



Magazyn **BEZPŁATNY!**

NR 108 styczeń 2019

mir

magazyn informacyjno-rozrywkowy

www.mir.info.pl

ISSN 2009-3802



Kalendarz Irish Farmer na rok 2019 już w sprzedaży str. 12

KONCERTY.IE

KABARET

MARCINA DAŃCA

29 MARCA DUBLIN HELIX TEATR START 20:00

30 MARCA GALWAY BLACK BOX TEATR START 20:00

31 MARCA CORK CITY LIMITS START 20:00

BILETY DO NABYCIA NA WWW.KONCERTY.IE

Polityka

Zjednoczona Irlandia

Po raz pierwszy od roku 1922, czyli od chwili gdy wyspa została przedzielona granicą, zjednoczenie Irlandii staje się realną możliwością. str. 22

Spoleczeństwo

Katolickie Szkoły w Irlandii będą musiały uczyć o LGBT

Zgodnie z nowym projektem dotyczącym programu edukacji seksualnej, na szkoły katolickie prawdopodobnie zostanie nałożony nakaz nauczania o związkach LGBT str. 16

Przybornik

Przewodnik po samozatrudnieniu w Irlandii str. 19

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.

D&M SERVICES ACCOUNTANCY

POLSKIE BIURO RACHUNKOWE PONAD 10 LAT W IRLANDII

ROZLICZY - DORADZI - POMOŻE

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!

33 Cook Street, 2nd floor office, 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

EMOCJE NA NAJWYŻSZYCH OBROTACH



Diabło

WYŚCIG O WSZYSTKO

**RAFAŁ
MOHR**

**JOANNA
OPOZDA**

**TOMASZ
WŁOSK**

**KAROLINA
SZYMCZAK**

**CEZARY
PAZURA**

**MIKOŁAJ
ROZNEFSKI**

LIGHTCRAFT i KINO ŚWIAT PRESENTUJE DIABŁO WYPRODUKOWAŁ MICHAŁ OTŁDWSKI WYREŻYROWAŁ DANIEL MARKOWICZ SCENARIUSZ MICHAŁ PIKOWIEC MONTAŻ SZYMON UBERMAN MONTAŻ DŹWIĘKÓW EDYTA JERMAŁCZ
KONCEPCJA ELŻBIETA DOROSZKIEWICZ EDYTA KOWALEWSKA MONTAŻ PRZEMYSŁAW WIERZBIŃSKI PRZEMYSŁAW KSIĄŻEK TOMASZ STĘPNIEWICZ PRODUKOWAŁ DANIEL MARKOWICZ DISTRIBUCJA KINO ŚWIAT
GŁÓWNE RÓLE TOMASZ WŁOSK KAROLINA SZYMCZAK CEZARY PAZURA RAFAŁ MOHR MIKOŁAJ ROZNEFSKI KATARZYNA FIGURA JOANNA OPOZDA MARCIN RÓŻAŁSKI JANUSZ CHABDOR AGNIESZKA WŁODARCZYK WYKONAŁA BOGUSŁAWA LINDY
DISTRIBUCJA ORIZZLY LIGHTCRAFT PRELINE INTER FLEET

W KINACH UK ORAZ IRLANDII OD 1 LUTEGO



5



7



8



18



23

W OBIE STRONY

- W subiektywie Czerwińskiego 4

KRÓTKO

- Wiadomości z Irlandii 5,8,12,16,18

PRZEWROTKA

- Oni nigdy nie odchodzą 7

MODA, ŻYCIE, STYL, ZDROWIE

- Kobięca seksualność cz. 1 10
- Porady Karola:
Jak szybko rosną włosy? 11
- Karboksyterapia czyli dajmy się „nabić” dwutlenkiem węgla i bądźmy z tego zadowoleni 11

BĘDZIE SIĘ DZIAŁO

- Zapowiedzi koncertów 13

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

- Roszczenia z tytułu wypadków na śliskiej powierzchni 14

PRZYBORNİK

- Przewodnik po samozatrudnieniu w Irlandii 2018 cz. 2 19

ROZRYWKA

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

POLITYKA

- Zjednoczona Irlandia – realna przyszłość 22

POZNAJ WYSPĘ

- Torc 23

Drodzy Czytelnicy,

miło nam Was powitać w Nowym Roku, całkiem jeszcze świeżym i nie zepsutym. Cóż on nam i Wam przyniesie, tego jeszcze nie wiemy ani my, ani Wy. Możemy jedynie podejrzewać to i owo, ale pewności żadnej mieć nie będziemy.

Możemy za to z całą pewnością podsumować rok poprzedni, który już za nami, i który, jak to mówią w pewnych kręgach, „se ne vrati”.

A co zajmowało Irlandię i Irlandczyków w 2018? Otóż według Twittera, głównie referendum aborcyjne, brexit, wybory prezydenckie oraz Bestia ze Wschodu, czyli śnieżna apokalipsa, która nawiedziła wyspę w marcu.

Ta czwórka to niekwestionowani liderzy wśród tematów, o których Irlandczycy dyskutowali w internecie, a pewnie także i w domach czy w pubach. Na piątym miejscu, ale daleko za liderami znalazł się hashtag #gdpr, czyli kwestia ochrony danych osobowych. Tuż za nim na naszej liście uplasował się huragan Emma, co tylko świadczy o tym, że kultura dyskusji o pogodzie w narodzie irlandzkim nie zamiera.

Okazuje się, że na tle światowym Irlandia znajdowała się w tzw. mainstreamie, przynajmniej jeśli chodzi o tematykę międzynarodową. Twitterowe hashtagi zdominował w ubiegłym roku brexit, temat jakże bliski Irlandii. Na dalszych miejscach uplasowały się mistrzostwa świata w piłce nożnej, Donald Trump oraz ślub księcia Harry’ego.

Wokół czego będą się kręcić internetowe dyskusje w Irlandii w roku 2019, tego jeszcze nie wiemy, ale trudno sobie wyobrazić, by pojawił się temat równie gorący jak referendum dotyczące aborcji. Pewnie brexit pozostanie wciąż w czołówce, szczególnie po tym, jak w marcu Wielka Brytania faktycznie opuści Unię Europejską.

Co poza tym? Trudno stwierdzić. My sami życzylibyśmy sobie, by jednym z tematów przewodnich internetu był „MIR”. Chociażby na chwilę, jak tego dnia, kiedy o naszym magazynie opowiedzieli Maura i Daithi w swoim świątecznym programie na RTE 1. Gdyby takie niespodzianki pojawiały się częściej, może hashtag #magazynmir miałby szansę trafić do pierwszej setki irlandzkiego Twittera.

Na razie jednak pozostajemy przy naszej pozycji niezwykle popularnego polskiego miesięcznika w Irlandii, a co przyniesie przyszłość, przyjmijmy z pokorą. Wam, Drodzy Czytelnicy życzymy samych sukcesów i pogody – zarówno ducha, jak i tej za oknem. Niech ten całkiem Nowy Rok przyniesie Wam wiele dobrego.

I mamy nadzieję, że przez cały rok, przez kolejne 12 miesięcy będziemy Wam towarzyszyć bez względu na to, czy staniemy się sensacją internetu czy też nie.

A teraz zapraszamy do zajrzenia na kolejne strony i przekonania się, co też wydarzyło się w Irlandii na prelomie grudnia i stycznia.

Do przeczytania,
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
Piotr Czerwiński
Katarzyna Śliwa

Korekta: Monika Szeszko

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

MIR Press LTD nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń, reklam i informacji. Redakcja nie zwraca materiałów nie zamówionych i zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania tekstów. Nadane 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

Budujemy nowy dom, jeszcze jeden nowy dom...

