

CORK ■ DUBLIN ■ LIMERICK ■ GALWAY ■ WATERFORD

Magazyn
BEZPŁATNY!

NR 58 listopad 2014

ISSN2009-3802

mir

magazyn
informacyjno
-rozrywkowy

www.mir.info.pl

Polska Noc Kabaretowa w Dublinie

05. 12

// s. 14



Księgowość

ROZLICZENIE

ROZNE JUŻ OD €99

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



www.dmksiegowosc.eu

4 Washington Street 2nd Floor Office / Cork
Unit 31 Coolmine Industrial Estate,
Blanchardstown, Dublin 15

TEL/FAX. 021 427 83 49

KOM. 0833191536

TEL. 018 06 65 55

085 PRAWNIK

085 7729645, 01 4910010

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

Monika El Amki, Sylwia Kolasińska, 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.

www.prawnik.ie



WWW.KONCERTY.IE

Polska Noc Kabaretowa 2014



Paraniemnormalni



**Kabaret
Nowaki**



**Katarzyna
Pakosińska**



**Kabaret
Skeczów
Męczących**



**DUBLIN
05 .12**

**HELIX
START - 20:00**



BILETY DOSTĘPNE NA WWW.KONCERTY.IE ORAZ W WYBRANYCH SKLEPACH
PEŁNA LISTA NA STRONIE WWW.KONCERTY.IE



8



14



14



19



22

W OBIE STRONY

- W subiektywie Czerwińskiego s. 4
- Polacy w Irlandii s. 6

POLITYKA

- Widać światło w tunelu s. 7

STYL ŻYCIA

- Jakie tak naprawdę jest życie singla? s. 8

ZDROWIE

- Jak sobie radzić z kryzysem? cz. I s. 10

BĘDZIE SIĘ DZIAŁO

- Zapowiedzi koncertów s. 14

ROZRYWKA

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

PRZYBORNİK

- Pomoc udzielana w Irlandii osobom o niskich zarobkach s. 18
- Planowany cennik biletów Dublin Bus s. 18

KĄCIK KULINARNY

- A czy ty zjadasz E? s. 19

MUZYKA, KTÓRA ZMIENIA ŻYCIE

- Powrót to korzeni, czyli Złota Praha s. 20

SPORT

- Niemcy pobici s. 22

OD REDAKCJI:**Czytelnicy nasi mili,**

Powoli mija kolejny rok, powoli zbliżamy się znów do tego czasu, kiedy bliski nam świat zdaje się zwalniać na kilka chwil, godzin, czasami nawet dni. Kolejne Boże Narodzenie coraz bliżej, a wraz z nim kolejna okazja do zatrzymania się i spędzenia czasu z bliskimi, do ode-rwania się od pędzącego na co dzień świata.

Jednak, jakkolwiek przyjemnie by to nie brzmiało i zachęcało do tego, by już dziś usiąść w wygodnym fotelu z ciepłą herbatą w dłoni (lub czym tam kto lubi), popatrzeć na wy-strojoną, jak przystowiowy stróż w Boże Ciało, choinkę, może nawet spojrzeć na ośnieżone podwórko, dziś na początek o czymś zupełnie odmiennym.

Zanim świat się zatrzyma, a przynajmniej zwolni zauważalnie, musi chyba zdyskontować ten okres, kiedy niewiele będzie się działo. Musi nadrobić na zapas, nadmiernie się rozpe-dzić, natadować rozgrzane głowy wieściami ze wszystkich stron świata. Takie przynajmniej ma się wrażenie, patrząc na to, co się dzieje dziś w mediach. Zresztą nie tylko dziś, bo to już trwa od kilku przynajmniej lat. Widzowie, czytelnicy czy słuchacze (w zależności od tego, jakie medium informacyjne akurat wybiorą) są dostownie bombardowani najświeższymi in-formacjami, które oczywiście są najważniejsze na świecie, dosłownie „łamiące” („breaking news”).

Czy nie macie czasami wrażenia, patrząc na żółty lub czerwony pasek w telewizji infor-macyjnej lub słuchając wiadomości w radiu, że ktoś Was robi w balona? Czy nie sądzicie, że najświeższa, owa „łamiąca” wiadomość o tym, że coś się wydarzy za godzinę, za dzień czy za tydzień nie ma wcale za zadanie Was o czymś poinformować, a jedynie utrzymać Waszą czujność na najwyższym poziomie? Że została ona podana ona jedynie po to, żebyście nie przestali oglądać, nie przestali słuchać, nie zamknęli strony z najnowszymi wiadomościami z kraju i ze świata?

Oczywiście na świecie, a nawet w tym małym kraju, w którym przyszło nam mieszkać, dzieje się bardzo wiele, dosłownie nieustannie. Niestety wiadomości naprawdę istotne giną w zalewie informacji miałych, nieistotnych i bezsensownych, nazwanych „łamiącymi” chyba tylko dlatego, że zdrowy rozsądek łamie sobie na nich zęby mądrości, jednocześnie łamiąc sobie głowę pytaniem „o co chodzi?”. Czy naprawdę wieści o tym, że jakiś znany człowiek w dalekim kraju oczekuje na wyrok jest ważniejsza, niż to, co się dzieje za rogiem? Czy rosnący lub dla odmiany malejący rozmiar biustu piosenkarki jest choć w znikomym stopniu równie ważny jak informacje mające bezpośredni wpływ na nasze życie?

Oczywiście w potężnym zalewie informacji coraz trudniej z tego, nie przymierzając, ście-ku medialnego wyłowić treści wartościowe, ale tym bardziej powinniśmy się starać, tym bardziej w zasadzie powinniśmy unikać sensacyjnych krzyżujących nagłówków. Bo tak na-prawdę one krzyczą tylko po to, by zagłuszyć całkowitą pustkę ziejącą z „łamiących” wi-adości.

Wyciszmy się zatem też medialnie, uspokójmy skołataną nerwy i serca. Mamy nadzieję, że te kilka mała w zasadzie sensacyjnych tekstów w najnowszym numerze naszego magazynu trochę to Wam, Czytelnicy, ułatwi.

Czego życzymy i Wam i sobie,
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

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

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

Agnieszka Gregorczyk
Piotr Sobociński
Piotr Czerwiński

Rysunek satyryczny: Mr Widget

Korekta: Monika Szeszko

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

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

W subiektywie czyli opowieści dziwnej treści

Czerwińskiego

JARANIE TAK, SIKANIE NIE, CZYLI POSZUKIWANA LIZ GALLAGHER

” Zaczynamy dobrą wiadomością z Francji: nikt tam ostatnio nie zamordował nikogo z miłości. Dla odmiany naukowcy z uniwersytetu w Strasburgu wystali szpiega między antarktyczne pingwiny. Szpieg jest zdalnie sterowanym pisklęciem z kamerą, a jego zadaniem jest wejść między pingwinie szeregi i obserwować, jak żyją. Z zewnątrz wygląda jak zwykłe pisklę, ma piórka i kwęka, ale w środku jest naszpikowany elektroniką. Czyli taki Terminator, tylko francuski.

” A w sąsiednim Wielkim Brytanii ponownie odkryto, że mają tam za dużo przybyszów z Europy Wschodniej. Czyżby nagle lokalna brać zapragnęła podejmować pracę przy zmywaniu albo wycieraniu tyłków w domach starców? To by

znaczyło, że nasi w końcu zostali tam menadżerami, nie inaczej, i teraz potrzebują kogoś, kto będzie wykonywał za nich wszystkie główniane prace. Tak czy siak, debata trwa. Przed wyborami trzeba pokazać tłumowi, kto jest winien recesji, co nie?

” Tymczasem w legendarnych Stanach Ameryki zupełnie jak nie w Stanach Ameryki: w trzech z nich (Oregon, Alaska i Washington DC) przegłosowano legalizację marihuany. Interesuje mnie zwłaszcza ten trzeci, boć to w końcu siedziba władz centralnych kraju. Ciekawe, jak to wpłynie na rządzenie. Jak wiemy, są takie kraje, gdzie samo picie w sejmowym barze nie wystarcza do szczęścia i przywilej jaranja gandzi zdecydowanie ubarwiłby relacje z posiedzeń, ale nie znam się na amerykańskiej polityce, toteż ciekawość moja wzrasta.

” Skoro już o gandzi mowa, to w Amsterdamie rząd zabronił sikania na placu Dam, który dotąd służył ewidentnie jako pisuar wszystkim miłośnikom nocnych i dziennych rozrywek dostępnych w tym mieście, sprzyjających publicznemu oddawaniu moczu. Każdy, kto się tam wysika i zostanie na tym złapany, będzie musiał zapłacić 140 euro grzywny. Chyba że będzie tak ujarany, że nie trafi do portfela. Swoją drogą, to ciekawe. Są takie miejsca na świecie, gdzie za sikanie na mur policja niespecjalnie wymierza kary, za to mogłaby zapuszkować, gdyby wyczuła od takiego sikacza niebezpieczne substancje.

” Dla odmiany w Indiach samolot pasażerski podczas startu

przyładował w byka, w mieście Surat, by było precyzyjniej. Żle się to skończyło, ale tylko dla byka, albowiem zginął na miejscu. Poświęcił się dla sprawy i trafit do mediów, w tym nawet do magazynu MiR. Tak między nami mówiąc, słyszałem o tym, że tam było pastewne może spokojnie leżeć na ulicy, ale żeby na pasie startowym, to nowość.

” Z innej beczki, nie wiem, czy ktokolwiek miał pojęcie, bo ja nie, o tym że Mila Kunis pochodzi z Ukrainy. Urodziła się w Sowiet Junionie w roku 1983 i wyjechała stamtąd do Ameryki w wieku siedmiu lat. Mówi ponoć bezbłędnie po rosyjsku, czym potrafi wprawić w zakłopotanie amerykańskich pismaków.

” Tymczasem w Oregonie (to tam, gdzie przegłosowano legalizację gandzi), jeden facet umówił się w realu z babką, którą poznał w internecie, po czym wyżej wymieniona ukradła mu portfel i uciekła z restauracji, w której mieli mieć randkę. Z tymi babkami z internetu to normalnie nigdy nic nie wiadomo.

” Dla odmiany w Kansas jakiś człek o trzeciej w nocy włatał się do domu samotnie mieszkającej kobiety, by ukraść jej ciastko z lodówki i zjeść je na miejscu. Tamże go złapano. Uczynek był gorący, ciastko zimne.

” Inny facet, tym razem z Kanady, którego narzeczona kopnęła zaraz po tym, jak zaplanował dla niej podróż marzeń, szuka innej kobiety, która nazywałaby się tak samo, jak jego niedawna flama. Rachunek jest prosty: bilety i rezerwacje

przeпадną w diabły, a on nie chce rezygnować z wycieczki dookoła świata, obejmującej Nowy Jork, Mediolan, Pragę, Paryż, Bangkok, New Delhi i Toronto. Toteż jeżeli przez przypadek nazywasz się Elizabeth Gallagher, Droga Czytelniczo, szukaj gościa nazwiskiem Jordan Axani na portalu Reddit, bo tam zamieścił swoją ofertę. Nie wiem jak inne miasta, ale powiadam Ci, Praga i Paryż są powalające. Aha, zapomniałem, musisz też mieć kanadyjskie obywatelstwo. No ale to przecież betka dla Polaków.

” Inni Kanadyjczycy też wykazują się ostatnio polotem i to dosłownie. Jeden z nich nazwiskiem Chris Hadfield, z zawodu astronauta, nagrał w kosmosie akustyczny cover piosenki „Space Oddity” Davida Bowiego. Niestety musiał postużyć się tylko gitarą akustyczną, w kabinie stacji orbitalnej nie było miejsca na wzmacniacze i perkusję.

” No i na koniec dobra wiadomość z Urugwaju. Jak wiecie niesie, tamtejszy prezydent nazwiskiem Jose Mujica miał dotąd stawę najbiedniejszego prezydenta na świecie. Niestety pewien szejk arabski zaproponował mu niedawno milion dolarów za 27-letniego volkswagena garbusa, co tylko poświadcza dotychczasową niezamożność pana Jose. Wiele wskazuje na to, że sprawy w prezydenckiej sferze tezauryzacji nie zmienią obrotu; miał bowiem powiedzieć, że jeśli dojdzie do transakcji, przeznaczy cały dochód na domy dla bezdomnych. Znaczy dalej będzie socjalista.

PIOTR CZERWIŃSKI
PIOTRCZERWINSKI.COM



Pidzima Porino

SUPPORT: ~~GABINET LOOSTER~~
~~LOOSTER GABINET~~

DUBLIN
BUTTON FACTORY
CURVED ST., TEMPLE BAR, DUBLIN 2, IRELAND
14-02-2015



DOORS : **18.00**

CONCERT START : **18.45**

BILETY : **€28**

ON-LINE: **BILETY.GAZETA.IE**

WWW.BUCH.CO.UK/BILETY/

SPRZEDAŻ DETALICZNA

INFO : **WWW.BUCH.CO.UK**

GAZETA.ie

RADIO
PLKFM

Polonia
Polska
Gazeta

KIERUNEK
CODZIENNE
INFORMACJE
IRLANDIA

KONCERTY.IE

mir

TRD
Trójmiasto Radio Dublin

poloniairelandia.pl

bilety.gazeta.ie

Polska
Księgarnia
Dublin
www.ksiazki.ie

Polacy w Irlandii

Kiedy w 2004 roku Polska przystąpiła do Unii Europejskiej, Polacy na dużą skalę zaczęli wyjeżdżać do innych krajów Unii w poszukiwaniu pracy. Jednym z najchętniej wybieranych przez emigrantów krajów jest Irlandia. Według spisu ludności, w 2011 roku zadeklarowana liczba Polaków mieszkających na Wyspie wynosiła 122 585. Jednak Zielona Wyspa nie od zawsze przyciągała emigrantów czy turystów.

