na urodzinach, na przyjęciach, jako nagroda w szkole/w pracy, jako prezenty w postaci słodczy od znajomych/rodziny, na promocjach w marketach, w kawiarni jako kawałki czekolady do kawy.

Pewna moja pacjentka opowiedziała mi o zdarzeniu, które zaszło w sklepie. Jej córka jest na diecie GAPS. Robiła z córką zakupy w markecie. W kolejce do kasy jej córka wymuszała zakup słodczy, które stały zaraz koło kasy. Matka stanowczo powiedziała, że nie kupi córce słodczy! Pani stojąca obok w kolejce zaproponowała, że kupi dla tej dziewczynki te

słodczy. Matka wytłumaczyła, że nie chodzi o pieniądze, tylko o zdrowie jej dziecka. Pani proponująca kupno słodczy zapewne miała najlepsze intencje. Na tym przykładzie widać naszą społeczną mentalność, jak jest głęboko zakorzeniona co do akceptacji cukru w naszym codziennym życiu.

**Zadasz pytanie: to co jeść, jeśli mam ochotę na coś słodkiego?**

- Osoba z dobrze zbilansowanymi posiłkami nie ma ochoty na słodkie.
- Najlepszym zamiennikiem jest naturalny miód ze względu na swoją naturalną nieprzetworzoną postać. Ale musisz mieć pewność, że to jest prawdziwy miód.
- Świeże owoce, które pomogą zaspokoić łaknienie na słodkie
- Jako naturalne „słodczy” polecam owoce suszone (bez dodatku cukru).
- Istnieją również produkty, które nadają potrawom słodki smak, np. cynamon.
- Na koniec chcę jeszcze dodać, że nie musimy rezygnować ze słodkości. Musimy jednak nauczyć się zastępować cukier naturalnymi odpowiednikami takimi jak:
  - bardzo dojrzały banan
  - sezonowe słodkie owoce
  - domowe konfitury
  - dania na bazie miodu
  - daktyle



KATARZYNA ŚLIWA  
KATE PLUM FASHIONDESIGNER

# Stylowe **MUST HAVE:** Buty



**W** październiku czas na buty. Która z nas ich nie kocha? Buty to najważniejszy dodatek w naszej stylowej szafie. Bez torebki czy apaszki jesteśmy w stanie zrobić jakąś tam stylizację, ale bez butów już nie... Ten kluczowy dodatek w naszej szafie jest obecny od zawsze i zdarza się, że dla niektórych kobiet kolekcjonowanie butów to wręcz pasja.

Dla mnie najważniejsza jest wygoda i choć kocham szpilki, to zawsze wybieram te z wysokiej

jakości materiałów, bo cenię sobie komfort. Oczywiście na szpilkach nie możemy zakończyć tej historii, bo nie da się ich założyć na każdą okazję. W naszej stylowej szafie powinny zatem znaleźć się:

- wygodne szpilki czarne i w kolorze nude,
- adidasy białe lub czarne,
- sandały lub buty pełne na koturnie,
- płaskie czółenka lub trampki.

Taki zestaw zapewni nam wybór na prawie każdą okazję. Oczywiście żadna kobieta nie poprzestanie na 4 parach butów, bo jest to niemożliwe

i uwarunkowane również względami pogodowymi, gdyż na okres zimowy potrzebujemy kolejnego zestawu, który będzie spełniał swoje funkcje.

W mojej opinii warto zainwestować w niektóre typy obuwia i kupić te z wyższej półki cenowej. Klasyczne i dobrej jakości szpilki posłużą nam długie lata i będą naprawdę wartościowym elementem w naszej szafie.

Warto zapoznać się także z ofertą małych firm, które często z pokolenia na pokolenie wytwarzają piękne, ręcznie robione buty, dbając przy tym o każdy detal. Dla mnie taką firmą

jest Obuwie by Przybyta. Buty kupione u nich zawsze są wygodne i spełniają oczekiwania nawet najbardziej wymagającej klientki. Dodatkowo klient może sobie sam wybrać rodzaj materiału, model oraz wysokość obcasa i niejako zostać projektantem własnej pary butów.

Na zdjęciach buty od Obuwie by Przybyta ([www.obuwieprzybyla.pl](http://www.obuwieprzybyla.pl)).

Zapraszam na [www.kateplum.pl](http://www.kateplum.pl) lub na FB KATE PLUM POLSKA oraz KATE PLUM FASHIONDESIGNER.



**MARTA BICZKOWSKA, PSYCHOLOG, SEKSUOLOG, TERAPEUTA PAR METODĄ GÖTTMANA**

**O**d jakiegoś czasu mój partner, jak sam zresztą mówi, „żąda” współżycia. Bo jemu się należy i ja muszę. Nie interesuje go to, że jestem zajęta, zmęczona, chora albo po prostu nie mam ochoty. Ma być i już. Kiedy zaczął tak stawiać sprawę, moje pożądanie do niego spadło poniżej zera. Mam ochotę na seks, ale nie z nim.

#### Zdrowy seks

Według stereotypu, kiedy kobieta mówi „nie”, myśli „tak”, a mężczyzna może zawsze i wszędzie. W wielu związkach funkcjonuje przekonanie, że współżycie jest obowiązkiem małżeńskim. Takie myślenie jest toksyczne, ponieważ zdrowy seks to nie obowiązek, przymus ani zadanie do wykonania. Zdrowa intymność pozytywnie wpływa na poczucie bezpieczeństwa, pomaga budować więź między partnerami i nie powoduje dyskomfortu. Współżycie nie jest czymś, co się komukolwiek należy, ale czasem spędzonym razem na przyjemności z wyboru. W zależności od sytuacji w związku seks zazwyczaj jest kwestią kompromisu. Kiedy jedno lubi kochać się rano, a drugie wieczorem, ważne jest to, aby spotkać się mniej więcej w połowie drogi, a nie przekonywać drugiej połówki o tym, która pora jest lepsza. Seks to nie kwestia tego, kto ma rację i kto wie lepiej, ale sztuka podejmowania decyzji wspólnie w taki sposób, by obie strony były usatysfakcjonowane. Nie chodzi tu o stuprocentowe spełnienie potrzeb jednej osoby, przy pominięciu tego, co ważne dla drugiej, ale znalezienie takiego rozwiązania, które zadowolony będzie obie strony. Seks to sztuka kompromisu.

#### Głowa i ciało

Przy podejmowaniu decyzji o współżyciu ważne jest zarówno ciało, jak i psychika. Możesz czuć fizyczne podniecenie i ochotę na seks, jednocześnie odczuwając lęk i niepewność, bo psychicznie możesz nie być na to gotowa. Może być też odwrotnie. Pojawiające się fantazje, marzenia i oczekiwania na temat seksu wpływają pozytywnie na podniecenie, ale kiedy dochodzi do sytuacji intymnej, może się okazać, że ciało jest tak spięte, że fizycznie trudno jest odczuwać przyjemność. Jeśli nie ma równowagi między ciałem a psychiką, możesz odczuwać dyskomfort. W takiej sytuacji dobrze jest poczekać, nie spieszyć się, a decyzję podjąć w zgodzie ze sobą. Jeśli pomimo upływu czasu nadal nie czujesz zgody między ciałem a psychiką, odczuwasz znaczny dyskomfort, warto zastanowić się, co Cię blokuje, co utrudnia swobodne współżycie. Przymus, poczucie obowiązku, lęki, niepokoje, negatywne przekonania na temat sfery seksualnej, brak akceptacji swojego ciała, traumy z przeszłości – wszystko to może źle na wpływać na postrzeganie seksu i utrudniać przeżywanie przyjemności.

#### Świadomość potrzeb

Świadomość i umiejętność nazywania swoich potrzeb seksualnych pozytywnie wpływa na libido, a co się z tym wiąże – na życie erotyczne. Kiedy nie masz ochoty na seks, masz do tego prawo. Nie musi to oznaczać, że przestajesz kochać, że bliska osoba przestała ci się podobać, lub że coś złego dzieje się między wami. Możesz również nie mieć ochoty na seks akurat w tym momencie, ponieważ odczuwasz stres, zmęczenie, osłabienie lub po prostu nie masz ochoty. Nie musi znaczyć to, że za jakiś czas ochota na bliskość się nie pojawi. „Nie” wypowiedziane w tej chwili dotyczy tej chwili, chyba że zaznaczysz, że chodzi o cały dzień, wieczór czy inny okres. Możesz również nie wiedzieć, wahać się i nie czuć pewności, na co masz ochotę. W takiej sytuacji możesz potrzebować chwili na zastanowienie się lub poprosić partnera/partnerkę o zachętę na przykład w formie masażu, gry wstępnej, pocałunku. Dotyk, głaskanie, przytulanie, przyjemny kontakt ze skórą powodują uwalnianie oksytocyny zwanej hormonem przywiązania, który wzmacnia poczucie zaufania wobec innych osób i sprawia, że stajemy się bardziej otwarte, odprężone i spokojne. Możliwe, że kiedy poczujesz odprężenie i pozwolisz sobie na przeżywanie przyjemności, „nie wiem” zamieni się w „tak”. Jeśli natomiast dotykanie drażni, stresuje i powoduje dyskomfort, może być to znak, że nie masz ochoty na intymność i wtedy będziesz miała jasność, że odpowiedzią jest „nie tym razem”. Rodzaj seksu też ma znaczenie w podejmowaniu decyzji o tym, czy „pobaraszkować”. Warto zdać sobie sprawę z tego, czy masz ochotę na szybki seks, długą czy krótką grę wstępną, seks oralny, penetrację czy inną formę pieszczoł.

#### Jak odmawiać

Kiedy jasne jest, że nie masz ochoty na seks, forma, w jakiej przekazesz partnerowi/partnerce informację, ma znaczenie. Krótkie, częste, nerwowo wypowiedziane „nie, bo nie” może urazić i sprawić, że druga połówka poczuje się odrzucona, a w skrajnych przypadkach nawet niekochana. Sposób, w jaki poinformujesz o tym, czego nie chcesz, jest ważny. Podaję kilka propozycji tego, jak możesz odmówić w takiej sytuacji:

#### Kiedy znasz powód

„Kochanie, wiem, że masz ochotę na seks i cieszę się, że mnie pożądasz, ale w tej chwili nie mam ochoty, ponieważ jestem zmęczona/y”.

#### Kiedy to nie ta chwila

„Skarbie, w tej chwili nie czuję tego, nie chodzi o Ciebie, po prostu nie jestem gotowa/y, może spróbujemy wieczorem?”.

#### Kiedy nie czujesz podniecenia

„Wiem, że to dla Ciebie ważne, ale nie czuję w tej chwili podniecenia. Możemy się umówić, że to ja zainicjuję seks, gdy coś poczuję. To dla mnie ważne, żebyś czuł/a, że kocham się z Tobą, bo chcę, a nie dlatego, że czuję presję”.

#### Pierwszy raz

„Lubię Cię i zależy mi na Tobie, ale nigdy się z nikim nie kochałam/em i nie czuję się jeszcze gotowa/y. Potrzebuję czuć się komfortowo i swobodnie, potrzebuję czasu”.

