

CORK ■ DUBLIN ■ LIMERICK ■ GALWAY ■ WATERFORD

Magazyn
BEZPŁATNY!

Kabareton // s. 8

NR49 luty 2014

ISSN2009-3802

mir

magazyn
informacyjno-
rozrywkowy

www.mir.info.pl

**SPONSOR
GŁÓWNY**

J&D FURNITURE



www.prawnik.ie



085 PRAWNIK

085 7729645, 01 4910010

**WYPADKI PRZY PRACY, DROGOWE ORAZ W MIEJSCACH PUBLICZNYCH
PRAWO PRACY NIERUCHOMOŚCI, PRZENIESIENIE WŁASNOŚCI**

Monika El Amki, Sylwia Kolasińska, Monika Szubert, Katarzyna Mastyło, Dagmara Konieczna, Paweł Sobol

MAGUIRE McCLAFFERTY SOLICITOR, 8 Ontario Terrace, Portobello Bridge, Dublin 6

- 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.

RODZINA, ZDROWIE CZY PIENIĄDZE?

▶ **TERAZ NIE MUSISZ WYBIERAĆ
DOBRZE DOBRANY PAKIET
ZABEZPIECZY WSZYSTKIE TRZY!**

right  one
www.polskibroker.ie

**ZADZWOŃ DO TWOJEGO NOWEGO
BROKERA UBEZPIECZENIOWEGO MARCIN SZOT 087 4122161**

Rightone Ltd is regulated by the Central Bank of Ireland. (Ref. no 93262)



**1 Like = szansa
na wygranie**

**Wygraj rozkładaną
sofę PROMOS wartą 449€**

**KAŻDY KTO POLUBI
NAS NA FACEBOOK-U
POMIĘDZY 01/03/14
A 31/03/14 WCHODZI
DO LOSOWANIA.**

LOSOWANIE 01/04/14

J&D FURNITURE

**1 MARCA WIELKIE OTWARCIE
SKLEPU W DUBLINIE!**

**- W NASZEJ KOLEKCJI ZNAJDĄ PAŃSTWO
NAROŻNIKI, ZESTAWY TAPICEROWANE, WERSALKI ORAZ SOFY
Z FUNKCJĄ SPANIA, MEBLE DO SYPIALNI (ŁÓŻKA, SZAFY,
KOMODY, STOLIKI NOCNE, MATERACE)**



Hit Sezonu

Wersalka Megan ~~349€~~ 199€!

Bardzo wygodna, solidna i funkcjonalna wersalka:

- wymiary: 200x95cm, powierzchnia spania 200x125
- pojemnik na pościel
- sprężyny bonelowe

(liczba wersalek w promocyjnej cenie ograniczona)



Sofa rozkładana Nevada ~~799€~~ 599€



**Apollo 275X275
Narożnik rozkładany ~~2249€~~ 1199€**



Materace od 199€



1499€ (szafa 200cm / łóżko king / komoda / 2x stolik nocny)

Dublin
19 Millennium Business
Park, Coppagh Road
Finglas West, Dublin 11
0000000000
(086)4543474
dublin.jdfurniture@gmail.com

Cork
Unit 11 Ballinaurra Business
Park, Whitegate Road
Midleton, Cork
(021)2428567
(086)4543474
jdfurnitureireland@gmail.com

www.jdfurniture.ie



Sofa dla Zamieszkałości

**PRODUKT
POLSKI**

ABY ZASPOKOIĆ POTRZEBY NAWET NAJBARDZIEJ WYMAGAJĄCYCH KLIENTÓW WPROWADZAMY MOŻLIWOŚĆ DOBÓRU KOLORÓW DRAZ MATERIAŁÓW ABY UŁATWIĆ WYBÓR SOFY DOSTOSOWANEJ DO IDYWIDUALNYCH POTRZEB KLIENTA. W KWESTII SZCZEGÓLÓW PROSIMY O KONTAKT TELEFONICZNY LUB ZAPRASZAMY DO NASZEGO SKLEPU.



6



10



12



14



22

W OBIE STRONY

- W subiektywie Czerwińskiego s. 4
- FaceBóg s. 6

POLITYKA

- Irlandzkie Watergate! s. 7

KULTURA

- Kino, czy teatr? s. 8-9

STYL ŻYCIA

- Fenomen Ewy Chodakowskiej s. 10

ZDROWIE

- Problemy ze snem u dzieci i inne koszmary rodziców s. 11

PRZYBORNIK

- Sprawdź, ile nadpłaciłeś podatku przez ostatnie 4 lata s. 12-13

BĘDZIE SIĘ DZIAŁO

- Zapowiedzi koncertów s. 14-15

ROZRYWKA

- Czytelnia s. 16
- Krzyżówka s. 17
- Horoskop s. 17
- Uśmiechnij się s. 17

KĄCIK KULINARNY

- U cioci na imieninach s. 18

SPORT

- Piąty raz Królowej Śniegu s. 20

TURYSTYKA

- Na wyspie Cape Clear s. 22

OD REDAKCJI:**Drodzy Czytelnicy,**

Czy już czujecie powiew wiosny? Czy widzieliście już pierwsze jej znaki? Przecież w starożytnym kalendarzu luty to oficjalnie pierwszy miesiąc wiosny. I chociaż w Polsce jeszcze kują buty, spodziewając się siarczystych mrozów, w Irlandii już pojawiają się pierwsze kwiaty, ptaki śpiewają coraz weselej, a poranki już nie są mroźne, a co najwyżej rześkie.

Niestety nie cały luty był łagodny niczym baranek na wiosnę. Jego pierwsze dni okazały się tragiczne dla tysięcy rodzin, których domy znalazły się pod wodą czy to w Cork, Limerick, Galway czy Waterford. Wyjątkowo wysokie fale przyptywów, obfite, nawet jak na Irlandię, deszcze i silne wiatry wypychające wodę w ujścia rzek połączyły siły i zalaty najpierw nadbrzeżne ulice, a potem tysiące domów w całym kraju. Tradycyjnie największego uszczerbku doznały tereny nadmorskie, gdzie wściekle bijące fale zatopiły niejedną dom, niszcząc niekiedy dorobek całego życia.

Także mieszkańcy terenów nad rzekami nie mogli się czuć bezpiecznie, gdy poziom wody podnosił się niebezpiecznie wysoko, czasami zdecydowanie za wysoko, a w chwilach kulminacyjnych sięgał do połowy drzwi wejściowych. Okazywało się, że senne na co dzień potoki i strumyki mogą w zaledwie kilka godzin zmienić się w rwące rzeki wpływające swobodnie do domów, biur i sklepów.

Niektórzy w takich chwilach rzucali się, by ratować dobytek i swój, i sąsiadów, niektórzy napędze organizowali pomoc czy przytaczali się do służb ratowniczych, niektórzy wreszcie biernie się przyglądali, w najlepszym wypadku filmując czy robiąc zdjęcia wzbierającej wody.

A byli i tacy, którzy stwierdzali, że powódź to najlepsza chwila na odrobinę szaleństwa i albo rzucali się w odmęty, przemierzając je wplaw, albo, jak kajakarze z Cork, urządzali sobie nietypowe wyścigi w kajakach po głównych ulicach zalanych miast.

Byli i tacy, którzy nie zważając na ostrzeżenia, próbowali przechrzyć żywioł, wybierając się na spacer nadbrzeżem zalewanym przez kilkumetrowe fale. Pół biedy, jeśli wybierali się tam samotnie, gorzej, jeśli brali ze sobą małe dzieci, jak pewien tatuś z Bullock, którego kilkuletni syn został niemal porwany przez fale zalewające lokalny port.

W takich chwilach próby jak na dłoni widać najlepsze, ale i najgorsze cechy ludzi wokół nas. To właśnie wtedy na światło dzienne wychodzi nasza prawdziwa natura, u niektórych gotowa do największych poświęceń, u innych – najbardziej wredna i nieczuła.

Mamy nadzieję, że nasi Czytelnicy będą mieć do czynienia jedynie z tymi pierwszymi. Czego i sobie serdecznie życzymy,

Redakcja



Wydawca:
Mir Press Limited
2 nd Floor Office,
4 Washington Street
Cork
Redakcja: e-mail:
magazyn.mir@gmail.com
www.mir.info.pl

Redaktor naczelny:
Dariusz Trela

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.

Sekretarz redakcji:
Marta Luksander
Reklama: e-mail:
magazyn.mir@gmail.com

Zespół redakcyjny:
Ewelina Mucha
Piotr Słotwiński
Krzysztof Wiśniewski
Maciej Weber
Anna Leszczyńska

Monika Szeszko

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

W subiektywie czyli opowieści dziwnej treści

Czerwińskiego

Pierdzące krowy, uciekające kurczaki

” Dzień dobry Państwu albo dobry wieczór. Świat w ostatnich tygodniach wrzał od mocnych wrażeń. Wiele zamętu wprowadziły pierdzące niemieckie krowy, a także szkockie krowy, które postanowiły się odchudzać. Pociągnęło to za sobą 2000 uciekających kurczaków i parę setek tysięcy ludzi jeżdżących metrem bez gaci. Tymczasem szesnastolatek (również niemiecki) obrabował bank, a jeden facet w Chinach zjadł 25 misek makaronu i wciąż mu mało. Żyjemy w bardzo ciekawych czasach.

” W Irlandii, jak to w Irlandii, władza szuka dziury w całym, a także próbuje odwrócić uwagę od wszystkiego, co ją zastrzeżenie na sobie skupia. Niedawno jednakowoż władza wykazała się kreatywnością i zabroniła sprzedaży e-papierosów osobom poniżej 18. roku życia. Zabawka czy nie zabawka, niczego mądrego

nie uczy, bo choć miała w teorii być pomocna w rzucaniu palenia, jeśli ktoś od niej zaczyna, może skończyć na samym paleniu, czyż nie?

” Nawiasem mówiąc, zastanawiam się, kiedy wymyślą elektroniczną gorzałę. Może już teraz profilaktycznie powinno się jej zabronić? Na podobnej zasadzie władza mogłaby też pójść o krok dalej i zakazać sprzedaży zabawkowych pistoletów, choć w zasadzie odnosi się to do władzy na całym świecie, ze szczególnym uwzględnieniem Ameryki. Może pomogłoby to wreszcie zakończyć słynny serial amerykański pod tytułem: „Sfrustrowany nastoletni koniobijca z maszynówką znów wykosił potowę swojej szkoły”.

” Choć bywają też przypadki dużo mniej krwawego i znacznie bardziej perfidnego użycia plastikowych ganów, moi Państwo. Ostatnio bowiem pewien szesnastolatek z Enerefu, trochę bardziej rozgarnięty i mniej sfrustrowany niż jego wyżej wspomniani amerykańscy rówieśnicy, obrabował bank w mieście Bad Fuessing za pomocą zabawkowej pukawki właśnie. Jak podają źródła, zgarnął czterocyfrową sumę, sterroryzowawszy obsługę placówki, po czym ulotnił się w glorii i chwale. Do banku przybył na rowerze i na tymże się z niego oddalił, zmierzając ku granicy z Austrią, wzorując się jednak mimo wszystko na słynnych rabusiach z Ameryki, którzy w takich sytuacjach uciekają do Meksyku. Niestety, po drodze zatrzymała go policja i przyznał się ze skruchą do winy.

” Skoro już mowa o naszych byłych sąsiadach, to nieźle pojechały tamtejsze krowy z farmy w Rasdorf. Nie wiem, jakim cudem, ale 90 sztuk jednocześnie puściło bąka, a metan nagromadzony z tego powodu w niemieckim powietrzu eksplodował. Jedną krowę z poparzeniami zabrano do szpitala.

” Natomiast krowy w Szkocji mają trochę inne dylematy; tamtejsi naukowcy odkryli, że są za grube i muszą się odchudzać. Podobno jadły za dużo siana i kisonki, a za mało protein i minerałów. Specjaliści od wołowiny ze szkockiego *Rural College* opracowują dla nich nową dietę, ale jej szczegółów jak dotąd nie ujawniono. Czekam z niecierpliwością, aż jacyś brytyjscy naukowcy ogłoszą modę na odchudzanie tamtejszych świń. Znając lokalne poczucie humoru, odtłuszczony bekon mógłby tam zrobić furorę.

” A w temacie przejedzenia – pewien Chińczyk nazwiskiem Pan Yizhong, a wypada zaznaczyć, że „Pan” to w jego przypadku nie tylko wizytówka rodzaju męskiego, lecz także jego imię, tak czy siak Pan Yizhong wygrał zawody w jedzeniu makronu na ilość, odbywające się w mieście Liuyang. Pan Yizhong zjadł 25 misek makaronu i obiecał, że to nie jest jego ostatnie słowo. Z doniesień prasowych wynika, że zniósł to nadwyzczaj mężnie; ani się nie zrzygał, ani nie puszczał bąków, nic w Liuyang nie eksplodowało. To nie pierwszy taki wyskok Yizhonga. Wcześniej zasłynął z tego, że zjadł za jednym zamachem 147 chińskich pierożków. I pomyśleć, że w jego ojczyźnie jeszcze 10 lat przed jego narodzinami 45 milionów ludzi umarło z głodu. Za to w XVIII wieku zawody żartoków były tam niezwykle popularne. Podobno rekord z tamtych czasów należy do urzędnika państwowego nazwiskiem Xu Ganuxue, który miał pochłoniąć za jednym powiedzeniem 50 bułek i 100 jajek. Można w zasadzie powiedzieć, że taki Yizhong raczej głodny nie chodzi, tymczasem okazuje się, że guzik prawda. Przed każdym takim konkursem głodzi się przez pełną dobę, żeby lepiej mu się jadło.

” Tymczasem inni Chińczycy, dla odmiany w Hong Kongu, zadziwili świat, wchodząc do metra w samych majtkach. Nowa moda pod nazwą „No Pants Subway Ride” opanowała świat do tego stopnia, że tłumy

bez spodni pojawiły się na stacjach metra aż w 60 miastach, w 25 krajach świata. Nie wiem, jak z Warszawą, ale coś mi mówi, że tam raczej się na to nie skusili; znając miejscowe warunki, ktoś prędzej czy później zacząłby ich pacyfikować w imię jakichś przenajświętszych wartości.

” Golizna udzieliła się też klientom sklepu sieci Desigual w Paryżu, którym w ramach wyprzedaży obiecano darmowe ubrania, pod warunkiem, że wejdą do środka w samej bieliźnie. Setki półnagich Francuzów zaczęło więc przykładnie buszować między wieszakami, okrywając się nie tylko modnym ciuchem, ale też sławą i chwałą, bo chytry plan autopromocyjny sklepu zbłądził rzecz jasna pod medialne strzechy, z MIR-em włącznie.

” Ogłoszenia duszpasterskie: w Londynie jest robota do wzięcia. Szukają ciecia do Pałacu Buckingham, a konkretnie do tamtejszych łaźni. Do obowiązków ciecia ma należeć ich sprzątnięcie, dbałość o ich prezentację i opiekę nad gośćmi. Pensja nie jest za wielka, bo tylko 14 400 funtów rocznie, przez co mam podejrzenia, że skończy się tak jak z każdą robotą za marne pieniądze przy sprzątnięciu i jaśnie państwo zatrudnią Polaka. Będzie na kogo psiożyć w ramach jakiejś kolejnej brytyjskiej debaty w sprawie bezrobocia.

” Tymczasem w Chinach, gdzie skończy nie tylko cała nasza cywilizacja, ale też i niniejszy tekst, 2000 kurczaków uciekło z przewróconej ciężarówki, próbując tym samym raz na zawsze odpowiedzieć na pytanie, dlaczego kurczak przeszedł przez jezdnię. Część nie przeszła, bo przyjechały gliny i 900 kurczaków złapano. Reszta wciąż przebywa na wolności, być może nawet znosząc *free range eggs*. Ofiar w kurczakach nie było.

