

Magazyn
BEZPŁATNY!

ISSN2009-3802

NR 104 wrzesień 2018

mir

magazyn
informacyjno
-rozrywkowy

www.mir.info.pl



Nosowska na tłusto 7.10 Dublin

str. 2, 12

Przybornik

Back to School Allowance

Przypominamy, termin składania wniosków o zasiłek na wyprawkę szkolną, upływa 30 września. Jak i gdzie składać podanie dowiesz się z naszego Przybornika.

str. 19

Polityka

Nie chcę być anonimowym emigrantem

Z Bartkiem Zdrojowym laureatem nagrody dla Wybitnego Polaka w Irlandii w kategorii Osobowość rozmawia Krzysztof Wiśniewski.

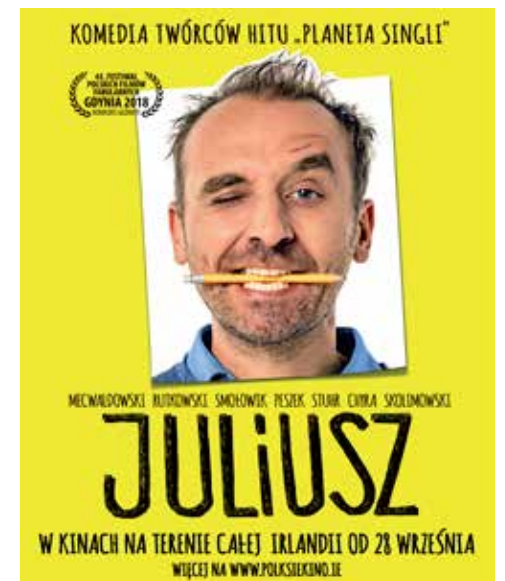
str. 22

Poznaj wyspę

Skellig Islands

W tym numerze Mira razem z bloggerami z PoznajWyspe.ie odwiedzimy magiczne Skellig Islands.

str. 23



085 PRAWNIK 085 7729645
01 4910010

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

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

MAGUIRE McCLAFFERTY SOLICITORS

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

Zgodnie z prawem nie można w sprawach spornych ustalać wynagrodzenia jako ułamka lub odsetka uzyskanej kwoty. Klient nie ponosi żadnych kosztów do czasu zakończenia sprawy. Płacimy za raporty medyczne.



www.dmkriegowosc.eu

**POLSKIE BIURO RACHUNKOWE
ROZLICZY - DORADZI - POMOŻE**

**PONAD 10 LAT
W IRLANDII**

W 2017 roku odzyskaliśmy €125,183.25 podatku. Sprawdź ile Tobie się należy?

Bezpłatne sprawdzenie: Zeskanuj p60 i prześlij mailem do biura Cork lub Dublin

Dowiesz się, ile zwrotu otrzymasz. Załatwimy wszystkie formalności - szybciej!

14 Princes Street, Cork
TEL. 021 42 48 760
E-mail: firma113@gmail.com

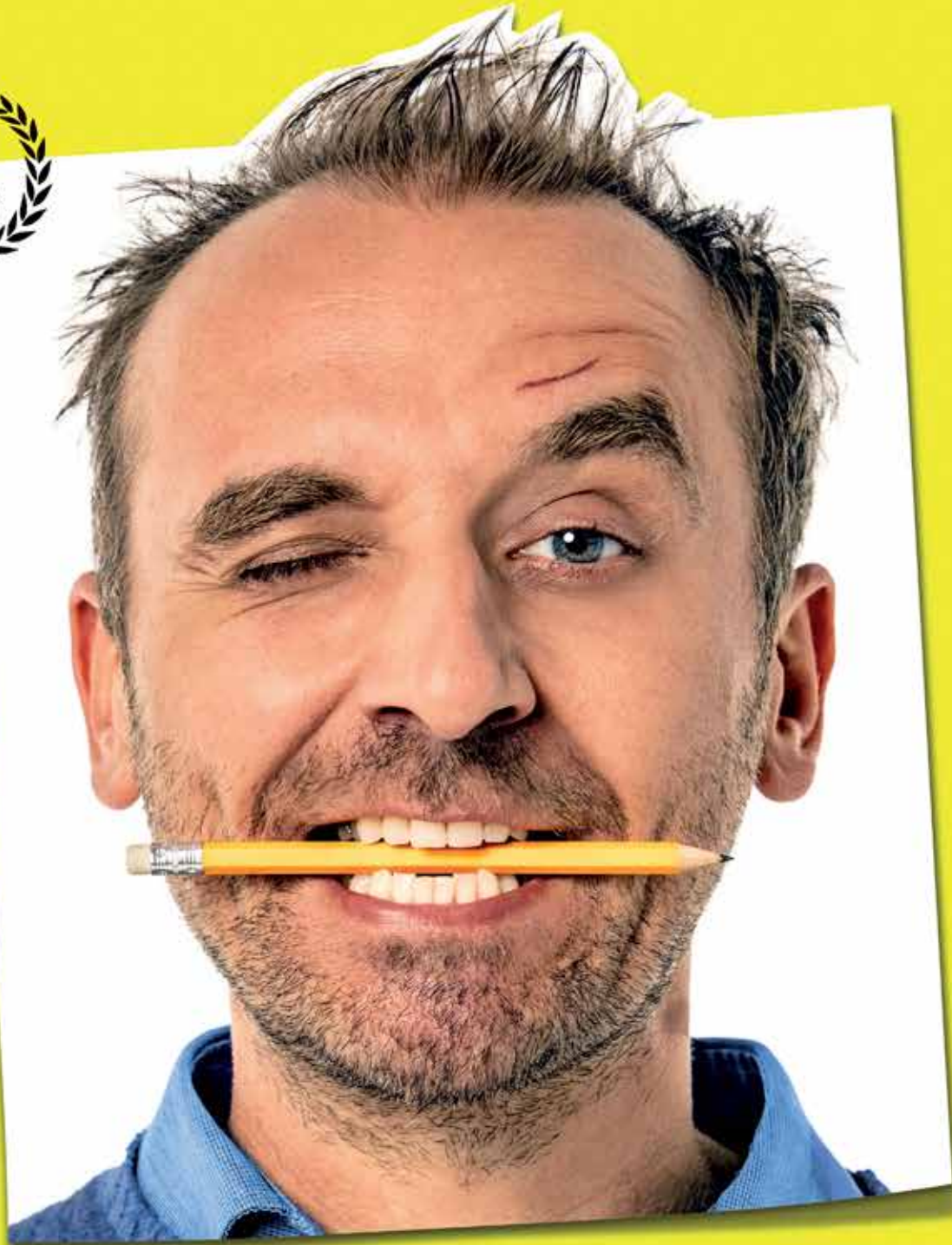
Unit 26, Park West Enterprise Centre, Nangor Road, Dublin 12
TEL. 016120620
E-mail: firmadublin@gmail.com

NOWY ADRES

E-mail: firmadublin@gmail.com



KOMEDIA TWÓRCÓW HITU „PLANETA SINGLI”



MECWALDOWSKI RUTKOWSKI SMOŁOWIK PESZEK STUHR CHYRA SKOLIMOWSKI

JULIUSZ

W KINACH NA TERENIE CAŁEJ IRLANDII OD 28 WRZEŚNIA

WIĘCEJ NA WWW.POLKSIEKINO.IE



5



7



8



18



19

W OBIE STRONY

- W subiektywie Czerwińskiego 4

KRÓTKO

- Wiadomości z Irlandii 5,8,16

PRZEWROTKA

- Nie leci z nami pilot? 7

MODA, ŻYCIE, STYL, ZDROWIE

- Seks. Porozmawiajmy o pożądaniu 10
- Porady Karola 11

BĘDZIE SIĘ DZIAŁO

- Kobieta Renesansu 12
- Zapowiedzi koncertów 13

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

- Odszkodowanie za uszczerbek na zdrowiu poniesiony w wypadku drogowym 14

KĄCIK KULINARNY

- Domowe lody kokosowe 18
- Szybka zupa z zielonych szparagów 18
- Sałatka z bobem 18
- Koktajl energetyczny 18

PRZYBORNİK

- Zasitek na wyprawkę szkolną 19

ROZRYWKA

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

POLITYKA

- Nie chcę być anonimowym imigrantem 22

POZNAJ WYSPĘ

- Skellig Islands 23

Drodzy Czytelnicy,

Oto oficjalnie można ogłosić zakończenie lata, wakacji, kanikuły i wszystkich związanych z tym przyjemności. Pogoda wraca do irlandzkiej normy, dzieci wracają do szkoły, a firmy i urzędy wracają do pracy.

Pocieszający jest fakt, że za niecały rok znów będzie lato, wakacje i znów będziemy byczyli się na plażach. Jeszcze tylko kilka miesięcy i znów wyrwiemy się na tydzień, dwa lub nawet trzy z czterocznego kieratu.

Świat zatoczy koło, wszystko znów będzie tak samo i tylko my będziemy o rok starsi. I wydawałoby się, że także o rok mądrzejsi. Jednak, czy naprawdę mądrość przychodzi z wiekiem? Czy naprawdę im starsi jesteśmy tym więcej mamy w głowie?

Czy może jednak sprawdza się tutaj stare porzekadło mówiące, że historia uczy nas jedynie tego, że historia niczego nas nie uczy. Ludzkość jako całość przecież wcale nie jest mądrzejsza niż lat temu sto, dwieście czy tysiąc. Oczywiście jesteśmy o niebo bardziej zaawansowani technologicznie i mamy do dyspozycji coraz bardziej wypasione gadżety, ale czy naprawdę dzięki temu jesteśmy mądrzejsi? Czy może jednak technologia pozwala nam jedynie na coraz bardziej zaawansowanie głupie spędzanie wolnego czasu? A może wręcz daje nam go coraz więcej, by go głupio spędzać?

Czy naprawdę po to naukowcy i wynalazcy wyposażyli nas w te wszystkie technologiczne cudowniki, byśmy używali ich do obejrzenia kolejnego śmiesznego kota czy fatalnego wypadku zupełnie nieznanego nam faceta? A może lepiej wykorzystamy ten niezwykle potencjał drzemający w nowoczesnej technologii jeśli naprawdę postaramy się, byśmy wraz z wiekiem wiedzieli coraz więcej, byśmy byli coraz mądrzejsi i by doświadczenia przeszłych pokoleń czegoś nas nauczyły?

A może zaczniemy od czegoś prostego? Na przykład od przeczytania MIRA na tablecie. Na pewno wyjdzie nam to na lepsze niż oglądanie kolejnego śmiesznego (lub nie) filmiku na YouTube czy nawet na Netflixie.

A jeśli uważacie Czytelnicy nasi mili, że i my możemy się jakoś polepszyć, czegoś nauczyć się z doświadczeń przeszłości, nie omieszkajcie dać nam o tym znać w liście, mailu, na Facebooku czy Twitterze. Niech ta technologia w końcu przyda się do czegoś pożytecznego.

A tymczasem, czy na tablecie, czy na komórce, czy na papierze, zajrzyjcie do nowego MIRA, bo warto.

Pozdrawiamy i życzymy miłego września,
Redakcja



Wydawca:
Mir Press Limited
14 Princes Street
1st Floor Office
Cork
Redakcja: e-mail:
magazyn.mir@gmail.com
www.mir.info.pl
Redaktor naczelny:
Marta Luksander
Reklama: e-mail: magazyn.mir@gmail.com

Zespół redakcyjny:
Krzysztof Wiśniewski
Maciej Weber
Agnieszka Gregorczyk
Piotr Czerwiński
Katarzyna Śliwa
Widget (Mosor Marek)
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

Uff jak gorąco, czyli ledwo dycha

”No i tak nam proszę państwa minęło zupełnie udane irlandzkie lato. Takiego nie pamiętam od bodaj dwunastu lat. I nawet IrishWater nie ogłosiło kataklizmu ani nikt się nie przejął słońcem, choć faktycznie, paru koleśki padło na posterunku, z tego co zdążyłem zaobserwować. W Warszawie natomiast czołgi, husaria i wojowie.

”Zauważyłem jednakowoż w czasie tego irlandzkiego lata jedną ciekawostkę: nikt nie rozmawiał już o pogodzie tak natrętnie jak zwykle. Co najwyżej ktoś wyskoczył z tradycyjnym „what a nice day” i na tym się kończyło. „Whata-nawful” deje z reguły skupiają na sobie dużo więcej uwagi, przez co należy mieć wrażenie, że ludność tutejsza cierpiał ostatnio na brak odpowiednich tematów do

konwersacji. Cóż, będziemy teraz czekać na deszcze i wiatry, co powinno poprawić sytuację w lokalnym small-talku. No bo przecież nie będą rozmawiali o polityce, no proszę was. Chyba by ich musiało pogiąć.

”A propos pogięć i przegięć, to wybrałem się do Polski, gdzie dla odmiany pogoda chowa się i kwiczy w porównaniu z polityką. Słyszałem legendy, że nawet mistrzostwa świata w piłce nożnej wywołały lawinę dywagacji, czy to aby nie demonstracja siły i kiedy będzie z tego wojna. I tak dalej. W tle nieustająca wojna Platformy z PIS-em (jeśli dobrze pamiętam, że tak się nazywają) i już się boję na myśl o natykaniu się na dawnych znajomych na ulicy, którzy będą zniesmaczeni na wieść, że ja nie znam się na polityce i że nie trzymam żadnej ze stron. Jestem pewien, że z tego powodu znalazłoby się nawet paru takich, którzy skłonni byłiby podejrzawać mnie o obcą agenturę. Bo że o świra, to już na pewno. Jak ktoś zbyt często się uśmiecha i nie jest zainteresowany polityką, to przecież musi być, że świr, co nie?

”Póki co, nie natknąłem się tu jeszcze na żadnego ducha z przeszłości. Była za to drobna chwila zmieszania, bo kiedy żem tu złądował, wszystko było pozamykane na patyk, a na ulicach wszędzie armia. Już myślałem, że znowu nas zaatakowali i trzeba liczyć na jakiś cud nad Wisłą, ale na szczęście to była tylko rocznica cudu. Oprócz czołgów w mieście była też husaria, wojowie piastowscy oraz koleśki spod Monte Cassino, w angielskich hełmach o kształcie talerza do zupy. Było nawet fajnie, zwłaszcza, że pogoda tutejsza tradycyjnie jest

normalna i przez cały dzień świeciło słońce.

”Ponadto słyszałem (tak, dawno mnie tam nie było), że w Polsce nie można już robić zakupów w niedzielę, a przynajmniej nie w każdą. Ciekaw więc jestem jak znoszą to wszyscy ludzie uzależnieni od galerii handlowych. Pewnie siedzą w domu i chleją. Bo jak rozumiem otwarty monopolowy zawsze się znajdzie, czyż nie tak? Czekam niecierpliwie na pierwszą niedzielę tego typu, która nadejdzie dopiero pojutrze.

”Zauważam też widoczny wzrost nastrojów patriotycznych, co z jednej strony w zasadzie cieszy, bo przez wzgląd na pamięć o ojcu sam zamierzam sobie kupić koszulkę z „Polską Walczącą”, chociaż niektórzy chyba rozumieją ten trend opacznie albo wykorzystują go w zupełnie innych celach. Będąc przez sekundę na lubelskiej starówce widziałem biało-czerwony szyld z dumnym napisem: „Prawdziwy kebab u prawdziwego Polaka”. Nie bardzo wiem, o co chodzi, ale może ma to jakiś związek z otrzymaniem polskiego obywatelstwa przez naturalizację. Ewentualnie po prostu o to, żeby wszyscy o tym mówili, w którym to przypadku gratuluję pomysłodawcy.