#### W trakcie gry wstępnej

Może to nie być przyjemne dla drugiej połówki, kiedy odmówisz podczas gry wstępnej, a on/a będzie gotowy/a do współżycia. Nie zmienia to faktu, że możesz odmówić w każdym momen-



cie. Możesz poprosić, żebyście się zatrzymali na tym etapie, bo właśnie to, co dzieje się w tej chwili sprawia ci przyjemność i nie chcesz stawić kolejnego kroku. Możesz zaproponować na przykład seks oralny, zaznaczając, że na zbliżenie nie czujesz gotowości.

„Jest mi bardzo dobrze i nie mam potrzeby tego zmieniać. Zostańmy przy tym, co dzieje się teraz i nie idźmy dalej. Jeśli Ty potrzebujesz czegoś więcej, spróbujemy znaleźć kompromis, bo zależy mi, żeby nam obojgu było dobrze”.

#### Partner/partnerka jest pod wpływem alkoholu, narkotyków innych używek


W takiej sytuacji bardzo ważne jest postawienie jasnej granicy. Jeśli partner/partnerka ma zmieniony stan świadomości i nie myśli logicznie ani trzeźwo, może być trudno przewidzieć, jak zareaguje, kiedy usłyszysz „nie”. To jednak nie powinno wpływać na twoją decyzję. Jeśli nie masz ochoty na seks z nietrzeźwą osobą, postaraj się w spokojny, ale konkretny i stanowczy sposób odmówić. Jeśli pojawią się naciski, presja, manipulacje, szantaż, wymuszenie fizyczne, postaraj się fizycznie odzielić od nietrzeźwej osoby. Jeśli czujesz zagrożenie, strach i niepewność, zadzwoń po pomoc do zaufanej osoby bądź skontaktuj się z policją.

#### Kiedy czujesz, że robisz to dla świętego spokoju lub z powodu wyrzutów sumienia

Zdarzają się sytuacje, kiedy nie masz ochoty na seks, ale godzisz się na to, żeby uciszyć negatywne uczucia. Problem pojawia się wtedy, kiedy takie podejście staje się rutyną. Wtedy życie intymne stopniowo staje się przykrym obowiązkiem, aż w końcu libido odmawia posłuszeństwa i zaczynasz czuć coraz większą niechęć do jakiegokolwiek bliskości. W niektórych przypadkach niechęć zmienia się w odrazę. Z początku strategia godzenia się na intymność może działać, bo rzeczywiście na jakiś czas to pomoże. Czujesz, że spełniasz oczekiwania, przez co maleją twoje wyrzuty sumienia. Za jakiś czas sytuacja się powtarza, a ty czujesz coraz większy stres. Godzenie się na seks wbrew sobie nie jest zdrowe. Warto o tym porozmawiać i zastanowić się, dlaczego oboje stworzyliście taką sytuację. Co wpływa na to, że nie potraficie jej zmienić (np. brak rozmów), a co moglibyście

zrobić, żeby w waszej relacji było miejsce na szczere powiedzenie „nie”.

Możesz spróbować tak: „Kochanie, wiem, że to, co powiem, może być dla Ciebie trudne, ale chcę być z Tobą szczerzy/a, bo tylko wtedy razem możemy poszukać rozwiązania. Często godziłem/am się na seks wbrew sobie. Pewnie widziałeś/aś, że jestem wtedy mało obecny/a, gdy się kochaliśmy. Jest to dla mnie ważne, żeby to zmienić, ale mam wyrzuty sumienia, kiedy Ci odmawiam, boję się powiedzieć «nie». Zależy mi na tym, żeby seks był przyjemnością zarówno dla Ciebie, jak i dla mnie. Kiedy powiem Ci «nie», to nie znaczy, że Cię nie kocham, po prostu mogę odczuwać zmęczenie, przytłoczenie obowiązkami albo po prostu nie mam ochoty”.

Seks może być świetnym powodem do spędzenia czasu razem, daniem sobie chwili na przyjemność, może budować i wzmacniać relację. Żeby tak właśnie było, potrzebna jest chęć i zgoda na bliskość z obu stron. Kiedy robisz coś wbrew sobie i to staje się rutyną, oszukujesz i siebie, i partnera/partnerkę. Szczera rozmowa i umiejętność wyrażania tego, co myślisz i pragniesz jest podstawą do zdrowszej i bardziej satysfakcjonującej relacji. 



**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.

# CHCESZ PRZYGOTOWAĆ tzw. DOKUMENTY ZJAZDOWE

*Zanim wrócisz do ojczyzny, pamiętaj o dopełnieniu niezbędnych formalności.*

**Zgłoś się do biura księgowego**  
**D&M SERVICES**

**zadbamy o przygotowanie niezbędnej dokumentacji**

**Zakres naszej pomocy obejmuje:**

- przygotowanie wykazu składek za okres pobytu w Irlandii;
- przesłanie informacji o składkach z Irlandii do Polski;
- rejestrację konta MYWELFARE;
- odzyskiwanie dokumentów potwierdzających dochody z tytułu zatrudnienia lub działalności gospodarczej za lata spędzone w Irlandii.

**GWARANTUJEMY**  
**dokładność, szybkość działania,**  
**wsparcie, dobry kontakt**  
**i konkurencyjną cenę.**

**Zadzwoń, napisz lub odwiedź nasze biuro - załatwimy wszystko jeszcze przed Twoim wyjazdem.**

Biuro w Dublinie  
Unit 26,  
Park West Enterprise Centre,  
Nangor Road, Dublin 12, D12 N2X6  
telefon: 016 12 06 20  
email: firmadublin@gmail.com



Biuro w Cork  
Cork 33/34  
Cook Street, Cork  
T12 DH02  
telefon: 021 42 48 760  
email: firma113@gmail.com

# Uraz ręki i dłoni\*

**U**raz ręki lub dłoni\* można odnieść zarówno w domu, jak i w pracy lub też w miejscu publicznym. Najczęściej jest wynikiem poślizgnięcia i upadku bądź obsługi niebezpiecznych maszyn. Jednak powtarzające się czynności lub praca przed komputerem też mogą go wywołać.

## Części dłoni podatne na urazy

Urazy ręki lub dłoni mogą wpływać na zdolność do pracy i wykonywania codziennych czynności. Typy urazów oscylują od nadwyrężenia, sztywności i złamania po amputację.

## Kości dłoni

Ludzka ręka składa się z licznych kości. W każdym palcu znajdują się trzy kości – paliczek proksymalny, środkowy i dystalny. Urazy tych kości można leczyć, jednak prawdopodobieństwo odzyskania pierwotnej mobilności jest niskie.

## Mięśnie, ścięgna i więzadła

Są to tkanki miękkie, które umożliwiają chwytanie i uwalnianie. Każdy uraz może spowodować zaburzenia tej zdolności ruchu, a w niektórych przypadkach trwałą utratę.

## Nerwy dłoni

Nerwy umieszczone wewnątrz ręki odpowiadają za zmysł dotyku. Jeśli nerwy ulegną uszkodzeniu, może dojść do utraty czucia.

## Palce

Urazy palców są często skutkiem incydentów w pracy, zdarzeń drogowych lub poślizgnięcia i upadku\*.

## Części ręki podatne na urazy

### Ramię

Ramię to górna część ręki i składa się z kości ramiennej. Przedramię składa się z kości promieniowej i łokciowej, które umożliwiają ruch dłoni. Prawidłowe funkcjonowanie tych kości umożliwia pełen zakres ruchu ręki i dłoni. Uraz lub utrata jednej z tych kości może znacząco wpłynąć na jakość życia.

### Łokieć

Urazy łokcia często występują na skutek przesilenia lub wykonywania powtarzających się ruchów, które prowadzą do urazów spowodowanych chronicznym przeciążeniem organizmu.

Najczęstsze urazy łokcia i wskazujące na nie objawy:

- Łokieć tenisisty (Boczne zapalenie Epicondylitis) – ból łokcia, w szczególności na zewnątrz łokcia, spowodowany zapaleniem ścięgien.
- Łokieć golfisty (Epicondylitis) – ból łokcia, w szczególności na wewnętrznej stronie łokcia, spowodowany zapaleniem ścięgien.
- Uszkodzenie więzadła pobocznego stawu łokciowego – spowodowane wykonywaniem powtarzających się czynności, co wpływa na przyszłokowe więzadło poboczne w łokciu. Objawia się bólem łokcia.

Do urazów łokcia dochodzi też często, na skutek poślizgnięcia i upadku w pracy lub w miejscu publicznym:



## Przedramię

Urazy przedramienia mogą wystąpić na skutek poślizgnięcia i upadku. Najczęstsze urazy to:

- Złamanie i pęknięcie
- Złamanie kości promieniowej (złamanie przedramienia)
- Uraz więzadła lub ścięgna
- Uszkodzenie nerwów

## Nadgarstek

Urazy nadgarstka są często spowodowane wykonywaniem powtarzających się czynności w miejscu pracy, takich jak pisanie na komputerze oraz nieustanna praca na linii montażowej. Dolegliwości nadgarstka zwykle należą do jednej z poniższych kategorii:

- Zespół cieśni nadgarstka – ucisk na nerw, który przechodzi przez nadgarstek

- Zapalenie ścięgien nadgarstka, które łączą mięśnie z kośćmi
- Zapalenie kaletki nadgarstka
- Zespół kanału łokciowego – ból, paraliż lub drętwienie w serdecznym lub małym palcu spowodowany przesileniem i nadużyciem
- Złamanie nadgarstka
- Zwłknięcie nadgarstka

## Przyczyny wypadków

### W miejscu pracy

- Mokra nawierzchnia
- Nierówna nawierzchnia
- Wadliwa poręcz
- Upadek z wysokości
- Nieodpowiednie oświetlenie
- Brak osobistego sprzętu ochronnego
- Brak odpowiedniego szkolenia

### W miejscu publicznego użytku

- Poślizgnięcie i upadek
- Potknięcie i upadek spowodowany nierówną nawierzchnią
- Upadek ze schodów na skutek wadliwej poręczy
- Upadek spowodowany nieodpowiednim oświetleniem
- Wypadek na placu zabaw lub w parku

### Na drodze

- Wypadki samochodowe
- Wypadki pasażerów
- Wypadki autobusowe
- Wypadki rowerowe
- Wypadki motocyklowe
- Potrącenia pieszych w ruchu ulicznym

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](mailto:polishteam@traceysolicitors.ie)

🌐 [www.traceysolicitors.ie/pl](http://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.

## Ryanair zawiesza wszystkie loty z Irlandii Północnej

Ryanair pod koniec października zawiesi wszystkie loty z i do Irlandii Północnej. Samoloty irlandzkiego przewoźnika przestaną latać z obu lotnisk z Belfastu: Belfast International oraz City.