” Niech mocz będzie z Wami!
” Dobranoc Państwu.

PIOTR CZERWIŃSKI
PIOTRCZERWINSKI.COM



**CEZARY
PAZURA**

**JERZY
KRYSZAK**

**MARIAN
OPANIA**

**KABARET
SMILE**



KONCERTY.IE

1

IRLANDZKI KABARETON

**BILETY
€ 29,5**

15.03 - Dublin

RDS Concert Hall

Ballsbridge, Dublin 4

start 18:30

16.03 - Cork

Silver Springs Moran Hotel

Tivoli, Cork

start 18:30

SPONSOR GŁÓWNY

J&D FURNITURE

BILETY DO NABYCIA NA WWW.KONCERTY.IE
oraz w wybranych sklepach - pełna lista na stronie www.koncerty.ie

Partnerzy medialni



Firmy wspierające



Sponsorzy



Projekt: BMA DESIGN STUDIO - www.bma.net.pl

FaceBóg



PIOTR SŁOTWIŃSKI
www.piotrslotwinski.com

Na początku było słowo, a potem człowiek w nie kliknął – tak rozpoczyna się „Pigułka wolności” Piotra Czerwińskiego, powieść z Facebookiem w roli głównej. Właśnie minęło 10 lat od powstania tego portalu. 4 lutego 2004 roku Mark Zuckerberg uruchomił witrynę, która zmieniła oblicze internetu. Również naszego, polskiego internetu...

Taka osobista dygresja: kiedy dekadę temu wyjeżdżałem do Irlandii, nikt nie słyszał o żadnych „fejsbukach” czy „naszych klasach”. Nowością było blogowanie, któremu się oddałem, a w wyniku czego przeczytałem pod swoim adresem wiele bzdurnych zarzutów o „internetowy ekshibicjonizm”, pomimo że skrupulatnie unikałem (i unikam) tematów rodzinno-towarzyskich, a na moich fotkach nie pokazałem chyba więcej niż łokieć. Kiedy teraz przeglądam fejsbukowe profile moich ówczesnych adwersarzy, to aż łapię się za głowę. Wszystko jak na dłoni: co, gdzie, z kim, a w domyśle nawet – ile razy. Fotki z basenu, sauny, jacuzzi, łazienki, a gdyby nie fejsbukowa cenzura, to pewnie nie zabrakłoby też tych z sypialni. Ot, lata przemijają, ludzie się zmieniają.

Ale zanim nadszedł dla nas Facebook, miała swój czas Nasza Klasa. Założona w 2006 roku zdołała zgromadzić 14 milionów użytkowników, czyli dobre pół dorosłej Polski. Odszukało się trochę znajomych, dawnych kolegów i sympatii. Koledzy (na czele ze mną) wyraźnie przytyli i wytylieli, a na profilach dawnych koleżanek nieraz pomyliłem je z ich córkami. Taki widok zatrzymał się gdzieś pod powiekami, a przecież minęło już z dobrych 20 lat. Niemniej, Nasza Klasa to było coś; udało się na nowo związać zerwane nici znajomości, wymienić mejlami, telefonami, ale na tym się w sumie skończyło. Bo zawsze jest tak, że coś się kończy, coś zaczyna...

Pokolenie dojrzałe dekadę przed moim, mogło sobie przy przeglądaniu Naszej Klasy zanuć „Naszą klasę” Kaczmarskiego, moje pokolenie – bardziej odwoływało się już do „Tu nie będzie rewolucji” Big Cyca:

*Śruba zgoilił irokeza
Jest murarzem przy kościele*

*Zawsze chodzi w ortalionie
Zjada rosół co niedzielę
Tylko czasem, kiedy w barze
Pije piwo z UB-kami
Przypomina sobie hasło
Że Bóg zawsze był z punkami*

No niestety, *panta rhei* – każdy ma swoje życie i rachunki do opłacenia, ideały buntowników są schowane do szuflady, o czym Nasza Klasa mniej lub bardziej brutalnie przypominała. No ale, ten portal to już przeżytek, teraz wszyscy przesiedli się na Facebooka. Masowy exodus rozpoczął się z chwilą spolszczenia portalu w 2008 roku, poprawą funkcjonalności, a przede wszystkim – gdy coraz więcej z nas ma znajomych spoza Polski.

Facebook – to jest dopiero portal, który zamieszkał w niejednym życiu. Ileż pięknych przyjaźni się przez to skończyło, ile dowodów małżeńskiej zdrady, ba – podobno zdarzyło się, że za „usunięcie ze znajomych” temu i owemu zdarzyło się „usunąć” kogoś w „realu”. Gdzie w takim razie kończy się życie wirtualne, a zaczyna to prawdziwe? Inna rzecz, że dla wielu osób fejsbukowe życie jest tak naprawdę jedynym, jakie mają. A gdy się nie ma własnego życia, to zajmuje się życiem innych. Stąd Facebook stał się również nowoczesnym narzędziem do plotkowania. Jednakże jest to o tyle ryzykowna zabawa, że o ile w przypadku plotek gdzieś pod polskim sklepem zawsze można się ich wyprzeć i twierdzić, że interlokutor czegoś nie zrozumiał, nie dosłyszał i w ogóle przekreślił, o tyle przy obrabianiu komuś czterech liter „na fejsie”, nawet we własnym gronie, zawsze znajdzie się jakaś uczciwa dusza, która zrobi print screena i wyśle, gdzie trzeba. I jak wtedy żyć, panie premierze, jak udawać, że wszystko gra i jak spojrzeć w oczy tym, których się dopiero co obmawiało?

Ponad miliard użytkowników Facebooka musi robić wrażenie. Użytkowników, którzy, jak wspominałem na wstępie, granice prywatności mają bardzo mocno przesunięte. Jakież to wspaniałe narzędzie nie tylko dla służb wywiadowczych całego świata, które z pewnością monitorują te i owe zamknięte i ukryte grupy dyskusyjne, ale przede wszystkim dla marketerów. Bo Facebook to ogromny rynek zbytu, gdzie można precyzyjnie skierować swoją reklamę. Chcemy coś sprzedać grupie kobiet w wieku od 20 do 35 lat zamieszkanych w Dublinie? Proszę bardzo. A może bardziej facetom po czterdziestce z okolic Cork? Nie ma problemu.

Facebook naprawdę zmienił wiele. Coraz więcej osób swoją wiedzę o świecie czerpie z tego, co umieszczają i „zabajkują” ich znajomi. Towarzysz Marks twierdził, że „był określa świadomość”, obawiam się, że teraz świadomość jest określana przez Facebooka. Inaczej rzecz ujmując – głupejemy z roku na rok, coraz bardziej beźmyślnie wklejając obrazki i lajkując (czy też, jak pisze w „Pigułce...” Piotr Czerwiński, „dając kciuki”), co popadnie. Oczywiście, sam portal to tylko narzędzie, równie beźmyślnie jak młot czy sierp – można go używać w pożytecznym celu, a można też uczynić sobie



z niego niemal bożka wciągniętego na sztandary, któremu będziemy bezkrytycznie wierzyć. Niestety, ludzka natura jest taka, że dąży do maksymalnej wygody, w tym celu wymyśliliśmy koto, proch czy komputery. Niestety, ma to też przełożenie na coraz większą niechęć do wysiłku intelektualnego. Prawie nikt już niczego nie czyta, nawet tego, co jest pod linkiem, który lajkuje. Teraz wszyscy oglądają obrazki, ewentualnie z objaśniającym go zdaniem pojedynczym, broń Panie Boże – złożonym!

Z drugiej strony, nic nie jest dane raz na zawsze, o czym boleśnie przekonała się swego czasu Nasza Klasa. Młodsze pokolenie podobno

coraz szerszym łukiem omija Facebooka, nie chcąc mieć konta na tym samym portalu, co ich rodzice. Gdzie spędza więc czas dzisiejsza młodzież, gdy ich „rodzic A” lub „rodzic B” (tak, tak – trzeba być poprawnym politycznie...) siedzi w tym czasie na fejsie? Gdzie z pewnością nie znajdują ich rodzice? Chyba tylko w bibliotece. Kto wie, może gdy wirtualna historia zatoczy koło, czytanie książek znowu stanie się modne? Na razie jest to tak elitarnie hobby, że chyba nie ma lepszego sposobu na fejsbukowy lans, jak wrzucenie tam własnej recenzji dopiero co przeczytanej książki. Bo w końcu – na początku było Słowo...

www.stop-naukajazdy.com
Email: jakbed@gmail.com

STOP

kupon na 1 godzinę jazdy*

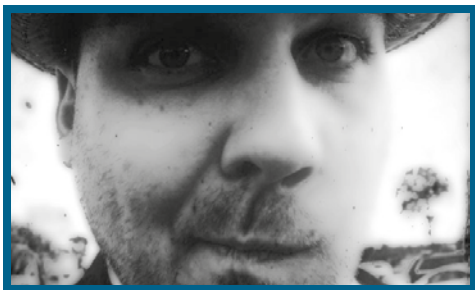
Polska Szkoła Nauki Jazdy
School of Driving

Tel. **086 40 869 54**

ad|RSA
Approved Driving Instructor

* szczegóły na stronie www.stop-naukajazdy.com

Irlandzkie Watergate



KRZYSIEK WIŚNIEWSKI
chris.waterford@gmail.com

Już za rok o tej porze prawdopodobnie będziemy płacić za wodę, której używamy w naszych domach. W styczniu 2015 roku do naszych skrzynek pocztowych trafią pierwsze rachunki za wodę, które opłacimy pewnie w lutym. No właśnie... czy opłacimy?

Może dotychczas do rosnącego w siłę ruchu sprzeciwiającego się wprowadzeniu opłat za wodę w formie, w jakiej planuje to rząd. A w zasadzie nawet nie rząd, tylko firma Irish Water powołana do tego, by owe opłaty pobierać, jednocześnie zajmując się infrastrukturą wodociągową w Irlandii. Czy jest szansa, że sprzeciw społeczny będzie na tyle silny, że wprowadzenie opłat zostanie opóźnione czy wręcz odwołane? Czy może nawet jeśli sprzeciw będzie silny, ani rząd ani tym bardziej szefostwo Irish Water nie przejmą się nim i plan zostanie wprowadzony w życie? I wreszcie, o co tak naprawdę w tym wszystkim chodzi? Po co te opłaty za wodę? I dlaczego tak silny jest przeciw nim opór?

Milliony na konsultacje

W polityce można przyjąć zasadę, funkcjonującą oczywiście również poza tym światem, że sukces ma wielu ojców, a porażka jest zawsze sierotą. Najpierw rząd ustami swoich ministrów i ich rzeczników ogłosił, jak bardzo nowoczesnym państwem będzie Irlandia po wprowadzeniu opłat za wodę, jak szybko dołączy do grona państw dbających o swoje zasoby wodne, i jak niezwykle wydajna stanie się cała sieć wodociągowa.

Przez kilka miesięcy wydawało się, że nатоżenie opłat będzie przystawioną magiczną różdżką, za sprawą której krajowa sieć wodociągowa ulegnie natychmiastowej naprawie, a ludzie zmienią swoje wieloletnie nawyki. Przez kilka miesięcy politycy koalicji rządzącej próbowali przekonywać wszystkich, że płacenie za wodę to absolutna konieczność w krajach cywilizowanych i że nic tak bardzo nie przyczyni się do poprawy sytuacji w kraju, jak te kilkaset euro rocznie od każdej rodziny korzystającej z wody.

Niestety szybko okazało się, że Irish Water – owo planowane lekarstwo na wszystkie bóle, to kolejna polityczna wydmuszka, która służyć ma nie całemu społeczeństwu, ale jedynie warstwie uprzywilejowanej, która obrośnie w dodatkowe piórka dzięki hojnym pensjom czy atrakcyjnym zleceniom. Analiza wydatków firmy, dodajmy, że firmy, która nie zarobiła jeszcze ani centa, wykazała, że same konsultacje przeprowadzone przez bliżej niesprecyzowanych ekspertów pochłonęły 50 milionów euro. Kolejne dwa miliardy zostaną wydane na pracowników przejętych od likwidowanych samorządów – pracowników, którzy tak naprawdę firmie wcale nie są potrzebni.

Kiedy dziennikarze zaczęli zadawać niewygodne pytania, Irish Water i politycy koalicji najpierw nabrali wody w usta, by następnie obarczyć winą za taką sytuację tzw. Trojkę, czyli międzynarodowe instytucje finansowe, które udzielając Irlandii pożyczki na ratowanie budżetu, zasugerowały załatwienie przyszłych dziur budżetowych właśnie opłatami za wodę. Szybko okazało się jednak, że sugestia Trojki była właśnie jedynie sugestią, której rząd mógł posłuchać lub nie. Oczywiście sięgnięcie do kieszeni podatników jest łatwiejsze niż racjonalizacja wydatków, więc rząd chętnie skorzystał z tego pomysłu łatania dziury budżetowej.

Niestety politycy zamiast łątać dziurę w budżecie państwa, pomyśleli o ratowaniu budżetów własnych i swoich licznych przyjaciół rozsiadanych we władzach lokalnych. Kilku z nich już odebrało swój haracz w postaci wynagrodzeń za różnego rodzaju konsultacje, kilkudziesięciu innych pobiera regularne i wysokie pensje, a kilkuset innych dołączy do Irish Water, kiedy skończą pracę dla likwidowanych samorządów. Jak to się mówi, w przyrodzie nic nie ginie. Wyraźnie widać, że w świecie polityki wiernym i lojalnym poplecznikom też zginąć się nie da.

Pan zaptaci, pani zaptaci...

Wygląda na to, że Irish Water ma szansę stać się niechcianym dzieckiem koalicji Fine Gael-Labour, i to dzieckiem o tyle kłopotliwym, że może przesądzić o wynikach nadchodzących wyborów samorządowych, pogrążając kandydatów rządzących partii. Podobnie stało się pięć lat temu, kiedy szalejący kryzys spowodował spektakularną przegraną rządzącej ówczesnie Fianna Fail.

Planując utworzenie instytucji zajmującej się zarówno poborem opłat za wodę, jak i infrastrukturą wodociągową, rząd zignorował praktycznie wszystkie raporty i sugestie specjalistów powołanych, by ustalić najlepszy i najtańszy scenariusz. Pierwotnie planowano włączenie Irish Water w struktury Bord Gais – państwowego molocha zajmującego się dystrybucją gazu ziemnego. Plany te były dość zaawansowane

mimo przykładów z Anglii i Walii, gdzie podobny scenariusz zaowocował milionowymi stratami i ostatecznym rozdzieleniem spółek, co pociągnęło kolejne milionowe wydatki.

Kiedy w końcu koalicja, bez konsultacji parlamentarnych czy nawet bez porządnej debaty na ten temat, zmieniła zdanie i zdecydowała się na utworzenie osobnej spółki, okazało się, że miało to na celu jedynie stworzenie nowych, atrakcyjnych miejsc pracy dla przyjaciół i współpracowników. Kuriozalna umowa z władzami samorządowymi zobowiązała Irish Water do zatrudnienia wszystkich wyższych rangą pracowników likwidowanych władz lokalnych, nawet jeśli ich umiejętności, wiedza czy doświadczenie będą w nowej spółce całkowicie zbędne.