”Wracając zaś myślami na zielony grunt, który faktycznie ostatnio trochę zżółkł, acz powoli wraca do formy, w każdym razie wracając na ten grunt, tu dla odmiany pozytywnie mnie zaskakuje długość otwarcia niektórych sklepów. Za czasów boomu nawet duże centra handlowe potrafiły zamykać swoje wrota o szóstej po południu, przez co naprawdę nie wiem kto wtedy mógł po ludzku robić w nich zakupy, teraz coraz więcej sklepów

działa do dziesiątej, a nawet do jedenastej. No cóż, prawa rynku. To w końcu sklepy są dla ludzi, a nie ludzie dla sklepów. Dlatego współczesną Irlandię lubię dużo bardziej niż tamtą boomiastą. Mam chwilami wrażenie, że wtedy po prostu nie była sobą. Może przegięta z używkami? Z tego co pamiętam, możnaby to o czasach Celtyckiego Ratlerka powiedzieć bez większego problemu.

”Siedzę sobie przeto w oknie pokoju, w którym spędziłem dzieciństwo i młodość, patrzę na pęczniący w oczach Ursynów, który w mojej pamięci był pustynią, i śmieję się do samego siebie, wspominając wczorajszą wędrówkę po mieście, podczas której ja i mój syn zrozumieliśmy, że nie damy już rady udawać tutaj tubylców. Jego polszczyzna pochodzi w prostej linii od mojej, a moja utknęła w pierwszej pięciolatce wieku XXI; jesteśmy tak totalnie z innej bajki, że musimy pytać się czy 2,97 za trzy cytryny to tutaj dużo, czy mało albo ile kosztuje bilet godzinny na autobus i dlaczego, do cholery, bilety zrobiły się godzinne? A co się robi, jak się utknie w korku, a godzina upłynie bezpowrotnie? Ponadto z przerażeniem odkryliśmy, że musimy się pilnować rozmawiając w miejscach publicznych, ponieważ wszyscy dookola rozumieją po polsku.

”Tego jeszcze nie grali: mam wrażenie, jakbym był Polakiem z jakiejś innej Polski...

”A tak na przytłumienie odruchów sentymentalnych, najnowszy kawał z warszawskiej ulicy: co robi dziewięć złotych w portfelu? Ledwo dycha :-)

CORDIALMENTE,
PIOTR CZERWIŃSKI





78 Benburb Street,
Smithfield, Dublin 7
Tel: 01 64000 30

- * Odszkodowania za wypadki
- * Nieruchomości
- * Zakładanie spółek * Notariusz

POLSKI PRAWNIK.IE

MARCIN SZULC info@polskiprawnik.ie

W sprawach spornych prawo zabrania ustalania honorarium jako ulamka wygranej.

Brudne irlandzkie plaże

Prawie połowa irlandzkich plaż, przystani i nadbrzeży jest zaśmiecona, a na 80 proc. znajduje się co najmniej jedna plastikowa butelka. Ekolodzy mają nadzieję, że kres zanieczyszczeniom położy nowa unijna dyrektywa. Píše o tym [Londynek.net](http://londynek.net) na podstawie Irish Examiner.

40 proc. irlandzkich terenów przybrzeżnych jest zaśmieconych – wykazało pierwsze tego typu ogólnokrajowe badanie grupy Irish Business Against Litter's (IBAL). Tylko 4 z 50 sprawdzonych miejsc odpowiada europejskim normom. Najgorzej wypadają Cork Harbour oraz popularne miejsca na szlaku Wild Atlantic Way. Tylko jedna plaża, w Salthill, była naprawdę czysta, podczas gdy popularne ośrodki w Lahinch i Bundoran wymagają sprzątnięcia. Jako odpowiadające europejskim normom uznano odcinki rzeki Shannon w Lanesborough (hr. Longford) i Carrick-on-Shannon. Jednak już na wysokości Portumny w hr. Galway było bardzo brudno. Podobnie zanieczyszczona jest rzeka Suir w Waterford. Raport An Taisce docenił



także Kinsale Harbour w hrabstwie Cork jako "wyjątkowo czysty jak na tak ruchliwy port, przyciągający wielu turystów". Dla kontrastu, okolice Blackrock Castle w tym samym hrabstwie zostały ocenione jako bardzo zanieczyszczone – drewnianymi paletami i plastikiem.

Liczne zatrucia psów po kontaktach z wodą

Agencja Ochrony Środowiska poinformowała o licznych zatruciach psów, które piły wodę z naturalnych akwenów. Najczęściej w hrabstwach Galway i Mayo.

Zaobserwowano tam nagromadzenie stodkowodnych glonów. Właściciele psów zostali ostrzeżeni, aby ograniczyli dostęp do naturalnych zbiorników wodnych, gdzie w okolicach przybrzeżnych występują niebiesko-zielone lub brunatne algi.

Te są wyjątkowo niebezpieczne, bo poprzez swój nadmierny rozwój, spowodowany wysoką temperaturą, skoncentrowały również substancje toksyczne, a te zazwyczaj nie są niebezpieczne, występując w normalnych ilościach. Glony mogą znajdować się zarówno na powierzchni jezior i stawów, ale też przy dnie oraz na samej linii wody.

Takiego zagrożenia nie ma w przypadku rzek i innych cieków z wodą płynącą. Algi i glony nie gromadzą się tam w jednym miejscu, a rozproszone nie mają takiej mocy oddziaływania.



TRASA KONCERTOWA

NOSOWSKA

na tłuŝto



07.10

DUBLIN

THE ACADEMY
drzwi 18, start 19

Bilety do nabycia na www.koncerty.ie



IRLANDIA
KONCERTY

POLSKI LIMERICK.com.pl





MACIEJ WEBER

Nie leci z nami pilot?

to 600 lotów, z których miało skorzystać około 100 tys. pasażerów. Ryanair stoi na stanowisku, że warunki, jakie zapewnia pracownikom, są konkurencyjne i często lepsze od tych, które oferują jego rywale, a żądania związków są nieuzasadnione.

Irlandzka linia lata w 37 krajach z 86 baz. W zeszłym roku przewiozła 130 mln pasażerów. W Polsce w ubiegłym roku przewiozła o 1 mln 677 tys. pasażerów więcej niż w 2016 roku. W 2017 roku było to prawie 11 mln pasażerów, uzyskując 30,65 proc. udział w polskim rynku.

Tanie linie lotnicze Ryanair, nawiasem mówiąc największe tego rodzaju w Europie (w ubiegłym roku przewiozły 128 mln pasażerów), według obiektywnych czynników stwarzają pilotom warunki trudniejsze niż konkurencja. W oczach pilotów na całym świecie Ryanair uchodzi za jednego z najgorszych pracodawców w tej branży. Przez wiele lat piloci znosili to w milczeniu, ale teraz dali upust niezadowoleniu. Takiego strajku, jak ten, który się właśnie odbył, w tych liniach do tej pory jeszcze nie było. Wcześniej ci, którzy mieli tego dość, masowo zwalniali się z pracy. W ubiegłym roku na taki krok zdecydowało się ponad 700 pilotów. Niemiecki związek zawodowy pilotów Cockpit poinformował, że roczne wynagrodzenie początkowe wynosi w Ryanair od 25 do 30 tys. euro rocznie. Po pięciu latach to ok. 70 tys. Doświadczeni kapitanowie dochodzą ostatecznie do jakichś 130 tys.

Ryanair rozrzuca pracowników po wielu krajach i wszędzie tam te wynagrodzenia są inne, co też może budzić niesnaski. Piloci nie są na stałe zatrudnieni w firmie, mają status samodzielnych przedsiębiorców, co w praktyce oznacza, że płacą podwójne składki społeczne. Tak jako przedsiębiorcy, jak i zatrudnieni. W ten sposób kierownictwo linii zabezpieczyło się przed zorganizowaniem się pracowników i wymuszeniem przez nich lepszych warunków pracy i płacy. Stałe zatrudnienie i jednolite dla wszystkich stawki są jednym z głównych żądań. W odróżnieniu od innych przewoźników, Ryanair płaci im tylko za godziny spędzone w powietrzu, a nie te spędzone dodatkowo na ziemi wskutek licznych spóźnień. Ponadto Ryanair nie płaci za nadgodziny powstałe w takich okolicznościach, ani za hotel i posiłki, kiedy nie zdążą wrócić do bazy tego samego dnia.

Nie znamy dokładnie warunków panujących w innych liniach, ale rozumiemy, że jednak są inne. Ryanair wskazuje, że strajki obiegły tylko pięć z 37 obsługiwanych przez linię krajów. A więc sobie poradzą. Na to wskazują zresztą eksperci. W lipcu Ryanair mimo rozpoczętych już wtedy strajków przewiózł 13,1 mln pasażerów, notując wzrost o 4 proc. Samoloty przewoźnika były wypełnione średnio w 97 proc. W całym miesiącu odwołał ponad 1000 lotów wobec 23 rok wcześniej. Czyli powinno być źle, ale jest w normie. Inna sprawa, że jednak zyski będą dalekie od oczekiwanych. I wypadłoby się zastanowić, jak to wszystko wygląda. To spora wpadka wizerunkowa, co trzeba także brać pod uwagę. Prędzej czy później trzeba więc będzie pójść na kompromis.

Pilot do wieży: mamy mało paliwa, pilnie prosimy o instrukcje.

Wieża: jaka jest wasza pozycja? Nie ma was na radarze.

Pilot: stoimy na pasie nr 2 i czekamy na cysterne...

Najbardziej znana irlandzka linia lotnicza ma kłopoty takie, jakich nigdy nie miała. Piloci strajkują tam, gdzie Ryanair ma największe biura. Skala tego wszystkiego jest rzadko spotykana.

To, że pracownicy linii lotniczych strajkują to nie jest nic wyjątkowego. W przeszłości strajkowała hiszpańska Iberia, także Air France, Lufthansa i kilku jeszcze naprawdę ważnych przewoźników. Ryanair to tanie linie lotnicze, więc szczególnie bliskie zwykłym obywatelom, dla których to jedyna okazja, by zwiedzić świat, bo w normalnym lotnictwie ze względów finansowych by sobie nie poradziło. I chociaż przedstawiciele irlandzkich linii zapewniają, że blisko 80 procent lotów nie odwołano to jednak trudności dały się we znaki, także pasażerom. Jeżeli w jednym momencie odwołuje się 600 lotów to nie można nad tym tak po prostu przejść do porządku dziennego.

„Lecę, bo chcę” brzmią słowa jednego z polskich przebojów. Tu mamy sytuację odwrotną. Nie lecę, bo nie chcę, przynajmniej nie za dotychczasowe pieniądze. Piloci domagają się przede wszystkim podwyżki zarobków. Nie ma w tym niczego dziwnego, bo strajki na tym właśnie polegają. Można domagać się lepszych warunków, lepszego traktowania, ale zawsze podstawowy postulat to po prostu lepsze pieniądze.

Strajkowali piloci nie tylko na Zielonej Wyspie, ale też w Niemczech, Belgii, Szwecji, oraz Holandii. Według przewoźnika, mimo „nieuzasadnionej i pożałowania godnej” akcji strajkowej, w Europie odbyło się ponad 2 tys. lotów, czyli 85 procent planowanych w dniu, kiedy akcja strajkowa miała szczególne nasilenie. Ryanair zapewnił, że wszyscy pasażerowie, których loty zostały odwołane, zostali o tym wcześniej powiadomieni, zaproponowano też im inne terminy, inne trasy albo zwrot za bilety. Nie trzeba jednak dodawać, że nie wszyscy byli z tego szczęśliwi.

Sytuacja dotknęła także polskie lotniska. Z Warszawy - a konkretnie z Modlina - odwoływano połączenia z Charleroi, Kolonią, Memmingen i Sztokholmem. W Bydgoszczy loty do i z Dusseldorfu, w Krakowie połączenia z Charleroi, Berlinem, Norymbergą i Sztokholmem, z Katowic z Hamburgiem i z Gdańska znów ze Sztokholmem. W Polsce o strajkach w irlandzkich liniach donosiły najważniejsze programy informacyjne i to wcale nie na ostatnich pozycjach.

Do jednodniowych strajków pilotów Ryanaira dochodziło dotychczas tylko w Irlandii. Zorganizowany w grudniu 2017 roku przez niemiecki związek VC strajk ostrzegawczy nie spowodował odwołania lotów, gdyż przewoźnik zdołał zmobilizować wystarczającą liczbę pilotów zastępczych. Z kolei strajki personelu kabinowego w Hiszpanii, Portugalii i Belgii dwa tygodnie wcześniej zmusiły Ryanaira do odwołania w ciągu dwóch dni oko-



ALTERNATIVE4

DEPECHE MODE PARTY CORK

DM

PARTY VOL.2

Tickets

www.alter4.eu

03 Nov 2018

An Spailpín Fánach

Start : 8pm **Tickets: €5**





www.uposh.ie 014547094

UPosH Hair Studio & Academy

Oferujemy:

- Personalny dobór fryzur
- Korekcje koloru
- Zmiany koloru
- Analizy Trychologiczne
- Dermabrazja skóry głowy
- Zaawansowane zabiegi odbudowy włosów
- Prostowanie włosów Nutraliss
- Niszowe kosmetyki do pielęgnacji włosów
- Szkolenia

UPosH Aesthetic

Wykonujemy następujące zabiegi:

- Wygładzanie zmarszczek toksyną botulinową
- Wypełnienia kwasem hialuronowym
- Lipoliza iniekcyjna
- Karboksyterapia
- Rewitalizacja skóry twarzy, szyi, dekoltu oraz dłoni
- Mezoterapia igłowa

UPOSH TANNING STUDIO JUŻ OTWARTE!!!

- Najwyższej jakości lampy
- Szeroka gama kosmetyków do opalania
- Oferty specjalne
- Gratisowe kosmetyki!!!!

Czekamy na Ciebie
od poniedziałku do piątku 10:00 - 19:00
sobota 10:00-17:00.

Nasz adres:
UPosH Hair Studio & Academy, UPosH
Aesthetic, UPosH Tanning Studio
Herberton Leisure
Reuben Plaza
St. Jamse's Walk
Dublin 8
www.uposh.ie

Dublińskie ogrody udostępnione do zwiedzania



12 'najpiękniejszych prywatnych ogrodów' zostało udostępnionych do zwiedzania w ramach nowej oferty 'Dublin Garden Trail'.

"Każdy ogród jest kreatywnie pielęgnowany przez właścicieli, którzy kochają ogrodnictwo oraz są twórcami tych pięknych miejsc. Odwiedzających oprowadzają sami właściciele, ujawniając historie i wyjątkowe zakątki ich posiadłości" - zachwala Diarmuid Gavin, autor pomysłu. Wbrew nazwie atrakcji, 6 ogrodów znajduje się w hrabstwie Wicklow. Trasa wiedzie wokół miasta i obejmuje tereny od małych ogrodów, jak Mount Usher w Ashford, hrabstwo Wicklow, przez wiejskie - Knockrose w Kilternan, po miejskie - Weston Park w Churchtown. Większość z nich nie jest dostępna dla publiczności, można za to rezerwować zwiedzanie w grupie, za cenę od €5 do €7 od osoby.

Lotnisko w Dublinie powiększone o dodatkowe skrzydło

Dublińskie lotnisko zyskało nowe skrzydło do obsługi pasażerów przesiadających się na kolejne loty. W ubiegłym roku z portu skorzystało 1,6 mln osób.

Trzypiętrowe skrzydło powstało obok terminala 2. Budowa, kosztująca 16 mln, euro była niezbędna do obsłużenia stale rosnącej liczby pasażerów. Od 2013 roku lotnisku przybyło 550 tys. klientów, a w tym roku spodziewany jest wzrost o 17 proc. Jak przekazał dyrektor

zarządzający lotniska, nowe skrzydło ma służyć podróżnym przesiadającym się w Irlandii w drodze między Europą a Ameryką Północną. Obecne lato jest jak dotąd najbardziej pracowitym dla stołecznego portu. Dziennie przewija się przez niego 100 tys. pasażerów. Dublin Airport jest 6. największym lotniskiem w Europie pod względem połączeń z Ameryką Północną. W tym roku liczba lotów do i z USA wzrosła o 14 proc.