Irlandia przez niemal 800 lat była pod angielską okupacją. Wśród ludności irlandzkiej powszechnie panowała nędza. Kiedy na początku XIX wieku wybuchła epidemia ziemniaczana, z głodu zmarło prawie milion ludzi, a jeszcze więcej wyemigrowało. Dopiero w roku 1937, kiedy to weszła w życie Konstytucja Irlandii, na mocy której utworzono Państwo Irlandię, Irlandczycy w pełni uzyskali niepodległość. Wejście do Unii Europejskiej i szybki wzrost gospodarczy przyczyniły się do zwiększenia zainteresowania tym krajem przez emigrantów z różnych krajów, w tym właśnie z Polski.

Co więc przyciągało Polaków do Irlandii na przelocie wieki XIX i XX? Polska w tym okresie również znajdowała się pod okupacją. Po upadku powstania listopadowego, a później powstania styczniowego, wielu polskich uchodźców zaczęło napływać do Anglii, a stamtąd niewielka liczba emigrantów przybyła do Irlandii. W roku 1921 było ich na Wyspach około 3000.

Wśród Polaków mieszkających na Zielonej Wyspie były dwie postacie, które szczególnie przystąpiły do Irlandczykom. Jedną z nich był Paweł Edmund Strzelecki, urodzony w 1797 roku w Głuszynie koło Poznania, znany podróżnik, badacz Australii. Zdobyl i nazwał najwyższy szczyt Australii Górą Kościuszki. Po powrocie najpierw zamieszkał w Londynie. Kiedy jednak w latach 1846–1848



Kazimierz Markiewicz

Irlandię dotknął „wielki głód”, Strzelecki jako jeden z pierwszych podjął się pracy wolontaryjnej dla organizacji British Relief Association.

W styczniu 1847 roku został przedstawicielem organizacji na hrabstwach Sligo i Mayo, gdzie zajmował się dystrybucją pomocy materialnej, później został przeniesiony do Dublina. Tam nie tylko kierował dostarczaniem pomocy na teren całej Irlandii, ale również organizował roboty publiczne. Opracował także plan pomocy poszkodowanym, który został z powodzeniem zastosowany na dużo większą skalę przez UNRRA w Europie zaraz po II wojnie światowej.

Strzelecki bardzo angażował się w swoją pracę. Jego biograf – Geoffrey Rawson pisał, „że

jego stosunek do dotkniętych nieszczęściem wieśniaków był wyjątkowo ludzki i humanitarny, na co nie zdobyłby się żaden Anglik”. Strzelecki nie bał się kontaktu z chorymi. Przez swoją pełną oddania pracę zaraził się niestety tyfusem, co bardzo osłabiło jego zdrowie. Zmarł w Londynie w 1873 roku. Za swą działalność charytatywną otrzymał od królowej Wiktorii najwyższe brytyjskie odznaczenie, Order Łaźni, natomiast ks. John O'Rourke, irlandzki historyk „wielkiego głodu” bardzo pozytywnie przedstawił pracę Strzeleckiego w swym dziele „The Great Irish Famine”.

Drugim znanym Polakiem, który przystąpił do Irlandczykom był Kazimierz Markiewicz, mąż Konstancji Georgine Markiewicz, bohaterki irlandzkiego ruchu wyzwolenieckiego, działaczki Sinn Fein, komendantki IRA oraz uczestniczki rewolucji wielkanocnej, skazanej na karę śmierci (którą w rezultacie zmieniono na dożywocie), pierwszej kobiety wybranej do brytyjskiej Izby Gmin oraz pierwszej w Europie kobiety w randze ministra.

Markiewicz był cenionym i rozchwytywanym malarzem, scenografem, dramaturgiem i reżyserem teatralnym zarówno w Polsce, jak i w Irlandii. Jego debiut na irlandzkiej scenie odbył się w Abbey Theatre w 1906 roku. Przedstawiana tam sztuka teatralna „The Dilletante” odniosła duży sukces. Od maja 1910 roku Markiewicz współpracował z teatrami Gaiety i Reportory w Dublinie.

Oboje wraz z Konstancją czynnie angażowali się w szerzenie patriotyzmu irlandzkiego. Markiewicz zapisał się w historii teatru irlandzkiego dramatem historycznym „The Memory of Dead”. Autor poruszył nim tłumione przez lata pragnienie wolności i zapalił Irlandczyków do walki o niepodległość. Sztuka wystawiana była na deskach wielu innych teatrów i osiągnęła ogromny sukces. Była też jedną z iskieł, które przyczyniły się do powstania wielkanocnego

w 1916 roku. Inne napisane przez niego sztuki to m.in. „Eleanor's Enterprise” (wspólnie z Seanem O'Caseyem) oraz „Home, Sweet Home” i „Rival Stars” (razem z Norą Fitzgerald). Reżyserował też spektakle: „Monny Vany”, „Uczeń diabła”, „Ostatnia wyspa Johna Bulla”.

Markiewicz nie poprzestawał jednak tylko na teatrze. Był także cenionym malarzem. Dużą popularność przyniosło mu wielkie płótno „Inwestycja orderu” z portretami 68 osób ze sfer dworskich. Malował także pejzaże. Do najbardziej popularnych należą „Pejzaż irlandzki” i „Wieczór w Irlandii”. Napisał także powieść „Przemoc krwi”, w której opisuje dzikie piękno Irlandii i ubóstwo ludu.

Nie ulega wątpliwości, że Markiewicz darzył Irlandię wielką sympatią, jednak przede wszystkim czuł się Polakiem i w równym stopniu angażował się w sprawy swojej ojczyzny. W 1913 roku wyjechał do Polski, a wybuch I wojny światowej uniemożliwił mu powrót do Irlandii. Wciąż jednak prowadził działalność artystyczną. Pracował jako reżyser, kierownik artystyczny i dyrektor teatrów polskich w Moskwie i Kijowie, a po 1919 roku w Warszawie.

Po zakończeniu wojny odwiedził żonę Konstancję, kiedy ta opuściła więzienie po odsiedzeniu kolejnego wyroku za swoją działalność polityczną, jednak nie zamieszkał na stałe w Irlandii. Ostatni raz przybył na Wyspę w 1927 roku do umierającej żony.

W ówczesnych czasach Markiewicz z pewnością był w życiu kulturalnym Irlandii osobą znaczącą. Jego dzieła zarówno z dziedziny malarskiej, jak i teatralnej były wysoko cenił. Dziwi więc trochę fakt, że trudno się doszukać wśród polskich źródeł szerszej wzmianki na temat jego osoby, wszak w końcu był Polakiem i tworzył również w Polsce.

W przypadku Edmunda Strzeleckiego znaleźć można o wiele więcej informacji, jednak na temat jego pełnego zasług pobytu w Irlandii źródła milczą. A szkoda, bo zważywszy na fakt, że tak wielu Polaków mieszka obecnie na Wyspie, powinniśmy być świadomi tego, jak wielkimi osobowościami byli nasi rodacy, którzy przybyli na nią przed nami i brać przykład z przyjaźni, jaka łączyła ich z Irlandczykami.

ANNA ROSZER

TWÓJ POLSKI BROKER UBEZPIECZENIOWY

right  one

“Nr 1 wśród Rodaków,”



UBEZPIECZENIA

> NA ŻYCIE
> RODZINNE*
> MEDYCZNE
> CHOROBY
> WYPADKOWE

ZADZWOŃ 087 4122161
01 44100 23 M.SZOT@RIGHTONE.IE

ZAMÓW DARMOWĄ KONSULTACJĘ Z EKSPERTAMI
ZAMIENI I ZAOSZCZĘDŹ DOJAZD NA TERENIE CAŁEGO KRAJU
*DZIECI DO 21 ROKU ŻYCIA GRATIS



FACEBOOK:
POLSKIBROKER.IE

 Irish Life

 ZURICH

 Caledonian Life

 NEW IRELAND
ASSURANCE

 BLUE
INSURANCES

 april

The members of
Irish Brokers
association 

Widać światełko w tunelu



KRZYSZTOF WIŚNIEWSKI
chris.waterford@gmail.com

ale można być pewnym, że jeśli wzrost gospodarczy stanie się faktem, zasługę przypiszą sobie niemal wszyscy. Nie od dziś wiadomo, że sukces ma wielu ojców, a porażka... Nie, może nie zapesajmy i nic o porażkach nie wspominać.

Nawet najwięksi bowiem optymiści przyznają, że wzrost gospodarczy będzie, ale gospodarka Irlandii, jak i całej Unii Europejskiej nadal jest w stanie delikatnej równowagi. Niczym dziecko ponownie uczące się jeździć na rowerze po poważnym wypadku. Niby już jedzie do przodu, ale nadal jeszcze powoli i niepewnie, a każda przeszkoda na drodze grozi kolejną wywrotką.

Jednocześnie nawet najwięksi pesymiści muszą zauważyć, że jest lepiej niż było rok czy dwa lata temu. Firmy zwiększają inwestycje, zatrudniają nowych pracowników, konsumenci mają więcej pieniędzy w kieszeniach, więc więcej wydają, co zwiększa obroty firm, które decydują się na zwiększenie inwestycji... I spirala się nakręca. Na szczęście tym razem nie jest to spirala prowadząca w dół.

Jako umiarkowanemu anarchiście, bo z wiekiem wszystko staje się raczej umiarkowane niż radykalne, trudno mi napisać coś pochwalnego wobec rządu, ale zdaje się, że polityka oszczędnościowa wprowadzona w chwili wybuchu recesji przyniosła w końcu pozytywne skutki. Naprawdę trudno przechodzić mi przez klawiaturę te słowa, ale wygląda na to, że obu rządów, temu i poprzedniemu, udało się postawić Irlandię na nogi. Na razie nogi te są jeszcze dość chwiejne, ale i tak jest lepiej niż w krajach południa UE, gdzie stagnacja trwa do dziś, czy nawet w potężnych gospodarzostwach Niemczech, gdzie wzrost gospodarczy w tym roku ledwie przekroczy 1%. Tymczasem w Irlandii gospodarka ma się rozwijać w tempie aż 4,6%, co może imponować wobec średniej unijnej na poziomie 0,8%.

Oczywiście ceną za to odbicie się od dna musiało być najpierw jego osiągnięcie. Obniżki pensji, masowe zwolnienia, zamrożenie inwestycji, zmniejszenie skali opieki społecznej, emigracja młodzieży – jakże dobrze to wszystko znamy z ostatnich kilku lat. Irlandia była jednym z kilku krajów unijnych, obok Hiszpanii, Cypru i Grecji, którym wrócono długotrwałą recesję i kompletną zapaść przez długie lata. Na szczęście w przypadku naszej małej wyspy na zachodnich krańcach Europy te wróżby okazały się błędne.

Więcej euro w portfelu

Zielona wyspa okazuje się zieloną nie tylko z racji intensywnego koloru traw, ale także na mapie gospodarczej zaczyna się wyróżniać pozytywnie wśród swoich większych sąsiadów. Okazało się, że pomoc finansowa, która uratowała irlandzki budżet przed zapaścią, naprawdę została wykorzystana z głową. Może nie cała, może poza tą częścią, która została wpompowana w i tak bogate banki. Jednak faktem jest, że Irlandia potrafiła zrobić konkretny użytek z tak krytykowanej swego czasu pożyczki z Międzynarodowego Funduszu Walutowego i Europejskiego Banku Centralnego. Oczywiście pożyczka była obwarowana dziesiątkami warunków, które zmusiły kolejne rządy do wprowadzenia drastycznych

oszczędności, ale wygląda na to, że oszczędności te wyszły irlandzkiej gospodarce na dobre. Nie wyszły one oczywiście na dobre poprzedniej koalicji rządowej, która zapłaciła za nie przegranymi wyborami i odsunięciem od władzy.

Daleko jeszcze do poziomu życia, który niektórzy pamiętają z lat prosperity. Daleko jeszcze do chwili, kiedy rząd będzie mógł dumnie ogłosić ponowne osiągnięcie nadwyżki budżetowej. Daleko do czasów, kiedy największym zmartwieniem konsumentów będzie nadmierny wybór towarów na rynku, a nie brak pieniędzy w portfelu. Jednak widać światełko w tunelu, bo poziom życia rośnie, dochody budżetu zwiększają się z miesiąca na miesiąc, a konsumenci zauważają, że w portfelach zostaje coraz więcej euro.

Wciąż 35% Irlandczyków uważa, że przyszłoroczny budżet niewiele zmieni w ich sytuacji finansowej i że cięcia podatków powinny być znacząco większe. Zaledwie 8% jest zadowolonych z proponowanych zmian podatkowych i lekkiego poluzowania oszczędnościowego pasa. Reszta nie ma zdania i tak naprawdę czeka na realnie odczuwalne skutki przyszłorocznego budżetu. Czekają jednak z większym optymizmem niż jeszcze rok temu, kiedy niewiele zapowiadało tak pozytywne zmiany, a społeczeństwo było na granicy wybuchu.

Wydźmy w końcu z tunelu

Dziś też rząd jeszcze igra z ogniem, wprowadzając opłaty za wodę, które tak naprawdę są koniecznością, ale wprowadzenie których stało się kompletną wizerunkową porażką całej koali-

cji i wszystkich ministrów. Okazało się, że paradoksalnie jest to ta kropla, która może przechylać czarę goryczy, czego dowodem są masowe protesty w całej Irlandii, kampanie społeczne namawiające do obywatelskiego nieposłuszeństwa, niekiedy przepychanki z pracownikami Irish Water instalującymi wodomierze.

Jasnym staje się, że społeczeństwo jest zmęczone zaciskaniem pasa i kolejnymi podatkami czy opłatami. Konsumenci nawet jeśli mają trochę więcej euro w portfelu, wciąż obawiają się, że rząd szybko wyciągnie po nie rękę w ten czy inny sposób. Boją się, że ich ciężko zarobione pieniądze rząd nadal będzie lekką ręką rozdawał nie najbardziej potrzebującym, ale przysto- wiowym krewnym i znajomym usadowionym wygodnie na rządowych posadach.

Irlandczycy mają poczucie, że w chwili gdy już zaczyna być trochę lepiej, rząd znów przykręca śrubę, chcąc stłamsić nabierających optymizmu konsumentów. Oczywiście nie to jest celem rządu, oczywiście opłaty za wodę (a raczej za jej dostarczenie do gospodarstw domowych) były planowane od dawna, jednak dość arogancka polityka ich wprowadzania słusznie wzburza Irlandczyków.