Do 30 października Ryanair wstrzyma loty z Belfast International Airport do 6 destynacji: Alicante, Malagi, Krakowa, Gdańska, Warszawy i Mediolanu. Z kolei już 12 września zawiesi połączenia z lotniska City do: Alicante, Barcelony, Faro, Malagi, Mediolanu, Walencji, na Ibizę oraz Majorkę. Jak zauważa irlandzki portal RTE.ie, jedynie Kraków nie straci lotów do i z Bel-

fastu, ponieważ na tej trasie lata także easyJet. Powodem rezygnacji z obsługi wszystkich tras z dwóch lotnisk obsługujących Belfast jest konflikt Ryanaira z rządem Borisa Johnsona – wskazuje „The Guardian”. Przewoźnik oskarża brytyjskie władze o nieustępliwość w kwestii zmniejszenia lub zawieszenia podatku lotniczego APD (Air Passenger Duty). W Wielkiej Brytanii APD jest jednym z najwyższych na świecie – wynosi 26 funtów od pasażera na lotach krótkodystansowych oraz 150 funtów w przypadku rejsów długodystansowych.



## McDonald's wprowadzi do sprzedaży wegańskiego burgera

Brytyjski oddział McDonald's jeszcze we wrześniu wprowadzi pilotażowo do sprzedaży wegańską kanapkę McPlant. Od stycznia przyszłego roku wejdzie do stałego menu McDonald's na Wyspach Brytyjskich i w Irlandii.

Burger McPlant trafi do sprzedaży 29 września w 10 wybranych restauracjach w Wielkiej Brytanii. Badania nad recepturą kanapki trwały trzy lata i były prowadzone we współpracy z firmą technologiczną Beyond Meat. Obok roślinnego wsadu w bułce sezamowej, w kanapce konsumenci znajdą także wegański ser na bazie białka grochu oraz sos sporządzony

z roślin. Burger McPlant ma też w składzie musztardę, ketchup, świeżą cebulę, ogórki, sałatę i pomidory. Wielka Brytania i Irlandia to pierwsze rynki, na których sprzedawany będzie McPlant. Burgery McPlant będą przygotowywane na innych stanowiskach niż mięsne potrawy McDonald's, aby zminimalizować ryzyko łącznia np. tłuszczów w pełni roślinnych w tymi pochodzenia odzwierzęcego. Sugowana cena kanapki McPlant na Wyspach Brytyjskich to 3,49 lub 4,89 funta (w zależności od menu i dobowych dodatków); ceny w Irlandii nie podano.

## Irlandia i Czechy z przyznanymi planami odbudowy. Miliardy euro m.in. na walkę ze zmianami klimatycznymi

Ministrowie gospodarki i finansów UE przyjęli w poniedziałek krajowe plany odbudowy Czech i Irlandii po tym, jak Komisja Europejska wydała na ich temat pozytywną opinię.

Przyjęcie decyzji pozwoli tym państwom rozpocząć wdrażanie reform i inwestycji określonych w ich planach. Umożliwia również Czechom podpisanie umowy o otrzymanie płatności zaliczkowych w wysokości 13 proc. przyznanego środków. Irlandia nie wystąpiła z wnioskiem o zaliczkę. Plan Czech (7 mld euro) i Irlandii (989 mln euro) koncentrują się na zmianach klimatu i transformacji cyfrowej.

Poprawa efektywności energetycznej budynków i zastąpienie kotłów węglowych w gospodarstwach domowych, a także poprawa ochrony przeciwpowodziowej i zalesianie, to niektóre ze środków zawartych w planach Czech w odpowiedzi na wyzwania klimatyczne. Czechy zamierzają przyspieszyć transformację cyfrową, m.in. inwestując w sieci o bardzo dużej przepustowości i poszerzając zakres usług administracji cyfrowej i służby zdrowia. Irlandia przeznaczy pieniądze na modernizację wybranych budynków publicznych, rekultywację torfowisk oraz inwestycje w zrównoważony transport kolejowy.

## Ryanair inwestuje 50 mln euro w nowe centrum szkoleniowe w Dublinie

Ryanair zainwestuje 50 mln euro w nowe centrum szkolenia lotniczego, które znajdować się będzie w Santry w Dublinie. Zatrudni też 5 tys. pracowników w Europie.

W centrum szkolenia znajdzie się pięć symulatorów ruchu. Do dyspozycji kursantów będzie 15 sal lekcyjnych, pięć sal odpraw

oraz urządzenia służące do szkolenia personelu. W ciągu najbliższych pięciu lat Ryanair zamierza tam wyszkolić 5 tys. pracowników w różnych specjalnościach – od pilotów, przez inżynierów, po personel pokładowy. Firma zamówi 210 nowych samolotów Boeing 737.

## 20 mld euro na walkę z kryzysem mieszkaniowym

Irlandzki rząd ogłosił w wielomiliardowy plan walki z kryzysem mieszkaniowym, który stał się problemem politycznym w tym kraju. W przewidywaniu trudności mają pomóc miliardy euro.

Irlandia wyda na walkę z kryzysem mieszkaniowym 20 mld euro w ciągu 5 lat. Głównym celem jest zwiększenie budowy mieszkań, średnio 33 tys. jednostek rocznie do 2030 r. Blisko dekadę temu na irlandzkim rynku nieruchomości doszło do krachu, co doprowadziło m.in. do bankructwa wielu deweloperów i skłoniło wielu pracowników budowlanych do emigracji lub przekwalifikowania się. Od tego czasu kraj nie jest w stanie zaspokoić ogromnego popytu

na mieszkania. Sytuację pogorszyła pandemia i związana z nią stagnacja w sektorze budowlanym. Duży popyt w połączeniu z małą liczbą nowych inwestycji mieszkaniowych spowodował, że ceny nieruchomości w Irlandii osiągnęły najwyższy poziom w historii, wzrosły też czynsze za mieszkania. W efekcie o własne lokum Irlandczykom jest coraz trudniej, a do wynajmowanych mieszkań ustawiają się kolejki. Sytuacja przyczyniła się także do spadku poparcia dla Micheála Martina, premiera Irlandii i wzrostu popularności m.in. lewicowych polityków. Rząd, aby zaradzić tej sytuacji, planuje m.in. zwiększenie podaży dostępnych gruntów pod zabudowę mieszkaniową. W planach jest m.in. wprowadzenie podatku od podziału wartości gruntów. Chodzi o to, aby państwo miało udział w ewentualnym wzroście wartości gruntów pod zabudowę, po zmianie ich przeznaczenia pod budownictwo mieszkaniowe. W planach irlandzkiego rządu jest także zwiększenie budowy liczby mieszkań socjalnych do 9,5 tys. rocznie do 2030 r. i powstanie programów promujących tanie mieszkania pod wynajem.

  
**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**

Tel. 0214873434  
Mob. 0871343482

Unit 6, Gleann An Oir  
Main Street, Ballincollig

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



**Polska Księgarnia** tel: 018749514; 0899718904  
[www.ksiezki.ie](http://www.ksiezki.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, dvd  
polskie leki, zioła  
**przekazy pieniężne**  
bilety na koncerty i koncerty

Sprawdzamy  
prawie wszystko  
Wysyłamy książki i prasę  
pocztą, prowadzimy  
teczki stałego klienta

**SPRAWDŹ NAS!**

58-66 Parnell Street, Dublin 1  
MOORE ST. MALL SHOPPING CENTRE  
Pasaż handlowy pod Lidlem  
centrum Dublina



## Od 22 października likwidacja wszystkich ograniczeń

Irlandzki rząd postanowił, że od 22 października zlikwidowane zostaną wszystkie ograniczenia związane z pandemią koronawirusa.

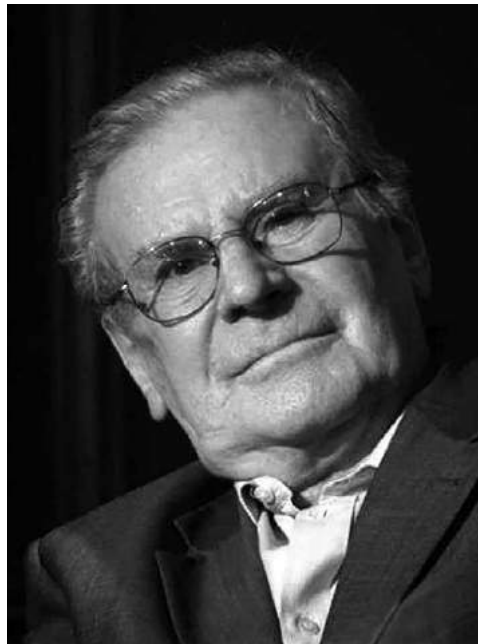
Nastąpi to pod warunkiem osiągnięcia przez kraj 90-procentowego wskaźnika całkowitej odporności i wyraźnego spadku zakażeń. Od tej chwili wszystkie ograniczenia zjedną na poziom osobistej odpowiedzialności każdego obywatela. Wydarzenia na żywo od

22 października będą mogły się odbywać przy wypełnieniu 60 proc. przestrzeni wewnątrz pomieszczeń, a także 75 proc. przestrzeni na zewnątrz. Ale na wszelkie imprezy będą mogły wchodzić tylko osoby zaszczepione. Od 20 września powrócą natomiast aktywności typu bingo czy kręgielnie. Przed końcem września testowo powrócą imprezy w klubach nocnych.

## Wiestaw Gołas nie żyje

9 września w Warszawie zmarł wybitny polski aktor Wiestaw Gołas. Od dłuższego czasu zmagał się z poważnymi problemami ze zdrowiem. 9 października kończyłby 91 lat.

Wiestaw Gołas doznał udaru jeszcze w październiku zeszłego roku. Jego żona przyznawała wówczas, że choć czuł się już lepiej, miał problemy z mową. *Opiekuj się nim. Wszystko będzie dobrze* – mówiła „Super Expressowi” w lutym 2021 r. Maria Krawczyk-Gołas. Szersza publiczność kojarzy go z roli Tomka Czereśniaka w serialu „Cztery pancerni i pies”. Aktor występował także w „Kabarecie Starszych Panów”, popularnym w PRL-u serialu „Kapitan Sowa na tropie” czy filmach: „Żona dla Australijczyka”, „Rękopis znaleziony w Saragossie”, „Lalka”, „Poszukiwany, poszukiwana”, „Brunet wieczorową porą”. Kreację stworzył w dramatycznym „Ogniomistrzu Kaleniu”. 4 września aktor trafił do szpitala po drugim wylewie. Pogotowie zabrano go z Domu Artystów Weteranów Scen Polskich w Skolimowie, gdzie tymczasowo przebywał.



## Trzecia dawka szczepionki przeciw COVID-19 dla osób po 80. roku życia

Irlandia zaoferuje trzecią dawkę szczepionki przeciw COVID-19 w pełni zaszczepionym osobom w wieku 80 lat i starszym – poinformował w środę irlandzki minister zdrowia Stephen Donnelly. By kwalifikować się do dodatkowego szczepienia, od poprzedniego musi upłynąć co najmniej 6 miesięcy.

Minister zdrowia poinformował również, że dawkę przypominającą preparatu przeciw koronawirusowi będą mogli otrzymać także pensjonariusze ośrodków opieki powyżej 65. roku życia. Trzecią dawką mają być preparaty koncernów Pfizer lub Moderna. W środę dyrek-

tor generalny Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) Tedros Adhanom Ghebreyesus zaapelował do bogatych państw, by te powstrzymały się przed podawaniem trzeciej dawki szczepionki. Irlandia będzie kolejnym państwem, które rozpocznie kampanię szczepień przypominających dla części obywateli. Dodatkowe szczepienia prowadzą m.in. USA, Izrael, Francja, Wielka Brytania, Dania i Niemcy. Także w Polsce pod koniec sierpnia Rada Medyczna zaakceptowała dopuszczenie trzeciej dawki szczepionki przeciw COVID-19 dla osób z zaburzeniami odporności.