Syn polskiego żołnierza właścicielem ziemi ze znakiem Eire

Znak mający strzec w czasie II wojny światowej Irlandię przed niemieckimi bombowcami ujawniły pożary w hrabstwie Wicklow. Napis wyryli ochotnicy w górze Bray Head (hrabstwo Wicklow). Znaki ÉIRE zostały umieszczone na skałach i ziemi w różnych punktach na wybrzeżach Irlandii. Miały informować Niemców, że znajdują się nad terenami neutralnymi. Służyły one także Amerykanom jako punkty nawigacyjne podczas lotów nad Atlantykiem. Napis w Bray ukazał się ponownie po czerwcowych pożarach i ostatnich deszczach, na ziem (140 akrów) należących do 52-letniego Polaka Marka Kopika, syna żołnierza z II wojny światowej. Zniszczenia wyrządzone przez trwający 4 dni pożar mogłyby być większe, gdyby nie ciężka praca strażaków oraz właściciela, który wyrąbał przecinki w celu spowolnienia żywiołu. Polak używał także cysterny z wodą do gaszenia ognia po północnej stronie Cliff Road, gdzie

znajdują się domy. Miał nadzieję, że ogień nie dotrze do drogi i linii drzew. Cel został osiągnięty. Kopik przekazał mediom, iż chciałby chronić napis, by w ten sposób uczcić pamięć ojca. Na terenie Zielonej Wsypy umieszczone zostały 83 oznaczenia. Zdjęcia niektórych z nich można znaleźć na stronie eiremarkings.org.



Najlepsze przed Tobą



**To, czego potrzebujesz na swoją imprezę
znajdziesz na Polonez Alcolol Shop Online
www.polonez.ie**



PALETY
z Polski
od 120 euro*

PALETY
do Polski
od 80 euro*

TRANSPORT POLSKA-IRLANDIA

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

PACZKI z Polski do Irlandii

THUNDER

T R A N S P O R T

Co. Dublin

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

Poza Co. Dublin

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

Paczka do 30 kg
€20

przy dostawie do naszego
magazynu w Dublin 15

PRZEPROWADZKI z Polski do Irlandii

Co. Dublin

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

Poza Co. Dublin

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

O szczegóły zapytaj
obsługę lub zadzwoń:

0857844966

www.thundertransport.pl

Seks. Porozmawiajmy o pożądaniu



MARTA BICZOWSKA,
PSYCHOLOG, SEKSUOLOG,
DUBLIN

Co wpływa na pożądanie?

Seks jest wszędzie. Rozmawiamy o nim opowiadając anegdoty, żartując albo omawiając kolejną aferę seksualną opisaną przez media. Patrzymy na billboardy ze zdjęciami seksownych kobiet i przystojnych mężczyzn, przeglądamy magazyny. Czytamy artykuły o tym jak polepszyć swoje umiejętności seksualne lub zwiększyć libido. Serfując po internecie ukradkiem spoglądamy na reklamy o przekazie „Ta tabletkę przedłuży i ulepsz swoje życie seksualne”, „Ta bielizna sprawi, że staniesz się boginią seksu”. Seks nas otacza, mimo, że nie zawsze jesteśmy tego świadomi.

Paradoks seksu polega na tym, że z jednej strony jest go wszędzie pełno, a z drugiej jest tematem tabu. Powoli zaczyna się to zmieniać. Dzięki rozwojowi seksuologii, badaniom, łatwo dostępnym książkom o tematyce seksuologicznej i erotycznej, które można kupić anonimowo przez internet zaczynamy coraz chętniej rozmawiać o seksie. Zaczynamy uświadamiać sobie czym jest nie tylko sam seks, ale i nasza seksualność. Dowiadujemy się, że viagra i leki jej pochodne polepszają erekcję, ale nie pomogą w sytuacji, gdy główną przyczyną problemów w łóżku jest stres, zmęczenie czy problem w związku. Próbowano wynaleźć tabletkę zwiększającą pożądanie u kobiet, okazało się, że oprócz wielu efektów ubocznych może ona wpłynąć pozytywnie głównie na grupę kobiet przed i w czasie menopauzy. Seks to nie tylko fizjologia, to też psychika i duchowość.

Jako seksuolog często spotykam się z pytaniami:

- „Kiedyś miałem ochotę na seks każdego dnia, teraz parę razy w miesiącu, co jest ze mną nie tak?”
- „Mój partner potrzebuje więcej seksu niż ja, nie mogę się przełamać, żeby spełnić jego oczekiwania, bo mam niższe libido, co jest ze mną nie tak?”
- „Inni mogą dłużej utrzymać erekcję, ja mam z tym problem, zaczynam tracić zainteresowanie seksem, co jest ze mną nie tak?”
- „Od lat odczuwam dyskomfort podczas stosunku, kiedyś zmuszałam się do seksu, ale dłużej tak nie potrafię, co mam zrobić?”

Obalamy stereotypy i przełamujemy tabu. Porozmawiajmy o pożądaniu.

Pożądanie nie jest stałe. Zmienia się wraz z wiekiem. Mężczyźni odczuwają największe

pożądanie między około 18 a 25 rokiem życia, a kobiety między około 28 a 40. Między 30 a 40 rokiem życia pożądanie kobiet i mężczyzn jest najbardziej do siebie zbliżone. Libido zmienia się na przełomie życia i zależy od wielu czynników w tym między innymi od poziomu hormonów, odżywiania czy poziomu przeżywanego stresu. Pożądanie seksualne nie jest stałe. Zdrowy, dobrze odżywiający się, wypoczęty dwudziestoletni mężczyzna będzie miał ochotę na seks raz, a nawet kilka razy dziennie, ten sam mężczyzna w wieku czterdziestu lat będzie miał inne priorytety i inne potrzeby seksualne. Dwudziestoletnia kobieta będzie inaczej odbierać swoją seksualność i potrzeby seksualne, niż trzydziestoletnia kobieta, której libido i świadomość swojego ciała jest na dużo wyższym poziomie.

Co wpływa na libido?

Poziom hormonów. U kobiet na poziom libido wpływa głównie testosteron, estrogen, progesteron, kortyzol i prolaktyna.

Na pożądanie u mężczyzn główny wpływ ma testosteron, dodatkowo ważny jest zdrowy poziom kortyzolu, oksytocyny i prolaktyny.

Poziom stresu. Długotrwały stres wpływa negatywnie na poziom libido. Gdy jesteśmy pod wpływem stresu seks staje się ostatnią rzeczą, jakiej chcą zmęczone ciało i umysł.

Przewlekłe choroby. U kobiet może to być nawracająca grzybica pochwy, ból piersi przed okresem, zespół napięcia przedmiesiączkowego, choroby tarczycy czy suchość pochwy. U mężczyzn na potencję wpływają głównie choroby serca, miażdżyca, cukrzyca, nadciśnienie, choroby tarczycy, choroby nerek czy gruźlica krokowego.

Sen. Odpowiednia ilość snu jest potrzebna do tego, by organizm mógł się zregenerować, wzmocnić układ odpornościowy i nerwowy. Ważna jest też jakość snu. Na dobry, zdrowy sen wpływa to co robimy przed zaśnięciem. Żeby zapewnić sobie spokojny sen warto około 30 minut przed zaśnięciem wyciszyć umysł, odłożyć telefon, wyłączyć światła, pozwolić sobie na odpoczynek.

Znajomość i akceptacja własnego ciała. Tutaj ważna jest znajomość anatomiczna narządów płciowych. Wiele kobiet nigdy nie widziało swojej wagi, nie zaznało się z funkcjonowaniem tełtachki. Często oczekujemy, że partner lub partnerka za nas odkryje to, co sprawia nam przyjemność. Myślimy, że to on czy ona powinni wiedzieć jak nas zadowolić. Niestety takie przekonanie często prowadzi do rozczarowania. Jeśli nie znamy potrzeb swojego ciała, trudno oczekiwać, że będzie je znał ktoś inny. Oczywiście zdarzają się wyjątki. Niektórzy mają naturalne zdolności seksualne, i/albo duże doświadczenie, które ułatwiają odkrywanie potrzeb ciała, ale pamiętajmy, że nie wszyscy mają takie umiejętności.

Znajomość i akceptacja swoich potrzeb i pragnień. Seks jest naturalną potrzebą większości ludzi. Odkrywanie tej sfery to proces, który trwa praktycznie całe życie. Zdarza się, że nie akceptujemy swojej seksualności.

Kobiety często narzekają na rozmiar swoich piersi, nie są zadowolone z wyglądu swojego ciała. Mężczyźni z kolei ulegają stereotypom wielkości penisa. To co w nas piękne, to wyjątkowość i niepowtarzalność. Akceptacja siebie pozwala czuć się pewnie i otwiera pole do wolności. To z kolei pozwala na odkrywanie tego, co sprawia nam przyjemność, tego co lubimy i uczy tego, co nie jest zgodne z naszymi upodobaniami.

Wspierający i rozumiejący partner. Dobra relacja oparta na szczerej komunikacji i zaufaniu pomaga w budowaniu satysfakcjonującego życia seksualnego. Silna, zdrowa relacja ułatwia rozwiązywanie problemów.

Negatywne przekonania na temat masturbacji. Masturbacja jest naturalną formą rozładowania napięcia seksualnego. Dzięki niej uczymy się anatomii naszego ciała, dowiadujemy się co sprawia nam przyjemność, a co nie. Problem pojawia się, gdy kobieta bądź mężczyzna preferuje masturbację od stosunku płciowego z partnerem bądź partnerką, lub kiedy uzależnia się od masturbacji i pornografii.

Świadomość i akceptacja swojej orientacji seksualnej. Akceptacja swojej płci pomaga czuć się naturalnie, pięknie i swobodnie. Akceptacja i świadomość swojej kobiecości bądź męskości pomagają w pozytywnym przeżywaniu seksualności i seksu.

Przekonania. Realne nastawienie do seksu i swojej seksualności pomaga w pozytywnym przeżywaniu życia seksualnego. Seks może być postrzegany w sposób emocjonalny, piękny, pomagający łączyć więź partnerską. Wtedy sprawia przyjemność. Może też być wręcz przeciwnie. Negatywne nastawienie do seksu budzi lęk i niepokój. O ile w ogóle jest, staje się mechaniczny i służy głównie do spełnienia potrzeby cielesnej.

Wychowanie. Istotny jest wpływ przekonań rodziców bądź opiekunów. Rodzice dojrzały, wspierający przygotowują dziecko na wejście w świat seksualności. Nie boją się rozmów, uczą jak rozmawiać o seksie tak by nie wywoływać lęku związanego z dojrzewaniem i seksualnością. Rodzice lękowi mogą przekazać dziecku, że seks niebezpieczny, prowadzi do chorób bądź niechcianej ciąży. Mówiąc o seksie w sposób wulgarny, przedmiotowy można negatywnie wpłynąć na stosunek do seksu.

Prawidłowy rozwój psychoseksualny. Wiąże się z wychowaniem i dojrzewaniem fizycznym i psychicznym.

Doświadczenia. Pozytywne doświadczenia to takie, które umożliwiały prawidłowy rozwój psychoseksualny np. szczere rozmowy, wsparcie rodziców, rówieśników, czy partnera, partnerki.

Negatywne przeżycia takie jak traumy seksualne, bądź surowe wychowanie nie pozwalające na doświadczanie i odkrywanie seksualności mogą przyczynić się do utworzenia blokad psychicznych (niechęć do seksu) i fizycznych (dyspareunia - ból podczas stosunku u kobiet, problemy z erekcją u mężczyzn).

Uzależnienia. Zarówno u kobiet jak i mężczyzn na obniżenie libido wpływa regularne nazywanie alkoholu, leków czy narkotyków.

Otwartość w relacji na rozmowę o tematach seksualnych. Dobra komunikacja jest podstawą każdego związku. Partner nie domyśli się czego nam potrzeba, bądź jakie są nasze fantazje seksualne. Nie oczekujmy, że będzie jasnowidzem. Otwartość i szczerość są drogą do satysfakcji i spełnienia w seksie.

Osobowość. Osoba lękowa, nadwrażliwa może odbierać małe niepowodzenia w seksie jako porażkę. Seks nie jest stały. Każdy kontakt seksualny jest inny. Z biegiem czasu zmienia się ciało i nastawienie do seksu, więc nasze potrzeby seksualne również ulegną zmianie. Zmiana partnera też może wpłynąć na to, jak przeżywamy seks. W seksie nie ma ideałów i perfekcji, prędzej czy później coś pójdzie nie tak. Takie jest życie, nie da się tego uniknąć, ale można podejść do tego z humorem, zrozumieniem i akceptacją.

Poznanie swoich potrzeb seksualnych i sposobu w jaki funkcjonuje ciało to klucz do udanego życia erotycznego. Dlatego w razie trudności warto udać się na spotkanie ze specjalistą.

KONKURS dla kobiet

Napisz do nas na adres kateplum.mir@gmail.com. Opisz w kilku zdaniach czym jest kobiecość i w jaki sposób można ją wyrażać (np. ubiór, hobby, fryzura, sposób myślenia, inteligencja, poczucie humoru, twórczość). Najciekawsze opisy zostaną opublikowane. Wylosujemy jedną osobę, która dostanie darmową wejściówkę na warsztat „Kobiecego Seksualność”. Zapraszamy do udziału.

Warsztat „Kobiecego Seksualność”

Kiedy: sobota, 15 września 2018

Godzina: 12:00 - 14:30

Gdzie: Lower Elmwood Avenue, Ranelagh, Dublin 6

Koszt: €35

Rezerwacja miejsc: martabiczowska@gmail.com (w emailu proszę podać imię, nazwisko i numer telefonu)

Warsztat jest zarówno dla singielek, jak i Pań w związku. Nie ważne jaki jest status Twojej relacji - jesteś kobietą, w której drzemie siła.

Podczas warsztatu w przyjaznej i bezpiecznej atmosferze będziemy pracować nad:

- wpływem fantazji na seksualność
- rolą umysłu
- blokadami psychicznymi w kontekście seksualności
- budowaniem pozytywnego obrazu kobiecości
- budowaniem kreatywnej energii seksualnej
- ćwiczeniami fizycznymi pobudzającymi przepływ energii

ZDROWIE * ZDROWIE * ZDROWIE

Marta Biczowska
Psycholog, Seksuolog
0860453005

Konsultacje indywidualne i dla par
 Warsztaty dla kobiet
 „Kobieca Seksualność”

<http://martabiczowska.blogspot.com/>

Zakres pomocy:

- Pomoc psychologiczna i seksuologiczna
- Terapia indywidualna
- Terapia Par
- Warsztaty dla kobiet „Kobieca Seksualność” <http://martabiczowska.blogspot.com/p/warsztaty.html>

Problemy, którymi się zajmuję:
Psychologiczne:

- Depresja
- DDA - dorosłe dziecko alkoholików
- Lęki, ataki paniki
- Nerwica natręctw
- PTSD (zespół stresu pourazowego)
- Silny stres
- Problemy w związkach oraz relacjach międzyludzkich
- Problemy z wyrażaniem emocji
- Mobbing w pracy

Seksuologiczne:

- Zaburzenia erekcji
- Zaburzenia popędu płciowego (za wysokie, za niskie libido)
- Zaburzenia orgazmu
- Przedwczesny wytrysk
- Uzależnienie do seksu
- Ból podczas stosunku

Zapraszam serdecznie na konsultację w prywatnym gabinecie lub przez Skype

0860453005

martabiczowska@gmail.com

<http://martabiczowska.blogspot.com/>

MODA * ŻYCIE * STYL * URODA * ZDROWIE * MODA * ŻYCIE * STYL * URODA * ZDROWIE



KATARZYNA ŚLIWA
 KATE PLUM ATELIER

Masz pomysł na oko ?
Wyślij zdjęcie na:
kateplum.mir@gmail.com
z podpisem autorki.
najciekawsze propozycje
opublikujemy w tej rubryce.