„ Witajcie, Moi Drodzy w Roku Pańskim 2019. Oby był jeszcze bardziej zwariowany od poprzedniego, bo coś mi mówi, że inne opcje na tym świecie już chyba nie są możliwe. Zgodnie z moimi przewidywaniami święta skończyły się tak błyskawicznie, że w zasadzie to prawie się nie zaczęły. Najwyraźniej lud miał tak bardzo dość świątecznej atmosfery, ciągnącej się już od miesiąca, że już nazajutrz po Bożym Narodzeniu zaczął szturmować co poniektóre sklepy w ramach poświątecznych wyprzedaży. Za dostównie dwa dni do centrów handlowych powrócił tradycyjny Grunwald i trwa do dziś, przed moim osiedlowym spożywczakiem znów nie ma ani jednego wolnego miejsca parkingowego, a wózki pełne żarcia

zasuwają dookoła jak czołgi pod Kurskiem.

„ Zawsze się zastanawiam, kiedy oni jedzą to wszystko? Ja rozumiem, że mają problem z wielodzietnością, ale nawet w jej obliczu nie wydaje mi się, żeby można było co tydzień zjeść tyle steków i wydoić tyle cydru. Wychodzi na to, że nie da się tego zrobić i że ten szzał zakupów odbywa się głównie dla samego ształu zakupów. Oni są po prostu uzależnieni i nie wydzierżają, nie pojechawszy sobie takim pełnym wózkiem raz na parę dni. Tak to widzę.

„ Oprócz tego, skoro święta już się skończyły, a ludzie potrzeźwieli po firmowych „opłatkach”, zwieńczonych balangą u ciotki i wujka, na całego rozpoczął się karnawał. Wraca teoria jednego z moich ulubionych nauczycieli z liceum, w dodatku od fizyki, który twierdził, że im gorzej dzieje się w kraju, tym ludzie więcej i radośniej imprezują. W mojej okolicy sylwester trwał mniej więcej do szóstego. Odgłosy rzygania i tłuczenia butelek zastąpiły tradycyjne ognie sztuczne, no i może to nawet dobrze, bo nie ma lepszego sposobu na kataklizm, niż dać nawalonemu materiałowi wybuchowe. Tego by jeszcze tylko brakowało.

„ Co do teorii mojego nauczyciela, to w zasadzie by się sprawdzała. No bo rzeczywiście na lepsze nie idzie, a jeżeli komuś wydaje się, że jest odwrotnie, musiał rzeczywiście kupić sobie ostatnio za dużo cydru i widzi świat przez cydrowe okulary. Ja, patrząc gołym okiem, przywitałem Nowy Rok w postaci listu z ubezpieczalni, z którego wynikało, że ubezpieczenie

mojego samochodu znów będzie droższe niż ostatnio. Zupełnie jak w czasach wczesnego Jaruzelskiego, kiedy każdy rok rozpoczynano od ogłoszenia podwyżek. Aż bańka pękła.

„ No właśnie, w temacie bańki, która raz już pękła również na naszej Wyspie Skarbów. Rynek nieruchomości, za przeproszeniem, ocipiał tu już bez reszty. Ma poważne problemy psychiczne. Znów można kupić zgnitą lepiankę za pół miliona, a wszystko, co jest trochę mniej zgniłe, przynajmniej w Dublinie, zaczęło kosztować mniej więcej milion. Nie wiem, kto za tym stoi, ale chyba nie zdaje sobie sprawy, że mieszkańcy tego kraju nie są naftowymi szejkami. Z całym szacunkiem dla ocieplającego się klimatu, jeszcze nam do tego daleko. Kryzys mieszkaniowy brnie w tak ciemny zaułek, że niedługo nie będzie w tym mieście ani jednego trawnika; na wszystkich trawnikach powstanie jakiś dom albo blok. Następnie zaczną stawiać domy na domach, aż w końcu przeniosą się w kosmos albo coś takiego. Ludzi znowu ogarnął szzał budowania. Są nawet tacy, którzy budują osobne domy we własnych ogródkach, by opylić je intratnie póki jest na to koniunktura. Zastanawiam się, dlaczego nikt jeszcze nie lansuje mody na mieszkanie w barce, na podobieństwo Amsterdamu. Taka barka to przecież naprawdę niegłupie rozwiązanie. Jak wszystko się sypnie, zamiast sprzedawać ją za ćwierć ceny, będzie można po prostu spłynąć w niej do morza, a stamtąd w jakieś ciepłe miejsce. Biorąc pod uwagę wspomniane

już ocieplenie klimatu, ciepłych miejsc powinno być w okolicy pod dostatkiem. No a w takiej zgnitej lepiance za pół bańki, która w agencjach nieruchomości bywa żartobliwie nazywana „period housem”, to do morza spłynąć się już raczej nie da. Co najwyżej do rynsztoku.

„ Panuje również u nas dzika moda na tak zwane eleganckie remonty, wraz z którą powróciła także moda na absurdalną fuszerkę. Niedawno widziałem ogłoszenie, w którym oferowano zwykłe, acz ładnie odszykowane M-1 w tak zwanej dobrej okolicy. W łazience nie było zlewu... ale nie powiem, cała reszta naprawdę wyglądała imponująco.

„ Cała ta dzikość oznacza dobre wieści jedynie dla tych, którzy kupili takie na przykład mieszkanie za ćwierć bańki, spłacili kredyt i teraz mogą sprzedać je za dwa razy więcej. Następnie kupić sobie wieś na Tonga, bo w zasadzie wydaje się to jedynym logicznym rozwiązaniem.

„ Przypomina mi się zatem cytat z własnej książki pod tytułem „Międzynaród”, którą wydałem przed ośmioma laty: *Cywilizacja jest jak wrzód, rozwija się aż pęknie. Przetrwają tylko dzicy, więc może trzeba już dzisiaj zostać dzikim, żeby przetrwać.*

„ Znakiem tego chyba zainwestuję w przepaskę z liści, jakąś dzidę i ze dwa tam-tamy, oraz zacznę ćwiczyć tańce rytualne wokół ogniska i wycie do księżycy. Może mi się to przydać, kiedy zostanę królem wioski.

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.

Irlandia będzie karać za przemoc psychiczną

W Polsce trwa dyskusja nad kontrowersyjnym projektem nowelizacji ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej. Tymczasem w Irlandii od 1 stycznia za przemoc domową będzie można uznać również przemoc psychiczną i emocjonalną.

Według polskiego projektu, aby była mowa o przemyśle domowej, musiałoby dochodzić do powtarzającej się agresji. Co więcej, tzw. niebieska karta nie byłaby zakładana „z urzędu”, a jedynie za zgodą ofiary. Wątpliwości miał m.in. premier Mateusz Morawiecki, który cofnął projekt do wnioskodawcy, aby ten wyeliminował wszystkie wątpliwe zapisy. Sam resort przyznał, że projekt zbyt pospiesznie trafił do Biuletynu Informacji Publicznej.

W Irlandii podjęto zmiany odwrotne. Od 1 stycznia przemoc emocjonalna i psychiczna to również przemoc domowa. Taka interpretacja pojęcia weszła w życie w ramach „Aktu o przemyśle domowej 2018”, ogłoszonego przez ministra sprawiedliwości Charliego Flanaga-

na. Regulacje mają lepiej chronić ofiary przemocy zarówno w ramach prawa cywilnego, jak i karnego – donosi „The Irish Times”.

Ofiary przemocy będą mogły ubiegać się o zakaz zbliżania się trwający przez osiem dni pracy, jeśli zaistnieje ryzyko doznania krzywdy od współlokatora. Będzie on przyznany nawet jeśli ofiara nie będzie prawnym właścicielem nieruchomości lub okres wspólnego mieszkania będzie bardzo krótki. To ważna zmiana, która przywraca możliwość pomocy np. byłym małżonkom czy współlokatorom niepozostającym w związku intymnym.