## Napad na sklep w hrabstwie Cork, sprawcy uciekli

Dwaj uzbrojeni sprawcy dokonali napadu z bronią w rękę na sklep w Ballinhasig w hrabstwie Cork. Policja prowadzi poszukiwania.

Mężczyźni wpadli do niewielkiego sklepu, a następnie skierowali się do znajdującego się tam stanowiska poczty. Jeden z nich miał pistolet, a drugi maczetę. Po zrabowaniu pieniędzy

uciekli szarym Citroënem, który prowadził trzeci mężczyzna. Sprawcy odjechali w kierunku Spur Hill/Liberty Hill. Tam później znaleziono spalone szczątki samochodu. Funkcjonariusze proszą o kontakt osoby, które w czwartek między godziną 15.45 a 16.30 przebywały w pobliżu miejsca zdarzenia. Telefon 0-23 8852200 lub 1800-66611.

## Delfiny uratowały pływającego mężczyznę

Gdy 24-letni Irlandczyk oddalił się od brzegu, stracił orientację i nie był w stanie wrócić na łódź o własnych siłach. Stado delfinów otoczyło pływaka i zwróciło uwagę służb – czytamy na internetowej stronie gazety „Daily Record”.

Osoby przebywające na plaży zauważyły pozostawione ubrania przy brzegu – zaniepokojeni tym faktem zawiadomili służby. Na miejsce wysłano ratowników z łodziami, którzy przeszukali teren, ale po niepowodzeniu akcji wstrzymano. Gdy kilka godzin po poszukiwaniach nikt się nie zgłosił po rzeczy pozostawione na plaży, poszukiwania wznowiono. Po długim czasie ratownicy zauważyli stado delfinów, które było skupione w jednym miejscu. Po przyplnięciu bliżej ssaków ratownicy

zauważyli, że pośród nich jest poszukiwany 24-latek. Mężczyzna został przetransportowany na brzeg, gdzie następnie przewieziono go do szpitala. Pływak znajdował się ok. 4 km od brzegu i przebywał w wodzie ok. 10 godz., argumentując, że stracił orientację i z powodu silnych prądów morskich nie był w stanie dopłynąć do brzegu.



## Mors Wally demolował jachty

Mors arktyczny pojawiał się w kilku europejskich portach i zatapiał luksusowe jachty. Szybko stał się lokalnym celebrytą, ale stawa uderzała mu do głowy.

Ważący ok. 800 kg mors po raz pierwszy widziany był u wybrzeży hrabstwa Kerry na południowym zachodzie Irlandii już w marcu. Później przepłynął jeszcze co najmniej 4 tys. km i wiadomo, że wpłynął do portów m.in. we Francji, Hiszpanii i Wielkiej Brytanii. O miejscach, gdzie się pojawiał natychmiast robiono

się głośno, bo zwierzę demolowało jachty, a nagrania z jego wyczynów błyskawicznie pojawiają się w mediach społecznościowych. Audun Rikardsen, biolog morski z uniwersytetu w Tromsø, na łamach dziennika „Dagbladet” wyjaśniał, że mors widząc łódź, bierze ją za krę i wdrapuje się na nią, aby odpocząć. Później, już leżąc na pokładzie i przewracając się z boku na bok, demoluje wyposażenie i doprowadza łódź do utraty równowagi, niekiedy ją zatapiając.

## Irlandię czekają podwyżki energii elektrycznej

Jesienią Irlandię czekają istotne podwyżki. Po czterech podwyżkach za prąd trzeba będzie płacić blisko 500 euro.

Rachunki za gaz i prąd wzrosną średnio ponad 11 proc. Od ostatniej podwyżki będzie o 172 euro więcej za prąd i 132 za gaz. Według Eurostatu ceny za energię elektryczną są już powyżej śred-

niej w Unii Europejskiej (czwarte miejsce wśród wszystkich krajów). Podwyżki cen mają wynikać z globalnego wzrostu hurtowych cen energii. Hurtowe ceny są najwyższe od 2018 r. Na wzrosty wpływ miała także pandemia, ale ona miała wpływ na wszystkie gałęzie gospodarki. Podwyżki czekają nas u wszystkich dostawców.



to polska marka zajmująca się projektowaniem i produkcją specjalistycznych narzędzi dostosowanych do potrzeb różnych stanowisk pracy. Siedziba naszej firmy wraz z całym zapleczem laboratoryjnym i naukowym oraz liniami produkcyjnymi znajduje się we Wrocławiu. To właśnie w stolicy Dolnego Śląska działamy na rzecz wspierania przedsiębiorczości i rozwoju potencjału wielu firm.

Jednym z najpopularniejszych osiągnięć naszej firmy jest przenośny system Q-LED przeznaczony do użytku w:

- firmach przemysłowych do oświetlania kabin i obudów linii produkcyjnych;
- autobusach, wagonach, lokomotywach i na statkach;
- kabinach, zbiornikach oraz silnikach.



System Q-LED sprawdza się wszędzie tam, gdzie występują problemy z zasilaniem, ciężkie warunki lub środowisko zagrażające wybuchem. Konstrukcja systemu wykonana z wysokiej jakości materiałów gwarantuje odporność na uszkodzenia i działanie silnych środków chemicznych, a przyznany systemowi certyfikat ATEX stanowi gwarancję zastosowania bezpiecznego źródła oświetlenia i tym samym zapewnienia odpowiednich warunków pracy.

System Q-LED jest blokową konstrukcją powstającą dzięki wykorzystaniu zaawansowanej technicznie oprawy oświetleniowej oraz wymiennej baterii Q-POWER-BANK Li-Ion.

Oprawa Q-LED cechuje się doskonałymi parametrami światła, płynną regulacją mocy, wyjątkową żywotnością oraz szerokim zakresem zastosowań. Wybrany zestaw podlega dowolnej konfiguracji pod względem zakresu mocy oraz sposobu zasilania, a do wyboru są wersje:

- Q-LED 120W - 20 000lm i Q-LED 240W - 40 000lm – standardowe;
- Q-LED 60W - 10 000lm i Q-LED MINI - 10 000lm – dostępne na zamówienie.

Zasilanie dla wszystkich wersji to:

- wymienny akumulator 36V 11,6 Ah;
- zasilanie stałe od 12V do 42V DC;
- zasilacz IP67 230V AC.

Metoda instalacji systemu Q-LED może być w każdym przypadku dostosowana do uniwersalnych wymagań Klienta. Dla zachowania mobilności oświetlenia rekomendujemy montaż z naszymi lekkimi aluminiowymi statywami z funkcją rozporową oraz wielofunkcyjnymi uchwyty Q-GRIP.





**PIOTR SŁOTWIŃSKI**  
www.piotrslotwinski.com

# Polak mądry po zarazie

**A** po nocy przychodzi dzień, a po burzy spokój” – śpiewała kiedyś Budka Suflera. Wszystko wskazuje na to, że i po koronawirusowej batalii opada kurz i nasze dawne życie powoli wraca do normy. Jak teraz będzie wyglądał nasz krajobraz po covidowej bitwie? I najważniejsze: czy i jakie wyciągniemy z tego wnioski?

Swoje podwoje otwały już wszystkie sklepy, puby i restauracje. W Cork, w którym mieszkam i w którym wydawany jest właśnie czytany przez Państwa miesięcznik „MiR”, w połowie września odbyła się Noc Kultury. Czyli znowu mamy coś i dla ciała, i dla ducha. Na marginesie: jeżeli o tę Noc Kultury chodzi – w Irlandii wszyscy to wiedzą, ale Czytelnikom z Polski przyda się objaśnienie: pewne sprawy są na Zielonej Wyspie traktowane bardzo umownie. Noc Kultury tutaj to nie ciąg wydarzeń, które będą się odbywały w nocy, ale co najwyżej po południu, a najczęściej w normalnych godzinach pracy tej czy innej instytucji biorącej w niej udział. Takich rzeczy umownych mamy więcej i tak na przykład moim skromnym zdaniem w Irlandii istnieje tylko jedno miasto, którym jest oczywiście jego stolica, ale umawiamy się, że taki Cork czy inne Galway to też miasta. Taki mamy klimat w dosłownym tego słowa znaczeniu, że nawet parady gejowskie traktowane są tutaj bardzo umownie: z powodu niezawodnego wiatru i deszczu bardziej przypominają żałobne kondukt niż radosne płyśy osobników tej czy innej płci lub zgoła bez płci, co ostatnio staje się coraz bardziej modne. No dobrze, z tymi miastami to może przesadziłem, ale kiedy człowiek się naogląda materiałów z Chin, gdzie tamtejszy odpowiednik polskiego Pcmia ma co najmniej 10 mln mieszkańców, to później zapomina o skali.

Trzeba sobie jasno powiedzieć, że cała ta pandemia, pomijając na razie spory o to, czy rzeczywiście była tak groźna, jak przedstawiały ją media czy niekoniecznie, pokazała, że byliśmy na takie wydarzenia kompletnie nieprzygotowani. Napisałem to w czasie przeszłym, mając nadzieję, że dzięki temu doświadczeniu powstaną odpowiednie procedury, ale jestem prawdopodobnie nadmiernym optymistą w tym względzie. Gdyby epidemia rzeczywiście była tak zabójcza, jak chciały tego niektóre żądne krwi media, to wskutek braku przygotowania i ogólnego chaosu mielibyśmy prawdziwą hekatombę. Uratowaliby się co najwyżej wyżsi rangą politycy, bo jak to pięknie sparafrazował niepiękny rzecznik komunistycznego rządu Jerzy Urban „rząd się sam wyżywi”, więc można domniemywać, że potrafiłby również sam się skutecznie odizolować od reszty społeczeństwa, wraz ze swoimi rodzinami bezpiecznie czekając na rozwój wy-

padków. To nasze pokoleniowe doświadczenie powinno być przestrożą dla innych, bo jak wiadomo historia lubi się powtarzać, chociaż nigdy dokładnie dwa razy tak samo. Powinniśmy wyciągnąć wnioski i kiedy, cytując Camusa, znowu „na nieszczęście ludzi i dla ich nauki dżuma obudzi swe szczury i pośle je, by umierały w szczęśliwym mieście”, powinniśmy być na to w pełni przygotowani.

Tak czy owak pewne wnioski powinniśmy wyciągnąć już teraz, natychmiast. Zaczniemy od mediów, które rozpętały koronawirusową histerię, skutecznie mieszając prawdę z fikcją lub, co gorsza, próbując kreować rzeczywistość. W tak ważnej sprawie zawiadły nas całkowicie, dopuszczały się kłamstw, manipulacji, prezentowały dane wzięte z sufitu, a wszystko to w celu naphania sobie kabzy wpływami z reklam, które płynęły szerokim strumieniem, skoro reklamodawcy wiedzieli, że uwaga odbiorcy jest w tym dziejowym momencie wybitnie skupiona na środkach masowego przekazu. Oczywiście nikt nie pociągnie ich za to odpowiedzialności, ale my sami powinniśmy od teraz dokonywać ostrej selekcji źródeł, które przekazywały niesprawdzone treści.