Jeśli jesteś zainteresowany reklamą na tej stronie napisz do mnie kateplum.mir@gmail.com

PORADY KAROLA * PORADY KAROLA * PORADY KAROLA * PORADY KAROLA

Magiczny zabieg złuszczenia skóry głowy



Karol Jakubowski
 Hair Artist UPOSH Hair Studio&Academy
www.uposh.ie

Odpowiadam na najważniejsze pytania o peelingi skóry głowy: Dlaczego warto go robić? Jak często, w jaki sposób? Jakich efektów możesz się spodziewać? Poznasz też przepisy na domowe peelingi skóry głowy i najlepsze kosmetyki ze sklepowej półki.

Stysząc peeling, pierwsze nasze skojarzenie to oczywiście twarz i usuwanie z jej powierzchni martwego naskórka oraz wszelkiego rodzaju zanieczyszczeń. Popularne są też peelingi do ciała, które stosujemy głównie z myślą o ujędrnieniu skóry. A peelingi skóry głowy? To wciąż mało popularny zabieg stosowany w pielęgnacji włosów i będący zaskoczeniem, gdy słyszy się o nim po raz pierwszy.

Peeling skóry głowy – dlaczego warto?

Zadaniem peelingu wykonywanego na skórze głowy jest oczyszczenie skóry z pozostałości po kosmetykach (szamponach, odżywkach, lakierach, piankach, żelach, lotionach itd.) i usunięcie z niej martwego naskórka. Podczas krótkiego masażu, który jest nieodłącznym elementem peelingu poprawia się krążenie krwi w komórkach skóry, dotlenia cebulki i ułatwia skórze przyjmowanie składników odżywczych. A to przekłada się na efekty, które mogą być naprawdę zaskakujące!



Regularnie wykonywany peeling skóry głowy sprawia, że:

- włosy są odbite u nasady
- skóra jest odżywiona
- włosy wolniej się przettuszczają
- zmniejsza się swędzenie skóry
- znikają podrażnienia
- skalp jest oczyszczony z pozostałości kosmetyków i codziennych zanieczyszczeń
- cebulki otrzymują więcej substancji odżywczych
- włosy zaczynają szybciej rosnać
- zmniejsza się wypadanie włosów
- włosy są mocniejsze i bardziej lśniące

Kiedy warto pomyśleć o peelingu skóry głowy?

Peeling skóry głowy warto stosować bez względu na rodzaj włosów i najlepiej włączyć go do ich stałej pielęgnacji. Wskazania, które mogą podjąć Ci decyzję o tym, żeby taki peeling zrobić to:

- osłabione włosy
- podrażniona, zaczerwieniona skóra
- częste swędzenie skóry głowy
- szybkie przettuszczanie się skóry
- wolny wzrost włosów
- brak lekkości i objętości włosów
- łupież
- krostki na skórze głowy
- wypadanie włosów

W każdym z tych przypadków peeling pomoże przywrócić skórze równowagę, zadba o jej oczyszczenie i lepsze odżywienie cebulek.

Gotowy, czy ze sklepu? Jaki peeling do skóry głowy wybrać?

W ofercie produktów do pielęgnacji włosów peeling jest wciąż rzadko spotykanym kosmetykiem. Może to sprawiać problemy i zniechęcać do wprowadzenia zabiegu peelingu skalpu do naszego rytuału pielęgnacyjnego. Na ratunek przychodzą więc peelingi domowe, naprawdę bardzo proste w przygotowaniu i zapewniające skuteczne działanie oczyszczające.

Gotowe produkty mają tę zaletę, że ich składniki są skierowane na rozwiązywanie konkretnych problemów, mają odpowiednie proporcje, a ich stosowanie jest łatwe i przyjemne (Framesi Morphosis Scalp Exfoliate 18€). Osobom, które mają obawy, co do działania ko-

smetyków robionych samodzielnie, peelingi ze sklepu będą więc idealnym rozwiązaniem.

Tak, jak wspomniałem wcześniej, tego typu produktów nie ma wciąż zbyt wiele, dlatego warto poszukać się też półproduktami, które doskonale sprawdzają się jako dodatek do peelingu – będą to na przykład glinki, lub kosmetykami o uniwersalnym i wszechstronnym działaniu, jak na przykład czarne mydło.

Domowe peeling do skóry głowy

Przygotowanie peelingu do skóry głowy jest bardzo łatwe – wystarczy, że do szamponu dodasz 1-2 łyżki cukru, najlepiej trzcinowego i peeling gotowy. Taki peeling nie zawsze jednak się sprawdza i często słyszę opinie, że jest mało skuteczny. Ale spróbować i tak warto! A poniżej znajdziesz kilka innych pomysłów na domowe peelingi do skóry głowy, które warto przetestować, by znaleźć ten, który będzie służył Twoim włosom i skórze najlepiej.

Peeling miodowo-cukrowy – nawilżający

- 2 łyżki cukru trzcinowego
- 1 łyżka miodu
- 2-3 łyżki szamponu

Peeling z gliną i cukrem trzcinowym – oczyszczający

- 2 łyżki szamponu
- 2 łyżki cukru trzcinowego
- 1 łyżka glinki Ghassoul lub zielonej

Peeling lniany – normalizujący

- 4 łyżki cukru
- 2 łyżki siemienia lnianego
- kilka kropli octu jabłkowego

Peeling węglowy – mocno oczyszczający

- 3 łyżki sody oczyszczonej
- 3 łyżki węgla aktywnego
- 1-2 łyżki wody
- 1 łyżka glinki

Peeling kawowy – pobudzający cebulki

- 3 łyżki fusów kawy
- 1-2 łyżki szamponu

Jak stosować domowy peeling skóry głowy? Wskazówki i porady.

- Zmocz włosy wodą i odsącz je ręcznikiem.
- Nałóż peeling na skórę.
- Wykonaj 2-3 minutowy, delikatny masaż.
- Sptukaj peeling wodą, następnie umyj włosy szamponem.

Jeśli stosujesz peeling kawowy pamiętaj, że może on delikatnie przyciemniać włosy. Taki peeling jest trudno wypluć z włosów, bo kawa się nie rozpuszcza, dlatego musisz być cierpliwa.

Do peelingu możesz dodać też sól, ale unikaj jej jeśli masz strupy lub krosty na skórze.

MODA * ŻYCIE * STYL * URODA * ZDROWIE * MODA * ŻYCIE * STYL * URODA * ZDROWIE

Kobieta Renesansu

7 października Nosowska wystąpi w Dublinie. Tego nie można przegapić.

Nosowska zademonstruje w dużej mierze utwory, które jesienią utworzą jej nową, solową płytę. O tym, że zaczyna nagrywać poinformowała już w kwietniu i stopniowo te plany realizuje. *Hey odpoczywa, postanowiłam więc ten czas przeznaczyć na ruchy niepodległościowe:). Prezentuję Wam dziś pierwszą piosenkę z płyty, która ukaże się jesienią* – napisała wtedy na Facebooku.

Do solowej kariery wraca po siedmiu latach. „Ja pas” to pierwszy utwór od czasu wydania płyty „8”. *Zależy mi na tym, żeby żegnać się z planetą w jakiejś najszlachetniejszej odsłonie samej siebie. Coś się we mnie kotłuje, coś mnie swędzi* – pisała między innymi.

Chciałabym sobie ulżyć i wypowiedzieć się wreszcie na stare lata. Ostatni raz tak naprawdę. Tym razem mieszałam krew z Michał Fox Król, co oznacza, że słowa wystąpią w duecie z innymi niż dotąd dźwiękami. Starsza pani zaprasza do wyrażenia ekspresji poprzez ruch – zapowiedziała.

To oczywiście swego rodzaju kokieteria i „puszczenie oka” do fanów. Nosowska najwyraźniej dopiero się rozkręca.

Kobieta renesansu

Oprócz pisania tekstów i udzielania się na scenie, przez lata sporo publikowała na tematy kompletnie niezwiązane z muzyką. Pisała felietony dla miesięczników „Filipinka”, „Muza” i „Zwierciadło”. W stacji radiowej prowadziła audycję „Tranzystem do niebytu”. Zresztą, razem z partnerem Pawłem Krawczykiem.

W tym roku nakładem wydawnictwa Wielka Litera ukazała się jej książka zatytułowana „A ja żem jej powiedziała...”. Mówi tam o show-biznesie, celebrytach, współczesnych snobizmach, fobiach i modach. Zwięźle, ciętym językiem.



Niedawno założyła konto na Instagramie. Zamiast zwykłych selfie, zdjęć z wakacji oraz materiałów promujących koncerty, gwiazda zapełnia konto satyrycznymi nagraniami z serii „#ajazemjepowiedziała”. Na filmikach z przymrużeniem oka i z dużą dawką autoironii odnosi się do polskiego (i nie tylko) show-biznesu, opowiada żarty, a także kpi ze swojej wagi, która jest tematem dosłownie połowy wszystkich postów. Fani piosenkarki zachwyty wyrażają pod każdym kolejnym filmikiem.

Katarzyna i partnerzy

Nigdy nie błyszczała w blasku fleszy. Zawsze wolata, by to teksty jej piosenek więcej mówiły o niej. Z Pawłem Krawczykiem, obecnym partnerem, znają się od lat. Gitarzysta współ-

pracował już z Nosowską przy nagrywaniu jej solowych płyt. Po „Sushi”, która ukazała się w 2000 roku, na stałe wszedł w skład zespołu Hey.

Ale prywatne życie wokalistki wcześniej nie było łatwe. Z ojcem dziecka, Adamem Krajewskim, rozstała się, gdy syn Mikołaj był jeszcze maluchem (dzisiaj ma 22 lata). Potem był związek z popularnym aktorem Redbadem Klynstrą. Jej zdaniem związku opowiedziane w prasie kończą się wraz z wyczerpaniem nakładu. *Drugi raz tak nie chcę* – podkreśla, i jak widać ma rację. Jej syn niedawno podpisał kontrakt z agencją modelingu. A więc w jej ślady nie pójdzie.

Gwiazda filmowa

Początkowo pojawiała się wyłącznie w filmach dokumentalnych jako część środowiska muzycznego w takich produkcjach jak „Dziecko Jarocina”, „Przystanek Woodstock” czy „Historia polskiego rocka”. Jej wszechstronność wzbudzała jednak także ciekawość twórców produkcji fabularnych. Dziewięć lat temu mający hollywoodzkie doświadczenia reżyser Yurek Bogajewicz zatrudnił ją w 180. odcinku komediowego serialu „Niania”.

W mającym tegoroczną datę serialu „Druga szansa” wystąpiła gościnnie jako Katarzyna Nosowska. I wreszcie Władysław Pasikowski zatrudnił ją do epizodu w „Pitbullu. Ostatnim psie”. Jej scena na posterunku z Marcinem Dorocińskim została zrecenzowana w superlatywach.

Muzyka do filmu

Jej utwory były wykorzystywane w filmach fabularnych. Do kryminalnego „Ziarna prawdy” Borysa Lankosza nakręciła nawet teledysk. Współpracowała też z Władysławem Pasikowskim – u którego zagrała później rolę – przy „Demonach wojny według Goi”. Utwory Kasi zostały także wykorzystane w filmie „Gry uliczne” Krzysztofa Krauzego z roku 1996 (jego akcja toczy się wokół zabójstwa studenta Grzegorza Przemyka, sprokurowanego przez władze komunistyczne). Główną

rolę zagrał Redbad Klynstra, jej ówczesny partner.


Nagrody i wyróżnienia

Nominacji do rozmaitych wyróżnień miała mnóstwo. Z braku miejsca przytaczamy tylko te, które się ziściły.

Rok 1993 – Paszport Polityki; 1996 – Fryderyki za Album i Autora roku; 2000 – Fryderyki: Autor roku i Album muzyka alternatywna; 2005 – Fryderyki: kategorie Wokalistka i Autor roku; 2007 – Fryderyk: Album muzyka alternatywna; 2008 – Fryderyki: Wokalistka, Autor, Piosenka i Wideoklip roku; 2009 – Fryderyki: Album i Wokalistka roku; 2010 – Fryderyk: Autor roku; Najlepsza polska wokalistka według tygodnika „Machina”; 2011 – Doroczna Nagroda Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego; 2012 – Fryderyk: Autor roku oraz Nagroda Muzyczna Programu Trzeciego „Mateusz”.

Hey zawieszamy

W ubiegłym roku, po 25 latach działalności, został zawieszony Hey – zespół, z którym Nosowska jest kojarzona. Mimo że wszyscy doceniają jej dokonania solowe, to jednak ta kwestia jest na tyle istotna, że wymagała sprecyzowania. Było sporo domysłów. Odpowiedzi udzieliła pani Kasia w programie Kuby Wojewódzkiego, nadawanym przez stację TVN.

Nie było tak, że wszyscy naraz powiedzieliśmy: a może byśmy to zatrzymali? Pomyślałam, że mam specyficzne podejście do życia, że to, że istniejemy 25 lat jest taką bazą wypadową, która daje nam poczucie bezpieczeństwa i że to ostatni moment dla nas wszystkich, a zwłaszcza dla mnie, żeby na podstawie własnej, przemyślanej decyzji, odrzucić linię asekuracyjną. Chciałam zobaczyć, kim jestem, bez tej odsłony siebie, jaką jest Hey – powiedziała. Dodała też, że decyzja o rozstaniu nie jest ostateczna i za jakiś czas sytuacja może się zmienić. Uważam, że jeżeli mamy jeszcze wrócić, to wrócimy. To świetny moment. To odważna, ryzykowna, ale świetna decyzja. Nie mówię do widzenia, żegnajcie na zawsze, może kiedyś wrócimy – podsumowała. 

Kameleon

Muszę przyznać, że spośród wszystkich polskich wykonawców, o jakich słyszałem, jesteś istnym kameleonem, przerobiłaś tak wiele stylów, form, twarzy – nie lubisz muzycznej stagnacji, prawda?

Nic dodać, nic ująć. Na przeciwnym biegunie kreatywności leży rutyna, a to największe przekleństwo dla artysty.

Pamiętam szok, jak nagle z „heyowego” brzmienia przeniosłaś się w technowe niemal rejony na pierwszej solowej płycie. Potem była Osiecka i pewnie wszystko pomiędzy. Czy jest jakiś gatunek, czy w ogóle coś na tyle nietypowego, co jeszcze Ci się nie przytrafiło, ale chodzi po głowie?

Hard pop i jazz, to jeszcze przede mną (śmiech).

Opowiedz proszę o najnowszych nagraniach i występach – co teraz? Opowiedz o tej „Nosowskiej na tusto”. Będzie tusto?

Obecnie podczas letnich koncertów serwujemy słuchaczom przystawkę z płyty, jesienią będzie można zapoznać się z całym nowym menu, będzie na tusto; postaramy się utrzymać publiczność w zaskoczeniu.

Skoro było o tym, co teraz, to teraz powiedz o tym, co jutro. Czy myślisz o wycofaniu się z muzyki, czy nie ma takiej opcji, będziesz grać do upadłego?

Jestem przeciwniczką tworzenia scenariuszy dotyczących przyszłości, jedynym stałym elementem rzeczywistości jest zmiana. Od jakiegoś czasu czuję się zobowiązana przy każdej wypowiedzi umieszczać datę i godzinę, bo każdy następny dzień może przynieść zupełnie inną. Z niecierpliwością

wyglądam niespodzianek, jakie ma dla mnie los.

Solowa Nosowska jest mało rockowa, ale angażuje się przecież w ostro rockowe rzeczy – gościnnie pojawiłaś się na płytach Dezertera, Pidżamy Porno i tak dalej. Czy ten trend u Ciebie zamiera, znudziło Ci się takie granie, czy wprost przeciwnie? No i przede wszystkim, co z Heyem? Czy to zamknięty rozdział?

Hey obecnie odpoczywa, jak odpocznie wystarczająco, to wrócimy do tematu.

A skoro padło słowo „rozdział”... Miałaś i miewasz przygody z dziennikarstwem, a ostatnio zostaliśmy „kolegami po fachu” w jednej stajni wydawniczej – opublikowałaś książkę w „Wielkiej Literze”, która jest też i moim macierzystym wydawnictwem. Podoba Ci się pisanie przez większe „P”? Czy to jakiś pomysł

na przyszłość, na dłuższą przygodę, czy tylko epizod?