Nowe prawo wprowadza też możliwość dostarczenia materiału dowodowego w postaci linku internetowego zarówno w procesie cywilnym, jak i karnym. Ma to zminimalizować ryzyko zastraszenia ofiary czy sądu. Dokument daje także możliwość towarzyszenia ofierze w sądzie podczas przesłuchania przez osobę, której ufa i która ją wspiera. Zgodnie z nowym „Aktym o przemyśle domowej” pomoc będzie udzielana



również osobom pozostającym w związkach, ale niemieszkającym wspólnie.

Irlandia jest jednym z nielicznych krajów, które uznają przemoc psychiczną i emocjo-

nalną za formę przemocy domowej. Podobne regulacje istnieją od 2010 roku we Francji, od 2015 roku w Anglii i Walii oraz od 2018 roku w Szkocji.

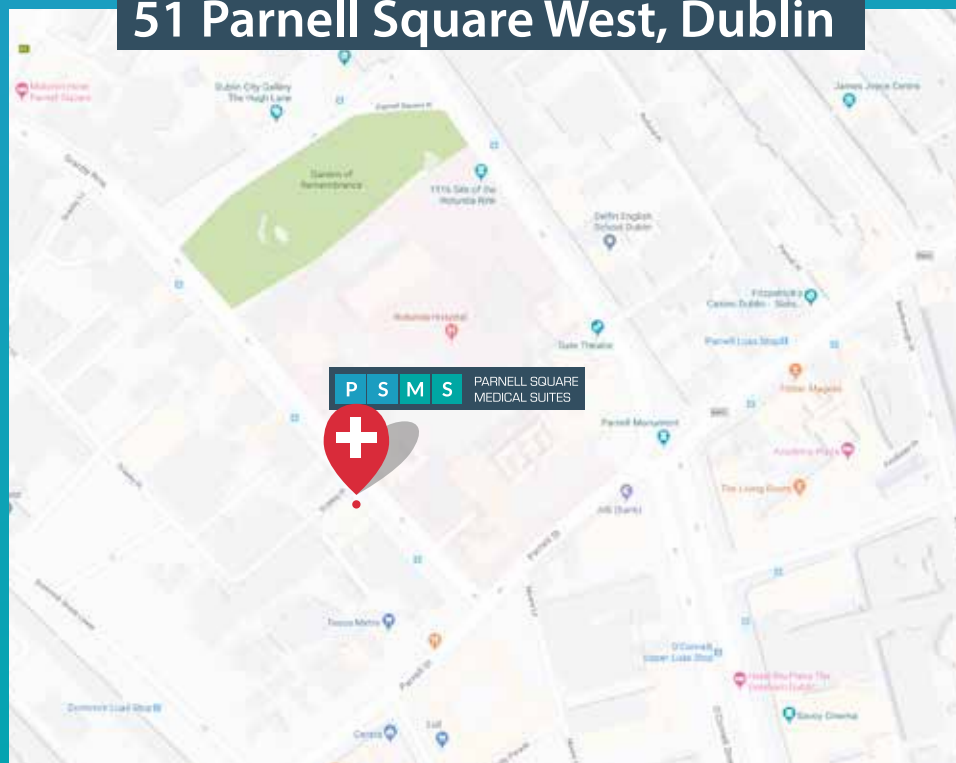


PARNELL SQUARE
MEDICAL SUITES

+ (353) 01 539 04 70

POLSCY LEKARZE I STOMATOLODZY W CENTRUM DUBLINA

51 Parnell Square West, Dublin



SPECJALIZACJE NASZYCH LEKARZY:

INTERNA STOMATOLOGIA
GASTROENTEROLOGIA
GASTROSKOPIA I SIGMOIDOSKOPIA
GINEKOLOGIA ENDOKRYNOLOGIA
PROKTOLOGIA LARYNGOLOGIA
ORTOPEDIA CHIRURGIA UROLOGIA
KARDIOLOGIA, ECHO SERCA, EKG
PSYCHOLOGIA, TESTY OSOBOWOŚCI
ORTODONCJA PEDIATRIA

Dodatkowo, pomagamy ominąć kolejki do konsultacji i zabiegów w Irlandii kierując na leczenie w Polsce!

Możliwość pełnej refundacji kosztów leczenia w Polsce w ramach Dyrektywy o Leczeniu Transgranicznym (Cross Border Directive) w zakresie:

- ✓ Leczenia schorzeń kręgosłupa
- ✓ Rehabilitacji pooperacyjnej oraz pourazowej
- ✓ Zabiegów laryngologicznych dla dzieci oraz dorosłych
- ✓ Szerokiego zakresu zabiegów chirurgicznych
- ✓ Chirurgii naczyniowej (żylaki)
- ✓ Zabiegów ginekologicznych
- ✓ Diagnostyki

DO NASZEGO ZESPOŁU DOŁĄCZYŁ
PROF. JACEK KACZMARCZYK
KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE
ORAZ LECZENIE SCHORZEŃ KRĘGOSŁUPA

Współpracujemy z renomowanymi prywatnymi szpitalami w Polsce oraz Irlandii Północnej

Kontakt: + (353) 01 539 04 70 reception@psms.com www.psms.ie



MACIEJ WEBER

rena Szewińska, Kora, Wojciech Pokora w Polsce. Milos Forman, Charles Aznavour, George W. Bush czy młody irlandzki mistrz wyścigów motocyklowych. Lista tych, którzy w minionym roku odeszli jest długa. Nie taka jak w roku ubiegłym, ale i tak mamy kogo i czego żałować.

Trudno przejść do porządku dziennego, gdy odchodzą na zawsze takie postacie jak **Irena Szewińska**. Pierwsza dama polskiego sportu, którą w plebiscycie „Przeglądu Sportowego” na lekkoatletkę wszech czasów wybierano aż czterokrotnie. Trzykrotnie sięgała po olimpijskie złoto (do tego po dwa razy po srebrne oraz brązowe medale). Wielokrotnie była mistrzynią Europy, biła rekordy świata. Wygrywała na 100, 200 i 400 metrów, także w skoku w dal. Jak bardzo wyprzedzała swoją epokę, niech świadczy to, że tegoroczna mistrzyni kontynentu Justyna Święty-Ersetic uzyskała na jedno okrążenie czas o ponad sekundę gorszy niż Kirszenstein-Szewińska na igrzyskach w Montrealu w 1976 roku. Pani Irena po zakończeniu kariery była znaczącą postacią Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego. Przegrała z rakiem. Odeszła 29 czerwca, miała 72 lata.

Pięć lat mniej miała kultowa postać polskiej rozrywki – **Olga „Kora” Jackowska**, od niedawna oficjalnie Sipowicz. Także chorowała na raka, którego od lat bohaterko zwała. Trudno zliczyć jej kultowe przeboje, które najczęściej wykonywała razem z Maanamem, np. „Boskie Buenos”, „Oddech szczura” czy „Kocham cię, kochanie moje”. A było tego wiele, wiele więcej. Zmarła 28 lipca w wieku 67 lat.

Fenomenalny aktor **Wojciech Pokora**, odchodząc 4 lutego, miał 83 lata. Artysta niebywale wszechstronny, ale zapamiętany głównie ze względu na komedie, m.in. „Poszukiwany, poszukiwana”, gdy cudownie zagrał kobietę czy niebywałego hrabiego Poniemirskiego w serialu „Kariery Nikodema Dyzmy”.

Skoro zaś już jesteśmy w środowisku aktorskim, to przypomnijmy, że 11 czerwca w wieku 89 lat zmarł **Roman Kłosowski**. Wystarczy powiedzieć, że to Maliniak z „Czterdziestolatka” i wszyscy od razu skojarzą tę niezapomnianą postać.

Odeszło też wiele znanych postaci na świecie. Choćby genialny astrofizyk **Stephen Hawking** (70 lat), sparaliżowany i unieruchomiony na wózku, który mimo to wszedł do pop kultury (za odegranie go na ekranie kilka lat temu Eddie Redmayne zgarnął Oscara).