Następnie wspomnieć trzeba o lekarzach, z których niewielka część ofiarnie (choć nie za darmo oczywiście) stanęła w pierwszym szeregu walki z zarazą. Ci chociaż robili to, do czego zostali powołani, ale znaczna większość ich kolegów i koleżanek skutecznie odgradziła się od pacjentów zaryglowanymi drzwiami przychodni i co najwyżej łaskawie, lecz ciągle za pieniądze podatników, udzielała teleporad. O dziwo, strach przed zarazą natychmiast ustępował w gabinetach prywatnych. W tej skrajnie aroganckiej postawie upatrywałbym źródła obecnego braku społecznego poparcia dla ostatnio strajkujących medyków. Nie wiem, czy strajkują słusznie czy nie, być może zarabiają za mało, chociaż ja tam jeszcze biednego lekarza nie spotkałem. Niemniej spora część osób nie bez satysfakcji proponuje im, żeby strajkowali tak jak pracowali, czyli przez telefon. Lekarstwo na ciągłe niezadowolone pracowników służby zdrowia jest znane i oczywiste, ale niechętnie przyjmowane do wiadomości. To pełna prywatyzacja. Czy słyszeliście Państwo, żeby takie strajki organizowali np. lekarze weterynarii? Oczywiście, że nie, bo weterynarię sprywatyzowano w Polsce już w 1991 r. Czy coś w związku z tym się stało? Tak, z dnia na dzień wyrosły setki nowych gabinetów weterynaryjnych, jakość usług natychmiast poszybowała w górę, a opłaty za nie również nie doprowadzają do bankructwa młośników naszych braci mniejszych.

Powie ktoś, że człowiek to nie zwierzę, ale jeżeli jesteśmy w sferze ciała a nie ducha, to według biologii jesteśmy jak najbardziej zwierzętami. Ssakami co prawda naczelnymi, ale jednak w królestwie zwierząt tym, co nas różni

od innych gatunków, to inteligencja, dlatego to my zapędzamy inne zwierzęta do klatki a nie odwrotnie. Oczywiście oprócz inteligencji pozostaje jeszcze sfera ducha, dla osób wierzących jest to wręcz podstawowa różnica pomiędzy nami a resztą bożego stworzenia, ale niewierzący będą się uparcie trzymali swojej teorii ewolucji i mają do tego pełne prawo. Żeby wilk był syty i owca cała, osobiście jestem zwolennikiem teorii, że powstanie człowieka mogło iść dwutorowo i dokonać się dwiema drogami, czyli zarówno przez Kreację jak i przez ewolucję. Sam, może zbyt zuchwale, uważam się za potomka pierwszych ludzi powstałych dzięki Bożej Kreacji, ale jednocześnie zgadzam się z poglądami osób, które twierdzą, że powstały w wyniku ewolucji i mają wspólnego z małpami przodka. Niech im nawet będzie, że dopiero co zeszyły z drzewa i włożyły spodnie. Akceptuję to, tym bardziej że teraz podobno tolerancyjnym trzeba być dla różnych dziwactw – ot, taka mądrość etapu.

Wracając: przeróżne rzeczy przeznaczone dla ludzi najpierw testuje się na zwierzętach. Jak się sprawdzi na tych drugich, to serwuje się tym pierwszym. Tutaj również powinno się działać w ten sposób: sprawdziło się to w lecznicach lekarzy weterynarii, to sprawdzi się i w szpitalach lekarzy medycyny. Tym bardziej że sprawdza się to również w innych, mało nam znanych krajach azjatyckich. W takiej Kambodży dentysta jest niemal na każdym rogu, a ceny za jego usługi są bardzo niskie, więc na pełne użebienie stać tam nawet ulicznego żebraka. Podobnie jest z innymi lekarzami. Być może wizyta u specjalisty kosztuje nieco więcej, ale z kolei jest on dostępny natychmiast. Tak właśnie działa prawdziwy wolny rynek. Skąd wiem, jak to wygląda w Kambodży? Ponieważ regularnie i z zaciekawieniem śledzę kanały youtubowe naszych Rodaków, którzy obrali sobie ten kierunek emigracji. My czekaliśmy na wejście Polski do Unii Europejskiej, żeby bez konieczności opokarzającego ubiegania się o *work permit* móc wyjechać do Irlandii, a oni z kolei wiedzeni przecuciem obrali zupełnie przeciwny kierunek: jak najdalej od UE, jej dyrektyw, nakazów i zakazów. Zobaczymy, kto na tym wyjdzie lepiej, chociaż wydaje się, że jednak oni. Oczywiście zawsze jest coś za coś: nie mają tak wspaniałego równoległego jednostajnego klimatu jak my i muszą balansować pomiędzy falą upałów a porą deszczową.

Skoro przy krajach azjatyckich jesteśmy, to oprócz wolnego rynku i braku ograniczeń znanych nam z UE, są też minusy: wyraźnie widać tam, jak dochodzi do styku polityki i biznesu. Oczywiście u nas też do tego dochodzi, tyle że jest to skrupulatnie ukrywane, a tam nie widzą w tym niczego złego. Taka światowa pandemia to dla wielu możliwość zrobienia biznesu życia, w czasie gdy gospodarka jest półzamknięta. Z powodu lockdownu

w pierwszej kolejności bankrutują właściciele biznesów nastawionych na turystów, którzy to biznesmeni z definicji dysponują lokalami położonymi w atrakcyjnych, przyciągających uwagę miejscach. Nie mając wyboru, po wyzbyciu się oszczędności sprzedają te lokalne znacznie poniżej wartości. O dziwo od razu znajdują się kupcy z gotówką, którzy skupują podobno całe atrakcyjne turystyczne ulice. Czyżby wiedzieli coś więcej? A może to dzięki ich podszeptom władze zamykały (oczywiście nie za darmo) ten czy inny rejon miasta, pozostawiając otwartym inne części tej samej metropolii? Myśmy tego nie doświadczyli, ale w Azji zamykanie części miast i wydzielanie stref obejmujących kilka ulic było na porządku dziennym. Niemniej skoro tam niemal jawnie dochodzi do takich korupcyjogennych sytuacji, to na pewno i u nas dochodziło do podobnych, tyle że mniej jawnych.

Przechodząc do wspomnianych na wstępie wniosków: z tej całej koronawirusowej historii, jaka nas dotknęła, możemy ich wyciągnąć przynajmniej cztery. Po pierwsze: musimy nieśtety znacznie ograniczyć nasze zaufanie do mediów, a informacje przesiewać niezwykle starannie. Po drugie: musimy sobie uświadomić, że jedynym rozwiązaniem problemów służby zdrowia jest jej pełna prywatyzacja, przy czym dyskusować można jedynie nad modelami tejże prywatyzacji, najlepiej pasującymi do naszych warunków. Oczywiście wraz z prywatyzacją należy natychmiast znieść daniny państwowe, które podatnicy wplacają na rzecz utrzymania systemu opieki zdrowotnej. Po trzecie: bądźmy zawsze przygotowani na niespodziewane okoliczności, bo tak jak nikt z nas nie spodziewał się światowej zarazy, tak też możemy nie spodziewać się innych wydarzeń, które zmienią naszą codzienną rzeczywistość. Dlatego warto mieć w domu pewien zapas produktów spożywczych o długim terminie ważności, które będziemy regularnie wymieniać. Warto też mieć zapas środków higieny osobistej, że o słynnym papierze toaletowym nie wspomnę, bo przypomnijmy sobie, co najpierw zniknęło ze sklepów. Nie zaszkodzi też mieć w domu pewnej ilości gotówki na „czarną godzinę”, gdyby się okazało, że z nieświadomych powodów padł, choćby na chwilę, sektor bankowy. Pamiętamy przecież, jakie były problemy, gdy w maju br. grupa hakerów zaatakowała system informatyczny irlandzkiej służby zdrowia. I w końcu po czwarte: ostrożnie planujmy swój ewentualny biznes, badając najpierw, czy będzie on odporny na takie czy inne nagłe ograniczenia i na nieuczciwe działania bogatszej konkurencji.

Przekonał się, że nic nie jest dane raz na zawsze, a sytuacja może się dynamicznie zmienić. Żyjemy po prostu w ciekawych czasach, a kto wie, czy nie przyjdzie nam żyć w jeszcze ciekawszych...

# Szukasz stażu?

**T**he Work Placement Experience Programme umożliwia pracodawcom przyjęcie osoby poszukującej pracy na staż oraz pomoc w zdobywaniu nowych umiejętności i cennego doświadczenia zawodowego. Program skierowany jest do osób poszukujących pracy, które przez 6 miesięcy (156 dni) otrzymują pewne świadczenia z Social Welfare i chcą skorzystać ze szkolenia, aby zdobyć doświadczenie zawodowe i ponownie wejść na rynek pracy.

Pracodawca musi zapewnić uczestnikowi programu 30 godzin stażu tygodniowo przez 4-5 dni roboczych przez okres 6 miesięcy. Jeśli w grę wchodzi praca zmianowa lub w weekendy, należy o tym poinformować uczestnika przed rozpoczęciem pracy. 30 godzin obejmuje czas poświęcony na szkolenie.

Pracodawca nie ponosi żadnych kosztów; uczestnik otrzyma wynagrodzenie od Social Welfare w wysokości 306 euro tygodniowo. Nie są dozwolone dodatkowe płatności za uczestnictwo w programie. Jednakże w przypadku gdy uczestnik poniesie wydatki, które zostały wcześniej zatwierdzone, koszty te mogą zostać mu zwrócone przez pracodawcę na podstawie potwierdzenie zakupu (paragonu).

## Jak się zakwalifikować?

Program jest otwarty dla pracodawców z sektora prywatnego, publicznego, służby cywilnej, społeczności i wolontariatu.

Aby pracodawca mógł zostać gospodarzem Work Placement Experience Programme, musi być spełnione pewne warunki:

- firma lub organizacja charytatywna musi być zarejestrowana w Revenue Commissioners,
- status firmy musi być zgodny z przepisami podatkowymi, należy podać numer rejestracyjny działalności gospodarczej oraz posiadać aktualny Tax Clearance,
- firma musi działać w Irlandii,
- gospodarz programu musi mieć co najmniej 1 pracownika na pełnym etacie, który jest zatrudniony przez 30 lub więcej godzin tygodniowo (tj. jest na liście płac i podlega PAYE i PRSI).

## Uczenie się i rozwój osobisty

Wsparcie szkoleniowe i rozwojowe zostanie zapewnione zarówno uczestnikowi stażu, jak i gospodarzowi. Ma to pomóc w zdobyciu doświadczenia zawodowego uczestnikowi i ułatwić uczestnictwo w programie gospodarzowi. Od uczestnika oczekuje się ukończenia co najmniej 60 godzin szkolenia podczas stażu pracy, z czego 20 godzin powinno być akredytowane lub stanowić szkolenia branżowe.