Zawsze marzyłam o zakosztowaniu szerszej formy, niedawno miałam szansę. Metoda pisania nieograniczonego wersem (jak w przypadku piosenki) jest przyjemna. Tak, myślę o związaniu się z tą formą na dłużej.

Gdyby nie muzyka, gdyby nie pisanie, co byś robiła? Albo inaczej, kim byś chciała być, gdybyś nie była TĄ Katarzyną Nosowską?

Chciałabym uzdrawiać, poprzez nakładanie rąk (śmiech). A tak serio, nie starcza mi wyobraźni, by umiejscowić się w innych okolicznościach niż te, które znam i jestem wdzięczna losowi, że mogę realizować swoje pomysły i pasje.

Super – dziękuję za rozmowę i do zobaczenia na naszej zwiariowanej wyspie skarbów!

ROZMAWIAŁ PIOTR CZERWIŃSKI



17 LISTOPADA
DUBLIN
THE ACADEMY
drzwi: 19:00 start: 20.00



KONCERTY.IE

BILETY DO NABYCIA NA
WWW.KONCERTY.IE ORAZ BILETY.GAZETA.IE



Przemek Trio

Renata PRZEMEK TRIO to kameralny projekt, w którego skład wchodzi oprócz wokalistki (sięgającej po instrumenty perkusyjne) świetni instrumentalści.

Zobaczyć i usłyszeć możemy Piotra Wojtanowskiego grającego na fretlesie (bezprogowej gitarze basowej) oraz Grzegorza Palke - grającego na gitarze akustycznej. Artyści sięgają po utwory znane odzierając je jednak z pierwotnych aranżacji. Także po te lubiane, lecz nieco zapomniane. W repertuarze znajdują się m.in. piosenki zarejestrowane na płycie "AKUSTIK TRIO", jak również piosenki z płyty „RZEŻBA DNIA” oraz kilka songów Leonarda Cohena. Z czystej akustycznej formy promieniuje nowa energia i wzruszenie. Koncert pełen jest zaskakujących zwrotów, energii i wirtuozerskich rozwiązań aranżacyjnych. Wyjątkowo czytelny jest głos artystki oraz - co za tym idzie - przekaz wszystkich piosenek.



Gdzie: Cork, The Kino
Kiedy: 10 listopada 2018, start 20.00
Bilety: www.eventbrite.ie

Artur Barciś Show

Zapraszamy na solowy występ popularnego aktora. Artysta w sobie właściwy sposób nawiązuje niezwykle kontakt z publicznością, opowiadając anegdoty o swojej zabawnej drodze do aktorstwa. Zaprasza za kulisy teatru i planu filmowego, opowiadając o tremie, dykcji, różnego rodzaju „sypkach”, czyli aktorskich wpadkach, oraz dowcipach, jakie aktorzy robią sobie na scenie. Wszystko to jest opatrzone, w mistrzowski sposób, wykonywanymi piosenkami.



Tak Artur Barciś opowiada o występie: ABS, czyli Artur Barciś Show, to moja odpowiedź na tzw. (nie lubię tego słowa) zapotrzebowanie. Powstał na bazie muzycznego monodramu pt. „Gra, czyli musical na jednego aktora”, którego premiera odbyła się podczas Przeglądu Piosenki Aktorskiej we Wrocławiu w 1991 roku. Przez wiele lat grałem ten spektakl w Ateneum i całej Polsce. Każde przedstawienie kiedyś kończy swój żywot i tak też się stało z „Grą”. Po jakimś czasie dostałem propozycję występu estradowego typu „one man show” i postanowiłem ożywić kilka piosenek z „Gry”, dodając do nich estradowy komentarz.

Zależało mi na tym, żeby mój program był zabawny, ale równocześnie przekazywał jakieś treści, które dadzą widzom do myślenia, stąd piosenki „Zagrać siebie” czy „Już widziałem jak”. Wszystko, o czym śpiewam czy opowiadam zahacza o świat, który bardzo dobrze znam i który chciałbym moim wi-

dzom przybliżyć, zachęcając, by go odwiedzili. To teatr, aktorstwo i wszystko, co się z tym światem wiąże, czyli dykcja, trema, sypki, dowcipy, ale też strach przed loterią, którą ze sobą niesie. Lubię ABS, bo daje mi możliwość bezpośredniego kontaktu z widzami ze świadomością, że może choć kilka osób, którym do głowy nie przyszło wybrać się do teatru, po tym spotkaniu do teatru pójdzie. Przynajmniej na spektakl z moim udziałem. Lubię ABS, bo lubię śpiewać, a ostatnio w teatrze śpiewam dość rzadko. Lubię ABS, bo występuję czasem w małych miejscowościach, do których nigdy żaden teatr nie dotarł - dodaje Artur Barciś.

Bilety do nabycia na stronie www.eventbrite.ie
The Kino, Washington St., Cork
6 października 2018, godz. 20.00

Akurat

Akurat to niepowtarzalne zjawisko na polskiej scenie. Zespół ceniony za świetny koncertowy show, ale także za inteligentne, dowcipne oraz zaangażowane teksty. Akurat ma na koncie utwory zaliczane do czołówki polskich protest songów np. „Do prostego człowieka” czy „Wiejska”, oraz z drugiej strony - lekkie piosenki, evergreeny chętnie wykorzystywane przez wszelkie coverbandy grające na imprezach i weselach, jak „Lubię mówić z Tobą”, czy „Hahahaczyk” („Dyskoteka gra”).

Status gwiazdy sceny niezależnej zespół Akurat zdobył trzykrotnym występem na Przystanku Woodstock. Później był Jarocin, Fama, występy w siedmiu europejskich krajach oraz koncerty na żywo w Polskim Radiu.

Po ponad 20 latach działalności zespół nie musi już nic nikomu udowadniać. Ugruntowana pozycja na polskiej scenie poparta jest również dojrzałością *stricte* techniczną. Akurat na swoje koncerty ciągle przyciąga tłumy i mimo że na przestrzeni lat skład zespołu kilkakrotnie się zmieniał - dwie rzeczy pozostały niezmiennie - energia oraz szczerłość przekazu. Zespół z Bielska-Białej to nie lider, hit czy moda - to kolektyw zawodowych mu-



zyków, w którym każdy świetnie opanował swój fach, nie tracąc przy tym charakteru oraz radości z bawienia się muzyką.

Promocja! Pierwsze 50 biletów w promocyjnej cenie 22 euro, oferta ważna do 13 września bądź do wyczerpania biletów!

Bilety do nabycia na stronie www.eventbrite.ie
Crane Lane, Cork
13 października 2018, godz. 20.00

Odszkodowanie za uszczerbek na zdrowiu poniesiony w wypadku drogowym

Wypadek drogowy lub kolizja drogowa są, niestety, bardzo częstym zjawiskiem i mają wiele przyczyn. Uczestnictwo w wypadku samochodowym jako kierowca, pasażer lub pieszy może być traumatycznym przeżyciem bez względu na skalę wypadku oraz stopień odniesionych obrażeń. Jeśli to nie Ty jesteś sprawcą wypadku samochodowego lub innego zdarzenia drogowego, możesz ubiegać się o odszkodowanie m.in. za uszkodzenia Twojego samochodu lub szkody na zdrowiu oraz za poniesione przez Ciebie dodatkowe koszty.

Do wypadków samochodowych oraz innych wypadków drogowych może dojść na wiele różnych sposobów. Jednymi z najczęstszych sytuacji, jakich doświadczyli nasi klienci, które doprowadziły do wniesienia roszczenia o odszkodowanie są:

- Wypadek samochodowy
- Wypadek rowerowy
- Wypadek autobusowy
- Wypadek na autostradzie
- Wypadek z udziałem pieszych
- Wypadek taksówek
- Wypadek motocyklowy

Co zrobić gdy dojdzie do wypadku?

Pierwsze, co należy zrobić, gdy dojdzie do wypadku drogowego, jest sprawdzenie, czy Ty, pasażerowie i ktokolwiek, kto uczestniczył w wypadku nie potrzebuje pomocy medycznej. Jeśli pomoc jest potrzebna, należy wezwać karetkę.

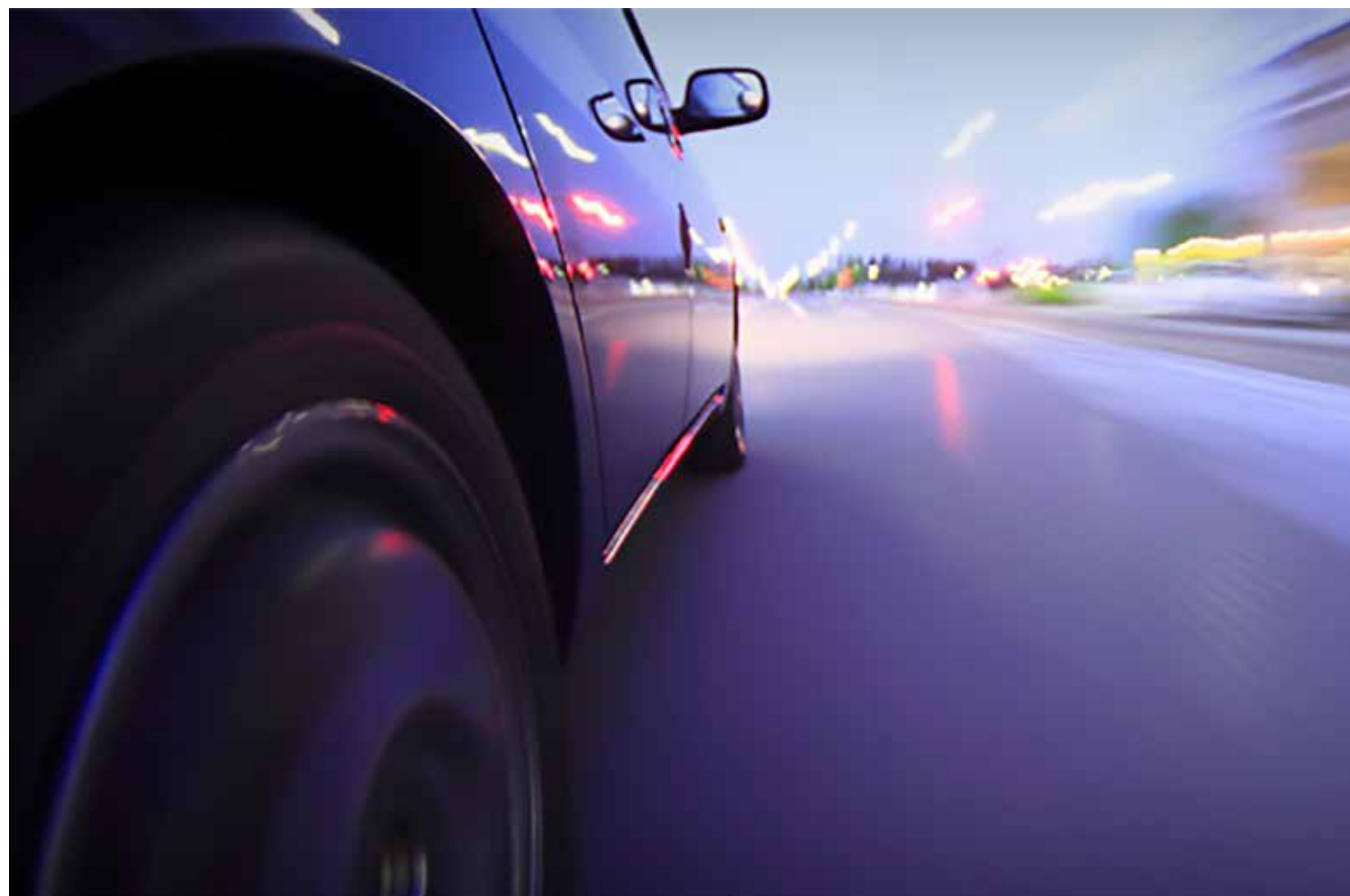
Następnie należy:

1. Wezwać policję (Gardaí)

Bez względu na skalę wypadku drogowego, ważnym jest, aby niezwłocznie zgłosić wypadek policji. Policja nie pojawi się na miejscu wypadku, jeśli uzna, że wypadek nie jest poważny a jego uczestnicy mogą samodzielnie rozwiązać problem, przekazując sobie nawzajem odpowiednie informacje. W takim przypadku ważnym jest, aby odwiedzić najbliższy posterunek policji i złożyć zeznanie na temat wypadku oraz poprosić o zbadanie jego szczegółów.

2. Zebrać informacje związane z wypadkiem

- Dane drugiego kierowcy: imię, nazwisko, adres zamieszkania, dane kontaktowe, nr rejestracyjny pojazdu i szczegóły ubezpieczenia.
- Dane kontaktowe każdego z pracowników służb ratowniczych, paramedycznych oraz policjantów.
- Zdjęcia miejsca wypadku z różnych perspektyw; pomoże to Twojemu prawnikowi zrozumieć, jak doszło do wypadku.
- Godzina i data wypadku.



- Warunki atmosferyczne w momencie wypadku

3. Świadkowie

Jeśli są jacyś świadkowie wypadku, poproś ich o dane kontaktowe. Mogą się one przydać, gdy złożysz wniosek o odszkodowanie z tytułu wypadku.

4. Pomoc medyczna

Jeśli poniosłeś uszczerbek na zdrowiu w wypadku drogowym, ważnym jest, aby czym prędzej umówić się na wizytę u lekarza.

Skontaktuj się z prawnikiem ds. odszkodowań

Jeśli masz zamiar wnieść roszczenie z tytułu uszczerbku na zdrowiu lub wypadku drogowego powinieneś skontaktować się z prawnikiem. Prawniki pomogą Ci przygotować wniosek do

Injuries Board oraz zagwarantuje, że wszystko odbędzie się zgodnie z procedurami.

Zachowaj kopie dowodów wszelkich wydatków, które poniosłeś na skutek wypadku oraz wszystkie kopie dokumentacji medycznej oraz policyjnej, jeśli to możliwe.

Okres przedawnienia – ramy czasowe

Ważnym jest, abyś zapamiętał, że istnieje pewien limit czasowy, w którym możesz wnieść roszczenie. Czas na wniesienie roszczenia o odszkodowanie nazywany jest **okresem przedawnienia**.

Tracey Solicitors Jesteśmy firmą prawną z siedzibą w Dublinie specjalizującą się w sprawach związanych z obrażeniami ciała. Świadczymy usługi prawne polskim klientom mieszkającym w Irlandii przez ostatnie 10 lat. Jeśli potrzebujesz pomocy prawnej skontaktuj się z Moniką Kealy pod numerem 0851502626. Udzielamy usług prawnych w języku polskim.

Tracey Solicitors 34 Westmoreland Street Dublin 2
T: 01 6499900 W: <https://www.traceysolicitors.ie/pl/>

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



Tracey Solicitors

Making law accessible

Twój prawnik w Irlandii

Kancelaria Prawna

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

Zadzwoń: **Monika Kealy**

(085) 150 26 26

📍 16/17 St. Andrew Street, Dublin 2

✉ polishteam@traceysolicitors.ie

🌐 www.traceysolicitors.ie/pl



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

Barclays przenosi się do Irlandii

Drugi największy bank na wyspach przenosi własność francuskich, niemieckich i hiszpańskich oddziałów z brytyjskiego podmiotu na swoją irlandzką placówkę. Powodem są napięcia między rządem brytyjskim a Unią Europejską, co do przyszłych zasad funkcjonowania systemu finansowego między Wielką Brytanią a UE.