Koalicja tak naprawdę upiekła dwie pieczenie na jednym ogniu, lub – jak to mawiają w krajach anglosaskich – zabiła dwa ptaki jednym kamieniem. Zapobiegła buntowi pracowników władz lokalnych, którzy mogli stać się platformą wyborczą dla ich politycznych przeciwników, oraz stworzyła sobie bezpieczną przystań, do której mogą zawinąć w razie politycznych zawirowań i utraty lukratywnych stanowisk rządowych.

Ofcwiście najmniej istotnym elementem tej układanki okazały się finanse, zgodnie zresztą z zasadą, że bogatemu wszystko wolno, szczególnie gdy jego bogactwo pochodzi z publicznej kasy. Tej samej, do której dokładamy się, płacąc podatki, akcyzę czy inne haracze, które państwo nakłada na obywateli. Teraz do tej listy dołączą opłaty za wodę. Ile dokładnie wyniosą, dowiemy się w trzecim kwartale tego roku, kiedy po szeroko zakrojonych konsultacjach Irish Water w końcu zdecyduje, jakim sposobem będzie rozliczane zużycie wody, jak wysokie będą kwoty wolne od opłat, jaki system wybrać do księgowania rozliczeń. I w końcu, ile ze swoich przychodów firma przeznaczy na infrastrukturę wodociągową, ale ile prze-

W polityce można przyjąć zasadę, funkcjonującą oczywiście również poza tym światem, że sukces ma wielu ojców, a porażka jest zawsze sierotą

transferuje do kieszeni kierownictwa, którego głównym zadaniem będzie grzanie wygodnych foteli w równie wygodnych gabinetach gustownie urządzonej w przestronnych biurach Irish Water.

I podejrzewam, że pytanie czy systemu rozliczeń i innych elementów finansowych nie można oprzeć na sprawdzonych rozwiązaniach z Bord Gais pozostanie bez odpowiedzi. Podobnie jak bez odpowiedzi pozostanie propozycja, by odchodzących z władz lokalnych pracowników wykorzystać do czegoś, na czym się znają, czyli do prac na rzecz swoich lokalnych społeczności.

I tylko w ostupieniu może wprowadzić bezczelność Ministra Finansów Michaela Noonana, który niedawno w Brukseli stwierdził, że nie rozumie zarzutów o nieprawidłowości w sposobie doboru kadr do Irish Water czy o milionowe wydatki firmy na konsultantów. Jego zdaniem, w ciągu najbliższych siedmiu lat firma zaoszczędzi około dwóch miliardów euro dzięki... zwolnieniu pracowników, którzy obecnie instalują wodomierze. A dodatkowe oszczędności będą poczynione, kiedy Irish Water wynajmie firmy zewnętrzne do serwisowania owych wodomierzy. I tylko nie wspomniat o tym, który z jego znajomych już szkolił serwisantów wodomierzy, by za kilkanaście miesięcy triumfalnie podpisać kontrakt z Irish Water.

GOOD TYRE

OPONY UŻYWANE I NOWE, OD 20 € SZTUKA, MONTAŻ GRATIS!
PONAD TYSIĄC OPON W SPRZEDAŻY,
OPONY DO SAMOCHODÓW OSOBOWYCH, VAN, I JEEP.

ATKINS YARD, BAILICK RD MIDLETON, CO. CORK
0834244112-PRZEMEK
PRZEMYSŁAW.PERSINSKI@WP.PL

DLA WARSZTATÓW CENY HURTOWE

0834244112

W kinie, czy w teatrze?

Wywiad z Marianem Opanią

Grzegorz Adamczewski: Wystąpił Pan w niezliczonej ilości filmów i spektakli teatralnych. Gdzie się Pan czuje lepiej aktorsko – w kinie, czy w teatrze?

Marian Opania: Jest mi kompletnie obojętne, czy jest to film, czy rola w Teatrze Telewizji, czy rola na estradzie, czy dubbing – nie gardzę ciekawymi epizodami. Grywam w ambitnych serialach, czasem bryluję na estradzie i w rzeczach komediowych, i w rzeczach lirycznych, czy dramatycznych. Musi być dobry materiał, taki bardzo różnorodny, nie tylko śmieję publiczność, ale też potrafię wzruszyć... czy nawet przestraszyć.

G.A.: Na swojej stronie internetowej napisał Pan: „Mam duszę Hamleta, ale publiczność skierowała mnie na inne tory. Widzowie lubią mnie w rolach charakterystycznych – komediowych. Ja jednak nie mam wizerunku komika, tak jak na przykład Janek Kobuszewski czy Wiesio Gołas”. Czy to znaczy, że w rolach komediowych nie czuje się Pan najlepiej? Lubi Pan grywać w komediach?

M.O.: Proszę Pana, zawsze przynajmniej na początku czułem się jako aktor dramatyczny. Nęciły mnie role silnych charakterów, marzyłem o Ryszardzie III, Makbecie, Królu Learze, a przyszło mi grywać role pokreconych charakterów, na przykład w „Człowieku z żelaza”. Ja nie mam takich cech jak wspomniany przez Pana Janek Kobuszewski czy Wiesio Gołas. Oni wystarczy, że pokażą się na scenie i widzowie eksplodują śmiechem. Ja muszę popracować, żeby uzyskać efekt komediowy. Sam z siebie nie jestem zabawną postacią. Mam nadzieję, że się tego nauczyłem.

G.A.: No tak, ale w duecie z Wiktorem Zborowskim rozmieszcza Panowie widownie do teź...

M.O.: To wynika z różnicy wzrostu. Witek jest po prostu flegmatyczny, anemiczny, spokojny i bardzo wysoki. Ja jestem kurdupeł, korpulentny, bardzo nerwowy i szybki, w związku z czym taka zbitka tych dwóch charakterów powoduje uśmiech.

G.A.: Po niezliczonej ilości ról, czy jest taki reżyser, u którego chciałby Pan zagrać?

M.O.: Myślę że... marzę, by zagrać w filmie Wojtka Smarzewskiego, to wspaniały reżyser.

G.A.: Podczas benefisu w Programie III Polskiego Radia spotkał się Pan z Juliuszem Machulskim, u którego zagrał Pan główną rolę w sztuce, zresztą jego pióra. Autor wyraził wówczas Panu wdzięczność za uratowanie przedstawienia. Czy mógłby Pan powiedzieć coś więcej...?

M.O.: To jest tylko jego zdanie... Może dobrze zagrałem, no...

G.A.: Jak wspomina Pan czasy pracy w Łódzkiej Szkole Filmowej? Wychował Pan rzeszę wspaniałych aktorów: Wojciecha Malajkata, Cezarego Pazurę i innych. Czy wasze drogi krzyżują się jeszcze niekiedy? Nie tęskni Pan do dydaktyki, pracy ze studentami?

M.O.: Pracę tę zaproponował mi nieodwołany Jan Machulski, który był wówczas dziekanem wydziału aktorskiego łódzkiej „Filmówki”. Zgodziłem się wyklądać na pierwszym roku tak zwaną prozę, ale, jakby to powiedzieć, czułem jakiś sprzeciw tamtej-



szego środowiska, że mam za wysokie wymagania w stosunku do studentów. Tymczasem ja uważam, że należy od początku nie bawić się w jakieś etiudy jednozdaniowe czy zdania, powiedzmy szcztkowe, jeżeli ja widzę w człowieku zadatki na wspaniałego aktora. Żeby być wiarygodnym, Romeo musi mieć lat 16, Julia 15, 14, no, ale niech ma te 21 Romeo, a Julia 18, i to jest to, więc trzeba tych młodych ludzi przygotowywać do poważnych zadań. Ci najlepsi sprawdzali mi się w tym... Kiedy przyszedł Wojciech Malajkat i powiedział mi prozę Dostojewskiego, spowiedź skazańca, ja mu dałem właściwie tylko jedną

uwagę: jak idą po niego do celi, by poprowadzić go na szafot, żeby zrobił tylko takie „aa...” i zrobił to idealnie! Ja w zasadzie nie miałem żadnej pracy z nim. Mówię: „Masz już piątkę!”.

G.A.: Ale przecież rzadko stawiał mu Pan piątki...

M.O.: Dopiero na wspomnianym benefisie powiedział mi: „Maniuś, ja zawsze miałem kłopoty z pamięcią. Ja naprawdę się uczyłem, tylko się myliłem, niektórzy mają bardzo dobrą pamięć, a ja miałem słabą. Ty myślałeś, że ja się nie uczę, że się opierniczam, a ja się uczyłem, tylko nie

mogłem zapamiętać i stawiałeś mi czwórkę, zamiast piątki...”. Ja mu wówczas mówię: „Byłem przekonany, że Ty się opierniczasz. Jesteś szalenie utalentowany, ale się opierniczasz. Tymczasem gdy dawałem mu jakąś prozę, on to robił wspaniale. Z innymi było różnie. Jeśli pojawia się taki człowiek „drewno”, trzeba było dopasować do niego jakąś rolę i dajmy na to, jeśli jest spowiedź kłosa, który ma pretensje do Boga, że ten niejako zmusił go do zabijania, ten człowiek „drewno” tak pasował do tego, że gdy chciałem mu postawić trójkę, szanowna komisja: „Zaraz, ależ panie profesorze, dlaczego trójkę, co najmniej cztery...”, a ja mówię: „Bardzo proszę!”. Wie Pan, czasami to była walka na ugorze... Czasami nie wytrzymałem i mówię: „Co wy przyjmujecie, na miły Bóg? Przecież na początku można stwierdzić, że z tego materiału nic nie będzie”. Oni na to: „Ale może się rozwinie”. Ja: „No może się rozwinie”, ale potem ich wyrzucają i tamią te wrażliwe dusze...

Praca ta była wykańczająca, ponieważ miałem jeździć maluchem na poniedziałkowe zajęcia – a miałem zajęty cały poniedziałek, 10 godzin wykładu – później wracałem do Warszawy, niezmiernie zmęczony, czasem zaspiając za kierownicą i śpiąc w rowach. Kiedyś jeszcze można było spać w rowach, dzisiaj już nie, bo można by się więcej nie obudzić...

Poza tym czułem jakiś konflikt ze środowiskiem łódzkim, więc gdy Janek przestał być dziekanem, ja podziękowałem za dalszą współpracę...

G.A.: Odmawiając zagrania Lecha Kaczyńskiego w filmie Krauzego, powiedział Pan: „Nie mogę jako osoba myśląca godzić się na udział w czymś takim. Mój stosunek nie całkiem pozytywny do Lecha Kaczyńskiego bierze się z tego, że był tak zależny od Jarostawa”. Czy ta decyzja była dla Pana trudna ze względu na przyjaźń z reżyserem, czy raczej nie miał Pan wątpliwości?

M.O.: Szalenie trudna, dlatego że Antek Krauzę jest moim przyjacielem, nakręciłem z nim jeden ze swoich najlepszych filmów – „Palec Boży” nagradzany w Polsce i za granicą, więc kiedy zaproponował mi ponad dwa lata temu, mówiąc: „Maryś, mam dla Ciebie propozycję nie do odrzucenia”, ja mówię: „Jaką?” – „Zagrasz u mnie obydwu Kaczyńskich”, ja mówię: „Pocatuj mnie w...”. „Ale dlaczego nie?”, ja mówię: „Przecież znasz moje zapatrywania na działalność, szczególnie Jarostawa”, on z kolei: „Ale przecież Pszoniak zagrał Gomułkę...”, ja mówię: „Z największą rozkoszą bym zagrał Gomułkę, tym bardziej, że umiem go naśladować. Trzeba mi było zaproponować Gomułkę, przykleiłbym sobie tysinkę i bym zagrał... Ale w tym przypadku, dziękuję Ci bardzo, ale nie!”. On do mnie wówczas: „Będę Cię tak mękolit, aż się zgodzisz...”. Ja mówię: „Stuchaj, mógłbym zagrać Lecha Kaczyńskiego, sympatycznego, bo to był mój prezydent, miałem do niego szacunek i darzyłem go sympatią, ale za jego bratem nie przepadam. Uważam, że jest to cynik, wykorzystujący rodziną i narodową tragedię do osiągnięcia doraźnych celów politycznych, w których nie chce brać udziału”. Chodzi między innymi o sprawę domniemanego zamachu... Czy to były dwie bomby, czy to byli terroryści, no niech się w końcu umówią, co to było... Gdy tymczasem to był zwyczajny

bałagan. Bałagan u Ruskich i u nas! Gdy po tym wszystkim zadzwonił do mnie rano facet z Onetu – ja nie wiem, co to jest Onet, nie bawię się w jakieś Facebooki, Internet jest mi obcy, ja po prostu jestem z innej generacji, poza tym nie lubię, jak ktoś do mnie dzwoni rano, na koniec powiedziałem: „Dajcie wy mi w końcu święty spokój! Nie zagram, nie będę brał udziału w jakiś zamachach itp. Nie udzielam wywiadów i nie mam nic więcej do powiedzenia w tej sprawie”. No ale to ruszyło w Polskę. Cała prasa się na mnie rzuciła – a to Monika Olejnik, a to Pochanke, a to „Gazeta Wyborcza”, jakaś Rossija, wszyscy chcą wywiadu. Ja odpowiadałem: „Nie będę tego komentował...”.

Sprawa przestał być „zabawna”, gdy sąsiad powiedział mi, że jacyś tysi chcą urządzać demonstrację pod moim domem, a ja przecież nie mam ochrony, jak generał Jaruzelski – niech mi wrzucą koktajl Mototowa przez okno i... pozamiatane. Wtedy zrobiło mi się dosłownie zimno... Do tego stopnia czułem się nieswojo, że samochód parkowałem dwie ulice dalej.

W tym, co robi Jarostaw Kaczyński nie podoba mi się, że dzieli Polaków na bogatych i biednych, na prawicowych i lewicowych... Ja mam poglądy właśnie prawicowe, konserwatywne, ale nie znoszę takich zachowań.

G.A.: Jan Englert powiedział, że jest Pan wspnianym ojcem. Syn poszedł w Pańskie ślady, czy chciałby Pan, by wnuk również wykonywał ten zawód?

M.O.: Nie, nie chciałbym. Człowiek, wie Pan, jest tak skonstruowany, że sam musi się przekonać na własnej skórze. Zawsze myśli, że w jego przypadku będzie inaczej, tymczasem nie, nie

będzie. To bardzo trudny zawód. Gdy czasem rozmawiam z synem na ten temat, pytam go: „Czy chciałbyś, by dzieci poszły w nasze ślady?”. Zawsze odpowiada: „Nie!”. To zawód bardzo stresotwórczy, że nie obsadzają, że brak odpowiednich ról, że przychodzi starość, zwłaszcza u kobiet... Jak Pan myśli, dlaczego Hoffman popełnił samobójstwo? Nie wytrzymał tego ustawicznego napięcia, stąd narkotyki, alkohol...

G.A.: Wszystkich niedawno zmartwiła wiadomość o Pańskiej chorobie. Czy stan Pańskiego serca jest już zadowalający?

M.O.: No niestety nie. Pani doktor oświadczyła mi, że czekają mnie kolejne badania i zabiegi, gdzie będą mi tam czyścić jakieś arterie...

G.A.: Zmieniając temat, czy był Pan kiedyś w Irlandii?

M.O.: Nie, nigdy nie byłem i jestem strasznie ciekaw tego wszystkiego. Ja bardzo lubię ludy celtyckie. Lubię Irlandczyków, Szkotów, Walijszczyków... Ja co prawda jestem niemieckojęzyczny, ponieważ matka zawsze mi mówiła: „Ucz się dziecko języka swoich wrogów” i tak nauczyłem się rosyjskiego i niemieckiego, natomiast angielski miałem tylko na studiach, tak że zaledwie liźnąłem tego języka. Choć muszę przyznać, że mój ówczesny profesor zawsze mi mówił, że mam irlandzki akcent i irlandzki wygląd, bo jestem lekko rudawy i piegowaty...