94 lata przeżył **Charles Aznavour** (odszedł 1 października) – aktor, ale przede wszystkim genialny piosenkarz. Francuz pochodzenia ormiańskiego, co zawsze podkreślał. „La Bohème”, „For me formidable” czy „Isabelle” – pewnie współczesna młodzież nie zna tych pięknych piosenek, a warto.

George W. Bush też zmarł w wieku 94 lat (30 listopada). Był prezydentem USA przez jed-

Oni nigdy nie odchodzą

ną kadencję, a także ojcem jednego z kolejnych prezydentów.

Wyróżniliśmy kilka wielkich postaci, ale trzeba wspomnieć i innych. I tak, w lutym zmarli m.in. gwiazda „Klanu” – aktorka **Agnieszka Kotulanka** (62 lata), która odeszła z serialu już dawno ze względu na problemy z alkoholem, czy reżyser **Wojciech Wójcik** (65) – autor serialu „Ekstradycja”.

W marcu odeszli m.in. legendarny projektant mody **Hubert de Givenchy** (91) czy **Grażyna Staniszevska** (82), której nazwisko niekoniecznie Państwu coś powie, ale jak podpowiemy, że to Danusia z „Krzyżaków”, to już wszyscy będą wiedzieli, o kogo chodzi.

W kwietniu opuścił nas czeski reżyser, od lat mieszkający w USA – **Milos Forman** (80), autor „biblii” wolności, jaką był film „Lot nad kukułczym gniazdem”, „Hair”, a także „Amadeusza”. W tym miesiącu zmarł także inny artysta, który dożył pięknego wieku – **Michael Anderson** (98), który był reżyserem filmu „W 80 dni dookoła świata”. Odszedł też sześciokrotny indywidualny mistrz świata na żużlu – Nowozelandczyk **Ivan Mauger** (79). W Polsce pamiętany przede wszystkim z tego, że upadł w dodatkowym biegu z naszym Jerzym Szczakiem w 1973 roku, co dało Polsce pierwszy i na lata jedyny indywidualny tytuł mistrzowski w tej dyscyplinie sportu.

W maju zmarł najstarszy polski aktor **Maciej Maciejewski** (104), a także znakomity amerykański prozaik **Tom Wolfe** (88).

Ponadto w czerwcu zmarł Włoch **Sergio Gonella**, który prowadził pamiętny finał piłkarskich MŚ w 1978 roku, a także polski muzyk **Robert Brylewski** (57) – na skutek pobicia przez chuliganów.

Do lipca jeszcze wrócimy, natomiast w sierpniu pożegnaliśmy m.in.: **Zbigniewa Ścibora-Rybskiego** (101), prezesa zarządu głównego Powstańców Warszawskich, amerykańskiego senatora **Johna McCaina** (81), 91-letniego dramaturga **Neila Simona** („Słoneczni chłopcy”), byłego szefa ONZ **Kofiego Annana** (80), 68-letniego reżysera **Piotra Szulkina** („Wojna światów”) czy **Kazimierę Utratę** (86). Ta ostatnia to ciocia Stasia z „Klanu” – wspominamy, bo wiemy, że wielu z Was ogląda polskie seriale.

We wrześniu odeszli: rysowniczką, autorką komiksu „Jonka, Jonek i Kleks” **Szarłota Pawel** (71) oraz **Burt Reynolds** (82), amerykański gwiazdor kina akcji, przede wszystkim lat 70. i 80.

W październiku w wypadku samochodowym zginął wielki ringowy rywal **Dariusza Michalczewskiego** – **Graziano Rocchigiani** (51). Zmarli także: wielka śpiewaczka operowa **Monserat Caballe** (85), którą pamiętamy ze słynnego wykonania piosenki „Barcelona” z Freddie Mercury, a także **Vichai Srivaddhanaprabha** (61) – tajski biznesmen, dzięki któremu Leicester City w roku 2016 został sensacyjnym mistrzem Anglii w piłce nożnej, a który zginął w katastrofie helikoptera.

Listopad – w pożarze własnego domu zginął jeden z najlepszych trenerów w historii polskiego boksu **Andrzej Gmitruk** (67). Odszedł także w wieku 77 lat wielki reżyser **Bernardo Bertolucci** („Ostatnie tango w Paryżu”, „Ostatni cesarz”), a także aktorka **Sondra Locke** (74), znana kiedyś jako kochanka „nieśmiertelnego”



Clinta Eastwooda. Pożegnaliśmy też jednego z największych operatorów polskiego kina **Witolda Sobocińskiego** (89), a także trzeciego bramkarza polskiej drużyny piłkarskiej z MŚ w 1974 roku **Andrzeja Fischera** (60), i jeszcze **Rolfa Hoppe** (88), który swego czasu był bodaj największą gwiazdą kina enerdowskiego.

18 grudnia zmarł wspaniały polski reżyser **Kazimierz Kutz** (89), autor śląskiej trylogii, w tym „Soli ziemi czarnej”, a także „Pułkownika Kwiatkowskiego”, pod koniec życia senator RP.

Natomiast dzień później odeszła piękna **Dorota Kwiatkowska-Rae** (61), której dawne role w filmach takich jak „Widziadto” i „Thais” wielu z nas pomagały wejść w życie erotyczne. Przez lata mieszkała w Walii, a ostatnio w Australii. 27 grudnia zmarł biskup **Tadeusz Pieronek** (84).

Z naszych braci Irlandczyków trzeba wymienić zmarłego w lipcu, po wypadku na torze, motocyklistę **William Dunlopa** z Irlandii Północnej (32), i dublińskiego piosenkarza **Sonny’ego Knowlesa** (86).



Irlandzka ziemia hamuje rozwój superbakterii

Znaleziona w irlandzkiej glebie bakteria *Streptomyces myrophorea* hamuje rozwój opornych na antybiotyki „superbakterii” – informuje pismo „Frontiers in Microbiology”. Jak przewidują specjaliści, do roku 2050 bakterie odporne na antybiotyki mogą zabić w Europie nawet 1,3 mln ludzi.

Poszukując nowych leków, naukowcy ze Swansea University Medical School badali próbki gleby pochodzące z Walii, Brazylii, Iraku oraz Irlandii Północnej. W glebie z Irlandii (z okolic Fermanagh) odkryli nieznaną wcześniej szczep bakterii, hamujący rozwój czterech z sześciu najważniejszych bakterii opornych na działanie antybiotyków – w tym opornego na metycylinę gronkowca złocistego (MRSA), opornego na wankomycynę *Enterococcus faecium* (VRE), *Klebsiella pneumoniae*, oraz odpornej na karbapenemy *Acinetobacter baumannii*. Nową bakterię nazwano *Streptomyces sp. myrophorea* ze względu na zapach przypominający olejki eteryczne. Bakterie z rodzaju *Streptomyces* wytwarzają około dwóch trzecich stosowanych obecnie w medycynie antybiotyków.



Glebę, w której znaleziono nowy gatunek pobrano z obszaru nazywanego Boho Highlands – alkalicznych, porośniętych trawą ziem. Miejscowi od wieków uważali, że tamtejsza gleba ma właściwości lecznicze. Niewielką jej ilość owijano w szmatkę i stosowano do leczenia bólów zębów czy infekcji gardła i szyi. Co ciekawe, około 1500 lat temu okolice zamieszkiwali druidzi, zaś 4000 lat temu – ludzie epoki neolitu.

Twój Vincent jeszcze raz

Polsko-brytyjska produkcja „Twój Vincent” („Loving Vincent”) jest arcydziełem nie tylko filmowym, ale i malarskim. Przez sześć lat 125 malarzy z całej Europy namalowało ponad 65 tysięcy kadrów, które złożyły się na 93-minutowy film. Wśród nich była Sandra Hickey z Limerick, obec-

nie pracująca w Cork, którą zaangażowano m.in. w Gdańsku. Podczas wystawy „Where Two Styles Meet” Sandra zaprezentuje kilka prac zainspirowanych twórczością van Gogha i pracą przy filmie. Wystawę będzie można odwiedzać w Triskel Arts Centre od 3 stycznia do 1 marca 2019 roku.