Będzie się ona przede wszystkim zajmować obsługą działalności korporacyjnej, inwestycyjnej i prywatnej oraz działalności w zakresie kart kredytowych w Niemczech. Docelowo pod kontrolę Barclays Bank Ireland mają zostać przeniesione wszystkie europejskie oddziały banku. Znajdują się one m.in. w Luksemburgu, Szwajcarii, Portugalii, Włoszech i Holandii. Według wycień banku, irlandzka jednostka po przejściu kontroli nad całym europejskim biznesem będzie posiadała aktywa o wartości około 224 miliardów funtów. Będzie zatem w posiadaniu

20 proc. ogółu aktywów należących do grupy kapitałowej w wysokości 1,1 biliona funtów. Podczas gdy europejskie oddziały banku będą nadal w posiadaniu firmy holdingowej notowanej na londyńskiej giełdzie, zmiana struktury organizacyjnej pokazuje, w jaki sposób kredytodawcy przenoszą się, aby uniknąć zakłóceń, które może spowodować wyjście Wielkiej Brytanii z europejskiej wspólnoty. Barclays nie jest jedynym bankiem, który ubezpiecza się na wypadek brexitu bez umowy. Największy bank na wyspach – HSBC, przenosi własność europejskich oddziałów pod francuską spółkę zależną. Lloyds natomiast planuje przeniesienie do trzech europejskich miast. Głównymi faworytami są według specjalistów: Frankfurt, Paryż i Dublin. Plany te spowodują większe koszty i złożoność, ponieważ każda spółka zależna musi być kapitalizowana i licencjonowana przez organy regulacyjne.

Lidl zamierza otworzyć pub w Dublinie

Irlandzki oddział Lidla przymierza się do budowy obiektu według nowego konceptu. Przy marce ma funkcjonować pub, zlokalizowany w południowym Dublinie.

Mniej więcej przed pięciu laty Lidl kupił w Dublinie działkę wartą ok. 2,6 mln funtów, na której wcześniej zlokalizowana była restauracja Belgard Inn. Obecnie na tej nieruchomości powstaje nowa placówka Lidla. Jak wynika z wniosku o pozwolenie na budowę, częścią inwestycji ma być pub. Lidl buduje kompleks handlowy, w ramach którego – zgodnie z dokumentacją – będą się składać cztery placówki detaliczne oraz lokal gastronomiczny. Rzecznik prasowy sieci w zasadzie potwierdził doniesienia miejscowych mediów. W rozmowie z portalem RSVP Live przy-

znał, że w obiekcie będzie funkcjonował lokal gastronomiczny, zastrzegł jednak, że obecnie nie może jeszcze potwierdzić, czy chodzi o pub czy o restaurację. – Prace są na wczesnym etapie. Inwestycja ma być zakończona dopiero wiosną przyszłego roku – wyjaśnił.



Irlandzki hotel drugim najlepszym na świecie

Hotel w hrabstwie Laois okazał się drugim najlepszym na świecie według magazynu 'Travel+Leisure'. W kategorii 'Top 100 Hotels in the World' ustąpił jedynie Four Seasons na Bali.

5-gwiazdkowy Ballyfin, który powstał w budynku dawnej szkoły, otwiera jednocześnie ranking „Europe's Top 10 Resorts”. Ceny noclegów w jednym z 20 pokoi luksusowego hotelu zaczynają się w szczycie sezonu od 960 euro. W tym roku do oferty został dodany pobyt w prywatnym domku na terenie 614-akrowej posiadłości, za 2 tys. euro za dobę. Wybudowany w 1820 roku przez irlandzko-angielską rodzinę Coote'ów pałac został nagrodzony nie

po raz pierwszy. Odnowiony przez aktualnego właściciela, amerykańskiego biznesmena Freda Krehbiela i jego irlandzką żonę Kay zdobył miano najlepszego hotelu na świecie w rankingu Condé Nast Traveller, a w tym roku tytuł hotelu roku według AA. W rankingu znalazł się tylko jeszcze jeden irlandzki hotel; 50. miejsce przypadło 5-gwiazdkowemu Sheen Falls Lodge, w Kenmare, (hrabstwo Kerry). Uplasował się on jednocześnie na 6. pozycji listy „Europe's Top 10 resort hotels”. Najlepszym hotelem na świecie okazał się natomiast Four Seasons Resort Bali w indonezyjskim Sayan. Trzecią pozycję zajął Frangipani Beach Resort w Anguilli.

Irlandia wśród krajów z najdroższą energią

Irlandczycy płacą za energię jedne z najwyższych cen w Europie. Pod względem gazu Irlandia jest drugim najdroższym krajem Wspólnoty, a pod względem prądu - czwartym. Jak zauważa Independent.ie, badanie zostało przeprowadzone przed podwyżkami wprowadzonymi w ostatnich dniach przez 6 największych irlandzkich dostawców.

Eurostat ustalił, iż na Wyspie kWh prądu kosztuje ponad 20 centów. Wyższe stawki obowiązują jedynie w Belgii, Danii i Portugalii. Irlandczycy płacą za energię elektryczną także więcej niż mieszkańcy państw spoza Unii: Islandii czy Norwegii. Pod względem kosztów gazu (nieco poniżej 10 centów za kWh) w UE droższa jest z kolei jedynie Szwecja. Najtaniej jest natomiast w Rumunii i Bułgarii – 4 centy. „Konsumenci na Wyspie płacą co roku za gaz o 534 euro więcej niż Brytyjczycy i o 165 euro za gaz – ustaliła porównywarka Bonkers.ie. Ceny energii pozostają wysokie, mimo iż Corrib Gas Field w hrabstwie Mayo zaopatruje dziś 60% kraju”

- zauważa portal. Na początku sierpnia ceny podniosły Electric Ireland, Energia, Flogas, Panda Power i Pinergy, a PrePayPower i Bord Gáis w ubiegłym tygodniu. Dla niektórych gospodarstw domowych oznacza to zwiększenie rocznych rachunków o 200 euro.



Irlandia pozwana przez Unię za brudną wodę

Komisja Europejska pozwała Irlandię do Trybunału Sprawiedliwości za przekraczanie limitów zanieczyszczenia wody pitnej rakotwórczymi chemikaliami.

Sprawa dotyczy nie tylko skażenia wielu źródeł wody pitnej szkodliwymi związkami, ale także „zaniedbywania dotrzymywania obowiązku natychmiastowego informowania konsumentów o przekraczaniu limitów w pitnej wodzie; udzielania niezbędnych porad oraz informowaniu o podjętych działaniach naprawczych”. Na początku tego roku Irish Water została ukarana karą 6 tys. euro za opóźnianie prac nad planami ograniczenia zanieczyszczeń w ujęciach wody a terenie Donegalu. Dopuszczalny limit to 100 mg na litr, a tymczasem w jednym z ujęć odczyty wskazywały od 200 mg do 400 mg.




MW DENTAL
MONIKA WOZNIAK
CORK- BALLINCOLLIG

OFERUJE PELEN ZAKRES USŁUG STOMATOLOGICZNYCH

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

Tel. 0214873434
Mob. 0871343482

Unit 6, Gleann An Oir
Main Street, Ballincollig

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



MIXER

GROUP



TEATR KWADRAT

Robin Hawdon

Sub Dostkonalny

perfect wedding



PAWEŁ MAŁASZYŃSKI | KATARZYNA GLINKA / KATARZYNA ZIELIŃSKA

MARTA ZMUDA TRZEBIATOWSKA | ANDRZEJ NEJMAN

MAGDALENA LAMPARSKA / ILONA CHOJNOWSKA | MACIEJ KUJAWSKI / ANDRZEJ GRABARCZYK

ze specjalnym udziałem EWY KACPRZYK / ALDONY JANKOWSKIEJ

29.09.2018 SOBOTA

GODZINA: 18.00

THE HELIX THEATRE DUBLIN

BILETY: WWW.POLSKITEATR.CO.UK

PARTNERZY:



VIPGrupa.com



PATRONI MEDIALNI:



Domowe lody kokosowe

Składniki na 8 porcji:

- 400 ml zimnego mleka kokosowego o kremowej konsystencji
- 100g cukru kokosowego lub syropu klonowego
- ok 3 łyżek oleju kokosowego
- ½ łyżeczki ekstraktu z wanilii
- kubek owoców leśnych

Przygotowanie:

Wszystkie składniki oprócz owoców zmixuj w blenderze do uzyskania jednolitej masy. Masę przelóż do pojemnika i wstaw do zamrażarki na 4 godziny. Owoce zmixuj i polej nimi gotowe lody.



Szybka zupa z zielonych szparagów

Składniki

- 2 wiązki szparagów
- 1 puszka mleka kokosowego
- ½ łyżeczki soli
- pieprz do smaku
- pestki dyni do posypania

Przygotowanie:

Szparagi umyj i odetnij zdrewniałe końcówki. Pokrój na małe kawałki i zalej wodą. Gotuj do miękkości pod przykryciem. Dolej mleko kokosowe, przypraw i zmixuj na krem. Przed podaniem posyp pestkami dyni.



Salatka z bobem

Składniki:

- 200 g bobu
- 1 cukinia
- 1 awokado
- pół szklanki groszku cukrowego
- kilka rzodkiewek
- ½ szklanki dowolnych kietków
- garść rukoli
- kawałek tartego imbiru
- garść orzeszków pini

Dressing:

- 2 łyżki oliwy

- 1 łyżka octu jabłkowego
- przyprawy: sól, słodka papryka, kurkuma, tymianek
- łyżeczka syropu klonowego lub miodu.

Przygotowanie:

Bób umyj i gotuj w osolonej wodzie około 15 minut. Obierz awokado i pokrój na podłużne kawałki, pokrój cukinię, rzodkiewkę, i zetrzyj imbir. Przelóż do salaterki, dodaj obrany bób i pozostałe składniki. Polej sosem.



Koktajl energetyczny

Składniki (1-2 porcje):

- truskawki
- arbuz
- łyżka wody kokosowej
- 1 limonka

- 1 łyżka guarany

Przygotowanie:

Składniki umyj, obierz i zblenduj. Smacznego ;)



Zasitek na wyprawkę szkolną

Wprowadzenie

Zasitek na odzież i obuwie szkolne - Back to School Clothing and Footwear Allowance (BSCFA) pomaga w pokryciu kosztów mundurków i obuwia dla dzieci chodzących do szkoły.

Program na 2018 r. jest już otwarty. Termin składania wniosków upływa **30 września 2018 r.**

Departament ds. Zatrudnienia i Ochrony Społecznej płaci BSCFA automatycznie wielu rodzinom. Oznacza to, że nie muszą co roku składać wniosku o dodatek.

Możesz kwalifikować się do otrzymania zasiłku BSCFA jeśli:

- Otrzymujesz zasiłek z opieki społecznej (w tym Working Family Payment and Back to Work Family Dividend)
- Bierzesz udział w zatwierdzonym programie zatrudnienia (Back to Work Scheme)
- Bierzesz udział w uznanym kursie edukacyjnym lub szkoleniowym
- Jesteś zaangażowany w Area Partnership Scheme
- Bierzesz udział w szkoleniu FET (wcześniej Fás) lub Fáilte Ireland (Back to Work Scheme)

Aby otrzymać dofinansowanie Twoje dziecko musi być w wieku od 4 do 17 lat do 30 września 2018 r. Dzieci w wieku 18-22 lat muszą powrócić do pełnoetatowej edukacji jesienią 2018 r.

Nie możesz ubiegać się o BSCFA za dziecko, które nie mieszka na stałe w Irlandii. Dzieci przysposobione nie kwalifikują się do BSCFA, ponieważ rodzice otrzymują wsparcie finansowe z Tusli - Agencji ds. Dzieci i Rodziny (zasitek na opiekę zastępczą), który obejmuje pomoc w zakresie pokrycia kosztów odzieży i obuwia dla dziecka.

Pamiętaj, że jeśli ubiegasz się o zasiłek z opieki społecznej lub złożyłeś odwołanie od decyzji o nieprzyznaniu ci zasiłku socjalnego i oczekujesz na decyzję w sprawie twojego wniosku, powinieneś złożyć wniosek o BSCFA do 30 września 2018 roku.

Kryterium dochodowe

Aby zakwalifikować się do zasiłku, całkowity dochód gospodarstwa domowego musi być niższy



niż kwoty określone w poniższej tabeli. Wszystkie dzieci na utrzymaniu są brane pod uwagę w odniesieniu do limitów dochodu (w tym dzieci, które nie kwalifikują się do BSCFA, ponieważ są w wieku poniżej 4 lat).

Całkowity dochód gospodarstwa domowego obejmuje główne świadczenia socjalne lub świadczenia dla pracowników służby zdrowia oraz wszelkie inne dochody, jakie możesz mieć, w tym wynagrodzenie (przed opodatkowaniem, ale z wyłączeniem składek na PRSI i standardową dietę podróżną w wysokości do 20 euro tygodniowo).

Dochód, który otrzymujesz z zasiłku na dziecko, dodatku do czynszu lub innego dodatku do dochodów, świadczeń opiekuna prawnego, zasiłku dla niewidomych, zasiłku rehabilitacyjnego, zatrudnienia rehabilitacyjnego (do 120

euro tygodniowo) i zasiłku na opiekę domową nie są wliczane.

Stawki

Zasitek wypłacany na każde uprawnione dziecko w wieku 4-11 lat wynosi €125.

Zasitek wypłacany każdemu uprawnionemu dziecku w wieku 12-22 lat wynosi €250. Dzieci w wieku od 18 do 22 lat muszą powrócić do pełnoetatowej edukacji na poziomie średnim w uznanej szkole lub college'u jesienią.

Jak się ubiegać

Departament ds. Zatrudnienia i Ochrony Społecznej płaci BSCFA automatycznie wielu rodzinom. Jeśli kwalifikujesz się automatycznie, powinieneś otrzymasz płatność do 13 lipca 2018 roku.

Dochód na parę w 2018

| Para | Limit przychodu |
|-----------|-----------------|
| 1 dziecko | €587.20 |
| 2 dzieci | €619.00 |
| 3 dzieci | €650.80 |
| 4 dzieci | €682.60* |

*Limit przychodu wzrasta o €31.80 na każde kolejne dziecko.

Dochód na rodzica samotnie wychowującego dziecko w 2018

| Samotny rodzic | Limit przychodu |
|----------------|-----------------|
| 1 dziecko | €425.10 |
| 2 dzieci | €456.90 |
| 3 dzieci | €488.70 |
| 4 dziecko | €520.50* |

*Limit przychodu wzrasta o €31.80 na każde kolejne dziecko.

Jeśli nie otrzymałeś płatności automatycznej, musisz złożyć wniosek o zasiłek. Formularze wniosku są dostępne w ośrodkach Intreo, lokalnych oddziałach opieki społecznej oraz w ośrodkach Citizens Information. Można je również pobrać ze strony: www.welfare.ie/en/pdf/BSCFA1.pdf

Wypełnione formularze należy odesłać na adres:

**Department of Employment Affairs and Social Protection
Social Welfare Services
Department of Employment Affairs and Social Protection
College Road
Sligo
F91 T384**

Jeśli którekolwiek z twoich dzieci ma ukończone 18 lat, musisz ubiegać się o przyznanie im zasiłku i potwierdzić, że będą kontynuować naukę na jesień 2018 r. (Nawet jeśli wydano automatyczne płatności na inne dzieci w rodzinie).



**TWOJA FIRMA
KSIĘGOWO DORADCZA**

ROZLICZENIA P60 & P45

W SZYBKIM I ŁATWYM SPOŚÓB ODZYSKAJ SWÓJ PODATEK
www.dmksiegowosc.eu

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

14 Princes Street
1st floor office, Cork
TEL./FAX 021 427 83 49
E-mail: firma113@gmail.com

D&M Services Unit 26,
Park West Enterprise Centre
Nangor Road, Dublin 12
TEL. 018 06 65 55 0833191536 E-mail: firmadublin@gmail.com

CZYTELNIA

Czerwony śnieg

Autor: Ian R. MacLeod



Na poboju wojny po ostatniej wielkiej bitwie Wojny Secesyjnej rozczarowany życiem unionista-lekarz natrafia na obrabiającą trupy dziwną postać i jego życie zmienia się na zawsze...