Korzystając z okazji chciałbym pozdrawić wszystkich Polaków mieszkających w Irlandii i powiedzieć: „Do zobaczenia wkrótce!”.

G.A.: Dziękuję bardzo za rozmowę i życzę Panu wszystkiego dobrego i przede wszystkim zdrowia!

M.O.: Dziękuję również. 





SERWIS KLIMATYZACJI

EkoTech Services
Refrigeration & Air Conditioning

DOŚWIADCZENIE W BRANŻY KLIMATYZACYJNO / CHŁODNICZEJ PONAD 18 LAT

FIRMA POSIADA F-GAS REGISTRATION CERTIFICATE
UPRAWNIAJĄCY DO WYKONYWANIA ZAWODU W IRLANDII

SERWIS KLIMATYZACJI I CHŁODNICTWA. PROJEKTOWANIE, INSTALACJA, SERWIS, NAPRAWY INSTALACJI KLIMATYZACJI I URZĄDZEŃ CHŁODNICZYCH DO SKLEPÓW SPOŻYWCZYCH, BIUR, GASTRONOMI, SOLARIUM ORAZ BEAUTY SALONÓW. JEŻELI MASZ PROBLEM Z OGRZEWANIEM / CHŁODZENIEM / WENTYLACJĄ POMIESZCZEŃ LUB PROBLEM Z NIEPRAWIDŁOWYM DZIAŁANIEM LADY CHŁODNICZEJ / LODÓWKI, ZAMRAŻARKI TO SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI TEL. 087 778 9392. ZAJMUJEMY SIĘ RÓWNIEŻ USUWANIEM PRZYKRYCH ZAPACHÓW Z POMIESZCZEŃ METODĄ OZONOWĄ.

www.ekotechservices.ie
e-mail: ekotechservices@gmail.com
tel. 087 778 93 92



Fenomen Ewy Chodakowskiej



ANNA LESZCZYŃSKA

Kim jest ta dziewczyna, która pojawiła się nagle i sprawiła, że tysiące Polek ją uwielbiają? Na Facebooku ma ponad 750 tysięcy wiernych fanek, z którymi ciągle jest w kontakcie. Nic dziwnego, że Ewa Chodakowska – nazywana „trenerką wszystkich Polek” wzbudza takie poruszenie: kobiety doceniają jej ciepło i urok osobisty, charyzmę, ale przede wszystkim umiejętność zmotywowania do pracy nad sobą. I to właśnie działa!

Długo nie rozumiałam, o co tyle hałasu. Wiedziałam, że kobiety szaleją na jej punkcie, że dzięki niej zmieniają swoje życie. Aż pewnego ranka przyszła do „Pytania na śniadanie” i sprawiła, że bez wahania zrzuciłam szpilki i w sukience zaczęłam robić z nią pompki! (...) Na Facebooku istne szaleństwo – dowiaduję się, że tygodniowo Ewę odwiedza nawet 1,5 miliona osób, jej płyty DVD rozchodzą się jak ciepłe bułeczki i najważniejsze: wszystkie kobiety mówią zgodnie – TO DZIAŁA – pisze znana dziennikarka Marzena Rogalska we wstępie do pierwszej książki „trenerki wszystkich Polek”. Poradnik „Zmień swoje życie z Ewą Chodakowską”, który autorka napisała razem ze swoim partnerem – Grekiem Leferisem Kavouksem, jest bestsellerem.

Jak to się dzieje, że ta skromna, ciepła dziewczyna potrafi zmotywować do pracy na sobą dziesiątki tysięcy kobiet? Oto, co powiedziała o niej Marzena Rogalska: Ewa ujmuje mnie tym, że pamięta imię każdej kobiety na treningu. Pomaga, dając nam indywidualne wskazówki i motywuje całą grupę. Do każdego zakątka sali dociera jej wesoly głos: „Rób to ćwiczenie w swoim tempie, ale nie przestawaj! Dasz radę!”, „To ty jesteś odpowiedzialna za swoje szczęście” – czytamy w jej uśmiechu – „Ja Ci tylko podam rękę i pomogę je dosięgnąć, bo ja już wiem, jak to się robi.

Ewa uważa, że ten, kto znajduje swój cel w życiu – odnajduje bezwarunkowe szczęście. Ona sama długo szukała pomysłu na siebie i chociaż aktywność fizyczna była od zawsze nieodłącznym elementem jej życia, dopiero trzy lata temu podjęła ostateczną decyzję oddania się w zupeł-



ności temu, co pasjonuje ją najbardziej. W Grecji mówili na nią „Trener killer” i choć nie było to zupełnie przypadkowe, każdy, kto z nią trenował, doskonale wie, jaką jest serdeczną osobą. W pracy jednak potrafi dać w kość. Nie ma litości nawet dla tych początkujących. Oni sami zresztą nie mają jej tego za złe i szybko nawiązują z nią trwałe relacje. Potrafi znaleźć czas dla każdego, kto zwraca się do niej z prośbą o pomoc. Czerpie z tego energii, która wręcz z niej emanuje i zaraża innych. Potrafi w prosty sposób zjednywać sobie ludzi, jest ciepła, miła i bardzo bezpośrednia. Chyba trudno byłoby jej nie lubić, a jako ekspertowi – nie zaufać. To istotne, bo u trenera zdolności nawiązywania relacji są przecież równie ważne, jak sama wiedza i doświadczenie zawodowe. Ewa Chodakowska wróciła do Polski z misją i konkretnymi planami na zmiany:

Bardzo chciałabym, by osoby, które zaczynają swoją przygodę z aktywnością fizyczną nie wyznaczały sobie czasu. Nie chodzi o to, by ćwiczyć tylko dla efektów. Często słyszę: „daję sobie miesiąc”. To błąd. Powinniśmy nauczyć się aktywności jako przyjemności. Cieszyć się nią, nie kiedy pojawiają się efekty, ale od samego początku. Dlaczego dbamy tylko o to, co jest powierzchowne? Nasze wnętrza odzwierciedla to, co jest na zewnątrz. Na zewnątrz widać to, co jest w środku. Rozumiesz? Mówię tu i o ciele, samopoczuciu i psychice. Dobrze jest zadbać o siebie od środka, po to, by lepiej wyglądać – nie na odwrót. Oczywiście, kiedy pojawiają się efekty, bo trzeba też o tym powiedzieć, niebotycznie rośnie nasza samoocena i samoakceptacja, zmienia się nasze podejście do każdej dziedziny życia. W momencie kiedy zaczynamy lubić i akceptować siebie – cały nasz dzień wygląda inaczej. Negatywne uczucia, emocje, wrażenia znikają. Zmienia się nasz kontakt z innymi ludźmi, jesteśmy o wiele bardziej produktywni w pracy i czujemy się dobrze sami ze sobą. Nie koncentrujemy się tak bardzo na swoich problemach, a zamiast tego myślimy, co możemy fajnego zmienić w swoim życiu. Problemy stają się mniejsze i nie są już na pierwszym planie. Wiele związków przechodzi wówczas renesans. Bo kiedy czujemy się lepiej ze sobą, przekazujemy tę energię również partnerowi. Karmimy się innymi emocjami, dlatego relacja jest zupełnie inna. Czasem mamy w sobie siłę, tylko nie wiemy, jak ją wykrzesać. Potrzebny jest wówczas porządny kopniak energetyczny oznaczający mnóstwo nadziei na lepsze jutro i nowe cele. Kiedy ktoś czuje się dobrze sam ze sobą – zaczyna zmieniać swoje życie i walczyć o swoje szczęście.

Osobiście uważam, że aktywność fizyczna jest w stanie zrewolucjonizować całe nasze życie na każdej płaszczyźnie, w każdej dziedzinie. Nie ma lepszego środka. Kiedy masz depresję i źle się czujesz, zwalasz to na niepowodzenia w pracy, mówisz, że mąż cię nie docenia, czasem winą obarczasz nawet sezonowe przesilenia. Zawsze znajdzie się powód. Idziemy do lekarza – psychologa lub psychiatry i mamy dwa rozwiązania: albo terapia farmakologiczna albo aktywność fizyczna. Ja mu trochę odbieram pracę i stawiam na trening. Dlaczego? Bo chorzy na depresję są przygnębieni, spowolnieni, wytępczeni i bierni. A kiedy są na lekach, nie do końca wiedzą, co się dzieje za oknem. To taka przenośnia, ale wiele w niej prawdy. Proces odstawiania leków jest długi, ale osiągałam już sukcesy. Kiedy tylko chora osoba zaczyna aktywnie żyć, nabiera innego wyrazu. Nie poległam jeszcze nigdy. Ci, którzy do mnie trafiają, wychodzą z uśmiechem i to jest najpiękniejsza nagroda za to, co robię.

Więcej na temat Ewy Chodakowskiej i jej programów treningowych znajdziecie na stronie: www.ewachodakowska.pl lub na fan page'u: <http://www.facebook.com/chodakowskaewa>.

buy it sell it.ie
LIQUIDATION SALES

LEHENAMORE BUSINESS ESTATE, UNIT 8 TOGHER, CORK



€390
Hot deli

Urządzenia gastronomiczne

- Kuchnie gazowe
- Rożna do kurczaka
- Hot deli

od **€25**

Baterie umywalkowe



od **€30**

Umywalki



od **€30**

Komputery PC

Monitory od **€20**

od **€69**

Szafki pod umywalkę

CENY NAJNIŻSZE

ORAZ TYSIĄCE INNYCH PRODUKTÓW W WYJĄTKOWYCH CENACH

OTWARTE
JUŻ OD 20 LUTEGO
Mówimy po polsku

od **€10**

Fotele biurowe



Biurka

od **€50**

Elektronarzędzia

od **€5**



od **€179**

Pralki (nowe)



Tel. 0899616331

WWW.BUYITSELLIT.IE

UWAGA KOMIS!

Przyjmujemy do sprzedaży na zasadzie komisowej zarówno pojedyncze przedmioty jak i większe ilości towarów.



Problemy ze snem u dzieci i inne koszmary rodziców



EWELINA MUCHA

Problemy ze snem dzieci to prawidłowość na pewnym etapie rozwoju. Dzieci, podobnie jak i dorośli, różnią się zapotrzebowaniem na sen i preferowanym sposobem zasypiania. Można śmiało powiedzieć, że większość dzieci ma problem z zasypianiem czy też: większość rodziców ma problem z zasypianiem swoich pociech. Kłopot jest niebagatelny, gdyż według badań, brak wystarczającej ilości snu powoduje u dzieci rozdrażnienie, złe samopoczucie, a w konsekwencji wiele problemów wychowawczych.

Zasypianie

Wbrew pozorom, najlepszym okresem na zasypianie dziecka jest wiek niemowlęcy. Dziecko kiedy jest zmęczone – śpi, kiedy jest głodne, dopomina się jedzenia. Sygnalizuje swoje potrzeby czytelnie – poprzez płacz. Dziecko usypia przy matczynej piersi, przy butelce, niekiedy przy muzyce. Jak dotąd nikt nie przedstawił lepszego pomysłu, niż usypianie poprzez kołysanie. Przez pierwszy rok życia niemowlę wypracowuje sobie własny sposób na zasypianie.

Problemy z zasypianiem mogą zacząć się później. Rzadko zdarza się, że rodzice pozwalają dziecku na aktywne życie nocne, aż do momentu, kiedy samo zechce pójść spać. Na ogół kładą oni dziecko, kiedy jeszcze nie jest aż tak senne. I wtedy się zaczyna... Dziecko chce rozmawiać i bawić się z rodzicami, właśnie przed snem, woła: „pić”, „siusiu”... Często jest to moment, aby spróbować pokazać mamie i tacie, że samo może o sobie decydować i przeciągać porę snu w nieskończoność. W wielu przypadkach rodzina spędza wieczory na uspokajaniu dziecka lub ignorowaniu jego nawoływania. Powyższy opis to w szczególności obraz dwulatka – mistrza w stosowaniu różnorodnych wybiegów. Tak naprawdę nie chodzi o spełnienie tych próśb, ale o obecność rodziców. Jednym ze sposobów zaradzenia tej sytuacji jest uprzedzenie dziecka – zrobienie wszystkiego, o co zwykle prosi

i konsekwentne wyjście z pokoju. Jeśli dziecko wie, że zwykle rodzice są konsekwentni, nie powinno być wtedy problemu. Co jednak jeśli prośby będą trwały? Kiedy powiemy „luź nie przyjdę” – nie możemy przychodzić. Kiedy wiemy, że możemy się jeszcze złamać – lepiej nie „grozić” dziecku.

Dwa i pół roku to wiek rytuałów. Również zasypianie wiąże się ze stałą sekwencją czynności. Pewne zabiegi trzeba wykonać w określonej kolejności: nie można umyć twarzy przed umyciem rąk, należy przeczytać po kolei pięć tych samych bajek, zabawki muszą być położone obok łóżka w określonym porządku. Co robić? Nie należy zmieniać na siłę rytuału dziecka, gdyż to zwyczajnie może się nie powieść i powoduje niepotrzebny stres. Ważna jest świadomość, że to naturalny etap w rozwoju. Można jednak „pilnować się”, żeby czynności maksymalnie uprościć i samemu nie budować skomplikowanych rytuałów, które dziecko z łatwością przejmie. Po trzecim roku życia problemy z zasypianiem nie są już tak widoczne, a dzieci dobrze sobie z nimi radzą.

Budzenie się w nocy

Koniec jest zawsze jednocześnie początkiem. O ile w wieku trzech lat wiele dzieci zasypia bez oporów, to bardzo często zdarza im się budzić w nocy i wędrować po domu. Często idą do łóżka rodziców. Zwykle te nocne wyprawy nie są bardzo niebezpieczne, jeśli zagrażające przedmioty są pochowane, a dziecko nie należy do tych, które niszczy wszystko na swojej drodze. Kiedy jednak takie sytuacje się zdarzają, warto przymocować do drzwi dzwonek, który będzie budził rodziców i informował, że dziecko wyrusza „na wyprawę”. Potrzeba tej nocnej aktywności jest naturalna, nie należy więc dziecka za to strofować. W wieku czterech lat nie powinny już takie sytuacje mieć miejsca. Budzenie się nocne to nie problem wyłącznie trzylatków. Są różne powody budzenia się w nocy: ząbkowanie, stres związany z dużymi zmianami, takimi jak początek nauki w szkole lub pierwsze dni w przedszkolu czy też pojawienie się rodzeństwa, przeżywanie emocji z minionego dnia, różnorodne koszmary i lęki.

Sny i koszmary

Dzieci zaczynają mówić o swoich snach około trzeciego roku życia. W tym jednak wieku sny nie przyjmują jeszcze formy koszmarów – dziecku zdarza się krzyknąć, ale łatwo jest je uspokoić. W wieku czterech lat i później zwiększa się liczba i intensywność snów, także tych złych. Rodzic, który sam nie da się ponieść panice, z pewnością łatwo uspokoi swoje dziecko. Warto nie wbiegać do pokoju dziecka po pierwszym okrzyku – być może wystarczy nasłuchiwać pod drzwiami kilka minut i rozważyć, czy interwencja rodzica jest potrzebna. Przeważnie dzieci po obudzeniu się z kosmaru potrzebują obecności matki. Według badań najgorszy wiek występo-

wania koszmarów to pięć lat. Rodzice na ogół wyczuwają intuicyjnie, kiedy dziecko jest naprawdę przerażone i pozwalają dziecku spać ze sobą.