Departament Social Welfare oraz Rady ds. Edukacji i Szkoleń w całej Irlandii dysponują wsparciem w postaci bezpłatnych i finansowanych kursów szkoleniowych, z których uczestnicy tego programu mogą skorzystać w celu uzyskania akredytowanego szkolenia.

## Szkolenie według sektora

Informacje na temat niektórych aktualnych szkoleń oferowanych w poszczególnych sektorach: <https://jobsireland.ie/en-US/trainin-gon>.

Uczestnicy Work Placement Experience Program (WPEP) są uprawnieni do udziału w module WPEP QQI Work Experience Module, który został opracowany przez Radę ds. Edukacji i Szkoleń we współpracy z Departamentem Ochrony Socjalnej. Ten moduł spełnia wszystkie akredytowane wymagania szkoleniowe dotyczące WPEP.

## Liczba uczestników na gospodarza

Liczba miejsc docelowych, które może zaoferować gospodarz jest ograniczona (patrz tabela).

## Aplikowanie

Aby zarejestrować się jako gospodarz WPEP i ogłosić wakaty, należy zarejestrować się na JobsIreland.ie.

Aby zamieścić ogłoszenie na JobsIreland.ie:

1. Zaloguj się/zarejestruj konto pracodawcy (zasób wideo „Jak zarejestrować się jako pracodawca na JobsIreland.ie”).

2. Przejdź do zakładki „Wakaty” z pulpitu nawigacyjnego.

3. Wybierz „Program praktyk i praktyk zawodowych”.

4. Przeczytaj i zaakceptuj regulamin.

5. Wypełnij jednostronnicowy formularz ze szczegółami oferty, którą chcesz zareklamować.

## Wskazówki dotyczące rejestracji

Kategoria WPEP: odnosi się do preferencji dotyczących podstawowego stanowiska pracy (np. dla roli administratora, typu rola administracyjna/detaliczna, typ sprzedaży itp.).

Liczba pracowników: upewnij się, że rejestrujesz liczbę opłacanych pracowników w Twojej organizacji.

Jak chciałbyś, aby kandydat aplikował na to stanowisko? Wybierz „Przez portal JobsIreland” lub podaj dane kontaktowe (telefon, e-mail i/lub adres).

## Informacje, które musisz mieć dostępne:

- numer polisy ubezpieczeniowej od odpowiedzialności cywilnej pracodawcy,
- numer identyfikacji podatkowej,
- numer dostępu do Tax Clearance,
- upewnij się, że wybrześ odpowiednią odpowiedź w sekcji „Health & Safety Statement”.

## Wsparcie dla firm po zakończeniu WPEP

Gospodarz może zakwalifikować się do JobPlus, jeśli zdecyduje się zatrudnić uczestnika (tj. zaoferować mu płatne zatrudnienie w pełnym wymiarze czasu pracy) po zakończeniu stażu. Zaleca się, aby gospodarze składali wnioski o JobPlus przed zakończeniem WPEP.

## Rozliczamy podatek z zatrudnienia od ręki!

### Czy wiesz, że możesz rozliczyć się z podatku bez wychodzenia z domu i dosłownie od ręki?

Zrobimy to za Ciebie! Za darmo sprawdzimy, czy należy Ci się zwrot i dokonamy jego rozliczenia. Wystarczy, że do nas zadzwonisz lub napiszesz e-maila, a od razu uzyskasz informację o należnym podatku. Każdy, kto kiedykolwiek rozliczał się w D&M Services, figuruje w naszej bazie danych i nie musi dostarczać osobiście potwierdzenia dochodów.

Na początku roku pracownicy otrzymują na koncie w Revenue Employment summary, czyli podsumowanie dochodów i podatków z tytułu pracy za ubiegły rok. Wystarczy, że wyślesz do nas ten dokument, a nasi księgowi sprawdzą, czy przysługuje Ci zwrot podatku.

**Dublin:**  
Unit 26  
Park West Enterprise Centre  
Nangor Road  
Dublin 12

**Cork:**  
33/34 Cook Street  
2 piętro  
Cork

Zobacz szczegółowe informacje na stronie [www.dmksiegowosc.eu](http://www.dmksiegowosc.eu) i skorzystaj z dziesięcioletniego doświadczenia naszego biura.

Liczba pracowników w pełnym wymiarze godzin*	Liczba stażystów w ramach programu
1-10 pracowników	1 uczestnik
11-20 pracowników	2 uczestników
21-30 pracowników	3 uczestników
30 + pracowników	10% siły roboczej do maksymalnie 10 Uczestników, w zależności od tego, który wskaźnik z nich jest mniejszy

\* Pracownik, który jest zatrudniony przez 30 godzin lub więcej tygodniowo (tj. na liście płac i podlega PAYE i PRSI)

## To bardzo proste:

- Zeskanuj Employment Summary i wyślij na [firma113@gmail.com](mailto:firma113@gmail.com)
- Obliczymy Twój zwrot bezpłatnie
- Przeprowadzimy procedurę odzyskania podatku w urzędzie

Cork 33/34  
Cook Street Cork  
TEL./FAX 021 42 48 760  
E-mail: [firma113@gmail.com](mailto: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](mailto:firmadublin@gmail.com)



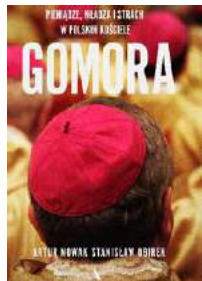
**TWOJA FIRMA  
KSIĘGOWO DORADZCA**

**ROZLICZENIA PODATKU Z ZATRUDNIENIA  
W SZYBKIM I ŁATWYM SPOSOBIE ODZYSKAJ SWÓJ PODATEK**  
[www.dmksiegowosc.eu](http://www.dmksiegowosc.eu)

## CZYTELNIA

### Gomora. Władza, strach i pieniądze w polskim Kościele

Autor: Nowak Artur, Obirek Stanisław



Zmieniają się księża, zmieniają się biskupi, a patologię w polskim Kościele pozostają. Nierozliczone przestępstwa, w tym pedofilia, brak kontroli nad finansami, arbitralność awansów, wykluczenie kobiet, feudalny model władzy, afery seksualne, skorumpowani biskupi, rozpusta, kolesiostwo, cynizm, związki z władzą, hipokryzja... Przez media co i rusz przewijają się kolejne skandale, które pokazują, że hierarchowie mają na sumieniu bodaj wszystkie grzechy główne.

To system jest chory - taką tezę stawiają autorzy książki „Gomora. Władza, strach i pieniądze w polskim Kościele”.

Stanisław Obirek - teolog i były jezuita oraz Artur Nowak - adwokat ofiar pedofilii i publicysta przyglądają się polskiemu Kościołowi z właściwą sobie przenikliwością, odwagą i znajomością tematu. Analizują system w nim panujący w oparciu o insajderską wiedzę i dziesiątki rozmów z duchownymi oraz ludźmi Kościoła.

Nieprzypadkowo nawiązują tytułem do słynnej „Sodomy” Frederica Martela, bo podobnie jak on ujawniają mechanizmy charakterystyczne dla tej instytucji. Odpowiadają przy okazji na pytanie, czy polski Kościół jest w ogóle zdolny do reform i dlaczego nie.

### Oddasz fartucha

Autor: Strzelczyk Tomasz



Ma być tanio, prosto, pysznie i domowo, bo wtedy smakuje najlepiej! Zapraszam was do mojej kuchni, pachnącej ziołami i świeżo zmielonym czarnym pieprzem. Znajdziecie tu mnóstwo prostych inspiracji, aby przygotować smaczne potrawy, które wywołają uśmiech na twarzach waszych bliskich. Bo tak naprawdę czego chcecie więcej?

Wiem, że nie chcecie tracić czasu na stanie godzinami przy garnkach czy długie szukanie składników na wypchnionych po brzegi sklepowych półkach. Dlatego dzielę się z wami swoimi pomysłami na pyszne i łatwe w przygotowaniu dania, które nawet laikom nie sprawia trudności.

Co jeszcze tu znajdziecie? Oczywiście zdjęcia każdej przygotowanej przeze mnie potrawy, żebyście mogli sobie wyobrazić jej zapach i smak.

No to smacznego!

Tomek Strzelczyk

### Kobusz. Jan Kobuszewski z drugiej strony sceny

Autor: Faryna-Paszkwicz Hanna  
Król śmiechu

Natychmiast wywoływał śmiech. Przecież Pan Janeczek z Kabaretu Olgi Lipińskiej, przecież Majster, który uczy Jasia, przecież rólki arcydzieła w filmach Stanisława Barei... A jednak prywatnie był śmiertelnie poważny. Skąd się brała jego oryginalność? Czy potrafił uciec

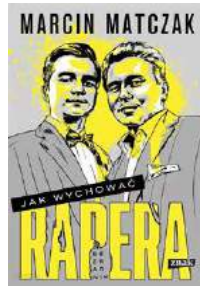


przed popularnością? Czy miał inne pasje niż aktorstwo? I jak wyciągał spod nóg wybitnych aktorów dywaniki?

Biografię znakomicie dopełniają wspomnienia krewnych oraz bliskich mu artystów. Anna Seniuk opowiada, jak Janek wprowadzał ją na warszawskie sceny, a Wiktor Zborowski zdradza, czym brzydkim postraszył go wuj, gdy strzelił gafę przed publicznością. Autorka książki, prywatnie siostrzenica aktora, wydobywa sekrety z rodzinnych archiwów. Łamie stereotypy, pokazując wuja od nieznannej strony. Przeniknij duszę Kobusza!

### Jak wychować rapera. Bezradnik

Autor: Matczak Marcin



Opowieść Taty Maty. O relacji ojca z synem, patologii demokracji i potrzebie rebelii.

Wychowujemy nasze dzieci do posłuszeństwa, a zapominamy wychowywać je do buntu. Tymczasem porządny człowiek, a co za tym idzie - dobry obywatel, musi wykształcić w sobie zdolność do rebelii, jeśli okoliczności tego wymagają.

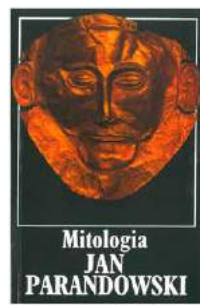
Dlatego też w książce tej opowiadam historię o chłopaku wychowywanym do postuszeństwa, który potrafił się zbuntować. Chcę pokazać moralną doniosłość nieposłuszeństwa jako cechy obywatela - a więc każdego z nas, bo wszyscy żyjemy w społeczeństwie i żaden człowiek nie jest samoistną wyspą.

Ostatecznie książka o tym, jak wychować rapera, jest o tym, jak wychować obywatela. Ma mieć dzikie serce i empatię, wrażliwość i siłę. Ma być odważny i mówić prawdę, nawet jeśli głos mu drży.

To także książka o relacji ojca z synem, który się usamodzielnia i idzie własną drogą. Na tej drodze otrzymuje pełne wsparcie, choć jego wybory są inne niż wybory ojca. Ale czy na pewno inne? Może jednak niedaleko pada raper od profesora prawa?