W Strasburgu, parę lat przed Rewolucją Francuską, konserwator obrazów dostaje zlecenie namalowania cyklu portretów pięknej kobiety w różnych fazach jej życia, choć sama kobieta najwyraźniej się nie starzeje...

W Nowym Jorku z czasów prohibicji młoda marksistka pojawia się nagle wśród elit, w dodatku podszywając się pod osobę, która nigdy nie istniała...

Czerwony śnieg to powieść o miłości i krwi, o ideach i snach, a wszystko wiąże w całość tajemnicze stworzenie wywiedzione z najmroczniejszych przedwiecznych ludzkich mitów, które cudem przetrwało do dzisiejszych czasów, wciąż rośnie i wciąż zabija...

Dżozef

Autor: Jakub Matecki



Dresiarz Grzegorz, biznesmen Kurz, stary Maruda i ten Czarty. Dobrowolne towarzystwo w jednej sali szpitalnej. Ich historia byłaby jednak zupełnie inna, gdyby nie włączył się w nią jeszcze ktoś: Joseph Conrad. Jego obecność zmienia tutaj wszystko.

Grzesiek Bednar zostaje napadnięty na warszawskiej Pradze i trafia do szpitala ze złamanym nosem. Tu poznaje trzech mężczyzn, z którymi wyruszy do swojego jądra ciemności: pięćdziesięcioletniego biznesmena, wiecznego malkontenta oraz Czwartego – wielbiciela prozy Josepha Conrada. To właśnie ten czwarty, Stanisław Baryłczak, stanie się przyczyną kłopotów. Mającąc, skłania Grzegorza do spisania swojej „ostatniej powieści”. Opowiada o małym Stasiu powołującym do życia kozła z drewna, który staje się jego towarzyszem i przekleństwem.

Opowieść Czwartego z każdym dniem jest bardziej mroczna, a przestrzeń, w której przebywają mężczyźni, zaczyna się kurczyć. Sale znikają, a ściany zaczynają się do siebie zbliżać – wszystko to potęguje lęk bohaterów i wzmacnia niepokój narastający w czytelniku.

Mocna, wyrazista proza spod znaku realizmu magicznego, a równocześnie niepozobawiona humoru i satyry. Gdy dodamy do tego wrażliwość językową autora, otrzymamy świetną prozę ze znakiem jakości Jakuba Mateckiego.

Następne życie

Autor: Atticus Lish



Nowy Jork. Zou Lei żyje na marginesie społecznym jako nielegalna imigrantka. Próbuje przetrwać, pracując ponad siły w podrzędnych chińskich restauracjach w niebezpiecznej okolicy. Każdego dnia zasypia na brudnym materacu w przeludnionym pensjonacie. Brad Skinner zmagają się z niestabilnością, traumą i zniszczoną psychiką po trzykrotnym pobycie w Iraku. Podróżując autostopem do miasta, ma nadzieję na wypędzenie z siebie demonów przeszłości. Gdy pewnego razu spotykają się na skraju Queens, oboje znajdują w tej drugiej osobie coś, czego od dawna szukali i pragnęli.

Z tej nieprawdopodobnej historii powstaje jedna z najmocniejszych i najbardziej cenionych powieści ostatnich lat.

Macocha

Autor: Petra Hùlová



Bohaterka Macochy, niestroniąca od alkoholu autorka wysokonakładowych romansów, prowadzi swój ekspresyjny monolog w szlafroku, oparta o barenki w dużym pokoju lub na balkonie, który jest właściwie jej jedynym oknem na świat. Wspomina, analizuje, rechocze i roni łzy, przypala zupy, pielęgnuje rośliny

balkonowe: pizdenię rozkrokową i masturbuje, przyjmuje mniej lub bardziej wyimaginowanych gości, pisze i pije, pije i pisze.

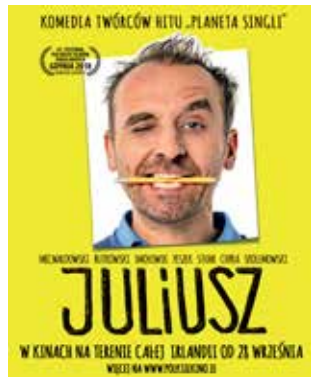
Do domu Julie wchodzić na własne ryzyko. To przedziwna gospodyni. Jej słowotok bawi, lecz może też męczyć, przede wszystkim zaś zmusza do zastanowienia się nad wieloma niewygodnymi kwestiami. Uważajcie więc, czy na dnie słodkiego likieru, którym was częstuje, nie czai się pet.

Petra Hùlová w swojej najbardziej osobistej książce nie tylko znów zaskakuje językową inwencją, ale też otwarcie porusza trudne tematy, jak kobieta przed dylematem: kariera czy dzieci, piekło małżeńskie, alkoholizm, przemijanie. Na podstawie książki powstała sztuka teatralna, grana w praskim teatrze Studio Hrdinů (2017, reż. Kamila Polívková).

KINO

Juliusz

Od 28 września zapraszamy do kin na rewelacyjną komedię „Juliusz”. W roli tytułowej wystąpi Wojciech Meczaldowski. Oprócz niego w filmie zobaczymy też Jana Peszka, Annę Smołowik, Rafała Rutkowskiego, Abelarda Gize, Kacpra Rucińskiego oraz Rafała Paczesia. W „Juliuszu” pojawi się też plejada gwiazd, m.in.: Jerzy Skolimowski, Andrzej Chyra,



Maciej Stuhr, Krystyna Janda. Warto dodać, że za film odpowiadają twórcy hitowej „Planety Singli”. Reżyserem filmu jest debiutujący Aleksander Pietrzak.

Tytułowym bohaterem jest uporządkowany nauczyciel plastyki (Wojciech Meczaldowski), którego głównym problemem w życiu jest ojciec (Jan Peszek) – nieustająco imprezujący artysta-malarz. Kiedy senior przeżyje drugi zawal serca, a mimo to odmówi zmiany stylu życia, Juliusz będzie musiał znaleźć sposób na to, by wpłynąć na jego zachowanie.

Wieczory z Poezją w nowej sali

Polska biblioteka w Cork działa już 2 lata i księgozbiór wciąż rośnie; rozwija się także coraz bardziej działalność kulturalna.

W tej chwili mamy już 6 tysięcy książek, które zgromadzone są w jednym pomieszczeniu. Do niedawna odbywały się tu także zajęcia i spotkania. Trzeba było jednak dostawić regały na coraz większą ilość książek.

Niezbędne było wynajęcie drugiego pomieszczenia, a niespodziewanie okazało się to możliwe... Od sierpnia biblioteka ma drugie, dodatkowe pomieszczenie z przeznaczeniem właśnie na działalność kulturalną. Wszystko będzie gotowe już pod koniec sierpnia. Będzie to miejsce dla Klubu Malucha, Klubu Seniora, Klubu Szachowego; na projekcje filmowe w Małym i Dużym Kinie. Będą miały miejsce cykliczne Wieczory z Poezją, spotkania z książką dla dzieci, warsztaty rozwojowe i artystyczne.



W każdą trzecią niedzielę miesiąca zapraszamy rodziny do spędzenia czasu i wspólnej zabawy przy grach planszowych; mamy duży wybór gier dla dzieci i dorosłych. Zapraszamy też mamy z dziećmi; w czasie kiedy dzieci będą się bawić ich mamy mogą spędzić czas na rozmowie przy herbatce.

Organizujemy także wymiany i kiermasze książek, podczas których można wymienić swoje książki na inne lub kupić interesującą książkę za drobną kwotę.

Nasza biblioteka to miejsce otwarte dla wszystkich, gdzie panuje swojska atmosfera; to takie miejsce z duszą. Działamy non profit i pracujemy społecznie. Zapraszamy do odwiedzania i wspólnego tworzenia tego miejsca.

Istnieje możliwość podnajęcia nowej sali, co pomogłoby nam opłacić rent.

ZAPRASZAMY

Srody i Piątki 11.00–16.00

Soboty 11.00–18.00

Niedziela 11–17.00 (trzecia niedziela)

Wszystkich chcących wspomóc naszą bibliotekę zapraszamy na stronę <https://www.gofundme.com/abcdulibrary>

ABC EduLibrary Green, Gate Business Centre
www.abcedulibrary.ie
52 A Gould Street, CORK

facebook.com:
ABC EduLibrary



Polska Księgarnia

tel: 018749514; 0899778904

www.ksiazki.ie

W Dublinie
w księgarni do nabycia
2,300
tytułów książek
ponad **190**
tytułów prasy

W bazie
posiadamy
ponad **70,000**
tytułów książek
oraz **2,600**
tytułów prasy

lektury
podręczniki
gry planszowe
filmy, cd, dvd
polskie leki, ziola
przekazy pieniężne
bilety na wycieczki
i koncerty

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

SPRAWDŹ NAS!

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

HOROSKOP NA WRZESIEŃ 2018

Baran

W wrześnie planety pozwolą Ci odpocząć od obowiązków i konfliktów. Będziesz mieć więcej czasu na swoje własne sprawy. Jeżeli jesteś singlem, istnieje szansa, że poznasz ciekawą osobę; jeżeli jesteś w związku, uważaj, bo ktoś może niepotrzebnie namieszać Ci w głowie. Zastanów się dobrze, czy warto poświęcać dotychczasowe szczęście dla kilku chwil namiętności. W drugiej połowie miesiąca, uważaj na nieprzewidziane wydatki.

Byk

Wszędzie, gdzie się pojawisz, będziesz mile widziany. Uda ci się także pomóc tym, którzy sami nie radzą sobie z trudnymi sytuacjami. Wrzesień to dobry miesiąc na śluby, rodzenie dzieci, rozpoczynanie ważnych wspólnych inwestycji lub znalezienie odpowiedniego partnera. Byki, które się uczą mają przed sobą bardzo udany miesiąc. Szukający lepszej pracy mogą narzekać na konkurencję i jakość ofert, ale nie warto się poddawać.

Bliźnięta

W tym miesiącu uporządkujesz swoje sprawy i dopnieš plany na ostatni guzik. Samotne Bliźnięta będą miały szczęście do nowych znajomości. W podróży lub podczas zawodowych spotkań bacznie się rozglądajcie, bo możliwe są ciekawe propozycje. W pracy możesz awansować, zasłużyć na uznanie i wypracować sobie o wiele lepszą pozycję.

Rak

Choć wrzesień to ostatni miesiąc lata, to będziesz w bardzo dobrym nastroju. Obowiązki będą mniej uciążliwe, rodzina poradzi sobie z codziennymi wyzwaniami, a Ty wreszcie będziesz miał więcej czasu dla siebie. Raki w związkach mają przed sobą niespokojny miesiąc. Teraz optaci się walczyć o awans, powiększać terytorium i popisywać się swoimi umiejętnościami. Jowisz będzie sprzyjał wzrostowi Twoich finansów.

Lew

Skoncentruj się na tym, co aktualnie robisz. Postaraj się nie dopuścić do opóźnień i zaległości, a miesiąc okaże się spokojny i udany. Nie ufaj plotkom i nie pozwól sobą manipulować. Możesz potrzebować więcej bezpieczeństwa i czułości, dlatego trzymaj się z dala od dwuznacznych i niepewnych sytuacji. W pracy czeka cię spokojniejszy miesiąc, a zawodowe sprawy nie będą teraz najważniejsze.

Panna

Pracuj, a potem bez wyrzutów sumienia odpoczywaj i dobrze się baw! Nie daj się wykorzystywać leniwym współpracownikom, bo mniej zrobisz i na kogoś się zezłocisz. Merkury przyniesie Ci towarzyskie niespodzianki. Możliwe są telefony od starych przyjaciół lub współpracowników, których dawno nie widziałeś. Samotne Panny nie powinny teraz szukać miłosnych przygód lecz postawić na zawieranie nowych przyjaźni.

Waga

W tym miesiącu będzie Ci się bardzo dobrze wiodło. Słońce sprzyja korzystaniu z uroków życia. Rób to, co lubisz i odpoczywaj bez wyrzutów sumienia. Uda się załagodzić konflikty, przekonać partnera do ważnych spraw, zapomnieć o nieudanych związkach. Samotne Wagi mogą liczyć na wsparcie Wenus, która pomoże wam znaleźć kogoś, z kim zapragniecie zostać na dłużej. Twoja kariera będzie toczyła się spokojnym rytmem, a Merkury sprzyja sprawom finansowym.

Skorpion

Wykorzystaj dobrą passę i spełnij swoje marzenie: jedź w podróż, spotykaj się z przyjaciółmi, nie angażuj się w konflikty. Planety sprzyjają teraz Twoim związkom i miłości. Nie grożą Ci teraz zdrowotne załamania ani przeziębienia. Jednak inni ludzie mogą cię irytować, lepiej nie angażuj się w spory bo z byle drobiazgu może zrobić się awantura.

Strzelec

Nie uda Ci się uciec przed planowaniem, zarządzaniem i rozstrzygnięciem cudzych sporów. Mimo zmęczenia i braku czasu dla siebie, będziesz bardzo zadowolony z tego, co uda się osiągnąć. Mimo obowiązków postaraj się o siebie dbać. Przez cały miesiąc szczęście w miłości będzie sprzyjać, ale zawodowe sprawy mogą być ważniejsze od randek i obietnic.

Koziorożec

Zamiast się martwić, popatrz na życie z większym optymizmem. Wenus sprawi, że będziesz optymistyczny jeśli chodzi o miłosne sprawy. Warto wybierać się na szkolenia, konferencje i zawierać nowe znajomości. Może się wam wydawać, że nic się nie dzieje, ale szybko zastużycie na uznanie w oczach szefa.

Wodnik

W tym miesiącu chętnie zajmiesz się domowymi i rodzinnymi sprawami. Mimo powodzenia i dobrego nastroju nie będziesz miał ochoty na randki i dyskusje o miłości. Większą wartość stanowić będzie przyjaźń i odpoczynek. W pracy czeka Cię udany miesiąc, a szef zajmie się teraz innymi sprawami niż patrzeć Ci na ręce.

Ryby

Twoje pomysły będą się podobać, ale jednocześnie uważaj na pochlebców i zazdrośników. To dobry czas, aby inwestować w siebie. Jeśli martwiłeś się z powodu nieporozumień, to wiele uda się wyjaśnić. Nie bądź tylko zbyt krytyczny wobec siebie. Samotne Ryby będą szukać kogoś, z kim można poflirtować. Zamiast wracać do starych znajomości i tropić dawne emocje, nastawcie się na przyszłość i nowe przygody.

KTO WIELE OBIECUJE, MAŁO DAJE.