Platforma wiertnicza u wybrzeży Cork

Firma Providence Resources poinformowała, że w tym roku u wybrzeży Cork stanie platforma wiertnicza. Budowę sfinansowało konsorcjum z Chin.

Trzy szyby, których celem będą odwierty ropy i gazu rozpoczną pracę w czerwcu. Autorzy przedsięwzięcia muszą jednak pokonać opór organizacji ekologicznej An Taisce, która zakwestionowała rządowe pozwolenie na budowę platformy. Zdaniem specjalistów przedsięwzięcie może pomóc Irlandii w częściowym uniezależnieniu się od importowanych źródeł energii.



Nowy polski konsulat w Belfaście

W Belfaście podczas wizyty polskiego ministra spraw zagranicznych został otwarty nowy polski konsulat.

W Wielkiej Brytanii mieszka ponad milion naszych obywateli, z czego ponad 30 tys. w Irlandii Północnej. Zadaniem konsulatu jest służenie im, a także rozwijanie kontaktów między firmami w dwóch krajach. Chcielibyśmy, aby Belfast stał się jednym z centrów dialogu między Polską a Irlandią Północną – powiedział minister Czaputowicz. Głównym celem otwarcia nowej placówki dyplomatycznej jest ułatwienie obywatelom polskim dostępu do usług konsularnych takich jak wydawanie paszportów, wiz i udzielanie pomocy prawnej. Zadaniem konsulatu będzie również umacnianie kontaktów między firmami z Polski i Irlandii Północnej.

Polska misja konsularna w stolicy Irlandii Północnej działa już od 16 lutego 2017 roku. Pierwszym konsulem generalnym był Dariusz Adler, który zmarł w trakcie kadencji 18 marca 2018 roku. Obecnie to stanowisko piastuje Paweł Majewski, który konsulem został 20 wrze-

śnia 2018 roku. Okręg konsularny Konsulatu Generalnego RP w Belfaście obejmuje obszar Irlandii Północnej.

Konsulat jest zlokalizowany pod adresem 67 Malone Rd, Belfast BT9 6SB. Numer telefonu Centrum Informacji Konsularnej w sprawach paszportowych i prawnych w Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej: +442030789618. Numer Zintegrowanego Telefonu Dyżurnego w Zjednoczonym Królestwie Wielkiej Brytanii i Irlandii Północnej: +442030789621 (służy wyłącznie do zgłaszania spraw wyjątkowych, np. wypadków losowych i spraw kryzysowych, czynny w godzinach 16.30–8.30, a także w soboty, niedziele oraz polskie i brytyjskie dni wolne od pracy).

Numer telefonu w sprawach już rozpoczętych, prowadzonych przez urząd: +447880712909. Adres e-mail: belfast.kg.sekretariat@msz.gov.pl.

Godziny przyjmowania interesantów:
poniedziałek 11.30–15.30 wtorek 10.30–14.30 środa 10.30–14.30 czwartek 10.30–14.30 piątek 10.30–14.30

Lotnisko w Dublinie bije rekordy podróży

Z lotniska w Dublinie skorzystało w październiku 2,9 mln pasażerów. To o 9% więcej niż w tym samym miesiącu 2017 roku. Na koniec roku opublikowano dane z tego właśnie miesiąca.

Najszybciej w omawianym okresie rozwijały się połączenia krajowe (+21%, 9,6 tys.) oraz na

Bliski Wschód, do Afryki i w rejon Azja i Pacyfiku (+19%, 83 tys.). Dalej uplasowały się rejsy północnoatlantyckie (+17%, 390 tys.). Wzrosty wykazano także w segmencie tras europejskich (+8%, 1,5 mln) oraz do Wielkiej Brytanii (+4%, 877 tys.).



Najlepsze przed Tobą



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



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

Kobieca seksualność cz. 1



MARTA BICZKOWSKA,
PSYCHOLOG, SEKSUOLOG,
DUBLIN

Kilka słów o historii

Historia kobiecej seksualności jest dość burzliwa. W czasach starożytnych kapłanki czciły seksualność, która pozwalała im zbliżyć się do boga. W Indiach powstawały świątynie, przykładem są te w Khajuraho, które obudowane były rzeźbami mającymi przybliżyć ludziom znaczenie seksualności. Znaczenie kobiecej seksualności było czczone i rozumiane jako nieodłączne i ważne w rozwoju duchowym. Na przestrzeni wieków kobieca seksualność była albo gloryfikowana, co przejawia się w sztuce, literaturze i kulturze, albo tłamszona, kojarzona z nieczystością i grzechem. Ostatnie stulecie pełne było zawirowań, feministki walczyły o prawa do wolności kobiet. Dziś kobiety mają wybór, mogą pracować, kształcić się, ale z seksualnością nadal bywa różnie. Z jednej strony kobieca seksualność wykorzystywana jest do marketingu i jesteśmy do tego przyzwyczajeni, z drugiej strony kobiety, które eksperymentują ze swoją seksualnością nie są w wielu środowiskach rozumiane. Patrząc z perspektywy historii, całkiem niedawno Europą wstrząsnęły dwie okrutne wojny, które pozostawiły ogromne piętno na kobiecej seksualności. Kobiety były masowo wykorzystywane seksualnie, poniżane i ranione tylko dlatego, że były kobietami. Wystarczy obejrzeć wstrząsający film „Róża”, by przyjrzeć się temu, jaki wpływ miała wojna na kobiecą seksualność. Dla kobiet wojny seksualność często była przekleństwem i powodem do cierpienia. Przeżyte traumy powodowały tłumienie seksualności, kojarzenie jej z czymś złym i trudnym. Jedną z osób, które pomagały kobietom na nowo odkrywać seksualność była ginekolog i seksuolog Michalina Wiśtocka. Seksuologia dopiero zaczynała się rozwijać. Rozumienie kobiecej psychoseksualności raczkowało. Dziś mamy dostęp do wielu pomocnych materiałów, seksuolodzy uczą czym jest zdrowa seksualność. Ludzie szukają pomocy, gdy w ich związku życie seksualne sprawia trudność. Uczą się jak akceptować różnice płci, różne potrzeby, jak tworzyć kompromis, by ich związek był satysfakcjonujący. Zrozumienie kobiecej i męskiej seksualności jest kluczem zarówno do zdrowej relacji w związku, jak i z samym sobą. W tym artykule skupię się na kobiecej seksualności.

Dlaczego zrozumienie kobiecej seksualności jest ważne i potrzebne?

Kiedy w gabinecie i podczas warsztatów „Kobieca seksualność” rozmawiam z kobietami na temat ich seksualności często słyszę, że jest ona problematyczna. Dlaczego? Wiele kobiet ma trudność z wyrażaniem swojej seksualności tak, aby w zdrowy sposób odczuwać satysfakcję bez poczucia wstydu. Zrozumienie kobiecej seksualności pozwala na zrozumienie i poznanie ważnej części siebie. Satysfakcję i zadowolenie osiągamy wtedy, gdy

zachowujemy się w zgodzie ze swoimi wartościami, potrzebami, bez poczucia winy i zagrożenia zdrowia psychicznego i fizycznego. Kiedy kobieta nie jest świadoma swoich potrzeb seksualnych, obawia się ich, wstydy, ciężko jej czerpać radość, jaką daje seks. Bez zrozumienia swojej seksualności, poznanie jej i polubienia jest duże ryzyko, że seks stanie się przykrym obowiązkiem, kojarzonym bardziej z powinnością niż przyjemnością. Miałam możliwość pracowania ze wspańnymi kobietami, których seksualność była na tyle stłumiona, że ich libido było na bardzo niskim poziomie. Piszę „wspañymi”, ponieważ miały one odwagę i świadomość, by odbudować to, co latami pozostawało w uśpieniu. Kiedy kobieta pozwala sobie na świadomą seksualność, zaczyna rozumieć zachowania swojego ciała, zaczyna rozkwitać też w innych obszarach. Zaczyna lepiej radzić sobie z frustracją seksualną, a w miarę spełniania potrzeb w zgodzie ze sobą, odczuwa ją znacznie rzadziej bądź wcale.