Nie jest dobrze uważać lęki i sny dzieci za wygłupy – gaszenie światła, zamykanie drzwi i krytykowanie pomysłów dziecka nie jest odpowiednim postępowaniem w tej sytuacji. Należy uświadomić sobie, że dziecko przeżywa lęk przed ciemnością i koszmary nocne w sposób autentyczny. Wystarczy niekiedy odrobina wyobraźni, żeby te lęki rozproszyć lub im zapobiec. Złe sny to często efekt stresu z dnia poprzedniego. Starajmy się porozmawiać z dzieckiem codziennie o jego doświadczeniach i trudnościach. To trudne, niewypowiedziane emocje nie pozwalają dziecku zasnąć, a w nocy przybierają postać potworów i straszdyt. Skoro o potworach mowa – pokażmy dziecku, że ich nie ma w szafie ani pod łóżkiem, a wszystkie inne potencjalne strachy odpędźmy wymyślonym rytuałem. Nie ma takich lęków, których nie „odczaruje” obecność rodzica.

Spanie z rodzicami

Kiedy jest odpowiednia pora, aby dziecko nie spało z rodzicami? Jest to z pewnością prawdziwa potrzeba dziecka, nie tylko kaprys. Nierzadko jest to też potrzeba rodziców, którzy także lubią mieć dzieci przy sobie. Doradza się przyzwyczajanie dziecka do spania we własnym łóżku od pierwszych miesięcy życia. Im później, tym ciężiej przyzwyczaić się do tego zarówno dziecku, jak i rodzicom. Najtrudniej oduczyć tego zwyczaju syna lub córkę w wieku od pierwszego do drugiego roku życia, ponieważ tym czasie zwyczajnie nie są oni w stanie pojąć powodu tej zmiany i jednocześnie autentycznie cierpią z jej powodu. W wieku dwóch lat rozwój poznawczy dziecka pozwala na rozmowę i zrozumienie niektórych argumentów – można już wytłumaczyć, że najwyższy czas na własny pokój i łóżeczko. Co robić, aby przejść ten czas zmian „bezboleśnie”? Na zmiany należy wybrać odpowiednią porę, na przykład czas urlopu lub mniej intensywnej obowiązków w pracy, gdyż trzeba się przygotować na kilka nieprzespanych nocy. Można także najpierw przyzwyczajać dziecko do spania w nowym łóżku po południu, co pozwoli mu się stopniowo oswoić z nową sytuacją. Przez kilka pierwszych nocy można spać razem z dzieckiem w jego pokoju, ale należy pamiętać o stanowczości i konsekwencji – nie cofać raz podjętych decyzji, nie odwotywać wypowiedzianych na głos postanowień.

Zdarza się też, że dziecko śpi już we własnym pokoju, a na pewnym etapie zaczyna się budzić i kłaść w łóżku rodziców. Na ogół rodzice podejmują decyzję, że nikomu nie zrobi krzywdy wpuszczenie dziecka do łóżka. Można w takich sytuacjach spróbować zaznaczyć pewne granice: „Możesz tu zasnąć, ale jak

zaśniesz, przeniesiemy cię do twojego łóżeczka”. Jeśli są to przejściowe lub sporadyczne żądania – można im czasami ulec. Dużo jednak zależy od charakteru dziecka. Jeśli jest ono na ogół uparte i łatwo nabywa przyzwyczajęń, których stosowanie egzekwuje – lepiej od początku stanowczo zaprotestować, niż zaczynać tradycję, której nie będzie się chciało później kontynuować. Jeśli rodzice ulegną i czas nocnego przychodzenia dziecka do ich łóżka przedłuży się, należy podjąć decyzję, że to się nie powtórzy i być konsekwentnym. Można na przykład argumentować, że jeśli dziecko będzie co dzień budzić rodziców, nie będą mieć oni siły na zabawę.

Czwarte urodziny to dobry czas na własne duże łóżko dziecka i właściwy moment, aby zakończyć nocne wędrówki do łóżka mamy i taty. Dziecko w tym wieku jest na ogół chętne do podjęcia nowych wyzwań. Rozmowy i snucie planów dotyczących wyglądu nowego łóżka czy też sugerowanie dziecku, że pewne zachowania już nie będą odpowiednie dla dużej dziewczynki czy dużego chłopca, który ma własne, duże łóżko – może przynieść dobre efekty. Warto odpowiednio wcześniej powiedzieć dziecku o planowanej zmianie. Po reakcjach można poznać, czy dziecko dojrzało już do takiego etapu.

Kilka rad na koniec

Pamiętaj, że niektóre problemy są nieodłączną częścią etapów koniecznych rozwojowo. Staraj się nie złościć na dziecko, zdobądź wiedzę, co jest charakterystycznym kłopotem w danym wieku i jak można sobie z tym poradzić.

Utrzymuj stałą porę pójścia spać i wieczorny rytuał czynności.

Nie ustalaj z dzieckiem pory pójścia spać. Spróbuj dać dziecku możliwość wyboru tam, gdzie jest on wychowawczo bezpieczny – wybór bajki, którą przeczytasz mu przed snem lub którą obejrzy na dobranoc.

Unikaj sytuacji, gdy dziecko bawi się bardzo żywiotowo późnym wieczorem. Zwykle czytanie książki, oglądanie bajki czy słuchanie muzyki przed snem wystarcza, żeby dziecko spokojnie zaśnęło.

Pamiętaj, że nie ma jednego sposobu na wszystkie dzieci i wszystkie trudne sytuacje – są po prostu różne pomysły. Niekiedy wystarczy ignorowanie pewnych zachowań, a innym razem trzeba użyć wyobraźni i kreatywności.

Najważniejsza jest konsekwencja, nie tylko w kwestiach snu dziecka, ale stosowania jej na co dzień.

Bibliografia:

- F.L. Ilg, L.B. Ames, S.M. Baker, *Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat. Poradnik dla rodziców, psychologów i lekarzy*, GWP, Gdańsk 2007.
- D. Zawadzka, *I ty możesz mieć superdziecko*, W.A.B., Warszawa 2006.

Jan Jakub Należyty

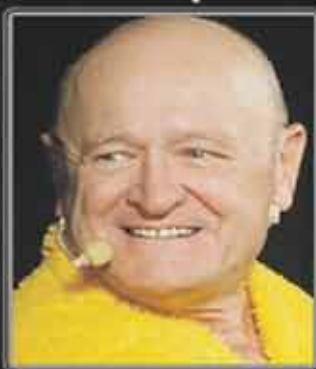
ANDRÓPAUZA 2

czyli

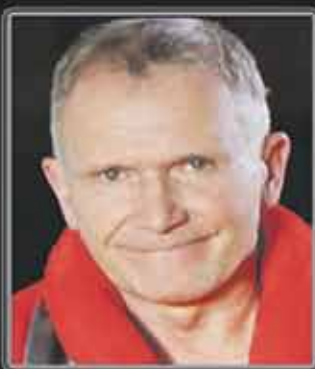
MĘSKA RZECZ BYĆ Z KOBIETĄ

KOMEDIA W OBSADZIE

**MACIEJ
DAMIĘCKI**



**MAREK
SIUDYM**



**JACEK
KAWALEC**



**PAWEŁ
KRÓLIKOWSKI**



**DARIUSZ
GNATOWSKI**



**RYSZARD
KOTYS**
(WYMIENNIE)



**PIOTR
SKARGA**
(WYMIENNIE)



**ANDRZEJ
BEYA-ZABORSKI**
(WYMIENNIE)



**MICHAŁ
PIETRZAK**
(WYMIENNIE)



**PIOTR
DĄBROWSKI**
(WYMIENNIE)



**MATYLDA
DAMIĘCKA**
(WYMIENNIE)



**ALICJA
DĄBROWSKA**
(WYMIENNIE)



**AGATA
ZALECKA**
(WYMIENNIE)



CORK

10 Maj

Cork School of Music

DUBLIN

11 Maj

RDS Concert Hall

Producent: Leszek Kwiatkowski

Reżyseria: Maciej Damięcki



KONCERTY.IE



BILETY DO NABYCIA NA WWW.KONCERTY.IE

UWAGA, AKTORZY GRAJĄ WYMIENNIE, W KOMEDII WYSTĘPUJE CZTERECH AKTORÓW ORAZ JEDNA AKTORKA

Sprawdź, ile nadpłaciłeś podatku przez ostatnie 4 lata

Jak odzyskać nadpłatę?

Dokument P60 jest to zestawienie zarobków oraz podatków i składek ubezpieczeniowych zapłaconych przez osobę zatrudnioną w systemie PAYE za rok kalendarzowy. Takie zestawienie powinien otrzymać każdy pracownik zatrudniony w danej firmie na dzień 31 grudnia.

P45 jest to dokument zawierający podobne informacje, jak P60, ale wystawiany pracownikowi z dniem zakończenia pracy.

W roku kalendarzowym możemy otrzymać kilka P45 jeżeli pracowaliśmy w kilku miejscach i zakończyliśmy pracę przed końcem roku. Możemy również otrzymać kilka P60 jeżeli na dzień 31 grudnia pracowaliśmy dla kilku firm.

Powyższe dokumenty są oficjalnym potwierdzeniem naszego zatrudnienia oraz ilości oraz kategorii zapłaconych składek ubezpieczeniowych. Na ich podstawie możemy się starać o otrzymanie zasiłku dla bezrobotnych, emerytury, renty oraz innych świadczeń społecznych. Posiłkując się tymi dokumentami, jesteśmy w stanie ustalić również, czy mamy przyznane prawidłowe ulgi podatkowe i czy dobrze został potrącony podatek od naszych dochodów.

W Irlandii nie ma obowiązku rozliczania się ze swoich dochodów, jeżeli jesteśmy zatrudnieni w systemie PAYE. Mamy jednak takie prawo. Możemy dokonać rozliczenia maksymalnie za cztery ostatnie lata. W roku 2013 możemy jeszcze się rozliczyć za lata: 2010, 2011, 2012, 2013.

Bardzo często okazuje się, że podatek za dany rok był nadpłacony ze względu na źle przyznane ulgi podatkowe.



Księgowość

**CZAS NA
ROZLICZENIE**

ROZLICZENIA ROCZNE JUŻ OD €129

- REJESTRACJA DZIAŁALNOŚCI
- REJESTRACJA LTD COMPANY
- ROZLICZENIA SELF - EMPLOYED
- UBEZPIECZENIA
- PORADY BIZNESOWE
- LISTA PŁAC / PAYROLL
- ROZLICZENIA VAT



www.dmaccountancy.ie

TEL/FAX. 021 427 83 49

SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI

TEL. 018 06 65 55

4 Washington Street 2nd Floor Office / Cork

Unit 39 Coolmine Industrial Estate, Blanchardstown, Dublin 15

Obowiązujące ulgi podatkowe w Irlandii:

	Rok podatkowy 2012	Rok podatkowy 2013
Ulga podatkowa dla osoby samotnej	€ 1650	€ 1650
Ulga podatkowa dla małżeństwa	€ 3300	€ 3300
Wdowiec/wdowa samotnie wychowujący dzieci kwalifikujący się dodatkowo do ulgi z tytułu samotnego rodzicielstwa	€ 1650	€ 1650
Wdowiec/wdowa nie kwalifikujący się do ulgi dla samotnego rodzica	€ 2190	€ 2190
Wdowiec/wdowa – ulga podatkowa obowiązująca w roku śmierci współmałżonka	€ 3300	€ 3300
Ulga dla samotnego rodzica	€ 1650	€ 1650
Wdowiec/wdowa – śmierć współmałżonka w 2012 roku (dziecko na utrzymaniu)	-	€ 3600
Wdowiec/wdowa – śmierć współmałżonka w 2011 roku (dziecko na utrzymaniu)	€ 3600	€ 3150
Wdowiec/wdowa – śmierć współmałżonka w 2010 roku (dziecko na utrzymaniu)	€ 3150	€ 2700
Wdowiec/wdowa – śmierć współmałżonka w 2009 roku (dziecko na utrzymaniu)	€ 2700	€ 2250
Wdowiec/wdowa – śmierć współmałżonka w 2008 roku (dziecko na utrzymaniu)	€ 2250	€ 1800
Wdowiec/wdowa – śmierć współmałżonka w 2007 roku (dziecko na utrzymaniu)	€ 1800	-
Ulga podatkowa dla osoby opiekującej się dzieckiem/dziećmi – maksymalnie	€ 810	€ 810
Ulga PAYE dla osoby zatrudnionej	€ 1650	€ 1650
Ulga wynikająca z osiągniętego wieku – dla osoby samotnej	€ 245	€ 245
Ulga wynikająca z osiągniętego wieku – dla małżeństwa	€ 490	€ 490
Ulga na dziecko niepełnosprawne – maksymalnie	€ 3300	€ 3300
Ulga dla wynajmujących nieruchomości – osoba samotna – maksymalnie	€ 320	€ 240
Ulga dla wynajmujących nieruchomości – małżeństwo	€ 640	€ 480
Ulga dla niewidomych – osoba samotna	€ 1650	€ 1650
Ulga dla niewidomych – dla osoby w związku	€ 1650	€ 1650
Ulga dla niewidomych – jeśli oboje małżonkowie są niewidomi	€ 3300	€ 3300

Małżeństwo – dwie osoby pracują zawodowo. Zarobki € 12 000 i € 24 000 rocznie. Wynajmują apartament. Koszty medyczne na łączną kwotę € 1000:

36,000 x 20% podatku	€ 7200
Ulga małżeńska	€ 3300
Ulga dla zatrudnionych	€ 3300
Ulga za wynajem nieruchomości	€ 400
Ulga od kosztów medycznych	€ 200
W tym konkretnym przypadku żadne z pracujących małżonków nie powinno płacić podatku.	

Małżeństwo, w którym pracuje jedna osoba i osiąga dochody € 24 000 rocznie, pozostając w małżeństwie cały rok rozliczeniowy:

24,000 x 20% podatku	€ 4800
Ulga małżeńska	€ 3300
Ulga dla zatrudnionych	€ 1650
W tym przypadku osoba zatrudniona nie powinna mieć potrąconych podatków w ciągu roku.	

Jak widać na powyższych przykładach, warto sprawdzić, czy przypadkiem nie należy nam się jakiś zwrot. Po czterech latach przepada możliwość odzyskania swoich pieniędzy.

Czas trwania całej procedury po wystaniu dokumentacji nie jest ściśle określony. Jeżeli sytuacja jest klarowna, można odzyskać pieniądze szybciej, ale standardowy czas oczekiwania to 14 dni.

Jeżeli nie jesteśmy w stanie sami postarać się o zwrot podatku, możemy skorzystać z pomocy firmy księgowej. Stanie się pośrednikiem pomiędzy nami a Revenue i w razie opóźnień w wypłacie, będzie mogła monitorować procedurę zwrotu.

Możemy również odliczyć od podatku 20% kosztów medycznych poniesionych w danym roku rozliczeniowym oraz 20% wydatków za wywóz śmieci za rok poprzedni.

Munster Hillwalking & Orienteering Challenge

**GALTEE MOUNTAINS
15 & 16 March 2014**

To celebrate their 20th Anniversary Bishopstown Orienteering Club are organising a **2 day Self Navigating hillwalking and orienteering challenge event** in the Galtee Mountains over St Patrick's weekend

Events include:

Mountain Orienteering
Navigation, Hillwalking, Hillrunning, Orienteering, Adventure etc.

Self Navigation
2 person team, 2 days
Variety of Courses
(Elite, Leisure, Junior)

Family Events
Kilcoran Wood Cahir



For more information go to our website:
www.munsterhillwalkingandorienteeringchallenge.net
Contact: Nelius 086 357 2665 | Stanislaw 087 924 8162

Ewa Farna oraz Kalwi & Remi



Ewa Farna pochodzi z polskiej rodziny mieszkającej na Zaozniu. Śpiewa w języku polskim oraz czeskim. W wieku 13 lat zadebiutowała na czeskim rynku muzycznym. Jej album wspiął się na szczyty rankingów sprzedaży w Czechach, uzyskując status platynowej płyty.