### Mitologia. Wierzenia i podania Greków i Rzymian

Autor: Parandowski Jan



„Mitologia”, najbardziej znana książka Jana Parandowskiego, zyskała kilkanaście wydań i od dawna pozostaje w kanonie lektur polskiej inteligencji. „Hellenizm, który jest przede wszystkim zasadą świata, najpotężniej oddziaływał na tych, co przeszli doń ze świata nieco ciemnego, gdzie przeważają posępne pierwiastki” - zauważył niegdyś Parandowski. Warto pamiętać, że „Mitologię”, po raz pierwszy wydaną w roku 1924, czytywano zachłannie w kraju o posępnej historii najnowszej, który przez ostatnie półwiecze nie był na ogół krajem „ani moralnego, ani intelektualnego rozradowania”. Wybór i propagowanie „zasady światła” było tutaj obroną śródziemnomorskiej tradycji humanistycznej przed zalewem barbarzyństwa i kulturą parweniuszy. ☑

## KLUB MALUCHA



### Klub Malucha

Sobota / dwa razy w miesiącu/  
11.00-12.30

Zapraszamy dzieci 2,5-5 lat  
ABC EduLibrary Polska Biblioteka

głośne czytanie  
rymowanki-wyliczanki  
zabawy muzyczno-ruchowe  
zajęcia plastyczne  
zabawy sensoryczne

koszt 10 euro za spotkanie

Green Gate Business Centre, 52A Gould St, Greenmount, Cork, T12 Y65D



## FILM

### Teściowie

Czy wesele po odwołanym ślubie to przepis na katastrofę? Owszem. I to jaką! Dwie rodziny różni wszystko - pochodzenie, status, zawartość portfela, gust. Rodzice pana młodego (Maja Ostaszew-

ska i Marcin Dorociński) i panny młodej (Izabela Kuna i Adam Woronowicz) początkowo są w szoku. Co takiego się stało? Kto zawinił? Co z weselem? Czy witać gości? Grać muzykę? Polewać wódkę? Kto pokroi tort? Od słowa do słowa uprzejme uśmiechy zamieniają się w publiczne pranie brudów. Aż wreszcie wybuch prawdziwa bomba... A tymczasem, wesele rozkręca się w szaloną imprezę. I nikomu nie przeszkadza brak młodej pary.







**KRZYSZTOF WIŚNIEWSKI**  
Polskie Radio SA  
chris.waterford@gmail.com

# Sinn Féin kończy długi marsz

**W** pierwszej połowie września opublikowano dwa sondaże opinii publicznej, które okazały się przełomem na irlandzkiej scenie politycznej. Po raz pierwszy w historii większość wyborców zadeklarowała poparcie dla Sinn Féin – partii, która jeszcze nie tak dawno była uważana za przybudówkę republikańskich terrorystów z IRA, a w najlepszym przypadku za niemającą wiele do powiedzenia partię politycznych outsiderów.

W sondażu opublikowanym przez „Sunday Times” partia kierowana przez Mary Lou McDonald popierana jest przez 33% respondentów, natomiast Fine Gael cieszy się poparciem zaledwie 23%. Z kolei sondaż w „Business Post” daje Sinn Féin poparcie 29% wyborców, a na Fine Gael głosowało 28%. W obu sondażach Sinn Féin jest liderem, a analitycy spodziewają się dalszego wzrostu poparcia dla tej partii.

Sondaże nie były może wstrząsem dla polityków i dla samych Irlandczyków, bo od pewnego czasu widoczny był wyraźny wzrost poparcia dla Sinn Féin. Jednak wizja tworzenia przez tę partię rządu po kolejnych wyborach może być szokująca dla tych, którzy pamiętają jeszcze liderów Sinn Féin z czasów, kiedy w Irlandii wybuchaly bomby, a ludzie byli zabijani w imię republikańskich czy lojalistycznych przekonań.

Dziś Sinn Féin jest zupełnie inną partią, odwołuje się do zupełnie innych ideałów. Oczywiście republikanizm jest jej nadal bliski, ale znacznie mocniej akcentuje swoje lewicowe poglądy.

Mocny trend poparcia dla ugrupowania był widoczny już w poprzednich wyborach, kiedy politycy Sinn Féin zdobyli 37 miejsc w irlandzkim parlamencie. Konkurencyjne Fianna Fáil i Fine Gael zdobyły odpowiednio 36 i 34, ale to one wraz z mniejszymi ugrupowaniami i postami niezależnymi utworzyły rząd, zdecydowanie deklarując, że nigdy nie zdecydują się rządzić wspólnie z Sinn Féin. Teraz ta polityka może okazać się zgonem dla dwóch byłych hegemonów irlandzkiej polityki, bo wygląda na to, że to Sinn Féin będzie sobie dobierało koalicjantów po wyborach w 2025 r.

Oczywiście przez najbliższe 3,5 roku wiele się może jeszcze zmienić, ale już teraz warto przyjrzeć się powodom, dla których Sinn Féin zdobyła taką popularność w ostatnich latach, i w jaki sposób długi marsz przez irlandzką politykę zakończył się sukcesem dla partii kierowanej przez Mary Lou McDonald.

Z pewnością trendy demograficzne przyczyniły się do wzrostu poparcia dla Sinn Féin. Młódzież chętniej głosuje na partie lewicowe, a młódzież w Irlandii głosuje coraz chętniej. Co więcej, młodzi ludzie są coraz bardziej oderwani od swoich korzeni rodzinnych, co powoduje, że do lamusa odchodzą tradycyjne głosowanie

na kandydatów Fianna Fáil czy Fine Gael, „bo tata i dziadek tak głosowali”.

Dużą rolę odgrywa także sekularyzacja społeczeństwa i coraz bardziej widoczne odchodzenie od szeroko pojętej religii. A przecież Sinn Féin jako partia na wskroś lewicowa chętnie podsyca antykościelne nastroje, bo wie, że może na nich wyłącznie zyskać. I jak widać zyskuje.

Partii sprzyja też niekorzystna sytuacja ekonomiczna i faktyczne ubożenie społeczeństwa i ciągnący się latami kryzys mieszkaniowy. Z jednej strony jest to dobry powód do ciągłego uderzania w politykę prowadzoną przez rząd, a z drugiej – możliwość prezentacji światłych, lewicowych rozwiązań, które miałyby pozwolić na wyjście z kryzysu gospodarczego.

Takie nastroje widać zresztą w wielu krajach bogatej Europy. Aspirująca klasa średnia jeszcze jakiś czas temu chętnie popierała partie centrowe i prawicowe promujące liberalizm gospodarczy jako sposób na szybkie bogacenie się. Okazało się, że owszem jest to dobry sposób, jednak bogacą się głównie bogaci, a ci ze średniej półki raczej mniej, a na pewno mniej niż by chcieli.

Naturalnie zatem zaczynają się skłaniać ku lewicowej wizji świata, która obiecuje łatwiejsze sposoby na wzbogacenie się, a jeśli nie na wzbogacenie się, to przynajmniej na ograniczenie bogacenia się tych najbogatszych. To w lewicowej retoryce nazywa się sprawiedliwością społeczną i dość mocno przemawia do zachodniego społeczeństwa, które widzi, że nie ma już powrotu do powszechnego dobrobytu z lat 70. i 80.

Wtedy w wielu krajach Europy Zachodniej wybuchaly bomby podkładane przez lewicowe bojówki. W Irlandii bomby wybuchaly z innego powodu, ale dziś bojówkarze zmienili się w polityków i zarówno w Irlandii, jak i na tzw. Zachodzie regularnie zdobywają silne poparcie na scenie politycznej. Można powiedzieć, że zmieniwszy metody i narrację, udało im się wejść na salony.

Dokładnie ten sam mechanizm działa w przypadku Sinn Féin, które odwołuje się do lewicowych ideałów także w przedstawieniu klasy politycznej jako grupy zainteresowanej wyłącznie własnym interesem, a nie sprawami obywateli. Retoryka ta jest łatwiejsza tym bardziej, że Sinn Féin jeszcze nigdy w Irlandii nie rządziło i nie ma rąk ubrudzonych partyjnymi rozgrywkami w rządzie. Liderzy partii mogą kreować się na ideowców, których jedynym celem jest poprawa bytu całego społeczeństwa i uzdrowienie państwa. I właśnie taka kreacja sprawia, że przywódczyni Sinn Féin Mary Lou McDonald cieszy się najwyższym poparciem społecznym wśród wszystkich liderów partyjnych w Irlandii. Według sondażu „Sunday Times” popiera ją aż 48% respondentów. Poparcie dla Micheála Martina czy Leo Varadkara oscyluje w okolicach 40% i stopniowo spada na skutek pogarszającej

się sytuacji gospodarczej kraju czy mniejszych lub większych skandali uderzających w rząd (polecam zainteresować się aferą wokół nominacji byłej minister Catherine Zappone na stanowisko specjalnego wysłannika do ONZ).

Tymczasem Mary Lou McDonald i Sinn Féin po prostu stoją z boku, przyglądają się, punktują rząd i czekają spokojnie na przejęcie władzy. W wielu samorządach już rządzą lub współrządzą, a prawdziwą próbą będą wybory samorządowe w roku 2024, kiedy poznamy prawdziwy obraz irlandzkiej sceny politycznej po pandemii i (miejmy nadzieję) już po kryzysie przez pandemię wywołanym. Wtedy okaże się, na ile trwałe są społeczne nastroje i na ile skuteczna jest populistyczna polityka Sinn Féin.

A za mniej więcej 3,5 roku dowiemy się, czy mieszanka republikanizmu, populizmu, lewicowych ideałów, antykościelnej retoryki i daleko idących postulatów socjalnych przyniesie Sinn Féin tak znaczące zwycięstwo, że będziemy mieli do czynienia z pierwszym w historii Irlandii rządem kierowanym przez tę partię.

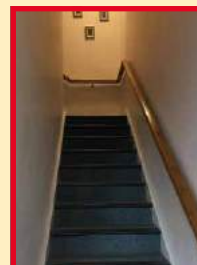


## Wyposażone lokale do wynajęcia - DUBLIN

Do wynajęcia dwa lokale w sąsiedztwie biura księgowego.

### W RAMACH CZYNYSZU OFERUJEMY:

- korzystanie na wyłączność z oddzielnego wyposażonego pomieszczenia o pow. ok. 16 m<sup>2</sup> lub 20 m<sup>2</sup>
- korzystanie z części wspólnych (wyposażona kuchnia, łazienka)
- dostęp do Internetu (Wi-Fi)\* oddzielny intercom i nielimitowany dostęp do pomieszczenia biurowego i pomieszczeń wspólnych
- możliwość zawieszenia szyldu/tabliczki informacyjnej z nazwą firmy na tablicy w środku budynku przy recepcji oraz tabliczki informacyjnej na drzwiach do lokalu.
- Lokal w cenie €280 umeblowany, przystosowany jako pomieszczenie biurowe
- Lokal w cenie €400 - możliwość przystosowania jako salon kosmetyczny ( posiada prysznic i 2 oddzielne pomieszczenia)



**Park West Enterprise Centre, Nangor Rd, Dublin 12**  
Kontakt: 0877 58 0939  
firmadublin@gmail.com



TOMASZ WYBRANOWSKI

# Jesień kojarzy się z poezją

**J**uż piękna jesień. A jesień zawsze kojarzy mi się z poezją i pewnymi obchodami sprzed dziesięciu lat. Dziesięć lat temu odbywały się dublińskie obchody „Roku Czesława Miłosza” i miały one wspaniały finał, o którym każdy z Wielkich Nieobecnych ludzi pióra mógłby sobie tylko pomarzyć. W anturazhu rozczulającej radości oczekiwania Bożego Narodzenia i miłości najbliższych, sam Seamus Heaney czytał wiersze i wspominał naszego Noblistę. Setna rocznica urodzin Miłosza była – cytując Seamusa Heaney – „okazją, by posmakować po raz kolejny niezwykłego bukietu jego metafor”.