Wszystkim tak naprawdę zależy na tym, by światełko w tunelu nie zgasło lub by nie okazało się nadszereżującym pociągami, jednak każdy ma inny pomysł na to, jak powinno wyglądać wychodzenie z tego tunelu, w którym siedzimy już zdecydowanie za długo. Obyśmy nie pomylili dróg i sposobów, bo grozi to ponownym zabłądzeniem na manowcach recesji.

Te powyższe zdania to nie są pobożne życzenia z okazji zbliżającego się Bożego Narodzenia. To zaledwie garść pozytywnych wieści, które niemal codziennie spływają z serwisów informacyjnych. Koalicja rządząca oczywiście tylko pali się do hucznego ogłoszenia końca kryzysu i do oficjalnego ponownego wprowadzenia Irlandii na drogę dobrobytu i rozwoju gospodarczego. Oczywiście takie informacje skłaniają do optymizmu, jednak rząd będzie musiał jeszcze chwilę poczekać ze świętowaniem.

Obok tych, trzeba przyznać faktycznie optymistycznych, informacji słychać niestety też wiele innych, znacznie mniej skłaniających do optymizmu. A mówiąc wprost – brzmiących dość pesymistycznie. Przez wyspę przetacza się fala protestów. Niektórzy protestują przeciwko opłatom za wodę, inni przeciwko zbyt niskim cenom skupu zwierząt hodowlanych lub płodów rolnych. O kolejnych protestach nieśmiało wspominają też coraz gorzej opłacani nauczyciele czy gardziści z zamykanych posterunków.

Kolejni politycy oskarżani są a to o molestowanie seksualne, a to o niegospodarność, a to o nepotyzm, czyli zwyczajne kumoterstwo. I ku zaskoczeniu wszystkich okazuje, że się dofinansowane miliardami euro niektóre irlandzkie banki mogą nadal mieć kłopoty finansowe.

Jest nieźle, będzie lepiej

Nie wygląda to już to tak optymistycznie jak na początku? Oczywiście, że nie, jednak trudno nie zauważyć, że Irlandia faktycznie powoli wychodzi z kryzysu. Czy to zastęga skutecznej polityki rządu, czy może raczej ogólnosiwiatowej koniunktury, czy może zawdzięczamy to niepoprawnie optymistycznym rodzimym konsumentom, którzy nagle zwiększyli wydatki i rozluźnili gospodarkę? Na razie nie wiadomo,

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

Jakie tak naprawdę jest życie singla?



ANNA LESZCZYŃSKA

Około 5 lat temu zostałam singlem, z wyboru. Pomimo tego że mój 7-letni związek dawał mi poczucie bezpieczeństwa, obopólne zaufanie i dużo wolności. Wszyscy wokół pukali się w głowy, wciąż pytając „co ty wyprawiasz?”. Znajomi, a najbardziej rodzina, nie byli w stanie zaakceptować mojej decyzji, bo w ich wyobrażeniach mój związek był niemal idealny i wszyscy z niecierpliwością oczekiwali wieści o naszych zaręczynach. A jednak mi coś innego wtedy w duszy grało.

Pomimo wolności, którą się obdarowywałam z moim partnerem, ja zachłannie pragnęłam wtedy wolności całkowitej i nic mnie nie mogło od tej decyzji odwieść. Nie ma kompromisu, kiedy czujesz, że chcesz rozwinąć skrzydła

i lecieć w nieznanym kierunku, kiedy czujesz, że chcesz decydować tylko za siebie i ponieść ewentualne konsekwencje bez krzywdy dla drugiej osoby.

Ja dopiero wtedy zaczęłam odkrywać siebie naprawdę. Począwszy od każdego szalonego marzenia, które tworzyło się w mojej głowie, bez bycia sprowadzaną „na ziemię”, po każdą szaloną imprezę, bez konieczności tłumaczenia się „gdzie byłam i dlaczego”. Z pewnością czułam, że chcę robić wszystko, na co mam ochotę, bez względu na to, co myślą inni. Wielu ludzi wokół nadal pukało się w głowy, a ja przeżywałam renesans swojego życia, w zgodzie ze sobą i moimi ówczesnymi potrzebami.

Jednak jak wielu singli, byłam świadoma, że w pewnym momencie na nowo zapragnę zbudować związek i dzielić życie z kimś wyjątkowym w moich oczach. Ufałam, że stanie się to w odpowiednim momencie, kiedy znowu będę na to gotowa. I nie myliłam się.

Obecnie, najczęściej mówi się o singlach w kontekście tego, że singiel też może mieć szczęśliwe życie. I ja się z tym podejściem absolutnie zgadzam. Okres w życiu, kiedy jesteśmy singlami, pozwala nam poukładać siebie, pomaga zadać sobie ważne pytania i obrać drogę. To są bezcenne okresy w życiu, kiedy powinniśmy uwierzyć, że sami też potrafimy sobie świetnie radzić z trudnościami. Ważne jest uświadomienie sobie, że dopiero od miłości do siebie samego możemy nauczyć się darzyć miłością innych. Nie ma nic gorszego od leczenia ran kolejnym związkiem, przenoszenia starych urazów oraz schematów na nowego partnera. Okres samotności uczy nas również kreatyw-



ności. Wielu ludzi dopiero wtedy, kiedy zostają sami, zapisuje się na kursy, podejmuje dalszą edukację lub zupełnie zmienia ścieżkę zawodową. „Samotność może mieć ważny wymiar rozwojowy, a życie w pojedynkę może być fajnym czasem, jeśli tylko właściwie go wykorzystamy” (z portalu www.poradnikzdrowie.pl).

Według psychologów, naturalnym etapem jest jednak wyjście z okresu „singielskiego” po pewnym czasie, jako że jesteśmy istotami społecznymi i potrzebujemy obecności drugiego człowieka. Stąd prędzej czy później pojawia się potrzeba, aby kochać i być kochanym. Wielu singli trafia po pewnym czasie do gabinetów psychologicznych, ponieważ przyznaje, że ma problemy z nawiązywaniem relacji społecznych. Pomimo tego, otwarcie nie chcą o tym mówić i deklarują, że jest im świetnie. Ja z własnego doświadczenia wiem, że okres, kiedy cieszyłam się samotnością minął po pewnym czasie i zaczął się etap frustracji oraz tęsknoty za kimś, kto znowu stałby u mego boku na dobre i na złe. Dlatego ważne jest, aby rozpoznać ten moment, zaakceptować zmianę, pozbyć się lęków i otworzyć na nowo na relację. Myślę, że odbywa się to całkiem płynnie, jeśli odrobiliśmy swoją lekcję podczas bycia singlem. Jednakże jest to sprawa bardzo indywidualna, ponieważ obecnie „bycie singlem” staje się stylem życia dla niektórych i oczywiście rodzi to wiele kontrowersji. Pojawiają się opinie, że „pojedynczość” to choroba cywilizacji XXI wieku i że wybór życia w pojedynkę stał się argumentem tłumaczącym niezdolność do nawiązywania głębszych relacji, jako że bardziej skupiamy się na dążeniu do kariery i prowadzimy bardzo szybkie tempo życia. Naukowcy od dawna badają, jak życie w samotności wpływa na naszą kondycję fizyczną i umysłową i twierdzą, że pomimo deklaracji, iż pozostawanie wolnym to nasz wybór, ciężko oszukać naturę: człowiek jest „zwierzęciem stadnym” i trudno jest żyć bez wsparcia drugiej osoby.

Z pytanych przeze mnie singli oraz po przeczytaniu wywiadu z dr Julią Czarnecką, autorką książki „Wielkomiejscy single”, wywnioskowałam, że single żyjący najdłużej w pojedynkę i cieszący się z wolności to ci, którzy poddali się całkowicie rozwijaniu kariery. Jedną z singielek zwierzyła się dr Czarneckiej, że „ona nie wie, czy jest singielką dlatego, że tak dużo pracuje, czy tak dużo pracuje dlatego, że jest singielką”.

Kasia, 26-letnia singielka z Krakowa wyowiada się, że pomimo tego iż wiezie szczęśliwe życie, rozwija swoje pasje i zainteresowania, zauważa pewne niepokojące ją zjawiska. Jednym z nich jest to, że ludzie wokół uznają ją za „wybredną”, skoro od dłuższego czasu nie może znaleźć partnera. Trudniej też o kontakty towarzyskie, ponieważ znajomi w związkach rzadziej wychodzą z domu, bądź spotykają się tylko z innymi parami. „Wiele pań traktuje mnie podejrzliwie, jakbym ja o niczym innym nie myślała, jak o odbijaniu ich facetów. Do tego dochodzą smutne fakty ekonomiczne – życie w pojedynkę nie jest tanie. Wielu ludzi nie może uwierzyć, że jestem tyle lat sama – jestem inteligentną, otwartą i atrakcyjną osobą – wciąż słyszę komentarze, że jestem po prostu wybredna lub egoistyczna. Z tego wszystkiego sama zaczęłam się zastanawiać, czy wszystko ze mną w porządku i czy kiedykolwiek wejść w jakąś normalną relację”.

Jakie jest więc to życie w pojedynkę? Łatwe nie jest. Po prostu jedni lubią bardziej podkreślać swoją niezależność, inni traktują samotność jako stan przejściowy i otwarcie mówią, że czekają na zmianę statusu. Jak przyznaje dr Czarnecka: „ponad połowa badanych singli ma ambiwalentny stosunek do swojej sytuacji życiowej: z jednej strony są zadowoleni, bo mogą atrakcyjnie spędzać wolny czas, rozwijać się zawodowo, ale z drugiej strony przyznają, że chcieliby mieć partnera”.

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

kupon na 1 godzinę jazdy*

STOP

Polska Szkoła Nauki Jazdy
School of Driving

adi RSA
Approved Driving Instructor

Tel. 086 40 869 54

* szczegóły na stronie www.stop-naukajazdy.com



financefirst
TWÓJ BROKER
UBEZPIECZENIOWY

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

DARMOWA PORADA

ZADZWOŃ JUŻ DZIŚ



Anna Piechel
tel. 085-7817499



Dorota Hewelt
tel. 086-8495026



Katarzyna Sawicka
tel. 085-1059853



Małgorzata Sawicka
tel. 085-8106341



Elżbieta Sadurska
tel. 087-9788413



Karolina Borysowska
tel. 087-4101403



Janis Krasevskis
tel. 086-1048611



Marzena Zawadzka
tel. 085-1299180



Dorota Dowalla
tel. 089-9861872



Remigiusz Dechnik
tel. 085-1693355



Jak sobie radzić z kryzysem? – cz. I



EWELINA MUCHA-ZAWIERUCHA

Słowo „kryzys” ma wiele potocznych znaczeń. Najczęściej używa się go zamiennie ze słowem stres. „Mam kryzys” – mówimy, gdy ogarnia nas ogólne zniechęcenie i spadek nastroju. Dużo mówi się o kryzysie wieku nastoletniego, wieku średniego, kryzysie wartości. Kryzys odczuwamy także jako punkt zwrotny, sytuację wymagającą zmian lub poradczenia sobie z trudnym wydarzeniem.

Choć nie ma jednej, obowiązującej i wyjaśniającej wszystko teorii kryzysu, psychologowie zgadzają się, że kryzys to reakcja człowieka na bardzo trudne, stresujące wydarzenie, które zaburza jego codzienną równowagę. To moment, kiedy dotychczasowe sposoby radzenia sobie ze stresem nie skutkują. Zdarzenia wywołujące kryzys, choć mogą być różne dla każdego, są odczuwane jako krytyczne, nieoczekiwane, wymuszają zmiany i przewartościowanie życia.

Jak rozpoznać kryzys?

Kryzys to stan, kiedy osoba doświadcza skrajnych negatywnych emocji – lęku, smutku, złości, agresji wobec siebie, zdarza się, że traci kontrolę nad emocjami, ma poczucie niepewności co do przyszłości. W skrajnej postaci taki stan może doprowadzić do takich zachowań jak nadużywanie substancji psychoaktywnych, a nawet samobójstwa. Nie zawsze jest łatwo rozpoznać osobę w kryzysie. Może być ona nadmiernie pobudzona, albo całkiem wycofana i apatyczna. Może chętnie mówić o swoim problemie i wciąż wracać w rozmowie do stresującego wydarzenia lub całkowicie unikać rozmów na temat i podejmować działania, które pozornie wskazują, że sobie radzi. Niekiedy emocje są bardzo widoczne – osoba płacze, krzyczy, jest agresywna. Zdarza się jednak, że zdaje się być nieobecna i obojętna na wszystko. Niekiedy wygląd zewnętrzny może świadczyć o przeżywanym kryzysie – zaniedbanie higieny, ubioru u osób, które zawsze dbały o siebie. Kryzys powoduje także zmianę sposobu postrzegania świata – osoba w ostrym kryzysie ma trudności z koncentracją uwagi, kontrolą własnego zachowania i emocji. Silne napięcie objawia się także w fizjologii, np. poprzez bóle, zmianę rytmu oddechu, wzmożoną potliwość, drżenie. Niekiedy emocje są tak silne, że dopiero po odreagowaniu ich osoba w kryzysie (np. po doznanej przemocy fizycznej) zaczyna odczuwać ból.

Kryzys – zagrożenie czy wyzwanie?

Kryzys możemy podzielić na kryzysy przemiany (normatywne, rozwojowe), sytuacyjne (traumatyczne), chroniczne (trwające w czasie). Pierwsza grupa dotyczy każdego człowieka, gdyż każdy z nas przechodzi przez pewne ważne krytyczne wydarzenia w życiu (ślub, śmierć bliskich itd.). Kryzysy sytuacyjne są związane najczęściej z jednorazowym, traumatycznym wydarzeniem (np. doświadczenie przemocy, wypadku, kataklizmu) – nie wszyscy z nas ich doświadczają. Ich przeżywanie i powrót do równowagi trwa na ogół od 4 do 6 tygodni. Kryzysy chroniczne występują, kiedy kryzys nie został rozwiązany.