Kolejny krążek również pokrył się platyną. Na polskim rynku muzycznym Ewa pojawiła się w roku 2007. Po czesko-słowackim programie muzycznym „SuperStar”, którego była jurorką, wreszcie nadszedł czas, by zobaczyć ją w polskiej odsłonie programu „X Factor” 2014 jako czwartego jurora programu.

21 października 2013 roku odbyła się premiera kolejnego jej albumu „(W)INNA?”, z którego single takie jak „Ulubiona rzecz” czy



„Znak” będziecie mogli usłyszeć już wkrótce podczas koncertu w Dublinie 9 marca 2014. Nie zabraknie także największych hitów wokalistki, między innymi: „Ewakuacja”, „Cicho”, „Bez tez” itd.

Kalwi & Remi

Duet powstał w 2003 roku w Poznaniu, a jego założycielami byli didżeje radiowi – Krzysztof Kalwat (Kalwi) i Remigiusz Pośpiech (Remi). Ich debiutancki album zatytułowany „Kalwi & Remi in the Mix Vol. 1” ukazał się w 2005 roku.

Bilety dostępne online na www.bilety.gazeta.pl oraz w: Sklepy Mróz i Polska Restauracja Cottage Cafe w Blanchardstown Village.

Bilety: 30 euro, w dniu imprezy 35 euro
Gdzie: Dublin, Wright Venue
Kiedy: 9 marca

Czesław Śpiewa



Czesław Mozil to lider polsko-duńskiego zespołu Czesław Śpiewa. Jako rodowity zabrzani, mieszkaniec Warszawy z krawkowskim meldunkiem i częsty bywalec rodzinnej Kopenhagi – jak przystało na prawdziwego obywatela świata, żyje na trzech walizkach.

Teraz spakował jedną z nich, aby wystąpić specjalnie dla Was w Limerick, Dublinie, Waterford, Cork i Galway.

Bilety: 24 euro
Gdzie: Limerick, Waterford, Dublin, Cork, Galway
Kiedy: 19–22 lutego

Rozwiązanie konkursu ze stycznia

Czesław Śpiewa Mitosza.
Bilety otrzymują: Agnieszka Karłowska, Katarzyna Bester oraz Krzysztof Zimowski.

Reggae Pie bez granic – tylko reggae

Wkrótce mroźna Irlandia eksploduje gorącymi rytmami rodem z Jamajki. 27 lutego na dublińskich deskach The Grand Social, 28 lutego na scenie Comedy Club w Cork, a 1 marca w Kelly's Bar w Galway spotkają się wielkie gwiazdy muzyki reggae, aby zagrać koncert inny niż wszystkie.

Inny, bo zapowiada się nie tylko muzyczne boom, ale przede wszystkim dlatego, że szykuje się prawdziwa uczta, celebrowanie, doświadczanie, eksplorowanie, poznawanie i smakowanie. Bez granic! Bez limitów! Bez uprzedzeń! Ponad podziałami narodowościowymi, religijnymi, pogładowymi czy kulturowymi. Prawdziwa impreza wypełniona nie tylko pozytywną muzyką, ale także energią sztuki i jedzenia, czyli tym, co każda pozytywna duszyczka na tym świecie lubi najbardziej.

Prawdziwy Reggae Pie, którego celem jest pokazanie, jak wiele łączy ludzi! A oto dwa najważniejsze składniki tego niecodziennego ciasta: Mesajah i Cian Finn. Ale to nie wszystko, bo oprócz koncertu i graffiti na żywo, będą też inne formy artystycznego przekazu, czyli wystawa malarstwa, kolażu, fotografii, projektów tatuaży. A wszystko to tworzone przez młodych zdolnych ludzi różnej narodowości, którzy zamieszkują Zieloną Wyspę.

Podczas koncertu każdy będzie mógł spróbować czegoś z kuchni polskiej i irlandzkiej.



Będzie coś słodkiego, coś z owocami, coś naturalnego. Prawdziwe domowe wypieki połączone z naturalną polską lemoniadą, John Lemon i Yerbata – zdrowo i na temat!

Bilety: w przedsprzedaży 20 euro, w dniu koncertu 25 euro
Gdzie: Dublin, Cork, Galway
Kiedy: 27 lutego – 1 marca

Polish Top Festival 2014



Zapraszamy na największe wydarzenie muzyczne dla Polonii w Irlandii, na którym usłyszysz gwiazdy takie jak:

Sylwia Grzeszczak

Wokalistka, kompozytorka, autorka tekstów. Jej pierwsza solowa płyta „Sen o przyszłości” wkrótce po premierze uzyskała tytuł platynowej, a promujący ją singiel „Małe rzeczy” szturmem podbił radiowe notowania i stał się jednym z największych hitów 2011 roku. Laureatka 2013 ESKA Music Awards w kategorii Artystka Roku.



Liber

Raper, muzyk, na scenie od 10 lat. Autor hitów: „Skarby”, „Winny” oraz „Wszystko na raz”. Czterokrotny zdobywca ESKA Music Awards, w tym jako Artysta Roku 2013.

Trzeci artysta zostanie wybrany w konkursie na Polonijnego Artystę Roku. Wybierz go na www.polishTOPfestival.com.

Bilety do kupienia na: www.polishtopfestival.com, www.bilety.gazeta.pl oraz w wybranych sklepach.

Gdzie: Galway, Cork, Dublin
Kiedy: 4–6 kwietnia

Kukiz bez Piersi



Agencja Chillout Entertainment zaprasza na pierwszy, a zarazem jedyny koncert Pawła Kukiza z zespołem na Zielonej Wyspie.

Były frontman zespołu Piersi zagra swoje największe przeboje, między innymi „O, Heła!!!”, „Zośka”, „Catuj mnie”, „Miasto budzi się” i wie-

le, wiele innych. Jako support wystąpi zespół Nevermind. Każdy, kto kupi bilet na ten koncert, otrzyma prezent-niespodziankę.

Bilety: 27 euro

Info i rezerwacja: dublincity13113@gmail.com, 0873542191

Gdzie: Dublin, The Village

Kiedy: 29 marca

„My, Słowianie”, czyli Donatan & Cleo

St. Patrick Day Party! Gość specjalny: Donatan i Cleo. Imprezę poprowadzi dj Max Kolankov – rezydent Klubów Pomarańcza.

Donatan – twórca, producent muzyczny, członek legendarnego Kasta Składu. Na jego bitach można było usłyszeć takich wykonawców jak Peja, Pezet, Pih, Sokół, Tede, Gural, Waldemar Kasta, Chada, Ten Typ Mes oraz wielu, wielu innych. Jego produkcje najczęściej okraszały utwory singlowe, z których wiele zostało wyróżnionych i przeszło do

historii polskiego hip-hopu. W 2012 roku Donatan wydał swoją autorską płytę producencką „Równonoc”, która łączyła w sobie tradycyjne słowiańskie brzmienie i instrumenty z rapem.

Cleo – „dziewczyna o słowiańskim uroku z czarnym głosem”, wokalistka, autorka tekstów, malarka, kobieta wielu talentów. Od samego początku kształtowała swój wokół w kierunku muzyki soul, gospel, r’n’b, funk i hip-hop. Nagrywała między innymi z WSRH, Pezetem, Onarem, Pihem, grupą Endefis, RY23. Od 2013 roku współpracuje z Donatanem, nagrywając wspólny projekt w stylistyce hip-hop/r’n’b.

Ich wspólna piosenka „My, Słowianie” odnotowała 27 milionów odtworzeń na kanale YouTube w ciągu miesiąca.

Gdzie: Cork, Dublin, Galway

Kiedy: 15–17 marca



Konkurs!

Kto wyreżyserował teledysk do piosenki „My Słowianie”? Odpowiedzi wraz z imieniem i nazwiskiem oraz miastem (Cork, Dublin lub Galway) przesyłajcie mailem na adres: magazyn.mir@gmail.com do 1 marca. W tytule prosimy wpisać: **Konkurs**.

Peja – jubileuszowa trasa koncertowa

Fanów polskiego rapu czeka wyjątkowy koncert za sprawą trasy koncertowej Evergreen Tour, która ma także swój przystanek na Zielonej Wyspie. Już 21 lutego Peja i spółka odwiedzą Dublin!

Kiedy w 1993 roku w Poznaniu powstawał Slums Attack, nikt jeszcze nie przypuszczał, że młodzińska pasja przerodzi się w skład, który przez kolejne 20 lat będzie miał ogromny wpływ na polską scenę i na rozwój kultury hip-hop w Polsce. Peja i DJ Decks zwieńczyli swój jubileusz wydaniem płyty „20/20” oraz ogromną imprezą w poznańskiej Arenie, na której ponad sześć tysięcy fanów uczciło urodziny ulubieńców.

Pomimo upływu czasu, Slums Attack wciąż kipi wigorem, nagrywa i koncertuje. Nie brakowało życiowych zakrętów, o których otwarcie mówi sam Peja. Od kilku lat żyje jednak w szczęśliwym związku, założył rodzinę, co od razu można odczuć, choćby w tekstach. Odcienie grubą kreską od imprezowego stylu życia dało Slums Attack drugie życie.

Na koncercie zobaczymy na scenie, oprócz rzecz jasna Pei i DJ Decksa, Gandziora oraz Śliwę. Poznaniacy zagrają swoje najważniejsze utwory, a że jest tego naprawdę sporo, możemy spodziewać się znakomitego koncertu.

Bilety: 25 euro – do nabycia na stronie bilety.gazeta.ie oraz w:



Polska Księgarnia – 58 Parnell Street, Moore Street Mall,

Fanatic Shop – Unit 21, 56 Mary Street, Mary Mall,

Miodzik – 94 George’s Street Lower, Dun Laoghaire.

Wstęp od 18 lat.

Gdzie: Dublin, Workmans Club

Kiedy: 21 lutego

Konkurs!

Jak się nazywa marka odzieżowa, której współtwórcą jest Peja? Odpowiedzi wraz z imieniem i nazwiskiem przesyłajcie mailem na adres: magazyn.mir@gmail.com, do 17 lutego. W tytule prosimy wpisać: **Konkurs Peja**.

Cezary Pazura For Fun



Mamy przyjemność zaprosić Państwa na występ Cezarego Pazury w Waterford. Impreza na całego, tży, śmiech, szaleństwo.

Czarka Pazury nie trzeba przedstawiać. Polski aktor filmowy, kabaretowy i telewizyjny, komik, piosenkarz, reżyser, trzykrotny laureat Złotej Kaczki dla najlepszego polskiego aktora.

Cezary potrafi „zabić śmiechem”, o czym przekonają się Państwo sami już 17 marca w klubie Forum w Waterford.

Bilety: 22 euro – do nabycia na: www.koncerty.ie

Gdzie: Watford, Forum

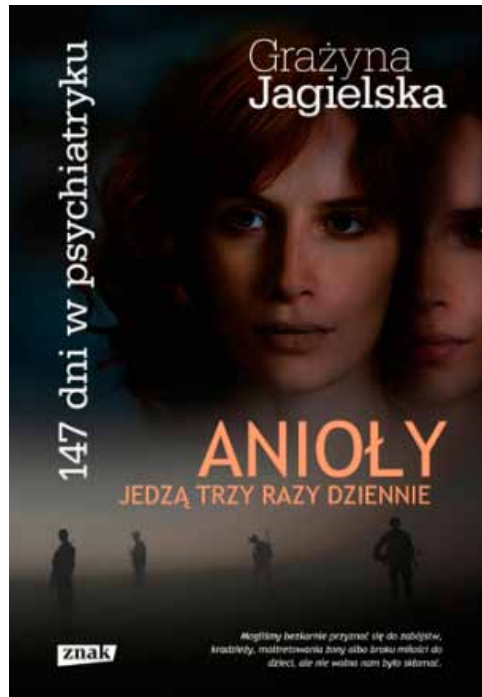
Kiedy: 17 marca

Konkurs!

Kogo zagrał Cezary Pazura w filmie „Żegnaj Rockefeller” (reż. Waldemar Szarek)? Odpowiedzi wraz z imieniem i nazwiskiem przesyłajcie mailem na adres: magazyn.mir@gmail.com, do 1 marca. W tytule prosimy wpisać: **Konkurs Waterford**.

CZYTELNIA

**Anioły jedzą trzy razy dziennie.
147 dni w psychiatriku**
Autor: Grażyna Jagielska

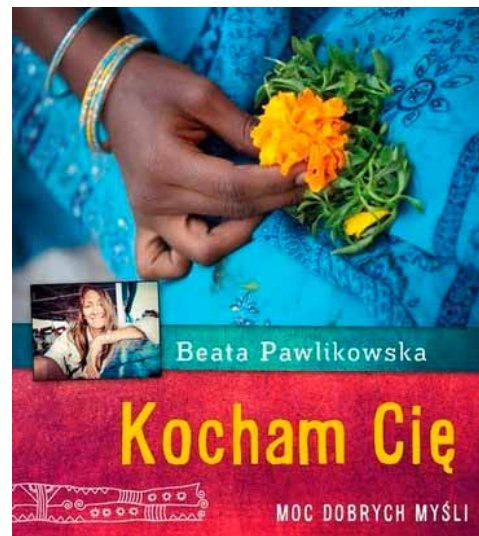


Grażynę Jagielską przez lata paraliżował strach. Żyła problemami męża. Dla jego pasji poświęciła swoje życie. W końcu jednak musiała zaważać o siebie. Przeżyła własny „lot nad kukułczym gniazdem”. Spędziła pół roku w szpitalu psychiatrycznym. Poznała kobiety, które tak jak

ona długo udawały, że wszystko jest w porządku. Spotkała twardzieli, którzy musieli nauczyć się płakać. Była w miejscu, w którym można było wszystko. Nie wolno było jednego – kłamać.

Julia musiała być coraz lepsza, aż pod wpływem stresu odcięła sobie ucho. Ratownik wiecznie golił głowę i wierzył, że dzięki temu stanie się kimś innym. Marek wrócił z wojny jako bohater, a potem załamał się i żył jak zwierzę. Karolinka była przekonana, że jest aniołem i nikt jej nie widzi. Autorka zabiera nas – w podróż pełną intymnych zwierzeń i prawdziwych emocji. W poruszający sposób opisuje azyl dla zagubionych oraz obrazy, które prześladowały ich latami. Opowiada o szczerości, potrzebie zrozumienia i bliskości.

Kocham Cię
Autor: Beata Pawlikowska



27 LUTY **THE BLACKROCK INN**
17.00-19.00 Skehard Road Cork

Zaprasza na
TLUSTY CZWARTEK
dla dzieci

Zapraszamy wszystkie dzieci z Cork i okolic na wspaniałą zabawę artystyczną, którą poprowadzi Busy Bee Art & Craft.

W programie imprezy:

- konkursy
- loteria fantowa
- kiermasz książki
- malowanie twarzy
- animacje

WSTĘP WOLNY

Najsmaczniejsze pączki zapewniają:

Moc pozytywnego myślenia. Świat jest dobry, kiedy patrzysz na niego dobrymi oczami. Bo to, co się w nim dzieje, jest odbierane przez ciebie przez pryzmat wszystkiego, co nosisz w duszy. Jeśli więc oczyścisz swoje serce, niespodziewanie świat wyda ci się lepszy i piękniejszy.