Co składa się na kobiecą seksualność?

1. Świadomość potrzeb emocjonalnych

Sfera emocjonalna jest ważną częścią kobiecej seksualności. Żeby w pełni czerpać z seksu, większość zdrowych emocjonalnie kobiet potrzebuje poczucia bezpieczeństwa. Zakładając, że kobieta jest w stałym związku, będzie ona potrzebowała stabilizacji. Jeśli nie będzie pewna zamiarów drugiej połówki długoterminowo, może to oznaczać lęk i obawy. Kobiety, które decydują się na przygodny seks, seks bez zobowiązań, będą szczególnie narażone na obawy i niepewność. Niektóre kobiety podświadomie dążą do tworzenia sytuacji, w których będą się pojawiać takie emocje. Często wynika to z doświadczeń z dzieciństwa, gdzie lęk i niepewność były normą i są tak dobrze znane, że kobieta nie wie, co to znaczy spokój i bezpieczeństwo. Kolejną ważną potrzebą emocjonalną potrzebną do satysfakcjonującego wyrażania swojej seksualności jest komfort. Kobieta, która dobrze czuje się sama ze sobą, akceptuje swoje wady i zalety, pracuje nad poznaniem siebie, ma możliwość odczuwania komfortu w wyrażaniu swojej seksualności. Dodatkowo rozwój i czerpanie z seksualności ułatwia stabilizacja i wewnętrzna integracja, akceptacja tego, kim jesteś jako kobieta. W sytuacji chaosu, niepewności, dużej zmienności bardzo trudno zrozumieć siebie i swoje potrzeby.

Ćwiczenie:

Zastanów się jakie sytuacje, warunki, zachowania sprzyjają poczuciu bezpieczeństwa, komfortu i stabilizacji emocjonalnej w odniesieniu do Twojej seksualności. Zapisz swoje myśli, by móc do nich wrócić, uzupełnić, zmienić. Budowanie świadomości to proces i wymaga pracy.

2. Znajomość swojego ciała i jego reakcji

Czy wiesz, co w sobie lubisz, co cenisz, jakie części Twojego ciała dają Ci poczucie kobiecości i seksowności?

W jaki sposób radzisz sobie z niedoskonałościami swojego ciała? Czy utrudniają Ci one poczucie kobiecości i seksualności, czy pracujesz nad ich akceptacją?

Ćwiczenie:

Wypisz części ciała, które sprawiają, że czujesz się kobieco. Przyjrzyj się Twojej twarzy w lusterku, popatrz na oczy, ich kolor, kształt, rzęsy, brwi, nos, usta, policzki itp. Staraj się zwracać uwagę na to, co pozytywne, szukaj piękna.

Jeśli nie możesz znaleźć w sobie nic pozytywnego, może to świadczyć o niskim poczuciu własnej wartości, obniżonym stanie emocjonalnym. Wróć do ćwiczenia za parę dni, jeśli po

raz kolejny nic pozytywnego nie jesteś w stanie znaleźć, może być to znak, że ciężko Ci akceptować siebie, taką jaką jesteś, możesz nie lubić siebie. Warto nad tym popracować.

3. Świadomość wpływu cyklu menstruacyjnego, hormonów związanych z menopauzą

Większość zdrowych kobiet w wieku rozrodczym przechodzi zmiany hormonalne przynajmniej kilka razy w miesiącu. Warto znać i rozumieć cykl miesięczkowy, wiedzieć w jaki sposób cykliczne zmiany hormonów wpływają na nastrój kobiety, poziom energii, zapotrzebowanie na pokarm i dodatkowe witaminy. W krajach takich jak Japonia, Indonezja, Korea Południowa i Tajwan kobiety mają prawo wziąć dzień wolny podczas okresu. Dlaczego? Podczas okresu progesteron obniża się, estrogen osiąga najwyższy poziom, po czym obniża się, co powoduje u większości kobiet zmniejszone libido, ból fizyczny, większe zmęczenie oraz potrzebę przebywania sam na sam. Niektóre kobiety czują się źle podczas okresu i potrzebują odpoczynku. Również rozumienie zmian zachodzących podczas menopauzy ułatwia radzenie sobie z trudnościami, które mogą się pojawić.

4. Poznanie swoich fantazji seksualnych

Kobieca seksualność to też fantazje seksualne. Są one ważne, ponieważ pomagają we wzmacnianiu libido i są po prostu przyjemne. Wiele kobiet nie akceptuje swoich fantazji, uważa je za dziwne i złe. Często pojawiają się obawy, że wraz z pojawieniem się fantazji pojawi się potrzeba spełnienia ich, co wcale nie musi być prawdą. Fantazje są po to, by urozmaicać seksualność, wcale nie trzeba, a czasem nawet nie powinno się ich spełniać.

Ćwiczenie:

Zrelaksuj się, stwórz atmosferę spokoju, przetrzeń na przemyślenia. Zastanów się, co najbardziej Cię podnieca, jaka to przyjemna fantazja, co się w niej dzieje. Pamiętaj – to tylko fantazja, fantazja sama w sobie nie jest ani dobra ani zła, to po prostu wyobrażenie, marzenie. Postaraj się wczuć w obraz, który widzisz, pobądź z nim, czerp z przyjemności, którą Ci daje.

Za miesiąc w artykule „Kobieca seksualność – część 2” omówimy kolejne elementy składające się na kobiecą seksualność. Zapraszam do lektury, rozwoju i życząc wszystkiego najlepszego w Nowym Roku 2019.

Marta Biczowska
Psycholog, seksuolog
Konsultacje indywidualne i dla par
Warsztaty dla kobiet „Kobieca seksualność”
0860453005, martabiczowska@gmail.com

Warsztat psychoseksualny

Kiedy: sobota, 2 marca 2018

Godzina: 12.00–14.30 Gdzie: Lower Elmwood

Avenue, Ranelagh, Dublin 6 Koszt: € 35

Rezerwacja: martabiczowska@gmail.com

Więcej: martabiczowska.blogspot.com

Podczas warsztatu „Kobieca seksualność”

będziemy pracować nad:

- komunikacją potrzeb seksualnych
- tym, co jest zdrowe i dobre w seksie
- rozwijaniem świadomości potrzeb seksualnych
- rozmową o potrzebach seksualnych
- słowami, które zmniejszają wstyd i lęk podczas rozmowy o swoich potrzebach.



Karol Jakubowski
Hair Artist



UPoSH Aesthetic
MEDYCYNĄ ESTETYCZNA.
Wszystkie zabiegi są wykonywane przez naszych lekarzy!!
Umów się już teraz na darmową konsultację : 014547094

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 ; Herberton Leisure
Reuben Plaza,
St. Jamse's Walk, Dublin 8
www.uposh.ie
Tel. 014547094



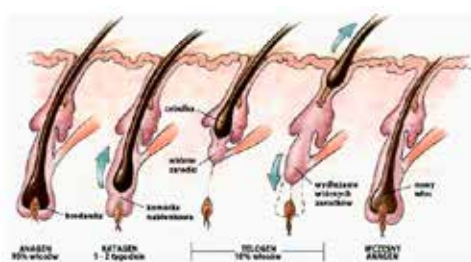
PORADY KAROLA * PORADY KAROLA * PORADY KAROLA * PORADY KAROLA * PORADY KAROLA * PORADY KAROLA *

Jak szybko rosną włosy?



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

Wzrost wlosa w broda w ciele włosowej nie jest procesem ciągłym, lecz odbywa się w trzech różnych fazach.