To, czy w danej sytuacji osoba doświadczy kryzysu, z jaką siłą on się przejawia i jak zostanie rozwiązany, zależy od danej osoby i jej zasobów radzenia sobie, ale także od tego, jaki był czynnik stresujący. Można powiedzieć, iż pod względem doświadczania bardzo stresujących wydarzeń ludzie wykazują wiele podobieństw i różnic. Z jednej strony nie u każdego doświadczenie krytycznej sytuacji powoduje wystąpienie bardzo głębokiego kryzysu. Jest to w dużej mierze uzależnione od naszej osobowości. Tę samą sytuację można odczuwać jako utratę, wyzwanie, zagrożenie. Np. stratę pracy można odczuwać jako utratę – towarzyszy temu smutek, negatywne myśli o sobie i świecie. Można przeżyć tę sytuację jako zagrożenie – dominującą emocją wtedy jest lęk o wysokim natężeniu. Inne osoby stratę pracy potraktują jako wyzwanie – szansę na zmianę, rozwój, zdobycie nowych doświadczeń. Wtedy kryzysowi towarzyszy wprawdzie przeżywanie niepokoju, ale z dozą oczekiwań i nadziei.

Istnieją jednak wydarzenia, które w każdym człowieku wywołają bardzo silne emocje. Poniżej przedstawiam Skalę Wydarzeń Życiowych według Holmesa i Rahe'a (według O.C. Simonton, S. Matthews-Simonton i J.L. Creighton, 1993).

Kryzysy przemiany

Holmes i Rahe opracowali skalę 43 wydarzeń życiowych, którą wolontariusze uszeregowali według tego, jak wielkiego przystosowania wymaga każde wydarzenie. Autorzy badali względną siłę działania sytuacji stresujących, przypisując bodźcowi odpowiednią wartość umowną jednostek stresu w skali od 0 do 100. W ten sposób powstał popularny **kwestionariusz Social Readjustment Rating Scale (SRRS)**.

1. Śmierć współmałżonka (100)
2. Rozwód (73)
3. Separacja małżeńska (65)
4. Pobyt w więzieniu (63)
5. Śmierć bliskiego członka rodziny (63)
6. Zranienie ciała lub choroba (53)
7. Zawarcie małżeństwa (50)
8. Zwolnienie z pracy (47)
9. Pogodzenie się ze skłóconym współmałżonkiem (45)
10. Przejście na rentę lub emeryturę (45)
11. Choroba w rodzinie (44)
12. Ciąża (40)
13. Kłopoty w pożyciu seksualnym (39)
14. Powiększenie się rodziny (39)
15. Rozpoczynanie nowej pracy zawodowej (39)
16. Zmiany w dochodach finansowych (38)
17. Śmierć bliskiego przyjaciela (37)
18. Zmiana zawodu (36)

19. Wzrost konfliktów małżeńskich (35)
20. Hipoteka ponad 10 000 dolarów (31)
21. Wiadomość o konieczności zwrotu większego długu lub pożyczki (30)
22. Zmiana stopnia odpowiedzialności w życiu zawodowym (29)
23. Opuszczenie przez dzieci domu rodzinnego (29)
24. Kłótnie i starcia z krewnymi współmałżonka (29)
25. Wzmożenie wysiłku dla wykonania jakiegoś zadania (28)
26. Początek lub zakończenie pracy zawodowej współmałżonka (26)
27. Rozpoczęcie lub zakończenie nauki szkolnej (26)
28. Zmiany standardu, poziomu życia (25)
29. Zmiany osobistych nawyków i przyzwyczajeń (24)
30. Starcia z szefem (23)
31. Zmiany warunków pracy lub najbliższego otoczenia (20)
32. Zmiana mieszkania (20)
33. Zmiana szkoły (20)
34. Zmiany w spędzaniu wolnego czasu (19)
35. Zmiany w praktykach religijnych (19)
36. Zmiany w nawykach życia towarzyskiego (18)
37. Hipoteka lub zaciągnięcie długu poniżej 10 000 dolarów (17)
38. Zmiana nawyków snu (16)
39. Zmiany częstości spotkań rodzinnych (15)
40. Zmiany nawyków żywieniowych (15)
41. Urlop (13)
42. Święta Bożego Narodzenia (12)
43. Małe naruszenie przepisów prawnych (11)

Kryzysy rozwojowe (przemiany) są zjawiskiem powszechnym i niezbędnym do prawidłowego rozwoju. Kryzys przemiany to pójście dziecka do szkoły, opuszczenie domu rodzinnego, małżeństwo, rodzicielstwo, przejście na emeryturę. Mimo że wydarzenia te są naturalne, mogą wywołać poważny kryzys – stają się dla jednostki przeszkodami, których nie jest stanie pokonać sposobami, których używała do tej pory. Mówiąc potocznie, sytuacja zaczyna człowieka „przerastać”. Fazy przejścia przez taki kryzys opisuje G. Caplan.

Fazy kryzysu przemiany według Gerarda Caplana

- Faza 1.** W konfrontacji z wydarzeniem dotychczasowe sposoby radzenia sobie stają się niewystarczające – prowadzi to do niepokoju.
- Faza 2.** Osoba uznaje, że nie przezwycięży trudności, czuje się pokonana, ma niskie poczucie wartości i czuje silne napięcie.
- Faza 3.** Następuje mobilizacja wszystkich sił i szukanie rozwiązania problemu, które prowadzi do rozwiązania go i odzyskania równowagi lub zaprzeczeniu problemowi (może dojść wtedy do przejścia kryzysu w stan chroniczny).
- Faza 4.** Jeśli nie dojdzie do rozwiązania ani zaprzeczenia, osoba osiąga skrajny poziom napięcia. Pozornie panuje nad sytuacją, ale może przejawiać negatywne zachowania – nadpobudliwość, tendencje do nadużywania substancji psychoaktywnych, próby samobójcze, może wycofać się z życia społecznego. ☑





Zeskanuj kod QR
i pobierz aplikację TRD



TWOJE RADIO DUBLIN

www.trd.fm



Narożnik Marco rozkładany € 899



Narożnik Zara rozkładany € 899



Luna sofa rozkładana € 499



Ława Serena € 299



Ława Trista € 349



PROMOCJA

Wersalka Megan € 349 ~~€ 299~~ € 299



Zestaw Fano (stół + 4 krzesła) € 899



Zestaw Viena (stół + 4 krzesła) € 379

J&D FURNITURE
Highest Quality at factory prices
POLSKIE SALONY MEBLOWE W IRLANDII
www.jdfurniture.ie

Łóżko Brasil 160x200 € 599



**Przy zakupie łóżka
każdy klient otrzymuje
20% rabatu na dowolny
model materaca dostępny
w kolekcji J&D Furniture**

* oferta ważna do końca roku 2014



49



Dublin komplet do sypialni € 1099



Linn komplet do sypialni € 1599

Cork

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

Dublin

19 Millennium Business
Park, Cappagh Road
Finglas West, Dublin 11
(01)6879801
(086)4543474
dublin.jdfurniture@gmail.com



Zestaw Raul (stół + 4 krzesła) € 899



Customize your sofa with J&D Furniture

Każdy model sofy, narożnika lub wersalki może być wykonany w dowolnej kombinacji kolorystycznej na życzenie klienta Ponad 350 opcji kolorystycznych

Waterford zaprasza na Winterval



Znany irlandzki iluzjonista Keith Barry nie zdradza na razie szczegółów swojego pokazu „Magic on the Mall”, który będzie częścią tegorocznego festiwalu Winterval. Keith będzie w tym roku ambasadorem festiwalu, który rozpocznie się w Waterford już 21 listopada i potrwa aż do 23 grudnia.

„Jestem zaszczycony pełnieniem funkcji ambasadora i jestem dumny z tego, że moje rodzinne miasto zorganizowało najwspanialszy festiwal świąteczny w całym kraju. Swój pokaz zaplanowałem na 29 listopada i mam nadzieję, że mieszkańcy Waterford pojawią się tłumnie na The Mall, by mnie oglądać”, mówi Keith Barry.

Podobnie jak w latach ubiegłych większość atrakcji wintervalowych jest darmowa, a bilety na te płatne można rezerwować na stronie festiwalu. W dniu otwarcia festiwalu, w piątek 21 listopada do Waterford przybędzie Święty Mikołaj, który oficjalnie rozpocznie Winterval, włączając w centrum świąteczne światła.

Podczas festiwalu, podobnie jak w latach ubiegłych, będzie można obejrzeć pokaz świateł na budynku The Deanery, odwiedzić Muzeum Zabawek, posłuchać koncertów na „świątecznej choince”, a także przejechać się

wozem ciągnionym przez konie lub specjalnym festiwalowym pociągiem czy wreszcie spotkać się z Mikołajem w jego grocie.

Nie zabraknie także Polskiej Wioski Świętego Mikołaja, która zaprasza na warsztaty pierniczkowe, gorące dania z tradycyjnej polskiej kuchni oraz do galerii prezentującej wyroby lokalnych polskich artystów i rzemieślników. Podczas warsztatów będzie można samodzielnie wyciąć i udekorować pierniczki, a w trakcie oczekiwania na ich upieczenie warto spróbować przysmaków polskiej kuchni lub tradycyjnych polskich ciast.

Szukających oryginalnych i niepowtarzalnych prezentów pod choinkę zaprasza także galeria, która będzie prezentowała unikatowe wyroby polskich rzemieślników i artystów tworzących w Irlandii. W tym roku Wioska Świętego Mikołaja zostanie przeniesiona w nowe miejsce i będzie się mieściła przy Parnell Street, w pobliżu skrzyżowania z John's Street.

To oczywiście jedynie tylko część atrakcji, która czeka na odwiedzających Winterval. Szczegółowy program można zobaczyć na stronie www.winterval.ie.

Gdzie: Waterford

Kiedy: od 21 listopada do 23 grudnia

Polska Noc Kabaretowa

Gwiazdami wieczoru będą: Paraniormalni, Kabaret Skeczów Męczących, Kabaret Nowaki oraz gość specjalny – Katarzyna Pakosińska.

Paraniormalni: Czy są kwestie, z których nie warto żartować? Tematy, które nie są śmieszne? Relacje damsko-męskie, absurdalne postacie i sytuacje z życia codziennego to tematy, które pojawiają się w kabarecie od zawsze. Paraniormalni udowadniają, że można potraktować je nowatorsko i przedstawić w niespotykany dotąd, pomysłowy sposób. Niezwykły kontakt z publicznością, zaskakujące wprowadzenie i skecze, które rozbawią każdego, to gwarancja udanego spektaklu.

Kabaret Skeczów Męczących: Formacja kabaretowa pochodząca z Kielc – w skład kabaretu wchodzi czwórka wciąż młodych, pełnych pozytywnej energii mężczyzn. Od kilku lat podbijają serca widzów w całej Polsce, znają ich Państwo z największych telewizyjnych festiwali kabaretowych. Bez nich nie byłoby ochroniarza Śruby, niesamowitego Kłaka, a Polska nie miała by hymnu na Euro 2012. Wyśmiewają absurdalność naszej codzienności, przy czym potrafią śmiać się także z siebie. Śpiewają, parodiują, a wszędzie, gdzie się pojawiają, zdobywają rzesze nowych fanów. **Kabaret Nowaki:** Na scenie istnieje od listopada 2007 roku, ale znacznie wcześniej rozpoczął się proces twórczy członków tego zespołu. Przez długi czas Ada Borek, Tomasz Marciniak i Kamil Piróg pracowali w innych formacjach kabaretowych (Babeczki z Rodzynkiem i Profil), brali

udział w wielu przedsięwzięciach artystycznych: pełnometrażowe filmy Władysława Sikory, przedstawienia muzyczne i różnego rodzaju imprezy kabaretowe. To wszystko pozwoliło po zebraniu kilkuletniego doświadczenia założyć kabaret Nowaki, który charakteryzuje się specyficzną energią i tekstami.

Katarzyna Pakosińska: Z pochodzenia jest krymską Tatarką. Była harcerką. Studiowała polonistykę na Uniwersytecie Warszawskim, gdzie poznała pozostałych członków Kabaretu Moralnego Niepokoju. Jest autorką serialu dokumentalnego „Tańcząca z Gruzją”. Brała udział w programie „Taniec z gwiazdami”. Od 2014 roku jest wokalistką zespołu Leszcze.

Bilety do kupienia na stronie www.koncerty.ie, www.bilety.gazeta.ie, w sieci sklepów Mróz oraz Polskiej Księgarni w Dublinie.

Wstęp bez ograniczeń wiekowych.

Więcej informacji na stronie www.koncerty.ie.

Gdzie: Dublin, Helix

Kiedy: 5 grudnia



Zabawa andrzejkowa

Andrzejki to jeden z najbardziej magicznych wieczorów w roku. Obchodzimy je w dniu Świętego Andrzeja. Pierwsze znane wzmianki o wróżbach pochodzą już z 1555 roku.

W ten wieczór wszystkie panny chciały poznać swoją przyszłość i przyszłego męża. Dziś andrzejki to przede wszystkim czas spotkań towarzyskich i miło spędzonego czasu w gronie znajomych. Dlatego też zapraszam bardzo serdecznie na zabawę andrzejkową, która odbędzie się 30 listopada w Pubie Blackrock Inn o godzinie 20.00. Wszystkie pyszności przygotowuje Tasty Alphabet Catering.



Bilety do kupienia na wejściu, start o 20.00.

Gdzie: Cork

Kiedy: 30 listopada

Czerwony Kapturek oraz Zimowe Animacje z Elfami

Spektakl „Czerwony Kapturek” to muzyczna opowieść o dziewczynce, która lubiła chodzić własnymi ścieżkami. Po drodze do domku chorej babci spotyka wilka, który sprytnie podpytuje Kapturek i idzie.

Rozśpiewana dziewczynka w końcu dociera do chatki, ale czy zostanie w niej babcią...? Druga część to Zimowe Animacje z Elfami. Wspólna

zabawa z dziećmi i rodzicami. Scenariusz pełen atrakcji, konkursów, tańców oraz zabaw dla całych rodzin. Animacje poprowadzi DJ Santa Claus. Na scenie zagrają także dzieci ze Szkoły Muzycznej Fermata.