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|---|---|---------------------------|--|--|-----------------------------|--------------------------|--------------------------------|---------------------------|------------------------|----|----|
| DOKTOR, KTÓRY ZMIENIA SIĘ W PANA HYDE'A | MILCZEK W "ZEMŚCIE" WEGETARIANIN | DRÓGECENNY NASZYJNIK | ZEBRANIE SZKOLNE Z RODZICAMI POWROZY | ŻOŁNIERZ SŁUŻĄCY W LEGIONIE | OZDOBA PRZYPIŃANA DO KOSZULI | CZŁONEK KOMISJI SĘDZIOWSKIEJ TERPASYCHORA | 23 | Wczesna pora dnia | FAKT PRAWNY, INACZEJ CASUS W WIERSZU: ROŚŁA Z LIŚCIEM SZEROKIM | RYŚ STEPOWY W ŚRODKU ŚLIWKI | 1 | RECHOCZE W STAWIE | | | | |
| INDIANIE AMERYKI ŚRODKOWEJ | | | | | RZĘKA ALBO RYBA | | | FLORIAN, DAWNY ŻUŻLOWIEC | | | | 19 | | | | |
| | 15 | | | | REPRYMENDA | | 14 | | AZERBEJDZANIN | | | "ZBRODNIA I... DOSTOJEWSKIEGO" | | | | |
| BARIERKA WOKÓŁ POKŁADU STATKU | 24 | | | | GAZ O ORZEŻWIĄJĄCYM ZAPACHU | | | STOLICA ZAMBII | | | | | | | | |
| | | | | | ZAJMUJĄCA SIĘ TAROTEM KOŃCZY WALKĘ NA RINGU | | | | | | | PODOBNY DO KIŁOFA | | | | |
| POTOCZNIE: DROBNE MONETY | | | | | | RZĘKA W SZWAJCARII, LEWY DOPŁYW RENU | | WYSTĘPOWAŁ W ROLI PORUCZNIKA KOJAKA W POPULARNYM SERIALU | "AJUDAH" MICKIEWICZA | | KOLOR W KARTACH SPRZECIW | | | | | |
| OBIĘKT SPORTOWY Z TRYBUNAMI | | MIASTO W WOJEWÓDZTWIE ŁÓDZKIM | MIASTO W ZACHODNIEJ GRECJI (EPIR) | UJŚCIOWE RAMIE WISŁY | | | WAŻNA UMOWA MIĘDZYARODOWA | | | | | | | | | |
| ... GABLE - DAWNY AKTOR AMERYKAŃSKI | | CZŁONEK SĄDU WESOŁE MIASTECZKO | | | | STATEK ARGONAUTÓW SIOSTRA APOLLINA | | | | DOWÓDCA KOZAKÓW | 6 | GRUPA WYSP W INDOZEZJI | WYDOBYWA SIĘ Z WULKANU | | | |
| | | | | KRAJ ZWIĄZKOWY W NIEMCZACH | | | | IMIĘ PIOSENKARKI KUKULSKIEJ | | | | | | | | |
| WARGI | | | | SĄSIAD GRUZINA | | | | NARZUTKA FUTRZANA | | | | | DAWNA STOLICA KAZACHSTANU | | | |
| POLSKA KAWA ROZPUSZCZALNA | | | | ĆWIREK Z KRESKÓWEK | | | | REFERAT | | | | | | | | |
| | 11 | | | WYNALAZŁ MASZYNĘ PAROWĄ | | BÓG AZTECKI | | | | | MUCHA | 3 | | | | |
| PRZYBYCIE DO MIEJSCA, W KTÓRYM SIĘ PRZEDTEM BYŁO | | POSZEDŁ W LAS | | | FAZA JAKIEGOŚ CYKLU | | | | PLYNIE Z BAJKI UKOCHANA E. BODO | | | 9 | PREZENT, UPOMINEK | | | |
| NIEKIEDY MA SZALE | | | | | NADMUCHANY JEST W NAMIOCIE | | | | | | | 13 | KROKODYL | WARCABY | 17 | |
| | 4 | | | MAŁY SKLEP Z MODNĄ ODZIEŻĄ | | | | ... CLAIR - REŻYSER FRANCUSKI | | | | | 12 | | | |
| MAŁY PIĘS POKOJOWY | | | | | | | | | | | | | | NA NODZE KAMILA STOCHA | | 18 |
| RYBIE JAJA | | | | | | | | | | | | | | | | 22 |
| | 5 | | | POSTAĆ BIBLIJNA, OJCIEC LEI I RACHELI | | | | IMIĘ PIOSENKARKI TURNER | | | | | | | | 2 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|

Uśmiechnij się :)

- Synu, muszę Ci coś powiedzieć. Zostałeś ad-
optowany.
- Wiedziałem że nie jesteście moimi prawdzi-
wymi rodzicami!
- Jesteśmy Twoimi prawdziwymi rodzicami kre-
tynie. Rodzice adopcyjni przyjadą po ciebie za
10 minut

- Pije mąż z kotem:
- Ech - mówi mąż - moja stara wczoraj trojacz-
ki urodziła.
- Nie przeżywaj tak - mówi kot - jakoś je roz-
dasz.

Nie chcę być anonimowym imigrantem



KRZYSIEK WIŚNIEWSKI
chris.waterford@gmail.com

Z Bartkiem Zdrojowym, laureatem nagrody dla Wybitnego Polaka w Irlandii w kategorii Osobowość, rozmawia Krzysiek Wiśniewski.

Jak to jest być najbardziej rozpoznawalnym Polakiem w Waterford?

Myślę, że najbardziej rozpoznawalne są osoby, które pracują w polskich sklepach. Nie mam poczucia, że bym był najbardziej rozpoznawalnym Polakiem.

Ale jesteś postacią znaną w mieście chociażby z racji swojego charakterystycznego roweru.

A to fakt. Zauważyłem, że stają się rozpoznawalni, kiedy przyznają się do tego, jakim rowerem jeżdżą. Ludzie stwierdzają, że mijają mnie w drodze do pracy, albo zastanawiają się, kto tym rowerem jeździ z takim małym dzieckiem.

Jesteś znany, nie tylko w polskiej społeczności, z racji tego co robisz. Żeby wymienić tu kilka – Festiwal Spraoui, który właśnie się skończył, Winterval, Polska Szkoła, Cultural Quarter, Kolejka Suir Valley, Festiwal PolskaEire. Jesteś widoczny i dużo robisz.

Nie spotkałem się jeszcze z taką sytuacją, że wchodzę do pubu i ktoś nieznamy stawia mi piwo. Myślę, że będę musiał robić dużo więcej, by coś takiego nastąpiło.

A skąd zapał i chęć do tego, co już robisz?

Myślę, że przede wszystkim bierze się to z chęci oswojenia miasta, do którego przyjechałem. Gdybym nadal mieszkał w Dublinie, to chyba bym nie doszedł do takiej myśli. Natomiast mieszkając w Waterford, doszedłem do wniosku, że nie chcę być anonimowym imigrantem. Chciałbym być tym Bartkiem imigrantem, który robi to, to czy tamto. I miło usłyszeć od Irlandczyków, że cokolwiek robi polska społeczność, to jestem tam widoczny.

To nie jest tak, że jestem jakąś gwiazdą Waterford, ale jest to jakiś sposób na oswojenie miejsca, w którym mieszkam.

Wydaje mi się, że wciąż odkrywam, że chcę robić fajne rzeczy w tym mieście, szczególnie widząc, że Waterford mocno się zmieniło w ciągu ostatnich 10 lat. Mam też wrażenie, że miasto zyskało w moich oczach w chwili, gdy zacząłem robić coś dla społeczności lokalnej.

A czy już czujesz się bardziej stąd, czy nadal jesteś mocniej związany ze swoim miastem rodzinnym?

Już dawno odkryłem, że kiedy mówię, że „wracam do siebie” to znaczy, że wracam do Waterford. Nie zapominam o tym, że urodziłem się w Polsce, spora część mojej rodziny mieszka w Polsce, ale ja tutaj buduję swoje życie.



Kiedy urodził się pierwszy syn, myśleliśmy z żoną, że mamy czas do jego piątych urodzin, żeby podjąć decyzję, czy zostajemy czy wracamy. Po pięciu latach stwierdziliśmy, że tutaj jest fajnie. Potem urodził się drugi syn i dla nich obu Waterford jest tym miastem, gdzie są „born and bred” jak to mówią Irlandczycy. W przeciwieństwie do mnie, który jestem „blow in”.

Jednak okazuje się, że ci przyjezdni przynoszą nowe i świeże spojrzenie na sprawy, które wydawały się zastane. Ja sam jeszcze nie wiem, co konkretnie chciałbym zmienić. Na razie przede wszystkim zmieniam swoje nastawienie.

Fajnie jest mieć znajomych wśród Irlandczyków i fajnie jest wiedzieć, do kogo można się odezwać, żeby uzyskać pomoc, czy załatwić to czy tamto.

Działasz sporo w obu społecznościach – irlandzkiej i polskiej. Jakie są reakcje obu stron, na to że tak mocno się angażujesz?

Nie spotkałem się z krytyką mojego działania. Z Irlandczykami współpracuje się fantastycznie, ale myślę, że to jest kwestia tego, że trzeba zyskać ich zaufanie. Jak już to zrobisz, wszystko idzie dużo łatwiej a oni są skorzy do pomocy.

To, że działam w polskiej społeczności, wyszło przypadkowo (śmiejch). Nie myślałem o tym, dopóki mój syn nie rozpoczął zajęć w polskiej szkole sobotniej. Kiedy tam zaczął chodzić, okazało się, że te znajomości, które udało mi się zbudować w mieście, mogą pozytywnie przysłużyć się temu, co robi polska szkoła czy cała polska społeczność.

Zostańmy przez chwilę przy polskiej szkole. Jak widzisz jej rolę, i swoją przy okazji, w integracji między Polakami a Irlandczykami?

W momencie kiedy wstąpiłem do stowarzyszenia edukacyjnego, które działa przy SPK Waterford okazało się, że doświadczenie, które zdobyłem do tej pory, działając na przykład przy festiwalu Spraoui czy współorganizując Polską Wioskę na Wintervalu może bardzo pomóc w organizowaniu wydarzeń w polskiej szkole.

Okazało się też, że osoba posiadająca wiedzę, gdzie na przykład zdobyć scenę czy do kogo się odezwać po sprzęt nagłośnieniowy, albo jak formalnie zorganizować zbiórkę pieniędzy, bardzo by się przydała.

Wydaje mi się, że są to wydarzenia organizowane głównie dla polskiej społeczności, ale nie

ukrywam, że od dwóch lat staram się to zmienić i otworzyć polską szkołę na irlandzką publiczność. Nie bardzo da się to zrobić z wydarzeniami typowo szkolnymi, typu rozpoczęcie czy zakończenie roku, ale Piknik Rodzinny stał się częścią Festiwalu PolskaEire. Zaczynamy ściągać coraz więcej Irlandczyków i budować świadomość, że w Waterford jest miejsce, gdzie co tydzień pojawia się 400 dzieci z czterech hrabstw, żeby uczyć się polskiego.

Nadal ciężko mi powiedzieć o sobie jako o kimś, kto działa na rzecz integracji. Możliwe, że działam na rzecz swojej integracji, bo sam chcę się zintegrować z miastem i z Irlandczykami. I dobrze, jeśli przy okazji uda mi się wciągnąć kogoś w jakieś działania.

Jednym z największych Twoich przedsięwzięć, które pokazują polskość z dobrej strony jest Winterval.

Promocyjnie jest to największe przedsięwzięcie polskiej społeczności w Waterford. I nie jestem jedynym ojcem tego sukcesu. Jest jeszcze wiele matek i nie mogę sobie przypisać zasług, bo sam na pewno nigdy bym się na to nie porwał.

Patrząc na powstanie Polskiej Wioski i pierwsze dwa lata, kiedy jej formuła się klarowała, widać, że nie jest to coś, co mogłaby udźwignąć jedna osoba.

Drużyna, z którą przyszło mi działać jest po prostu fantastyczna. To dzięki tym ludziom nasi

goście uważają, że Polska Wioska z pieczeniem ciasteczek, z polskim jedzeniem, z marketem craftowym jest świetnym miejscem, by poznać Boże Narodzenie z nieco innej strony i dowiedzieć się czegoś więcej na temat polskości.

Myślę, że poznanie polskich tradycji i Polaków z Polskiej Wioski pozwala bardziej typowemu Irlandczykowi zrozumieć typowego Polaka. Jest to miejsce, w którym polska społeczność wychodzi najbardziej do swoich irlandzkich gospodarzy.

I nie słyszałem jeszcze krytyki tego, co robimy podczas Wintervalu czy w polskiej szkole. Po prostu robimy fajne rzeczy i tak długo jak jest to radość dla organizatorów i naszych gości, zdecydowanie chcę to robić.

Widać, że dobrze czujesz się w tym miejscu. A jakie masz plany na przyszłość?

Musiabym o to zapytać swojej żony, ale nie mam żadnych wielkich planów. Chciałbym móc nadal robić to, co robię. Czuję się jeszcze lepiej, gdyby udało się zdobywać nowe źródła finansowania różnych wydarzeń. Fajnie byłoby zorganizować coś jako polska społeczność przy powstającej w Waterford Cultural Quarter.

Mówię tutaj o poważnym przedsięwzięciu w rodzaju festiwalu. Nie wiem co z tego wyjdzie, ale naprawdę życzyłbym sobie czegoś na kształt Polskiego Festiwalu w Waterford lub chociażby cyklicznych pokazów filmowych w lokalnym kinie studyjnym.

A co chciałbyś przekazać czytelnikom MIRA w całej Irlandii?

Jestem po spotkaniu kończącym Festiwal Spraoui w Waterford. I patrząc na to, ilu wolontariuszy wzięło udział w organizowaniu tego przedsięwzięcia, mam wrażenie, że było tam za mało Polaków. Chciałbym zachęcić rodaków, by angażowali się w działania lokalnych społeczności. Ciężko jest precenicy swój wkład w działania na rzecz festiwalu, stowarzyszenia czy jakiegokolwiek lokalnej grupy. Takimi działaniami można zyskać przyjaciół, którzy się przydadzą w nowym miejscu zamieszkania.

W ten sposób możemy umacniać przekonanie, że Polacy są fajnym narodem. Na przykład bardzo miło mi było, gdy podczas Spraoui poznaliśmy się po naszym nieidealnym akcencie z człowiekiem z Rumunii, który poświęcił dwa wieczory dla festiwalu.

Fajne jest to, że wśród wolontariuszy można spotkać ludzi, którzy chcą coś zrobić dla miasta i dla innych. Bo to w końcu jakos do nas wszystkich wraca.

Serdecznie dziękuję za rozmowę i jeszcze raz gratuluję nagrody.
Dziękuję.



Skellig Islands




Skellig Islands – są to dwie małe wyspy Great Skellig (znana też jako Skellig Michael) i Little Skellig na południowo-zachodnim wybrzeżu w hrabstwie Kerry.

Little Skellig – jest rezerwatem 25 tysięcy par głupek białych i z tego powodu nie jest możliwe zwiedzanie tej wyspy.

Great Skellig – znajduje się na liście światowego dziedzictwa UNESCO ze względu na znajdujące się tu ruiny wczesnośredniowiecznego opactwa św. Fionana z drugiej połowy VI wieku n.e. Znajdują się tutaj charakterystyczne kamienne chatki w kształcie uli. Chcąc się dostać

z przystani do klasztoru, trzeba pokonać 500 naprawdę stromych schodów (zdecydowanie nie dla osób z lękiem wysokości). W XII wieku duchowni opuścili wyspę, która za dwa stulecia stała się celem pielgrzymek. W 1862 roku wybudowano na wyspie dwie latarnie morskie, z których jedna działa do dziś.

Na Wyspie tej nagrywano Gwiazdne Wojny Przebudzenie Mocy.

My dostaliśmy się na wyspę z Portmagee, ale można też z Knightstown, Ballinskelligs i Caherdaniel. Ceny są różne ale wahają się w granicach €50 za osobę. Rejsy są niestety uzależnione od pogody a zwiedzanie jest możliwe od połowy maja do końca września. 



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



Kontakt w Języku polskim
086 846 1547

Tel: 021 427 3472,
086 846 1547

info@finbarrmurphy.ie
www.finbarrmurphy.ie

Lee White House,
8, Washington St., Cork

Kancelaria Prawnicza

Odszkodowania po wypadkach w miejscu pracy

Wypadki drogowe

Wypadki w miejscach publicznych

Poświadczenia tożsamości, akty notarialne, upoważnienia

Przenoszenie własności, umowy mieszkaniowe

Sporządzanie testamentów

Prawo rodzinne

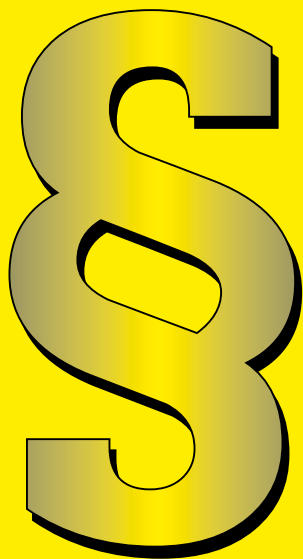
Prawo pracy

Porady prawne

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

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

www.prawnik.ie



01 49 100 10

085 PRAWNIK

085 7729645

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

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