Uroczyste czytanie metafor Czesława Miłosza odbyło się we wnętrzach nieistniejącego dublińskiego Domu Europejskiego. Wielka sala konferencyjna była szczerze wypełniona przez międzynarodowe towarzystwo spragnione przede wszystkim wspomnień wielkiego irlandzkiego poety o „polskim koledze po piórze i znoju metafor”, wierszy Miłosza i iskry spełnień w przededniu zbliżających się świąt Bożego Narodzenia.

Duże audytorium to bez wątpienia wielka zastuga obecności na specjalnym wieczorze Seamusa Heaney, irlandzkiego poety uhonorowanego literacką Nagrodą Nobla w roku 1995. Autor zbioru „Lampka głogu” publicznie pojawia się coraz rzadziej. Tym bardziej święto „czytania Miłosza” było okazją do wysłuchania poety i zdobycia cennego autografu. Seamus Heaney podczas swojego wykładu wskazał, że Czesław Miłosz dzięki swojej wewnętrznej sile wyrazu i ostrości metafor wybił się poza magiczną granicę języka polskiego.

Seamus Heaney odczytał po angielsku 15 wierszy Miłosza. Nie ukrywał, że największą atencją traktuje strofy „Ars poetica”. Dlaczego?

*Dawno temu wyczytałem gdzieś, że utwór „Ars poetica” powstał w ciągu dwudziestu minut. Innymi słowy pisał szybko, by uciec przed krytyczną inteligencją, którą też posiadał. Owa inteligencja i olbrzymia wiedza dały wyraz w jego prozie, poczynsz od poematów filozoficznych, przez gatunki autobiograficzne, kończąc na zapiskach i formach dziennika – opowiadał śp. Seamus Heaney.*

Podczas swojego wystąpienia irlandzki noblista zacytował także fragment swojego głośnego referatu poświęconego twórczości Czesława Miłosza. Słowa, które wygłosił w 1998 r. w kalifornijskim McKenna College, są mi bliskie, gdyż dotyczą temu wierszy „Gdzie słońce wschodzi i kędy zapada” z 1973 r., który moim zdaniem jest największym poetyckim osiągnięciem autora „Ziemi Ulro”:

*Obcowanie z Miłoszem pogłębia uczucie przebywania w kraju, miejscu bez granic. To*

*uczucie każe nam znaleźć odpowiednio bogaty językowo komentarz. Jawna analogia z Wergiliuszem jest czymś więcej niż tylko wyszukany komplement. Nie zamierzam przez to sugerować państwu, że Miłosza należy uważać przede wszystkim za epika, gdyż elegia i ironia są zbyt głęboko wrośnięte w jego pojmowanie świata i w jego muzyczne widzenie. Bardziej chodzi o to, że oddając arkadyjskiemu światu Litwy należną chwałę i splendor, poeta nigdy nie zaprzecza temu, że istnieją niesprawiedliwości i wielkie okrucieństwa, które dały pewne brzemie jego i naszym czasom. W tym właśnie kryje się znacznie więcej niż delikatne podobieństwo z autorem „Georgik”.*

Seamus Heaney, który w korytarzu jednego wiersza umie zestawić ze sobą wewnętrzną spowiedź i prywatne krajobrazy, żywotowość i dramatyzm historii świata z perspektywy człowieka z dostojeństwem kosmicznych prawd wieczności, dostrzega eklektyzm postaw także w osobie Czesława Miłosza. Na dowód przywołuje prozę H. Brocha:

*Dodam jeszcze coś. Przypomnę niesamowity, wspaniały portret Wergiliusza, który został uwieczniony przez Hermanna Brocha. Autor pisze o śmierci Wergiliusza. Kreśli portret poety, którego nie opuszczają wizje w samym centrum świata tej Realpolitik. Artysty, który tkwi w obszarze pamięci i wtedy, kiedy zwracają się do niego ludzie z prośbą o przepowiednie. Wreszcie artysty, który pracuje z mozołem w kopalniach języka, podczas gdy cała reszta dostrzega jedynie przewodnika po korytarzach władzy. I ten wizerunek pasuje najbardziej do postaci poety stworzonej przez Miłosza dla potrzeb naszych czasów. Antykomunistyczny apologeta, który napisał „Zniewolony umysł”, ów Akwinata czasów „cold war”, ten mityczny Atlas chrześcijańskiego humanizmu będzie twierdził, że jest „jedynie chłopcem bawiącym się na brzegu rzeki”.*

Seamus Heaney, ze światłem na twarzy, mówił o poezji Miłosza jako o poezji „pełnej skoków skojarzeń i metafor”:

*Zauważcie, że w Jego poezji znajdziemy momenty wprost niespodziewane. Odnajdziemy zmysłowość i erotyzm, uwielbienie dla światła i smaków, kobiecego ciała, a nawet picia wódki. Ale i znajdziemy stoika, który optakuje odchodzenie i przemijanie kultur i cywilizacji.*

Spotkanie z udziałem Seamusa Heaney było ważne z jeszcze jednego powodu. Oto bowiem odbyło się w piątą rocznicę powołania do życia Irlandzko-Polskiej Fundacji Kultury.

## Irlandzko-polskie kontakty poetyckie

Wspominając tamten wieczór w Domu Europejskim przy Dame Street, trzeba wspomnieć



Seamus Heaney na wzgórzach Tara Hill

o bardzo intensywnych i owocnych ostatnich 25 latach dla polskiej kultury, gdy mówimy o poszerzaniu kręgu oddziaływania na ducha innych narodów. Serca Irlandczyków podbiła polska poezja, teatr i muzyka. Wielka w tym zastuga pierwszego (po roku 1989) ambasadora RP w Dublinie, znakomitego poety i znawcy historii i kultury Irlandii – Ernesta Brylla (o którym za miesiąc w moim felietonie), który zapoczątkował kontakty między kulturalno-artystycznymi środowiskami obu krajów.

Wielkim przetomem w tej materii były lata 1996–1997. Tak się bowiem stało, iż Komitet Literackiej Nagrody Nobla i szacowne grono jurorów palmę pierwszeństwa pośród najwybitniejszych poetów świata przyznali najpierw Seamusowi Heaneyowi (1995 r.), a 12 miesięcy później naszej „czarodziejce metafor z Krakowa” – Wisławie Szymborskiej. Do legendy przeszło już krakowskie spotkanie „dwóch tytanów pióra” w październiku 1996 r., które odbyło się tuż przed przyznaniem Szymborskiej Literackiej Nagrody Nobla. Od tego czasu coraz głośniej w Irlandii było o Polsce, polskiej kulturze i artystach.

Seamus Heaney, wielki przyjaciel Wisławy Szymborskiej i Stanisława Barańczaka, od początku swojej drogi twórczej jest „żarliwym piewcą pierwiastka irlandzkiego”. Ów pierwiastek to melanz celtyckiego mitu, dumi

i męstwa dawnych dni, splecionych z surowością i trudami mieszkania na wyspie targanej walką o wolność umysłów i serc.

## Celtycki ogień poezji Heaney

Poezja Heaney ma silne związki z poetyką i symboliką twórcy „odrodzenia celtyckiego” – innego irlandzkiego noblisty – Wiliama Butlera Yeatsa. Seamus Heaney w swoich wierszach nie unika tematów związanych z bolesną historią swojego kraju, sam pochodzi z północnej części wyspy (tomiki „Północ”, 1975 czy „Wyspa i jej stacje”, 1984), przemijalnością życia i wiecznością ducha narodów („Widzenie rzeczy”, 1991), po afirmację i kult zwykłych, anonimowych mieszkańców Irlandii (zbiór „Lampka głogu”, 1987).

Rok po otrzymaniu Nagrody Nobla wydano jego kolejny tom wierszy „Poziom ducha” – zdaniem krytyków i interpretatorów najlepszy w jego dorobku, z masą odniesień do dziedzictwa romantyków, tak w materii filozofii, jak i tematyki – co nam, Polakom jest szczególnie bliskie. Nie bez znaczenia jest fakt, że przez swoje życie Seamus Heaney był zawsze wielkim propagatorem i znawcą polskiej poezji i literatury w Irlandii. Nie każdy wie, że wspólnie ze Stanisławem Barańczakiem przetłumaczył na język angielski „Treny” i wybór „Pieśni” Jana Kochanowskiego, zaś w roku 1996 był współorganizatorem dublińskiej sesji naukowej poświęconej literaturze polskiego renesansu. To dzięki niemu Irlandczycy poznali m.in. twórczość Szymborskiej, Herberta i Miłosza.

W swoim dorobku Heaney ma kilkadziesiąt tłumaczeń i artykułów poświęconych nadszłańskiej literaturze. W uznaniu zastug za „wkład w XX-wieczną literaturę i popularyzację polskiej poezji” Seamus Heaney otrzymał 12 maja 2005 r. tytuł doktora *honoris causa* Uniwersytetu Jagiellońskiego. W trakcie uroczystości, w mowie doktorskiej, Heaney powiedział wówczas m.in.:

*Polska i Irlandia są do siebie podobne. Obie mają wielkich romantycznych poetów i kompozytorów. Polaków i Irlandczyków cechuje to samo poczucie wolności, zaś Kościół ma silną pozycję w obu krajach.*

ciąg dalszy nadejdzie (zdecydowanie).  
**Życząc zdrowia, wolności i myślenia, mawiam: ku dobru, pięknu i światłu!**  
Wybran, czyli Tomasz Wybranowski

**Tomasz Wybranowski jest poetą, literatem i dziennikarzem, obecnie dyrektorem muzycznym sieci Radia WNET (Białystok, Wrocław, Kraków, Szczecin i Warszawa), szefem Studia 37 Dublin, a także prowadzącym i wydawcą program „Polska Tygodniówka” w dublińskim radiu NEAR 90.3 FM.**



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

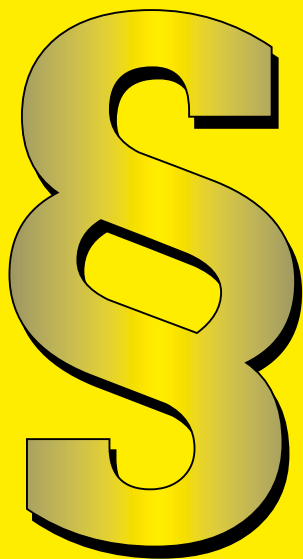
Prawo pracy

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,**  
**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