Zakup biletu obowiązuje zarówno dziecko, jak i osobę dorosłą.

Bilety do kupienia na www.bilety.gazeta.ie.

Gdzie: Saggart Co., Dublin

Kiedy: 6 grudnia, godz. 14.00 i 17.00

Paczki do Polski i Irlandii

Piorunująca
promocja świąteczna
obowiązuje od 16-11 do 15-01-2015 r.

THUNDER
TRANSPORT

Paczka

z Polski do Irlandii oraz z Irlandii do Polski

Co. Dublin, Cork City

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

Pozostałe

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

Paczka do 30 kg

€25

przy dostawie do jednego z naszych
oddziałów D24 lub D15/D11

Przeprowadzki

z Irlandii do Polski i z Polski do Irlandii

do 300 kg - €1,3 / kg
do 500 kg - €1,2 / kg
od 501 kg - €1,0 / kg

Palety do Polski od €150

Informacja pod numerem:

0857844966

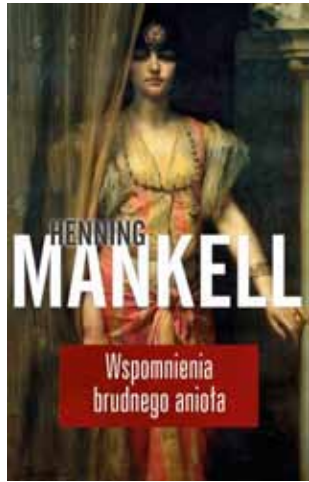


www.thundertransport.pl



CZYTELNI

Wspomnienia brudnego anioła
Autor: Henning Mankell



Henning Mankell, od lat zafascynowany Afryką, opowiada pasjonująco dzieje Szwedki, która została właścicielką największego domu publicznego w stolicy Mozambiku na przełomie XIX i XX wieku. Powieść „Wspomnienia brudnego anioła” w pewnej mierze oparta jest na faktach,

pisarz sięgnął do dokumentów, które przeleżały sto lat w archiwum w Maputo.

Hanna Renström, dziewczyna pochodząca z biednej szwedzkiej wioski, musi opuścić dom rodzinny, gdyż matka nie jest w stanie jej żywić. W 1904 roku w nadziei na lepsze życie wsiada na statek do Australii, na którym ma pracować jako kucharka. W czasie rejsu Hanna wychodzi za mąż za drugiego oficera. Jednak mężczyzna umiera na tropikalną chorobę i zostaje pochowany w morzu. Zrozpaczona młoda wdowa ucieka ze statku w portugalskim porcie w Afryce Południowej i zatrzymuje się w hotelu O Paraiso. Zapada na ciężką chorobę. Opiekują się nią czarne kobiety i od nich Hanna dowiaduje się, że hotel tak naprawdę jest domem publicznym, własnością niejakiego senhora Vaza...

„Wspomnienia brudnego anioła” to sugestywny portret kolonialnej Afryki, świata pełnego przemocy i nienawiści. To poruszająca opowieść o kobiecie, której udało się przetrwać w ekstremalnie trudnych warunkach i zachować człowieczeństwo.

Przebudzenie
Autor: Stephen King



Pakt, o jakim nawet diabeł się nie śnił. „Przebudzenie” to mroczna, wciągająca powieść amerykańskiego mistrza horroru – o uzależnieniu, fanatyzmie i o tym, co może istnieć po drugiej stronie życia... Przenosimy się do niewielkiej miejscowości w Nowej Anglii, ponad pół wieku temu. Maty chłopiec bawi się żołnierzami, gdy niespodziewanie pada na niego cień. Jamie Morton podnosi głowę i widzi nieznanego mężczyznę. To Charles Jacobs, nowy pastor, który wraz z żoną przyjechał do miasteczka. Nikt nawet nie przypuszcza, jak duże zmiany zajądą w życiu lokalnej społeczności... Wszyscy

mężczyźni skrycie podkochują się w pięknej pani Jacobs, a kobiety oczarowane są wielobnym Jacobsem – także matka Jamiego i jego ukochana siostra Claire. Samego chłopca potoczy z pastorem szczególna więź... Kiedy w rodzinie Jacobsów dochodzi do tragedii, charyzmatyczny kaznodzieja zaczyna przeklinać Boga i szydzić z wiary. Zszokowani parafianie zmuszają go, by opuścić miasto. Mija wiele lat. Jamie, który od trzynastego roku życia nie rozstaje się z gitarą, podróżuje z koncertami po całym kraju. Wiedzie tułaczy żywot rockandrollowego muzyka, uciekając od traumatycznej przeszłości. Po trzydziestce – uzależniony od heroiny, osamotniony i zrozpaczony – ponownie spotyka Charlesa Jacobsa. Będzie to miało poważne konsekwencje dla obu mężczyzn. Ich relacja przerodzi się w mroczny pakt, a Jamie odkryje, jak wiele znać ma słowo „przebudzenie”. Śledzimy losy bohaterów przez pięć dekad, podążając do najbardziej przerażającego zakończenia, jakie kiedykolwiek wyszło spod pióra Stephen Kinga. „Przebudzenie” to prawdziwe arcydzieło, nawiązujące do twórczości takich wybitnych amerykańskich pisarzy jak Frank Norris, Nathaniel Hawthorne czy Edgar Allan Poe.

Jadłonomia. Kuchnia roślinna. 100 przepisów nie tylko dla wegan

Autor: Marta Dymek
Pierwsza książka kucharska twórczyni „Jadłonomii” – najpopularniejszego polskiego bloga o kuchni wegetariańskiej. Czy łodyga brokuła nadaje się do jedzenia? Do czego wykorzystać natkę marchewki? Jak zrobić bezmięсны paszтет na świąteczny stół? Na te i wiele innych



100 przepisów na wegańskie śniadania, obiady i kolacje z bulw, korzeni i liści. Tu burak zmienia się w ciasto czekoladowe, pietruszka występuje w parze z gruszką, a z garści kapusty powstają chrupiące chipsy. Pozycja obowiązkowa dla wszystkich jaroszy oraz dla tych, którzy do tej pory nie wyobrażali sobie bezmięsnego obiadu.

Blog niecodzienny
Autor: Maria Czubaszek

„Blog niecodzienny” to esencja najbardziej trafnych i zabawnych wpisów z popularnego bloga prowadzonego przez autorkę od 2006 roku. Maria Czubaszek i jej niezawodne poczucie humoru w najczystszej formie. Choć mówi, że nie lubi pisać do druku, to w druku czyta się ją doskonale. Każdym słowem maluje charakterystyczne postacie: córkę sąsiadki, tajemniczą czytelniczkę czy bohaterkę swojej powieści, Alicję. Ich opinie stają się punktem wyjścia do błyskotliwych



konstatacji, które – celniej niż wszelkie diagnozy społeczne – punktują absurdalność codzienności. Innego rodzaju pożywką dla bezbłędnych puent jest oserwowane przez autorkę medialne życie polityków i osób publicznych.

Zawsze powtarzam, że człowiek nie po to żyje, żeby jeść, ale po to je, żeby się odchudzać. Najlepszym dowodem na potwierdzenie tej hipotezy jest jedna z moich znajomych. Od kiedy pamiętam, odchudza się. Głównie, jak podejrzewam, między posiłkami. Mimo to, a może właśnie dlatego (bo podobno najgorsze jest tzw. pojadanie) co jakiś czas informuje z dumą, że schudła. Kiedy mówię, żeby się nie przejmowała, bo nie widać, nabzdyczona zapewnia, że codziennie się waży. Na uwagę, że nie chudnie się od ważenia, tylko od niejedzenia, przegląda się uważnie w lustrze i choć wciąż brzuch do granic bólu, markotnieje. Wtedy robi mi się głupio i mówię, że żartowałaś. Przecież widać, że schudła. tyka to za każdym razem. Bo łatwo jest uwierzyć w to, w co chce się wierzyć. Wiem to po sobie. Maria Czubaszek.

POZYTYWNI

Autorskie Warsztaty Fotograficzne
Historia jednego zdjęcia
22-23 LISTOPADA
2014

14 Hight Street,
Dublin 8
Kościół Św. Audoena
sala Św. Anny

JEŚLI CHCESZ

- robić technicznie dobre zdjęcia
- oczarować innych kompozycją zdjęć
- rysować kadry światłem znając jego rodzaje
- nauczyć się selekcji zdjęć i wygrywać konkursy fotograficzne

ZAPISZ SIĘ JUŻ DZIŚ
email: pozytywni.wyspa@gmail.com
tel: (0857) 141 343 lub (0834) 143 850

Prowadzący

Małgorzata Pióro
Grażyna Sobik
Bartłomiej Pilarczyk
Łukasz Pedłowski

HOROSKOP LISTOPAD 2014

Baran

W tym miesiącu napraw błędy i pozbań się niewygodnych przyzwyczajzeń. Samotne Barany złączą aktywnie poszukiwać kogoś, kto będzie towarzyszył im przez zimowe miesiące. Barany w stałych związkach powinny poświęcić więcej czasu i uwagi kochanej osobie. Uważajcie, bo możecie też stać się o wiele bardziej niż zwykle zazdrośni! Miesiąc sprzyja udanym operacjom finansowym. Jeśli ubiegasz się o pożyczkę lub kredyt, to cierpliwie wyszukaj najlepsze oferty i negocjuj procenty.

Byk

Zapowiada się gorący miesiąc! Będziesz pomagał, decydował, ale też dyskutował i kłócił się z osobami, które sprzeciwiają się twoim planom. Czekaj na Ciebie wiele ciekawych zaproszeń i towarzyskich imprez. Stwierz się atrakcyjny dla przedstawicieli płci przeciwnej, nawet jeśli nie specjalnego w tym kierunku nie robisz. Okazji do flirtów i randek nie powinno w tym miesiącu zabraknąć. Jeśli w twoim związku były jakieś sporne sprawy, to teraz uda ci się je wyjaśnić. Miesiąc wyjątkowo sprzyja negocjacji, szkoleniom i pracy z bezpośrednim kontaktem z ludźmi.

Bliznięta

Zapowiada się spokojniejszy miesiąc, w którym zamiesz się raczej kończeniem już rozpoczętych spraw, niż angażowaniem w ryzykowne propozycje. Ostatnie dni listopada mogą przynieść ci kilka miłosnych dylematów. Zaczynasz zastanawiać się nad sensem wszystkich zobowiązań, a nawet możesz zniechęcić się do długodystansowych związków. Twoje dokonania mogą być przedmiotem publicznych rozważań, a być może czeka cię wystąpienie przed większym gronem słuchaczy. Poszukujący lepszej pracy mają przed sobą udany miesiąc.

Rak

Wykorzystaj szansę, jaką otrzymasz w tym miesiącu. Bądź otwarty na nowe propozycje i zastanów się, czego jeszcze nie zrobiłeś, a co jest w twoim zasięgu. Odważ się prosić o więcej, bądź też cierpliw i serdeczny. W listopadzie poważnie podchodź do swoich obowiązków: nie spóźniaj się i nie załatwiaj prywatnych spraw w godzinach pracy. Miesiąc sprzyja wyjaśnianiu partnerskich nieporozumień. Teraz łatwiej osiągniecie porozumienie, zdecydowanie się na wspólne inwestycje czy też podejmiecie wspólne decyzje.

Lew

Nie wahaj się podejmować odważnych decyzji osobistych i bądź sprawiedliwy. Szybko okaże się, że w ten sposób możesz wykorzystywać najlepsze możliwości i odwrócić błędy, jakie stały ci na przeszkodzie. Jesienią masz prawo czuć się zmęczony, nie wymagaj więc od siebie zbyt wiele. W tym miesiącu możesz przypomnieć sobie o pierwszej miłości lub nawet ponownie nawiązać kontakt z kimś, kogo kochałeś w przeszłości. Określ jasno, czego pragniesz i co sam możesz dać drugiej osobie. W pracy czeka cię więcej zwyczajnych obowiązków, a mniej okazji do błyskotliwych sukcesów i szybkich zwycięstw.

Panna

Miesiąc sprzyja znaczącym sukcesom, szczególnie jeśli twoja praca polega na komunikowaniu i spotykaniu się z ludźmi. Wykorzystaj zaproszenia i wybierz się do krewnych lub przyjaciół, których dawno nie widziałeś. Trochę odmiany i rozrywki w jesienne weekendy dobrze ci zrobi! Będziesz bardziej niż zwykle towarzyski i ciekawo spraw, jakimi interesują się inni ludzie. Sercowe kłopoty przyjaciół okażą się tematem, na jaki będziesz z wielkim zapałem dyskutować. W pracy postaraj się szybko i odważnie reagować na nowe pro-

pozycje, a przede wszystkim nie czekaj, aż w drodze do celu ubiegnie cię ktoś mniej zdolny.

Waga

Czekaj cię spokojniejszy, ale udany miesiąc. Szczęście ci sprzyja, choć od ryzykownych spraw trzymaj się z daleka. Jest to dobry czas, aby uporządkować swoje sprawy finansowe. Odzyskaj to, co ludzie są ci winni i zastanów się, jak mógłbyś spłacić własne długi. Planety sprzyjają romantycznej miłości, ale nie licz na szalone przygody. Nie pochwaly i uznania, a premia będzie motorem twoich zawodowych działań.

Skorpion

Miesiąc sprzyja nowym pomysłom i ambitnym planom. Nie przejmuj się tym, co mówią inni i słuchaj swojej intuicji. Twoje marzenia i sekretne plany mają szansę się spełnić, jeśli tylko poświęcisz im więcej czasu i uwagi. Wspomnienia i uczucia okażą się teraz bardzo ważne. Wpływ planet nastroi cię sentymentalnie. Rozwój miłosnych wypadków zależeć jednak będzie od twoich decyzji, bo to ty w tym miesiącu będziesz wybierać i decydować. Bądź optymistą, słuchaj intuicji i odważ się trochę zaryzykować! Teraz masz szansę osiągnąć to, o czym inni tylko mogli marzyć.