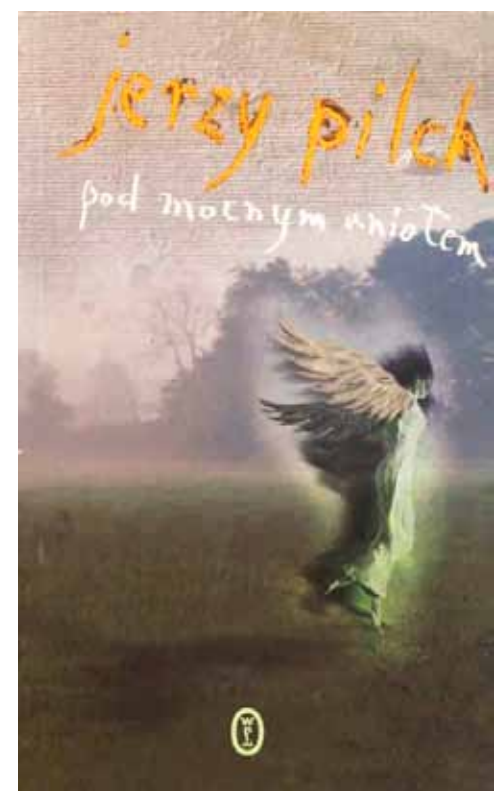
Nowa seria barwnych książek słynnej podróżniczki. Piękno świata w autorskich fotografiach i pozytywnych tekstach, które dodadzą ci nadziei, wiary we własne siły i przekonania, że życie jest dobre.

Pod Mocnym Aniołem

Autor: Jerzy Pilch

Najgłośniejsza powieść Jerzego Pilcha, uhonorowana Nagrodą Literacką „Nike” w 2001 r. Oto fragment tej książki: *I wchodziłem do gospody „Pod Mocnym Aniołem”, i w celu uporządkowania doznań wypijałem cztery pięćdziesiątki. Potem w pobliskim sklepie kupowałem butelkę wódki i stawiałem czoło rozgardiaszowi przedmiotów. Nietadowi nieustannie wzbierającemu w opuszczonym przez moje żony mieszkaniu nie byłem bowiem w stanie sprostać na trzeźwo, choć czyniłem to wytrwale, mam bowiem usposobienie skrajnie pedantyczne.*

Pilch po mistrzowsku gra z tradycją powieści pijackiej, dowodząc, jak autokreacja alkoholika bliska jest opowiadaniu siebie przez pisarza (z laudacji profesor Marii Janion – przewodniczącej jury Nagrody Literackiej „Nike”).



EST. 2006

BAKE HOUSE

**Kancelaria Prawnicza
Finbarr A. Murphy & Company
Solicitors
8 Washington Street, Cork**



- ✓ 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

Telefon: 021 427 3472, 086 846 1547

Fax: 021 427 4512

Kontakt w języku polskim:
086 846 1547, fmurphy@famurphyco.ie

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

KANCELARIA PRAWNA



Paul W Tracey
SOLICITORS

Znajdź
nas na



- **WYPADKI***
- **WYKROCZENIA DROGOWE**
- **PORADA PRAWNA**

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



Zadzwoń: Agnieszka Siwiera

34 Westmoreland Street, Dublin 2, Ireland.

✉ polishteam@traceysolicitors.ie

🌐 www.wypadekirlandia.pl

 **(085)1502626**

1 IRLANDZKI KABARETON

DZIĘKUJEMY
GRACIAS
ARIGATO
SHUKURIA
DZIEKI
THANK
YOU
BOLZIN
MERCİ

Dziękujemy Sponsorom!

DZIĘKUJEMY
GRACIAS
ARIGATO
SHUKURIA
DZIEKI
THANK
YOU
BOLZIN
MERCİ

J&D Furniture

J&D FURNITURE

Firma J&D Furniture na rynku meblarskim istnieje od 2012 roku. Przez ten czas zyskała zaufanie wielu zadowolonych klientów. Z jej pomocą, umeblowanie nowoczesnego salonu czy funkcjonalnego biura, to żaden problem.

J&D Furniture to różnorodność kolorów i wzorów. To także bogactwo mebli o zróżnicowanej funkcjonalności. Oferujemy Państwu meble tapicerowane do salonu, które ożywią pomieszczenie i nadadzą mu oryginalności i są dostępne zarówno w klasycznych, jak i bardziej nowoczesnych kolorach.

Sprzedaż mebli to nie tylko nasza praca, ale życiowa pasja, która nauczyła nas, że najważniejsze w osiągnięciu sukcesu jest ciągłe dążenie do doskonałości. Realizując Państwa zamówienia, doradzając i ciesząc się z każdej pozytywnej transakcji, stajemy się coraz lepsi i bogatsi w niezbędne dla nas doświadczenie. Dzięki temu jesteśmy w stanie zagwarantować 100% satysfakcji każdemu indywidualnemu klientowi.

Maguire McClafferty

MAGUIRE McCLAFFERTY
SOLICITORS
www.prawnik.ie

Kancelaria Prawna Maguire McClafferty specjalizuje się głównie w postępowaniach sądowych oraz wszelkiego typu sprawach o odszkodowanie z tytułu wypadków i obrażeń osobistych.

Pomagamy pokrzywdzonym klientom w uzyskaniu zadośćuczynienia i odszkodowania za wszelkie straty oraz szkody wynikające z obrażeń osobistych doznanych w wyniku wypadków w pracy, chorób spowodowanych warunkami pracy, wypadków drogowych, napaści, upadków (tzw. spraw trip nad fall), jak również wszelkiego typu wypadków w miejscach publicznych i prywatnych.

Przez lata, począwszy od 1990 roku, zdobyliśmy ogromne doświadczenie w szerokim zakresie spraw, dlatego jesteśmy dobrze przygotowani, aby zapewnić Państwu praktyczną, rzeczową poradę, uwzględniając fakty oraz okoliczności zaistniałe w momencie zdarzenia wypadku lub urazu.

Wypracowaliśmy sobie renomę sprawnego udzielania praktycznych i profesjonalnych porad. Unikamy „żargonu prawniczego” i dążymy do tego, aby nasze porady były przekazywane w najbardziej odpowiadającym Państwu języku: angielskim, polskim, litewskim, rosyjskim lub słowackim!

Medicus Medical Centre



Medicus Medical Centre to przyjazna pacjentom prywatna firma medyczna, która ma swoje oddziały w Cork i Dublinie.

Naszą misją jest świadczenie najwyższej jakości specjalistycznych usług medycznych, szczególnie dla osób polskiego pochodzenia, mieszkających obecnie w Irlandii. W maju 2007 roku, jako Medicus Home Care, firma rozpoczęła również działalność w sektorze

usług opieki domowej nad osobami starszymi i niepełnosprawnymi.

Misja realizowana przez Centrum Medyczne Medicus to połączenie wysokiej jakości świadczonych usług, indywidualnego podejścia do pacjenta oraz krótkiego czasu oczekiwania na wizytę. Przyjazna atmosfera przychodni odzwierciedla życzliwą postawę oraz kompetencje personelu, którego naczelnym priorytetem jest troska o zdrowie pacjentów kliniki.

Thunder Transport



Thunder Transport to pierwsza polska firma kurierska w Irlandii realizująca przesyłki w obu kierunkach pomiędzy Irlandią a Polską.

Od 2006 roku specjalizujemy się w świadczeniu taniach usług kurierskich, oferując cotygodniowy transport ciężarowy. Przewozimy paczki, niestandardowe załadunki, palety oraz realizujemy kompleksowe przeprowadzki.

- Naszą misją jest zapewnienie Państwu:
- najwyższej jakości usług,
 - bezpieczeństwa przesyłek,
 - terminowości dostaw,
 - korzystnej ceny,
 - oraz indywidualnego podejścia do każdego klienta!

Z nami będziecie spokojni o losy paczki i zredukujecie koszty przesyłek!

Już w marcu zapraszamy na naszą nową stronę internetową: www.thundertransport.pl, gdzie znajdą Państwo aktualne promocje wielkanocne.

Finance First



Firma ma ponad 13 lat doświadczenia w sektorze usług finansowych. Działa jako niezależny broker finansowy i ubezpieczeniowy.

Na pierwszym miejscu kładziemy duży nacisk na obsługę klienta. Do każdej sprawy podchodzimy indywidualnie, aby zapewnić usługę na najwyższym poziomie.

Jesteśmy do dyspozycji aby dopasować konkretne ubezpieczenie oraz pakiet finansowy do Państwa potrzeb.

Dzięki naszej współpracy z KBC Bank, Select Finance Group, PIBA network services, Irish Life, New Ireland, Aviva, Zurich, April Ireland, Friends First, AIG, i Connect Finance UK, oferujemy dostęp do kilku banków i firm ubezpieczeniowych, dopasowując ich produkty do waszych oczekiwań.

Obecnie oferujemy kilka różnych ubezpieczeń, w tym domu, życia i handlowych. Zapytaj o cenę pakietu, gwarantowana najniższa cena.

Do Państwa dyspozycji mamy obsługę w języku polskim.

Firmy wspierające



U cioci na imieninach



AGNIESZKA GREGORCZYK

Refleksje nad funkcjonowaniem naszego ciała rozpoczynamy dopiero wtedy, gdy zaniemoże. A powinniśmy wcześniej liczyć się z konsekwencjami, gdyż to, co w siebie wkładamy ma znaczenie dla naszego zdrowia. Z czasem dotychczas do grona dziadków, ciotek, wujków gadających przy spotkaniach towarzyskich, kto na co choruje, jakie leki pomagają, jak lekarze się na niczym nie znają, oraz kto ma gorzej.

Pomiędzy rozmową o bolesnych plecach, a opowieścią o poziomie hormonów tarczycy, gospodyni wniesie kolejne gorące danie, może nawet schabowe czy golonkę...

Przed zwierzeniami o wysokim ciśnieniu oczywistym będzie nałożyć sobie kawałek galarety z nówek. Opowieści o testach na dość popularne żołądkowe bakterie dobrze brzmi z majonezowymi sałatkami.

Przy wędlinkach będących zakąseczką do kieliszeczka pora zacząć temat konowatów i znachorów, lekarzy dojących nas z kasy, nieuków, którym nawet glonojada ani chomika nie damy do zbadania.



Przy bigosie pora na relację z działania naturalnych lekarstw oraz czarownych homeopatycznych (sic!) specyfików. Potem nastąpi wymiana leków na zgarę, podagrę oraz tyrada o tym, jak szybko schudnąć dziesięć kilo w tydzień.

Przed ciastami już dobrze wiemy, kto ma nadkwaśność, kto cukrzycę, a kto od wczoraj jest na diecie, ale nie będzie robił przykrości gospodyni i „tylko” serniczek dzisiaj spożyje.

Czy to nie tragiczne błędne koło? Nie umiemy sobie odmówić czegoś, co nam szkodzi. Jednocześnie na potęgę kupujemy lekarstwa, które ukoją ból i pieczenie przetyku, ale czy przy okazji nie zepsują czegoś więcej?

Musimy się pogodzić z tym, że ciała się starzeją: nogi eksploatują się od chodzenia, oczy od patrzenia, plecy od noszenia. No, ale Panowie i Panie! Samochody też eksploatujemy, starzeją się, siedzenia się wycierają, opony tysiąć, tarcze hamulcowe się ścierają, lakier zdziera. Ale, moi Drodzy, jeśli wiemy, że silnik działa, spalając ropę, to czy ktokolwiek wleje do baku wodę z rzeki lub soczek? Czy dojedziemy gdzie-

kolwiek na takim paliwie? Nie o wodzie z rzeki mówię nam instrukcja samochodu.

A o czym my zapomnieliśmy, tacy współcześni, tacy postępowi? Popsujemy się, gdy wzmacniacz smaku i zapachu, konserwant, zagęstnik, antyutleniacz, stabilizator, antyzbrylacz, którymi „ulepszono” nasze jedzenie, zatrują nasze ciała. Znać historię pewnej małej kalorycznej trucizny? Poczytajcie o aspartamie. Słyszeliście kiedyś o chorych na celiakię? To ci, którzy natychmiast po spożyciu glutenu mają przykre objawy. Wy będziecie mieli je później, nie ma bowiem takiego osobnika gatunku Homo sapiens, u którego spożywanie glutenu nie rozwinie się z czasem w jedną z chorób niszczących komórki jego własnego organizmu.

By nie zakończyć pesymistycznie, a jedynie skłonić Cię, Drogi Czytelniku do refleksji nad Naturą i jej prawami, proponuję ćwiczenie na wyobraźnię. Wiesz, jak smakują poniższe dania? Dania proste, podobnie jak produkty. Ich wartość nie przekroczy dwóch-trzech euro, a jeszcze będziesz mógł się z innymi podzielić. Spróbujesz? Smacznego!

Pasta do kanapek „Falszywy mózdzek”

- duża cebula lub dwie średnie
- kostka świeżych drożdży
- ewentualnie: majeranek i sos sojowy.

Cebulę kroimy w kostkę i dusimy na patelni lub w małym rondelku. Chodzi o to, by ją zmiękczyć, by puściła sok, ale nie zrumieniła się. Gdy jest już miękka, dodajemy kostkę drożdży. Mieszmą drewnianą łyżką. Na początku drożdże niechętnie łączą się z cebulą, ale to tylko kwestia czasu i temperatury. Kiedy drożdże się rozpuszczą, doprawiamy majerankiem, solą i pieprzem, ewentualnie sosem sojowym. Gdybyśmy chcieli mieć sycące danie, a nie smarowidło do pieczywa, można wbić jajka i zrobić zdrową jajecznicę.

Chipsy z jarmużu (ang.: kale)

- jarmuż (dostępny we wszystkich sieciach)
- 2–3 łyżki oliwy lub oleju
- 1 łyżeczka soli morskiej
- oraz ewentualnie: 1,5 łyżeczki słodkiej papryki, 1,5 łyżeczki przyprawy curry.

Liście odcinamy od twardych łodyg, myjemy i odstawiamy do odsączenia na durszlaku. W miseczce mieszamy oliwę z oliwek z solą i... z czym się lubi, na przykład z suszonym czosnkiem, papryką czy curry. W tak przygotowanej przyprawie dokładnie obtaczamy liście jarmużu, po czym rozkładamy je na papierze do pieczenia i wkładamy do piekarnika nagrzanego do 180°C na około 10–15 minut. Kiedy listki zbrązowieją, to znaczy, że przekąska jest gotowa. Podajemy ciepłą lub zimną z ulubionym dipem (wystarczy wymieszać jogurt ze świeżo utartym czosnkiem i solą).

KIERUNEK

CODZIENNE IRLANDIA
INFORMACJE

www.kierunekirlandia.eu

CODZIENNIE NAJNOWSZE WYDARZENIA

Living in
Ireland





TWOJA FIRMA KSIĘGOWO DORADCZA

ROZLICZENIA P60 & P45

W SZYBKIM I ŁATWYM SPOŚÓB ODZYSKAJ SWÓJ PODATEK

To bardzo proste:

- Zeskanuj swoje P60 i wyślij do Nas na adres firma113@gmail.com
- Obliczymy Twój zwrot bezpłatnie
- Przeprowadzimy procedurę odzyskania podatku w urzędzie

Dlaczego warto rozliczyć się z nami?

- Działamy od ponad 5 lat na rynku
- Brak opłat wstępnych
- Brak opłat w przypadku odmowy zwrotu

4 Washington Street
2nd Floor Office / Cork
TEL/FAX. 021 427 83 49
E-mail: firma113@gmail.com

www.dmksiegowosc.eu

Unit 39 Coolmine Industrial Estate,
Blanchardstown, Dublin 15
Nad sklepem Mróz
TEL. 018 06 65 55
0833191536

Piąty raz Królowej Śniegu



MACIEJ WEBER

Justyna Kowalczyk po raz piąty wygrała Plebiscyt „Przeglądu Sportowego” na najlepszego sportowca w naszym kraju. To absolutny rekord w historii polskiego sportu. Igrzyska w Soczi zaczęła jednak kiepsko.