Cykl wzrostu włosa powtarza się wielokrotnie w ciągu życia, a kolejność jego poszczególnych faz jest stała. Cykl ten jest genetycznie uwarunkowany i indywidualny dla każdego mieszka włosowego. Ważną informacją jest to, iż cykle w sąsiednich mieszkach włosowych są przesunięte w czasie względem siebie, dzięki czemu owłosienie pojawia się regularnie, a my nie jesteśmy okresowo łysi. Zjawisko to nazywane jest asynchroniczną produkcją włosów.

Faza anagenu – to aktywna faza wzrostu włosa w mieszkach włosowych. Komórki macierzy intensywnie się dzielą, by produkować nowy włos. Czas trwania fazy anagenu uwarunkowany jest genetycznie i wynosi od 2 do 7 lat. W normalnych warunkach na owłosionej skórze głowy aż 90% włosów znajduje się w fazie anagenu.

Faza katagenu – po zakończeniu fazy wzrostu włos wchodzi w fazę zanikania, która trwa od 14 do 21 dni. W tym czasie w korzeniu włosa zachodzą procesy przebudowy. Zanika macierz włosa i włos zostaje wypchnięty w kierunku powierzchni skóry. Około 3% włosów na skórze głowy znajduje się w fazie katagenu.

Faza telogenu – jest to faza wypadania, w której włos jest całkowicie zrogowaciały i nie zachodzą w nim już żadne procesy przemiany materii. W ciągu 30-90 dni cebulka staje się coraz cieńsza, aż w końcu włos wypada przy myciu, szczotkowaniu lub zostaje wypchnięty przez nowo rosnący włos. W fazie telogenu znajduje się około 13% włosów na skórze głowy.

Jak można przyspieszyć wzrost włosów?

Zadbaj o dietę bogatą w witaminy (szczególnie te z grupy B) i minerały, które są niezbędne do utworzenia zdrowych włosów przez cebulki włosowe. Wystarczy, że będziesz jeść mniej fast foodów, a więcej mało przetworzonej żywności (warzyw, owoców, gruboziarnistego pieczywa, orzechów).

Starannie dobieraj szampon i odżywki – kieruj się zmieniającymi się potrzebami skóry głowy, nie tylko rodzajem włosów (możesz mieć np. przetłuszczającą się skórę, a włosy przesuszone).

Oszczędniej stosuj środki do stylizacji – żele, pianki, guma strukturyzująca i inne preparaty do układania włosów obciążają także skórę głowy, blokując cebulki włosowe. Stosuj ich mniej, a jeśli nie możesz, to przynajmniej raz na 10 dni oczyszczaj skórę głowy peelingiem trychologicznym (np. Framesi, około 17 €). To głęboko oczyszczający kosmetyk, który uwolni skórę od drobinek kosmetyków, z którymi szampon sobie nie radzi.

Nie przegrzewaj skóry głowy – jeśli możesz, nie używaj suszarki, a jeśli już, to wybieraj tryb chłodnego nawiewu. Rzadziej stosuj prostownicę.

Na problemy ze skórą głowy reaguj natychmiast. Łupież czy tojotok mogą być początkiem poważniejszych problemów, lepiej więc zdusić je w zarodku.



KATARZYNA ŚLIWA
KATE PLUM ATELIER

Jeśli jesteś zainteresowany reklamą na tej stronie napisz do mnie

kateplum.mir@gmail.com

Karboksyterapia czyli dajmy się „nabić” dwutlenkiem węgla i bądźmy z tego zadowoleni

Nasza skóra się starzeje w różnym tempie i jest to proces indywidualny. Niestety, zmiany te czasami zachodzą dużo szybciej niż byśmy chcieli. Nie zawsze winne są tutaj nasze geny. Wielokrotnie sami mniej lub bardziej świadomie przyczyniamy się do tego. Co jest tego powodem? Często choroby, niezdrowy tryb życia, złe odżywianie, mało ruchu, papierosy, alkohol etc.

Skóra zaczyna wiotczeć, pojawiają się zmarszczki, worki i cienie pod oczami... To jest jednak dopiero "wierzchołek góry lodowej". Problemów z naszą skórą jest o wiele więcej. Wcześniej czy później „budzimy się” i próbujemy coś zrobić z widocznymi zmianami. Walczymy z nimi na setki sposobów, ciągle marząc o tym skutecznym. Codziennie problemy typu: jak pozbyć się cellulitu, zlikwidować rozstępki, wygładzić zmarszczki, odświeżyć i zrewitalizować skórę, spędzając nam sen z powiek. Oczywiście marzymy o metodzie lub preparacie skutecznym, który jednocześnie nie spustoszy naszego portfela. Rzeczywistość znamy - ten krem nie działa, ta maseczka jest do niczego... No dobrze, może nawet i działa, ale kto ma czas czekać na efekty miesiącami? No to w takim razie co ja mam zrobić?

A gdyby tak spróbować czegoś nowoczesnego, na miarę naszych czasów? I tu właśnie „kłania się” karboksyterapia.

A co to właściwie jest takiego? Z nazwy możemy się domyślić, że chodzi o dwutlenek

węgla. Wszyscy wiemy o tym, że go wydychamy, ponieważ jest ubocznym produktem naszej przemiany materii. Wiemy, że używamy go do produkcji napojów gazowanych oraz że jest odpowiedzialny za powstanie efektu cieplarnianego. A czy wiemy o tym, że potrafi działać cuda z naszą ostabioną i zniszczoną skórą?

Karboksyterapia to nowoczesna i sprawdzona metoda. Teoretycznie te dwa przymiotniki się ze sobą kłócą. Skoro nowoczesna, to kiedy zdotano ją dokładnie sprawdzić? I właśnie tu potrzebne nam jest pierwsze wyjaśnienie. Nie została ona wymyślona wczoraj ani przedwczoraj. Metoda ta została stworzona już w latach 30-tych ubiegłego stulecia. Pomimo tego, że wcześniej zaobserwowano pewne sukcesy tej terapii, to dopiero XXI wiek przyniósł nam pełną możliwość jej wykorzystania. Usprawnienie technologii, a co za tym idzie uzyskanie możliwości wstrzykiwania kontrolowanych dawek dwutlenku węgla (podskórnym lub śródskórnym) pozwoliło nam otrzymać wspaniałe rezultaty. W związku z efektami jakie możemy uzyskać, terapia dwutlenkiem węgla została ogłoszona największym przełomem w medycynie estetycznej. Jest to bezpieczna, klinicznie sprawdzona, a zarazem bardzo mało inwazyjna metoda.

Pozostaje pytanie – jak to działa? Po wstrzyknięciu, czysty CO₂ przenika bez problemu do okolicznych tkanek. Jego obecność wywołuje silne rozszerzenie drobnych naczyń krwionośnych



oraz powstawanie nowych kapilar (kapilara - to najmniejsze naczynie krwionośne). Dzięki temu zwiększa się przepływ krwi, tlenu i składników odżywczych do podawanego obszaru skóry oraz poprawia się mikrokrążenie, co prowadzi do odnowy komórek. Odpowiedzią skóry na iniekcje CO₂ jest również stymulacja komórek do produkcji kolagenu, co skutkuje zwiększeniem się jej sprężystości. Ponadto zwiększona ilość dwutlenku węgla wpływa na zmniejszenie zdolności wiązania tlenu przez hemoglobinę, w związku z czym, hemoglobina chętniej zostawia w tkance przyniesiony ze sobą tlen. Dochodzi też do tworzenia się nowych naczyń krwionośnych, co prowadzi do długotrwałej poprawy krążenia i dotlenienia tkanek - jako widoczny efekt otrzymujemy odmłodzoną skórę.