Strzelec

Miesiąc sprzyja dobrym pomysłom, ale nie wszystkie z nich uda się szybko zrealizować. Nie opowiadaj zbyt wiele o swoich planach, bo ktoś zazdrośny może ubiec cię w drodze do sukcesu. Odpocznij, nie spiesz się z niczym, ale przede wszystkim słuchaj swojej intuicji. Miesiąc sprzyja miłości, ale nie umawiaj się z osobami o złej reputacji. Plotki i domysły, jakie inni będą mieli na wasz temat, mogą wydać ci się krzywdzące. Poszukujący lepszej pracy powinni zastanowić się nad właściwą strategią swoich poszukiwań. Być może są jeszcze miejsca i osoby, których nie uwzględniliście w swoich kalkulacjach.

Koziorożec

Zapagniesz porzucić nudne obowiązki. Zainwestuj w coś zupełnie nowego i zaskakującego! To najlepszy czas, aby dokładnie przjrzeć się swoim planom na przyszłość. Będziesz teraz w dobrym nastroju i żadne przeciwności nie wydadzą ci się straszne. Stwierz się też dobrym mediatorem i negocjatorem. W miłości czeka cię wiele niezwykłych spotkań, które tym razem mogą przerodzić się w dłuższy flirt, a nawet w namiętny romans. Sprawy finansowe powinny układać się po twojej myśli, choć Wenus w listopadzie kusić cię będzie do większych niż zwykle wydatków na ubrania i różne przyjemności. Nie żałuj sobie tego, na co sam zapracowałeś i co poprawi ci nastroj.

Wodnik

Listopadowe spotkania staną się w tym roku okazją do ważnych rozmów, a nawet podsumowań. Czas sprzyja także załatwianiu rodzinnych spraw w urzędach lub w notariusza. Korzystny wpływ planety Wenus pomoże ci pozbyć się niepotrzebnych kompleksów i uniknąć krzywdzących plotek. Być może będziesz komuś pomagać w tajemniczej, ale słusznej sprawie, dzięki czemu zyskasz wdzięczność i sympatię. Nie poddawaj się trudnościom i walcz, a osiągniesz wymarzony sukces.

Ryby

W tym miesiącu poczujesz się potrzebny, doceniani i lubiani. Czekaj cię propozycja wyjazdu, zdobycia nowych doświadczeń, spotkania z niezwykłą osobowością. W miłości Ryby będą teraz myśleć przede wszystkim o sobie i swoich przyjemnościach. Postaraj się być nieco bardziej ciepły i wyrozumiały wobec potrzeb osób, które są ci bliskie. Samotne Ryby będą miały okazję do poznania kogoś wyjątkowo interesującego, choć na początku znajomości mogą wcale nie dawać tej osobie zbyt dużej szansy. Listopad bardzo sprzyja wprowadzaniu w zwykły rytm pracy różnych innowacji i nowinek technicznych.

Uśmiechnij się :)



- Dowódca pyta szeregowego:
 – Co mamy napisać na twoim nieśmiertelniku, żołnierzu? Protestant, Katolik czy Żyd?
 – Nic. Jestem niewierzący.
 – A gdybyś został ranny, kogo powinniśmy wezwać: Pastora, księdza czy rabina?
 – Wezwijcie lekarza.

STOSOWANIE ŚRODKÓW DO USPRAWNIA CZEGOS	MIASTO KONFERENCJI W 1945 R. SZMER	JEDNA Z PAPUG ZASTRASZANI, TYRANIA	ZEWNETRZNA RAMA OKIENNA W MURZE	KRAJ PODLEGEY WLAZDY EMIRA	OBLCZE, POLICZEK WYRAZ TWARZY	FILM Z AGNIESZKA WLODARZYK I BOGUSLAWEM LINDA	WOLNA POSADA	DUSZEK PODZIEMNY DYLETANT, LAIK	ZNAWKA JEZYKA I KULTURY IRANSKIEJ; IRANISTA	CIASTO Z BAKALIAMI	
			ROZGRYWANIE GRY, KTorej WYNIKIEK JEST REMIS			4	17	15		KONTYNET Z FILIPINAMI	
LIKwidACJA, KASACJA CZŁOWIEK, OSOBA			BYŁ TAKI KLUB SPORTOWY WE WRONKACH		14		INSTRUMENT STRUNOWY, ALTÓWKA MIĘSOŚNA				
DZIEŃ NASTĘPUJĄCY PO DZISIEJSZYM			W MUZYCE: MOLL				BUT KOJARZONY Z POBOREM DO WOJSKA				
			LIChA KAWA			KAMIEŃ JUBILERSKI PORECZENIE, GWARANCJA			MARCO, PODRÓŻNIK ŚREDNIO-WIECZNY	PLUJĄCE ZWIERZĘ	
SKORUPIAK MORSKI	MYLI SIĘ RAZ W ŻYCIU	WIeLkie JEZIORO W ROSJI			6		SPRAWOZDANIE WOJSKOWE	MATKA KASTORA I POLLUKSA			
RZĘKA ALBO RYBA ARABSKIE IMIĘ MĘSKIE			DOKONUJE OBCHODU TERENU		16			DRZEWO LIŚCIASTE	ZIEMIA UPRAWNA	KARETKA REANIMACYJNA	
	OSOBA PRZEPROWADZAJĄCA AGITACJĘ			SCENA CYRKOWA							
				WALKA TRENINGOWA							
DOPŁYW ODRY			DZIELNICA WILLOWA W WARSZAWIE	SPĘDZANIE ZWIERZĄT		22		ROŚLINA POCHODZĄCA Z MEKSYKU I AMERYKI POŁUDNIOWEJ, KWITNĄCA TYLKO RAZ	STOLICA TOGO	21	
				NARZĄD WZROKU					POSZEDĘ W LAS		
MIERZY CZAS	20			FUNDAMENT, NIEMZRUSZONA PODSTAWA	18				NIESTNIENIE	ZAPALENIE ROPNE TOREBK I WŁOSA I PRZYLEGAJĄCEGO DO NIEJ GRUCZOŁU ŁOJOWEGO	
				IGOR Z OPERY BORODINA			DAWNA MONETA	8			
				SPOTKA WINOWAJCĘ					19	12	
IMIE PIOSENKARKI STANEK	MIMOWOLNY SKURCZ MIĘSIA						NIEKIEDY MA SZALE	SZCZYT GRANICZNY W TATRACH WYSOKICH	FORMAT KOMPRESJI DANYCH W KOMPUTERZE	POCZUCIE GODNOŚCI OSOBISTEJ	IMMANUEL, FILOZOF NIEMIECKI
... D'ARC							DALSZY KREWNY TALON				
				DAWNA MONETA ZE SREBRA	5				WYPĘD OWIEC NA PASTWISKI GÓRSKIE OPRAWCA		
			PRACA ROLNIKA	NAJŚREJNIEJSZY W HISTORII TENISISTA POLSKI	10				FUTERAŁ NA REWOLWER LUB PISTOLET		1
GRA POLEGAJĄCA NA RZUCANIU LOTKAMI DO TARCZY MIESZANINA GŁOSÓW											3
			GRUBA GAŁĄZ	PRZYSMAK PSA							
	9								7		

Brylant świeci w popiele

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Pomoc udzielana w Irlandii osobom o niskich zarobkach

Dodatek rodzinny

Dodatek rodzinny jest nieopodatkowanym świadczeniem wypłacanym co tydzień, stanowiącym wsparcie dla osób o niskich zarobkach. Mogą się o niego ubiegać pracownicy mający dzieci, niezależnie od tego, czy pozostają w związku małżeńskim, czy też nie.

Zachowanie świadczeń socjalnych

W pewnych sytuacjach istnieje możliwość utrzymania świadczeń socjalnych (lub przynajmniej ich części), w momencie gdy rozpoczniesz pracę. Na przykład:

Jeśli pracujesz w niepełnym wymiarze godzin, możesz utrzymać świadczenie dla osób bezrobotnych lub dodatek dla osób bezrobotnych. Jeśli otrzymujesz świadczenie dla osób samotnie wychowujących dziecko, wolno Ci uzyskiwać pewien dochód tygodniowo i utrzy-

mać świadczenie. Jeśli otrzymujesz świadczenie chorobowe (od co najmniej 6 miesięcy) lub rentę inwalidzką, możesz ubiegać się o świadczenie wypłacane osobom o ograniczonej kondycji i nadal utrzymać swoje świadczenie, w zależności jednakże od tego, jak ograniczona jest Twoja zdolność wykonywania pracy.

Dodatek mieszkaniowy

Jeśli byłeś bezrobotny lub nie byłeś zatrudniony w pełnym wymiarze godzin oraz jeżeli zostanie stwierdzone, iż potrzebujesz wsparcia finansowego w opłatach za mieszkanie, możesz mieć prawo do utrzymania swojego dodatku mieszkaniowego.

Karta medyczna

Jeśli przebywałeś na zasiłku dla bezrobotnych i wracasz do pracy w pełnym lub niepełnym

wymiarze godzin, możesz zatrzymać kartę medyczną przez trzy lata, pod warunkiem, że w ciągu ostatnich 12 miesięcy uzyskiwałeś następujące świadczenia:

- świadczenie dla bezrobotnych,
- wsparcie finansowe dla bezrobotnych,
- świadczenie dla osoby samotnie wychowującej dziecko,
- świadczenie chorobowe,
- renta inwalidzka,
- renta dla osób niewidomych,
- lub jeśli korzystałeś z planu aktywizacji zawodowej lub programu szkoleń dla osób bezrobotnych.

Jeśli podejmiesz pracę na pełny wymiar, możesz utrzymać swoją kartę medyczną przez trzy lata od daty rozpoczęcia pracy. Jeśli podejmiesz pracę w niepełnym wymiarze, okres trzech lat utrzymania karty rozpocznie się od daty, kiedy

Twój dochód przekroczy sumę określoną na Twojej karcie medycznej.

Podatki

Jeśli Twój dochód jest niski, może nie będziesz musiał uiszczać żadnego podatku, gdyż Twoje ulgi podatkowe oraz zniżki wynoszą więcej lub są takie same jak wysokość podatku, którą miałbyś zapłacić. Osoby z dochodami poniżej 10,036 € lub te, które posiadają kartę medyczną nie uiszczają opłaty z tytułu ubezpieczenia społecznego (Universal Social Charge).

Osoby powyżej 65 roku życia obowiązują takie same zasady podatkowe jak wszystkich innych, ale w ich przypadku istnieją limity podatkowe, poniżej których nie muszą uiszczać podatków i mogą skorzystać z ulg podatkowych.

Planowany cennik biletów Dublin Bus, który będzie obowiązywać od 1 stycznia 2015 r.

Typ pasażera: Dorośli 1-3 (liczba przystanków)
Obecna cena biletu: 1,80 euro
Nowa cena biletu: 1,95 euro
Cena biletu - Leap Card: 1,45 euro
Nowa cena biletu - Leap Card: 1,50 euro
Zaoszczędzone pieniądze dzięki Leap Card: 0,45 euro (23%)
Typ pasażera: Dorośli 4-7 (liczba przystanków)
Obecna cena biletu: 2,35 euro

Nowa cena biletu: 2,55 euro
Cena biletu - Leap Card: 1,95 euro
Nowa cena biletu - Leap Card: 2,05
Zaoszczędzone pieniądze dzięki Leap Card: 0,50 euro (20%)
Typ pasażera: Dorośli 7-13 (liczba przystanków)
Obecna cena biletu: 2,60 euro
Nowa cena biletu: 2,80 euro

Cena biletu - Leap Card: 2,15 euro
Nowa cena biletu - Leap Card: 2,25 euro
Zaoszczędzone pieniądze dzięki Leap Card: 0,55 euro (21%)
Typ pasażera: Dorośli (powyżej 13 przystanków)
Obecna cena biletu: 3,05 euro
Nowa cena biletu: 3,30 euro
Cena biletu - Leap Card: 2,50 euro
Nowa cena biletu - Leap Card: 2,60 euro

Zaoszczędzone pieniądze dzięki Leap Card: 0,70 euro (22%)
Typ pasażera: Dorośli (II strefa podmiejska)
Obecna cena biletu: 4,20 euro (2 strefy)
Nowa cena biletu: 4,30 euro
Cena biletu - Leap Card: 3,50 euro
Nowa cena biletu - Leap Card: 3,60 euro
Zaoszczędzone pieniądze dzięki Leap Card: 0,70 euro (21%)

Księgowość

ROZLICZENIA

ROCZNE JUŻ OD €99

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



www.dmksiegowosc.eu

TEL/FAX. 021 427 83 49

SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI

TEL. 018 06 65 55

4 Washington Street 2nd Floor Office / Cork

Unit 31 Coolmine Industrial Estate, Blanchardstown, Dublin 15

A czy ty zjadasz E?