Niby to tylko zabawa i niby wiadomo, że nic nie może się równać z piłką nożną, ale nazwiska zwycięzców przechodzą do historii sportu. Przed „królową śniegu” cztery razy plebiscyt wygrywali tylko Irena Szewińska i Adam Małysz. Robili to jednak z przerwami, Justyna natomiast najlepsza jest nieprzerwanie. I to po raz piąty.

W ubiegłym roku nie była faworytką. Wszyscy obstawiali wygraną Tomasza Majewskiego. Dla dwukrotnego mistrza olimpijskiego była to sprawa niezwykle wręcz prestiżowa. Otwarcie mówił, że bardzo mu na tej wygranej zależy. I po głosowaniu czytelników prowadził. Przegrał jednak z postępem, bo podczas gali, kiedy ogłaszano wyniki, urządzono dogrywkę sms-ową. I stało się to, co w takich głosowaniach bywa regułą. Justyna sukcesy osiągała na początku poprzedniego roku i zdążono by już o niej zapomnieć jednak akurat w przeddzień uroczystości biegała i wygrywała seryjnie we Włoszech. To sprawiło, że jej dominacja dla obserwatorów stała się znacznie bardziej aktualna niż olimpijski triumf Majewskiego.

To jak bardzo jest popularna potwierdził piąty triumf w styczniu tego roku. Na mistrzostwach świata kiepsko było wyjątkowo, bo skończyło się na jednym srebrnym medalu. Puchar Świata w porównaniu z mistrzostwem na dużej skoczni Kamila Stocha to było niewiele. A jednak znowu wygrała. Sytuacja może jednak zmienić się po igrzyskach w Soczi. W otwierającym igrzyska tzw. biegu łączonym była dopiero szósta. Jak na nią słabo.

Najlepsza wśród amatorów

Dodajmy, że wygrane przedstawicieli sportów zimowych w Plebiscycie są absolutną rzadkością. Wcześniej po zwycięstwa sięgali tylko Stanisław Marusarz (1938), Józef Łuszczek (w 1978 roku) oraz czterokrotnie Adam Małysz (2001, 2002, 2003 i 2007). Po Szewińskiej i Otylii Jędrzejczak jest trzecią Polką, która na jednych igrzyskach zdobyła aż trzy medale (przed trzema laty w Vancouver - złoto na 30 km stylem klasycznym, srebro w sprincie st. klas. i brąz na 15 km w biegu łączonym).



Ten rok, w końcu olimpijski, w przypadku Justyny długo nie wyglądał tak jak do tego się przyzwyczailiśmy. Zmiana układu biegów Tour de Ski, najbardziej prestiżowej, kilkietapowej, niebywale ciężkiej imprezy spowodowała jej protest zakończony wycofaniem się z rywalizacji. To m.in. poskutkowało wyjątkowo daleką lokatą w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata. Do optymizmu skłaniało, że nasza faworytka z właściwą sobie fantazją zakpiła z nieuczciwych organizatorów. Otóż na Alpe Cermi wspięła się w towarzystwie absolutnych amatorów, m.in. w gronie dziennikarzy. Także z Polski, dla których była to wyjątkowa przygoda. Justyna potraktowała ten trening niezwykle poważnie i metę osiągnęła z czasem o prawie półtorej minuty lepszym od zwyciężczyni profesjonalnych, pucharowych zawodów. To wskazywało, że także i w Soczi musi być dobrze. Później jednak znowu zdarzyło się coś każącego weryfikować nadzieje.

Stopa strachu

Kiedy tuż przed igrzyskami nasza „Królowa Śniegu” pokazała na profilu Facebooka zdjęcie opuchniętej, lekko sinej stopy na jej zwolenników padł strach. I to błady. Potem był bieg na 10 km stylem klasycznym, którego nie przegrała z nikim od prawie czterech sezonów. A tymczasem nie zajęła nawet miejsca na podium. Była dopiero piąta.

Po raz pierwszy od niepamiętnych czasów nasza liderka nie jechała do Soczi jako bita faworytka,

której jako jedyna mogła przeszkodzić Marit Bjørgen. Wieloletnia rywalka zdawała się być daleko z przodu, a nad naszą zaczęto się zastanawiać, czy w ogóle chociaż raz uda się jej wskoczyć na podium. Tak nieszczęśliwie się składa, że ten numer oddajemy do druku akurat w dniu rozpoczęcia się igrzysk, więc niczego nie możemy być pewni. Wiemy, że Justyna po raz kolejny została najlepszym polskim sportowcem. Ale jak będzie w porównaniu ze światem to się dopiero okaże.

Justyna do historii

Natomiast wiadomo jedno. Wystarczy, żeby Kowalczyk chociaż raz stanęła w rosyjskim kurorcie na podium i awansuje do czołowej trójki najbardziej utytułowanych polskich sportowców w historii występów na igrzyskach olimpijskich. I to zarówno letnich jak i zimowych. Najlepsza do tego momentu od lat była Irena Szewińska (niedawno nadeszła smutna wiadomość o jej chorobie nowotworowej i o tym, że przechodzi chemioterapię), która ma aż siedem medali. W tym trzy złote oraz po dwa srebrne i brązowe. Pięć krążków ma szermierz Jerzy Pawłowski (ale niektóre w drużynie). Justyna cztery - złoty, srebrny i dwa brązowe.

Jak wspominałem, niezręcznie to wszystko pisać, bo igrzyska właśnie się zaczynają. A jak będziecie to czytać będzie już pewnie po nich. W ciemno jednak stawiamy, że powitanie mistrzyni na warszawskim Okęciu będzie takie jak zwykle. To znaczy huczne i wielce radosne. ☑

Wyniki plebiscytu Przeglądu Sportowego za rok 2013

1. Justyna Kowalczyk (narciarstwo klasyczne, biegi)
2. Kamil Stoch (narciarstwo klasyczne, skoki)
3. Paweł Fajdek (lekkoatletyka, rzut młotem)
4. Agnieszka Radwańska (tenis)
5. Robert Lewandowski (piłka nożna)
6. Robert Kubica (rajdy samochodowe)
7. Bartłomiej Bonk (podnoszenie ciężarów)
8. Anita Włodarczyk (lekkoatletyka, rzut młotem)
9. Jerzy Janowicz (tenis)
10. Jarosław Hampel (żużel)

Justyna Kowalczyk

Ur.: 19 stycznia 1983 r. w Limanowej

Wzrost: 173 cm.

Sukcesy: igrzyska olimpijskie 1 złoty, 1 srebrny, 2 brązowe medale; mistrzostwa świata 2 zł, 3 sr, 2 br; puchar świata 3 wygrane, raz druga, raz trzecia; tour de ski 4 wygrane; mistrzostwa świata młodzieżowców 2 zł; mistrzostwa świata juniorek 1 sr.



financefirst
TWÓJ BROKER
UBEZPIECZENIOWY



Marzena Zawadzka
tel. 0852173470



Dorota Dowalla
tel. 0852173470



Remigiusz Dechnik
tel. 085-1693355



Małgorzata Sawicka
tel. 085-8106341



Elżbieta Sadurska
tel. 087-9788413



Karolina Borysowska
tel. 087-4101403



Katarzyna Trela
tel. 089-4440820



Janis Krasevskis
tel. 086-1048611



Anna Piechel
tel. 085-7817499



Dorota Hewelt
tel. 086-8495026



Katarzyna Sawicka
tel. 085-1059853

- **Polisa na życie**
- **Ubezpieczenia wypadkowe**
- **Ubezpieczenie chorobowe**
- **Public Liability**
- ubezpieczenia na biznes w Irlandii

DARMOWA PORADA

ZADZWOŃ JUŻ DZIŚ



Na wyspie **Cape Clear**



Prom w zachodniej Irlandii oznacza po prostu dużą łódź motorową i nie ma nic wspólnego z promem, poza tym, że też pływa. Prom zabiera miejscowych, ich pudła z zakupami, psy i turystów. Na Cape Clear płynie się około 45 minut z Baltimore lub z Schull.

Wyspa Cape Clear to rejon zwany Gaeltacht – mieszkają tu Irlandczycy mówiący w swoich domach po irlandzku. Miejscowa nazwa wyspy – Cléire oznacza „przyłądek”. Jest to rzeczywiście południowy przylądek Irlandii, ostatnia zamieszkała wyspa licząca zaledwie 120 mieszkańców. Przed Wielkim Głodem było ich ponad 1000.

Wsiadamy z kotuszającą się łodzi. Tuż koło przystani znajduje się sklepik „An Siopa Beag”, gdzie dają też zjeść. Wnętrze sklepu mnie wzrusza: chleb, wino i stoiczki. Wszystkie potrzebne do życia artykuły zebrane na dwóch półkach, a jak komuś mało, to sobie może ryb natapać albo zająć ogródek za domem. Z tego co się dowiedziałem od lokalnych mieszkańców, to można tu bardzo dobrze i tanio żyć.

Tuż obok znajduje się malutkie centrum turystyczne, jeszcze mniejsze muzeum i sklepik

z pamiątkami. Pytam uśmiechniętą panią przy kasie o jakieś mapy wyspy. Jediną dostępną tam mapą jest zarys wyspy na t-shirtcie za 10 euro. Ale jest lepsze rozwiązanie – tuż obok jest plansza informacyjna, można przecież zrobić zdjęcie i mapa gotowa!

Wyspę można zwiedzać pieszo, ale mamy małe dziecko i tylko pięć godzin do powrotnego promu. Decydujemy się na lokalnego przewodnika i wsiadamy do jego vana. Dobra decyzja – drogi tu są tak wąskie, że albo samochód albo człowiek. Opcja „samochód z naprzeciwka” nie wchodzi w ogóle w rachubę.

Jedziemy irlandzką dwupasmówką z pasem zieleni pośrodku. Cape Clear przedzielona jest w połowie przesmykiem, dzięki czemu z jednej strony na drugą można dostać się pieszo w 10 minut. Nasz przewodnik zawiózł nas na północny koniec wyspy, skąd widać kolejne wyspy w stronę lądu. W oddali widnieje niesamowita latarnia Fastnet zbudowana na samotnej skale.

Cape Clear jest skalista, ale zarazem bardzo zielona. Tu drogi wyglądają jak korytarze wyrąbane w dzikim gąszczu krzaków, zbrocza są porośnięte chaszczami, kwiatów też jest sporo. Wpływ Golfsztromu powoduje, że przyroda jest tu bardzo bujna, ptaków jest zatrzęsienie. Do


najbliższej wyspy są dwa kilometry. Za wyspą jest kolejna i potem jeszcze jedna. Do stałego lądu jest 13 kilometrów, ale z kilkoma przystankami na innych wyspach – nietrudno się tu było dostać nawet w średniowieczu. Dlatego poszukiwacze zabytków znajdują tu i stary zamek, i ruiny klasztoru, dwa menhiry, a nawet grobowiec korytarzowy sprzed 5000 lat. Pośrodku wyspy stoi drogowy znak pozwalający zorientować się, gdzie jesteśmy. Wszystkie odległości oczywiście w milach morskich, bo jesteśmy przecież na wyspie. Mila morska to ponad 1,8 kilometra na lądzie.

W powrotnej drodze do przystani zatrzymujemy się w jednym z dwóch pubów na wyspie. Na pytanie o cappuccino, barman odkłada piłę i pokazuje splamiony farbą fartuch, po czym mówi: *Mam „neskę” i wrzątek, może być?* Hej, dawno kawa nie smakowała tak dobrze!

Samochody poruszające się w pobliżu przystani to ciekawy gatunek. Garda na wyspę nie zagląda, na drogach nikt nikogo nie wyprzedzi ani się nie zderzy, nie ma więc powodu, aby płacić za ubezpieczenie, podatki jakiegokolwiek. Na wyspie nie ma stacji benzynowej, paliwo przywożone jest w kanistrach z Irlandii. Sznurek do przymocowania maski też trzeba przywieźć z Irlandii. Rejestrację zerwał wiatr kilka lat temu...

Trzecie życie jeżdżącego złomu. Po wydaniu ostatniego prychnięcia, ze starej fury można zrobić jakiś kwietnik albo po prostu zrzucić ją z klifu.

W przenośnym baraku przy przystani trafiamy na bibliotekę. Z zewnątrz niepozorna, ale jak się okazało po rozmowie z panią bibliotekarką – ludzie na Cape Clear sporo czytają. I to po irlandzku. Mogą zamówić dowolną książkę z bogatych zasobów wielkiego hrabstwa Cork i ona przyplynie tu za kilka dni/tygodni tożdzią.

Czekając na przystani, spotykamy większość z tych, których spotkaliśmy w ciągu ostatnich godzin. Ostatni prom z/do Irlandii to listy i paczki, zakupy z Supervalu ze Skibbereen, turyści, którzy tu zostaną na noc w jedynym B&B, pies odebrany od weterynarza, ludzie wracający z pracy itd. Żeby tu przyjechać, trzeba bardzo chcieć, dlatego nie ma tu tłumów. Od Dublina to bardzo daleko – również jeżeli chodzi o tempo i jakość życia. Nasz przewodnik przyjechał tu z Dublina kilkanaście lat temu. Był zaproszony na ślub znajomych, spodobało mu się to miejsce i po prostu został. Mieszkając na wyspie, na terenie Gaeltacht wśród Irlandczyków mówiących swoim językiem, wcześniej czy później samemu zaczyna się mówić po irlandzku. 

PIOTR SOBOCIŃSKI





TWOJE RADIO DUBLIN

Nadajemy od 1 Marca

www.trd.fm

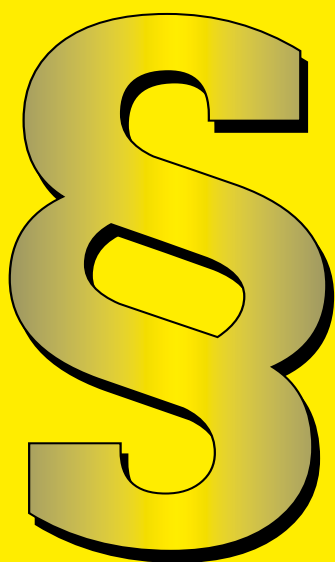
SKARBY NATURY

Nasze chleby produkowane są na naturalnych zakwasach piekarskich i bez żadnych polepszczy chemicznych. Stosowana przez naszą firmę unikalna technologia kontrolowanej fermentacji oparta na laboratoryjnie wyselekcjonowanych żywych kulturach bakteryjnych z rodziny *lactobacillus brevis* plantarum i *san francisco* zapewnia, że nasze produkty są źródłem naturalnego kwasu mlekowego L+. Codzienne spożywanie chleba obfitego w ten naturalny składnik gwarantuje odtwarzanie naturalnej flory bakteryjnej organizmu, zapobiega powstawaniu chorób nowotworowych przewodu pokarmowego, leczy przewlekłe schorzenia żołądka, nerek, wątroby i trzustki. Jest źródłem wielu cennych dla zdrowia składników odżywczych i minerałów.

Sięgnij po Skarby Natury Zapraszamy właścicieli sklepów do współpracy 0877907544

**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, Sylwia Kolasińska, Monika Szubert,
Katarzyna Mastyło, Dagmara Konieczna, Paweł Sobol**

Maguire McClafferty Solicitors, 8 Ontario Terrace, Portobello Bridge, Dublin 6

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