AGNIESZKA GREGORCZYK

BARWNIKI

- E 100 – nieszkodliwy (kurkumina)
- E 101 – nieszkodliwy (ryboflawina)
- E 102 – niebezpieczny (tartaksyna)
- E 103 – zabroniony
- E 104 – podejrzany (żółć benzopirydynowa)
- E 105 – zabroniony
- E 110 – niebezpieczny (żółć pomarańczowa S)
- E 111 – zabroniony
- E 120 – niebezpieczny (koszenilina)
- E 121 – zabroniony
- E 122 – podejrzany (azorubina)
- E 123 – bardzo niebezpieczny (barwnik amoniakalny)
- E 124 – niebezpieczny (róż koszenilinowa)
- E 125 – zabroniony
- E 126 – zabroniony
- E 127 – niebezpieczny (erytrozyna)
- E 130 – zabroniony
- E 131 – rakotwórczy (błękit patentowy)
- E 132 – nieszkodliwy (indygotyna)
- E 140 – nieszkodliwy (chlorofil)
- E 141 – podejrzany (związek chlorofilowy)
- E 142 – rakotwórczy (zieleń lisaminowa)
- E 150 – podejrzany (karmel)
- E 151 – podejrzany (czerń brylantowa BN)
- E 152 – zabroniony
- E 153 – nieszkodliwy (węgiel drzewny)
- E 160 – nieszkodliwy (karotenoidy)
- E 161 – nieszkodliwy (ksantofil)
- E 162 – nieszkodliwy (betanina)
- E 163 – nieszkodliwy (antocyjan)
- E 170 – nieszkodliwy (węgiel wapnia)
- E 171 – podejrzany (dwutlenek tytanu); zabroniony w Polsce
- E 172 – podejrzany (tlenki i wodorotlenki żelaza)
- E 173 – podejrzany (aluminium)
- E 174 – nieszkodliwy (srebro)
- E 175 – nieszkodliwy (złoto)
- E 180 – podejrzany (pigment rubinowy)

KONSERWANTY

- E 200 – nieszkodliwy (kwas sorbowy)
- E 201 – nieszkodliwy (sól sodowa kwasu sorbowego)
- E 202 – nieszkodliwy (sól potasowa kwasu sorbowego)
- E 203 – nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu sorbowego)
- E 210 – rakotwórczy (benzoesan)
- E 211 – rakotwórczy (benzoesan sodu)
- E 212 – rakotwórczy (benzoesan potasu)
- E 213 – rakotwórczy (benzoesan wapnia)
- E 214 – rakotwórczy (benzoesan etylu)
- E 215 – rakotwórczy (benzoesan estru etylowego)
- E 216 – rakotwórczy (benzoesan propylu)
- E 217 – rakotwórczy (benzoesan estru propylu)
- E 218 – rakotwórczy (benzoesan metylu)
- E 219 – rakotwórczy (benzoesan estru metylu)
- E 220 – niszczy witaminę B12 (bezwodnik siarki)
- E 221 – zaktóca czynności jelit (siarczyn sodu)
- E 222 – zaktóca czynności jelit (dwusiarczyn sodu)
- E 223 – zaktóca czynności jelit (metadwusiarczyn sodu)
- E 224 – zaktóca czynności jelit (metadwusiarczyn potasu)
- E 226 – zaktóca czynności jelit (siarczyn wapnia)
- E 227 – zaktóca czynności jelit (dwusiarczyn wapnia)
- E 230 – zaktóca czynności skóry (dwufenyl)
- E 231 – zaktóca czynności skóry (ortofenylfenol)
- E 232 – zaktóca czynności skóry (ortofenyl sodu)
- E 233 – zaktóca czynności skóry (2, 4-thiazolyl)
- E 236 – nieszkodliwy (kwas mrówkowy)
- E 237 – nieszkodliwy (mrówczan sodu)
- E 238 – nieszkodliwy (mrówczan wapnia)
- E 239 – rakotwórczy (heksamina)
- E 249 – szkodzi przy nadciśnieniu (azotyn potasu)

- E 250 – szkodzi przy nadciśnieniu (azotyn sodu)
- E 251 – szkodzi przy nadciśnieniu (azotan sodu)
- E 252 – szkodzi przy nadciśnieniu (azotan potasu)
- E 260 – nieszkodliwy (kwas octowy)
- E 261 – nieszkodliwy (octan potasu)
- E 262 – nieszkodliwy (dwooctan sodu)
- E 263 – nieszkodliwy (octan wapnia)
- E 270 – nieszkodliwy (kwas mlekowy)
- E 280 – nieszkodliwy? (kwas propionowy)
- E 281 – nieszkodliwy (sól sodowa kwasu propionowego)
- E 282 – nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu propionowego)
- E 283 – nieszkodliwy (sól potasowa kwasu propionowego)

ANTYUTLENIACZE

- E 300 – nieszkodliwy (witamina C)
- E 301 – nieszkodliwy (sól sodowa kwasu askorbinoowego)
- E 302 – nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu askorbinoowego)
- E 304 – nieszkodliwy (kwas palmitynowy)
- E 306 – nieszkodliwy (witamina E)
- E 307 – nieszkodliwy (witamina E jako produkt syntezy)
- E 308 – nieszkodliwy (witamina E jako produkt syntezy)
- E 309 – nieszkodliwy (witamina E jako produkt syntezy)
- E 310 – powoduje wysypki (galusan propylowy)
- E 311 – powoduje wysypki (galusan octylowy)
- E 312 – powoduje wysypki (galusan dodecylowy)
- E 320 – zwiększa poziom cholesterolu, zabroniony (BHA)
- E 321 – zwiększa poziom cholesterolu, zabroniony (BHT)
- E 322 – nieszkodliwy (lecytyna)
- E 325 – nieszkodliwy (sól sodowa kwasu mlekowego)

- E 326 – nieszkodliwy (sól potasowa kwasu mlekowego)
- E 327 – nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu mlekowego)
- E 330 – rakotwórczy (kwas cytrynowy)
- E 331 – nieszkodliwy (sól sodowa kwasu cytrynowego)
- E 332 – nieszkodliwy (sól potasowa kwasu cytrynowego)
- E 333 – nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu cytrynowego)
- E 334 – nieszkodliwy (kwas winowy)
- E 335 – nieszkodliwy (sól sodowa kwasu winowego)
- E 336 – nieszkodliwy (sól potasowa kwasu winowego)
- E 337 – nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu winowego)
- E 338 – zaktóca trawienie (kwas ortofosforowy)
- E 339 – zaktóca trawienie (sól sodowa kwasu ortofosforowego)
- E 340 – zaktóca trawienie (sól potasowa kwasu ortofosforowego)
- E 341 – zaktóca trawienie (sól wapniowa kwasu ortofosforowego)

EMULGATORY (zmiękczacze)

- E 400 – nieszkodliwy (kwas alginowy)
- E 401 – nieszkodliwy (alginian sodowy)
- E 402 – nieszkodliwy (alginian potasowy)
- E 403 – nieszkodliwy (alginian amonowy)
- E 404 – nieszkodliwy (alginian wapniowy)
- E 405 – nieszkodliwy (alginian propylenowo-glikolowy)
- E 407 – zaktóca trawienie (kargen)
- E 450 – zaktóca trawienie (fosforany)
- E 461 – zaktóca trawienie (metyloceluloza)
- E 462 – zaktóca trawienie (związek celulozy)
- E 463 – zaktóca trawienie (związek celulozy)
- E 465 – zaktóca trawienie (związek celulozy)
- E 466 – zaktóca trawienie (związek celulozy)
- E 477 – zaktóca trawienie (ester propylenowo-glikolowy)

Przeciwny człowiek zjada – co niektórych może zdziwić – około 1 tony żywności rocznie. Jednocześnie, wraz z jedzeniem, wprowadza do swojego organizmu blisko 6 kg substancji chemicznych, a wśród nich dodatki do żywności, zanieczyszczenia, konserwanty i barwniki. Nie mają one żadnych wartości odżywczych, co więcej – są niezwykle szkodliwe dla zdrowia, szczególnie jeśli spożywane są od dziecka.

Sztuczne barwniki i aromaty bardzo często „ulepszają” słodycze, m.in. żelki, cukierki, galaretki, kisiele i budynie, a także kolorowe napoje smakowe. Wiele badań wskazuje na to, że te substancje mogą mieć znaczący wpływ na zachowanie dziecka. Zaburzają jego naturalną aktywność, powodują nadpobudliwość, a przy tym przyczyniają się do powstawania lub nasilania trudności ze skupieniem uwagi, często też wzmacniają objawy ADHD. Przyczyniają się do powstawania chorób nowotworowych, zaktócają metabolizm, zaburzają pracę serca i zwiększają poziom cholesterolu zarówno u dorosłych, jak i dzieci. Warto także wspomnieć o zaburzeniach czynności skóry, czego efektem są zmiany skórne, takie jak trądzik i wypryski. Pamiętajmy, że wszystkie z tych produktów charakteryzują się również dużą zawartością cukru, który powoduje nadaktywność oraz spadki koncentracji. Dziś proponuję wyciąć i zachować ściągawkę, z którą warto zrobić najbliższe zakupy. Być może spędzicie w sklepie nieco więcej czasu, ale warto pamiętać, że zbliża się Boże Narodzenie, czyli czas, kiedy każdy życzy Wam zdrowia. A zdrowie w Waszych spoczywa rękach. Przejrzyjcie swoje ulubione produkty, zweryfikujcie i rozważcie, czy nie pora odstawić trucizny na bok i wziąć odpowiedzialność za siebie i rodzinę. Za chwilę Święta, atmosferę już czuć, wkrótce będziemy sobie życzyć zdrowia, szczęścia i pomyślności. Życzenia zdrowia proponuję interpretować jako „zadbaj o siebie”. Stąd ten pomysł na uświadomienie Tobie, drogi mi Czytelniku, ile chemicznego „dobra” można łatwo uniknąć. ☑

Powrót to korzeni, czyli Złata Praha



PIOTR CZERWIŃSKI

Coraz częściej zauważam ostatnio ciekawą, chociaż dość oczywistą prawidłowość: ludzie urodzeni w latach dziewięćdziesiątych, którzy nie pamiętają ich za bardzo i dziś są już po dwudziestce, traktują tę dekadę z takimi honorami, jak ja i moi czterdziestoparoletni rówieśnicy traktowaliśmy nieznane nam za bardzo lata sześćdziesiąte.

To o tyle ciekawe, że obie te epoki były dość przetomowe w historii muzyki. Pierwsza niejako ją zrodziła, a druga odrodziła. Grunge został poczęty na złomowisku, z którego ówczesni młodzieniaszkowie wyciągnęli zardzewiałe pedały wah-wah i zdezelowane wzmacniacze lampowe, jeszcze niedawno okrzyknięte przestarzałymi, a w dalszej kolejności ekshumowali mentalnie Jimiego Hendriksa, zapuścili długie włosy i zrobili wszystko, by poczuć się jak na Woodstocku. Wskrzesili nawet festiwal w Woodstock (1994), a także instytucję festiwalu w ogóle; bynajmniej nie odnoszę się do polskiej imprezy o tej samej mylącej nazwie, tylko o jej pierwowzorze i jego reaktywacji. Ale Woodstockowi i festiwalom wypada poświęcić osobną tyradę, toteż wróćmy do tematu.

Lata dziewięćdziesiąte były cudownym powrotem do korzennego rocka. Poprzedzająca je dekada obfitowała w eksperymenty mające udowodnić, czego jeszcze nie wymyślono. Wymyślano więc natapirowane grzywy, watomane ramiona i rękawy podwijane w marynarkach, pudeł metal i dyskotekowy pop z jego ukochaną elektroniczną perkusją oraz inne koszmary. W końcu marsz ten zabrnął w ślepią uliczkę i ludzie zapragnęli wrócić do korzeni. Jak zwykle w kulturze sprzyjająca była ku temu polityka, bo wtedy akurat świat był bardzo spokojny i liberalny. Blok wschodni był wtedy świeżo po obaleniu muru i przez to otwarty na wszelkie szaleństwa, a blok zachodni pod wodzą saksofonisty Billa C. Przeżywał renesans wyzwolenia obyczajów, po latach konserwatywnego reaganizmu. Całość miała jasne i ciemne strony: powróciła hippiesowska moda na wszelkie zmieniające świadomości i przypadkowe bzykanie z kim popadnie pod



fotograf: Marek Kowalczyk

ich wpływem. Ale przede wszystkim pod wpływem muzyki, która stała się na powrót surowa, gitarowa i rockowa. To było piękne. Myślałem, że z gitarą będę już oglądał tylko osobników w rodzaju Prince'a albo Dietera Bohlena z Modern Talking, aż tu nagle, jak powiedział kiedyś gitarzysta Pearl Jam, o ile dobrze pamiętam: „gdyby ta cholerna Nirvana nie nagrała 'Smells Like Teen Spirit'...”. No i to jest święta prawda. Gdyby Nirvana nie nagrała „Smells Like Teen Spirit”, sprawy pewnie wyglądałyby inaczej. Ale nagle miliony maolatów na całym świecie zapragnęły machać długimi grzywami, nosić podarte spodnie i grać na gitarze w taki sposób, jakby pracowali przy wyrobie lasu. Światową muzyczną mekką stało się wtedy Seattle, rodzinne miasto Hendriksa, który zresztą za życia publicznie twierdził, że go nienawidzi. Po sukcesie wspomnianej Nirvany i zaraz potem rzezonego Pearl Jamu, Seattle stało się wylęgarnią zespołów rockowych i doszło nawet do tego, że mniej lub bardziej udane kapele emigrowały tam po to tylko, by być zespołem z Seattle. Swoją drogą, czy to nie ciekawe, że takie epicentrum kulturowe często wybuchają w zupełnie nieoczekiwanych i pozornie niewłaściwych miejscach? Jak nie robotniczo-portowe rejony w rodzaju Seattle albo Liverpoolu czy choćby Katowic i Gdańska, by nie sięgać daleko, po miejsca w rodzaju Bordeaux,

które całemu światu przez stulecia kojarzyło się wyłącznie z winem.

Teraz z winem zaczął kojarzyć się grunge i punk, który był ojcem tegoż grunge'u. Teraz pili razem w najlepsze, zdzierając dzinsy, które wreszcie były dopasowane i nie marmurkowe, a także glany, które wreszcie wyszły z cienia ortodoksyjnych subkultur. Rock stał się wszechpętny i trafił do mas, MTV było wtedy rockową stacją, a „moshowanie”, czyli machanie długimi włosami, standardową manierą prezenterów. Dziewczyny w martensach, bandanach na głowie, podartych flanelowych koszulach i bez tony makijażu chodziły po ulicach batalionami, cytując z pamięci Boba Dylana, trąbiąc w bramach sikacze i głosząc fundamentalne prawdy egzystencjalizmu. To były naprawdę piękne czasy.

Na fali popularności swoich własnych dokonania sprzed lat, do task powróciło wtedy wiele zespołów, które epoka disco-pudłowa zepchnęła na margines. Obudzili się Rolling Stonesi, The Who, Grateful Dead, Pink Floyd i cała masa innych gigantów... Nawet Sex Pistols z oryginalnym basistą Glenem Matlockiem, którego zastąpił Sid Vicious, reaktywowali się na jedną wspominkową trasę w roku 1996.

I w tym momencie wypada zauważyć, że mnie ten powrót do korzeni kojarzy się nierozwalnie z przetomem lat 1995 i 1996, a tak

że z kolejnym miastem, które w zasadzie nie powinno wywoływać żadnych rokendrolowych konotacji – czyli czeską Pragę. Pracowałem wtedy w Pradze jako korespondent zagraniczny, a z braku jakichkolwiek innych wydarzeń, oprócz standardowej konferencji prasowej Havla, korespondencje moje ograniczały się do nieustających relacji z koncertów. Oprócz koncertów autentycznie nic się tam wtedy nie działo. Praga była wtedy wschodnioeuropejskim miastem rocka – jeśli jakiś zespół miał trasę, we wschodniej Europie zahaczał o Pragę. Bywały więc sytuacje, że w ciągu kilku tygodni, a nawet dni, przez miasto przewijały się najbardziej znane grupy świata, a miejscowi dziennikarze widywali się regularnie „na bekstejdzu”, czyli za sceną, głównie w rejonach baru. Nie jest mi dane dobrze pamiętać wszystkiego, co się wtedy działo, gdyż były to bardzo rozrywkowe czasy, ale w ciągu niespełna roku zaliczyłem w ten sposób, jak najbardziej służbowo, występy rzezonych Rolling Stonesów, Red Hot Chili Peppers, Iggy Popa, Ministry, Bad Religion, Rage Against The Machine, Green Day, The Pogues, The Sex Pistols, Pulp, Lenny'ego Kavitzza ze Skunk Anansie w roli rozgrzewki i całej masy innych pomniejszych grup w rodzaju H-Blockx albo Afghan Whigs, których koncerty z racji nawału gwiazd w mieście miały już naprawdę charakter kameralny. Rage Against The Machine widziałem na żywo tyle razy, że przyszedł moment, kiedy nie chciało mi się już na nich patrzeć i ich ostatni praski koncert autentycznie przesiedziałem w barze dla prasy, pytając potem kolegów, czy tym razem działo się coś nowego. Miło wspominać występ Kravitzza, który zaprosił dziennikarzy do swojej garderoby, gdzie czekał na nich suto zastawiony stół. Dziwacznym wspomnieniem jest za to wspominkowy koncert Sex Pistols, podczas którego pozwolono prasie fotografować tylko przez pierwsze trzy piosenki. Była to okazja jedna na milion, by zrobić zdjęcia reaktywowanej legendzie i ludzie w „korytku prasowym” przed sceną robili zdjęcia jak szaleni. Mnie po jednej klatce zaciął się film w służbowym Canonie F1 (tak, były jeszcze wtedy aparaty manualne, do których wkładało się kliszę). Stałem więc w tłumie fotoreporterów jako jedyny z aparatem wiszącym u szyi. Inni dziennikarze patrzyli więc na mnie ze zdziwieniem: ten gość albo jest takim geniuszem, że wystarczy mu tylko jedna klatka, albo jest kopnięty i marnuje taką okazję...

Ciekawym wspomnieniem jest za to występ The Rolling Stones. Z jakichś przedziwnych przyczyn hotel, w którym natenczas zamieszkiwałem, wynajął wszystkie swoje pokoje jakiejś wielkiej grupie skandynawskich fanów z dużym wyprzedzeniem, toteż bardzo grzecznie, przepraszając milion razy i obiecując rekompensatę, a także przypilnowanie dobytku, kierownictwo poprosiło mnie, bym wyniósł się na dwa dni. Po koncercie gościny udzielił mi kolega, dziennikarz miejscowej popołudniówki, który był człowiekiem samotnym, ale by było nam różnie, zaprosił też dwie koleżanki z redakcji...

Okazję do występu w Pradze, odpowiednio wcześniej, zmarnował wspomniany już zespół Nirvana; odwołano wtedy całą trasę z powodu ogólnego złego stanu Kurta Cobaina, który już wkrótce miał popętnić samobójstwo. I choć nie można brać tego pod uwagę w kategoriach czasowej synchronizacji, myślę, że tak jak Nirvana symbolicznie wyznaczyła początek lat dziewięćdziesiątych, tak i Nirvana równie symbolicznie je zakończyła. Po nich cała machina spoczęła na laurach, skomercjalizowała się już do końca i zaczęła odcinać kupony od sławy, zjadając własny ogon. Ale powiedzcie sami – czy to nie jest obowiązkowy los każdej legendy?



TWOJA FIRMA KSIĘGOWO DORADCZA

ROZLICZENIA P60 & P45

W SZYBKIM I ŁATWYM SPOSÓBIE 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 31 Coolmine Industrial Estate,
Blanchardstown, Dublin 15
Nad sklepem Mróz
TEL. 018 06 65 55
0833191536

Niemcy pobici



MACIEJ WEBER

Najpierw Milik, potem Milla, Mueler zero, ależ miło! Polscy piłkarze ograli Niemców 2:0. Drużyna Adama Nawałki przeszła do historii.

Po takim meczu jak ten na Stadionie Narodowym w Warszawie wszelkie następne potyczki biało-czerwoni mogliby przegrać, a i tak będzie im pamiętana tylko ta historyczna wiktoria. W ostatnich miesiącach nasi bili Niemców na wszystkich zespołowych frontach. W eliminacjach mistrzostw świata piłkarzy ręcznych, mistrzostw Europy koszykarzy, wreszcie w półfinale mistrzostw świata w siatkówce. Brakowało właściwie tylko hokeja na lodzie, ale tu nawet nie mogą się spotkać, bo w tej dyscyplinie drużyny są dzielone na ligi i rywal nawet w sensie towarzyskim nie zniżałby się do konfrontacji z kimś aż tak słabym.

Ale zawężając klasyfikacje do dyscyplin letnich, pobiliśmy sąsiadów na wszystkich polach. Brakowało tylko futbolu. Aż wreszcie przyszedł ten 11 października 2014 roku i 2:0 po trafieniach Arkadiusza Milika i Sebastiana Mili. Humory zepsuł nieco później remis 2:2 ze znacznie niżej od Niemców notowanymi Szkotami. Najważniejsze jednak było to piękne zwycięstwo nad piłkarzami prowadzonymi przez Joachima Loewa. W dodatku opromienionymi niedawnym tytułem mistrzów świata!

Nawałka nie nawalił

Już nieraz byliśmy blisko pokonania Niemców, ale nigdy się nie udawało. Nawet przed wojną. Nawet za czasów wspaniałej drużyny Kazimierza Górskiego, kiedy w 1974 roku, mimo znacznej przewagi, przegraliśmy 0:1 w słynnym „mecz na wodzie”, którego zwycięzca awansował do finału mistrzostw świata. Byliśmy lepsi także cztery lata później, kiedy na inauguracji turnieju w Argentynie było 0:0. A potem to już była fala klęsk i mniejszych lub większych porażek.

Przegraliśmy dwukrotnie podczas kolejnych mistrzowskich turniejów. W 2006 roku podczas mundialu na niemieckiej ziemi zmierzaliśmy się z nimi w grupie i mimo przygniatającej przewagi nie potrafili nam wbić ani jednego gola. Nie potrafili do 92. minuty. Ale ponieważ to Niemcy, którzy grają nawet, kiedy inni są już dawno w szatni, to jeszcze zdążyli nam strzelić i wygrać 1:0. A dwa lata później na mistrzostwach Europy było już bezdyskusyjne 0:2 – aby nas dobić – po dwóch trafieniach rodaka reprezentującego niemieckie barwy Lukasa Podolskiego.

Przed Euro 2012, które akurat mieliśmy w Polsce, spotkaliśmy się towarzysko w Gdańsku. Tam fenomenalnie wręcz bronił Wojciech Szczęsny, a nasi dzięki golom Roberta Lewandowskiego i Jakuba Błaszczykowskiego z karnego prowadzili 2:1 niemal do samego końca.



Znowu niemal, bo w tym przypadku fatum nadsięgnęło z najmniej spodziewanej strony. Po prostu w rogu pola karnego pośliznął się nasz obrońca Jakub Wawrzyniak i Niemcy mieli otwartą drogę do bramki. Skończyło się 2:2, chociaż dawno tak blisko nie było.

I jeszcze towarzyskie 0:0 w maju tego roku przed mistrzostwami świata w Brazylii. Ale to właściwie się nie liczy, bo zarówno my, jak i (zwłaszcza) oni graliśmy w tym meczu drugimi składami. No, aż w końcu przyszło to 2:0 w Warszawie. Przy tej okazji można powiedzieć, że nie mógł dokonać tego inny selekcjoner niż Adam Nawałka, bo akurat on przeciwko Niemcom nigdy jeszcze nie nawalił. To znaczy z nimi nie przegrał. Ani jako piłkarz ani jako trener. W tej drugiej roli, jak już wspomnieliśmy, osiągnął 0:0, a potem 2:0. Jako zawodnik odnotował bezbramkowy remis w 1978 roku. Czyli nawet bramki nie stracił. No, co prawda Polska przegrała z Niemcami towarzysko 1:3 w maju 1980 roku, ale Nawałka wszedł na boisko dopiero w 68. minucie, kiedy wynik już był ustalony. Za jego bytności było 0:0 (gola w tym meczu strzelił Zbigniew Boniek, obecny prezes PZPN, który zrobił z Nawałki selekcjonera).

Ostatnią wygraną Polaków z Niemcami należy jeszcze dodatkowo wyróżnić, ponieważ pokonaliśmy aktualnych mistrzów świata. W przeszłości zdarzyło się to tylko trzy razy, a zaledwie raz w spotkaniu o punkty – w walce o trzecie miejsce MŚ w 1974 roku było 1:0 z Brazylią (poza tym 2:1 z Argentyną w 1981 i 1:0 z Włochami w 1985 roku).

Jak nie teraz, to kiedy?

Fakt, że Niemcy byli akurat w najgorszym momencie. Po zdobyciu mistrzostwa z drużyny odeszło czterech kluczowych piłkarzy, zdarzyło się kilka kontuzji i nastąpiło niespotykane u nich rozprężenie. W końcu w grupie ledwo ledwo uporali się 2:1 ze Szwecją, a także u siebie nie potrafili pokonać Irlandii (mecze Polski z Irlandią to będzie prawdziwe święto – już teraz wskazujemy datę 29 marca 2015 roku

w Dublinie oraz 11 października w Warszawie na zakończenie eliminacji). Było 1:1 i to Irlandczycy wyrównali w ostatniej minucie, a jak już ustaliliśmy, takie rozstrzygnięcia były dotąd domeną Niemców.

Gdyby popatrzeć na to, jakich zawodników mają Polacy, to właściwie już dawno powinni doczekać się podobnego sukcesu. Robert Lewandowski przeszedł przecież niedawno z wicemistrza Niemiec Borussia Dortmund do najlepszej drużyny Bundesligi Bayernu Monachium. I to nie jako byle kto, a aktualny król strzelców jednej z najlepszych lig świata i wicekról z poprzedniego roku. Łukasz Piszczek to filar Borussia na prawej obronie, zaś Jakub Błaszczykowski na prawym skrzydle (choć akurat on z Niemcami nie grał, bo od miesiący leczy kontuzję). Wojciech Szczęsny w Arsenalu Londyn to jeden z najlepszych bramkarzy ligi angielskiej, zaś Grzegorz Krychowiak w pomocy Sevillii przez pewien czas był nawet liderem ligi hiszpańskiej. Pozostali też grają w klasowych europejskich klubach. A więc jak nie teraz, to właściwie, kiedy? No, właśnie teraz.

Lepsi od NRD

Wszystko to bardzo miłe, ale żeby być precyzyjnym zauważmy na koniec, że mimo całej euforii to jednak już z Niemcami w piłkę wygraliśmy. Tyle, że z NRD, czyli Niemiecką Republiką Demokratyczną. Częściej nawet wygraliśmy niż nie, chociaż akurat drużyna Kazimierza Górskiego przegrała z nimi 1:3 finał igrzysk w Montrealu w 1976 roku.

Wygrała jednak 2:1 cztery lata wcześniej, a już znakomicie poradziła sobie w roku 1980 i 1981 drużyna Antoniego Piechniczka, która mając w grupie eliminacji mistrzostw świata tylko Niemcy Wschodnie i Maltę, wygrała wtedy wszystkie spotkania. 1:0 w Chorzowie i spektakularnie 3:2 w Lipsku, kiedy szalął (zmarły niedawno) strzelec dwóch goli – Włodzimierz Smolarek (trenerem był wtedy Antoni Piechniczek, a Polska sięgnęła później po medal MŚ w Hiszpanii).

Skoro jesteśmy już przy Niemcach Wschodnich to nadmienimy, że nigdy nie garnęli się do mających mocno polityczny kontekst, konfrontacji z rodakami z Zachodu. Tym bardziej, że futbolowo nie dorastali do pięt RFN-owi (Republice Federalnej Niemiec). Ale akurat, kiedy mistrzostwa świata w 1974 roku były w Niemczech Zachodnich złośliwy los skojarzył niemieckie reprezentacje w grupie. Nie było wyjścia, trzeba było zagrać.

I proszę sobie wyobrazić, że w tym jedynym spotkaniu 1:0 wygrało NRD, a gola strzelił Jürgen Sparwasser. Oba niemieckie zespoły wyszły wtedy z grupy. Tyle, że dla komunistów był to szczyt marzeń, a przedstawiciele wrogiego obozu zdobyli później mistrzostwo. Tak, jak w tym roku w Brazylii.



**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**



D&M ACCOUNTANCY SERVICES

TWOJA FIRMA KSIĘGOWO DORADCZA

Cork:

2nd Floor Office
4 Washington Street

Tel: 021 427 83 49

Dublin:

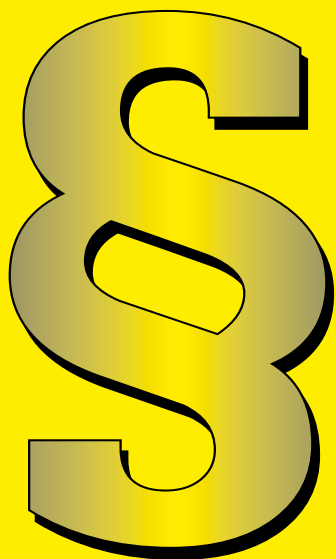
Unit 31 Coolmine Industrial Estate
Blanchardstown

Tel: 018066555, Tel: 083 31 91 536
firma113@gmail.com

www.dmksiegowosc.eu

**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,
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