Oprócz omówionej powyżej odnowy skóry, tę cudowną metodę wykorzystujemy również „w walce” z widocznymi rozstępami, bliznami, cellulitem, nadmiernym nagromadzeniem tkanki tłuszczowej. Podany dwutlenek węgla na swojej drodze napotyka komórki tłuszczowe, z którymi wchodzi w szereg reakcji. W ich wyniku przekształca się on w kwas węglowy,

który zaś powoduje rozpuszczenie się tłuszczu. O kwas węglowy nie musimy się martwić. Jest on związkiem nietrwałym, szybko ulega rozpadowi na jony obojętne dla organizmu.

Karboksyterapia ma jeszcze inne zastosowania. Podanie CO₂ wzmacnia cebulki włosowe, zapobiegając tym samym wypadaniu włosów, zarazem stymuluje wyrastanie nowych.

Można wstrzykiwanie dwutlenku węgla stosować również do minimalizowania cieni i worków pod oczami. Metoda ta ma również skuteczne zastosowanie przez pobudzenie krążenia przy likwidacji dokuczliwego efektu zimnych dłoni oraz stóp.

Jak widzicie drodzy Czytelnicy – możliwości jest dużo. Osiągane rezultaty zależą od tego gdzie, ile i w jaki sposób dwutlenek węgla zostanie podany. Jednak o to proszę się już nie martwić. O tym decyduje lekarz wykonujący zabiegi celem uzyskania oczekiwanych rezultatów.

Karboksyterapia jest to metoda praktycznie nie posiadająca efektów ubocznych. Można śmiało powiedzieć, że jest jedną z najbardziej obiecujących technik rewitalizacji skóry dostępną obecnie dla wszystkich ludzi. Każdy znajdzie coś dla siebie, bo przecież nikt z nas nie jest doskonały, więc...trochę odwagi i do zobaczenia w gabinecie. Serdecznie zapraszam.

Katarzyna Śliwa
Dział MODA-ŻYCIE-STYL-URODA-ZDROWIE
kateplum.mir@gmail.com

Karboksyterapia 5 zabiegów 250 euro – twarz i dekolt

Wzrosła liczba Brytyjczyków starających się o irlandzkie paszporty

W 2018 roku liczba Brytyjczyków ubiegających się o obywatelstwo Irlandii wzrosła o 22% – z 81 tys. w roku 2017 do ponad 100 tys. w 2018. W 2015 roku, gdy odbyło się referendum w sprawie opuszczenia Unii Europejskiej przez Wielką Brytanię, o paszport ubiegało się 46 tys. osób.

Każda osoba urodzona na terytorium Irlandii bądź Irlandii Północnej, a także każdy, kto miał irlandzkich rodziców bądź dziadków, ma prawo ubiegać się o irlandzkie obywatelstwo – przypomina Agencja Reutersa. Szacuje się, że w Wielkiej Brytanii jest około 6 mln osób, które mają taką możliwość.

W samej Irlandii Północnej, brytyjskiej prowincji, której mieszkańcy mają zagwarantowa-

ne prawo do posiadania podwójnego obywatelstwa – irlandzkiego i brytyjskiego, liczba osób, które postanowiły skorzystać z tej możliwości i poprosić o irlandzki paszport – będący zarazem paszportem Unii Europejskiej – wzrosła w okresie od stycznia do grudnia 2018 roku o ponad 2%.

Do opuszczenia Unii Europejskiej przez Zjednoczone Królestwo, co ma nastąpić 29 marca 2019 roku, zostały trzy miesiące. W sytuacji, gdyby Wielka Brytania opuściła Unię bez umowy, interesy mieszkających w Irlandii Północnej obywateli byłyby zagrożone, bo nie mieliby prawa do bezwizowego podróżowania do Irlandii i pozostałych krajów strefy Schengen.

Rozebrani irlandzcy rolnicy pozują do kalendarza

Już po raz dziesiąty ukazuje się „The Irish Farmer Calendar” ze zdjęciami roznegliżowanych irlandzkich rolników. W polskiej telewizji „Rolnik szuka żony”. W Irlandii najprawdopodobniej ją znajdzie.

Cały dochód ze sprzedaży kalendarza są przekazywane fundacji Bóthar, która od 1991 roku wspiera kraje potrzebujące. Jak jednak przystało na rudowłosych wyspiarzy, zdjęcia irlandzkich rolników prezentują nieco więcej humoru niż pozostałe propozycje na rynku kalendarzy z męskimi modelami.

Kilka miesięcy temu na cel charytatywny w Australii wydano kalendarz ze zdjęciami półnagich strażaków.



Kalendarz do kupienia na:
www.farmercalendar.com

Irlandia nie wpuściła 3,5 tys. osób, na liście nie ma Polaków

Według portalu Journal.ie w ubiegłym roku wjazd na teren Irlandii odmówiono ponad 3,5 tys. osób. Najwięcej było Albańczyków – 487. Na liście nie znalazł się żaden Polak.

W gronie zatrzymanych znalazło się też m.in. 459 Brazylijczyków, 365 Gruzinów, 191 Amerykanów, po 187 Boliwijczyków oraz obywateli RPA. Większości odmówiono wjazdu ze względu na brak odpowiednich dokumentów. Co do innych urzędnicy mieli wątpliwości, czy przedstawiają prawdziwy powód wizyty.

DZIAŁKA NA PODHALU

Działka na sprzedaż, 1086 m² Spytkowice - okolice Rabki Zdrój, 60 km od Krakowa, 40 km od Zakopanego - droga dojazdowa do działki. W okolicy wyciągi narciarskie, szlaki turystyczne, rowerowe, kąpieliska termalne, uzdrowiska Rabka Zdrój. To doskonałe miejsce, żeby zregenerować siły i odpocząć.

Cena: 80 500 zł
Kontakt: 0877580939

ASHTOWN MEDICAL CENTER

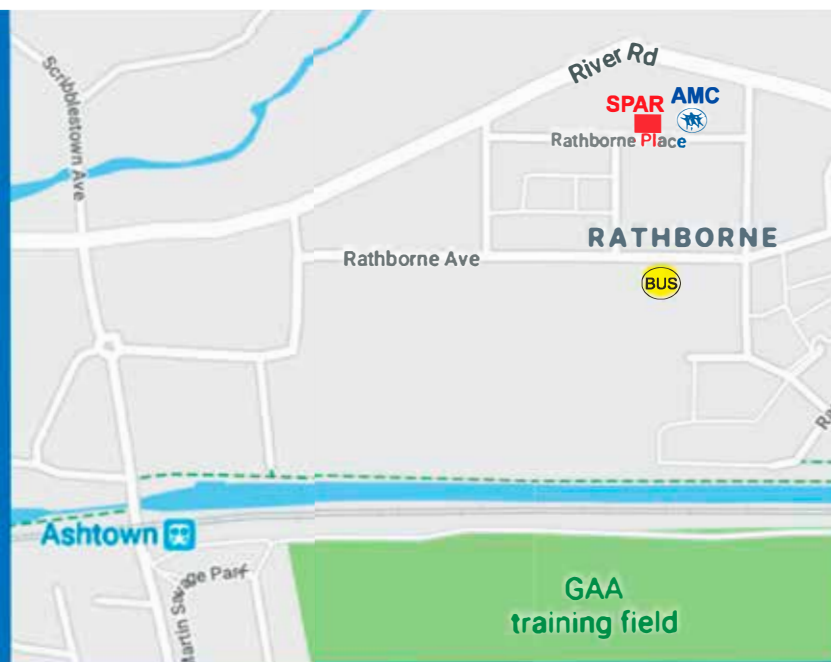
- LEKARZ RODZINNY
- ORTOPEDA - CHIRURG
- GINEKOLOG
- PODOLOG
- EKG
- USG
- BADANIA LABORATORYJNE

CZYNNE:
od poniedziałku do piątku

Tel. 086 046 50 40, 086 865 32 03

tel: 01 899 62 49

www.ashtownclinic.ie



Ryanair znowu strajkuje

Ryanair znowu strajkuje. Jak donosi brytyjski „The Daily Mail” hiszpańskie związki zawodowe reprezentujące personel pokładowy zatrudniony w samolotach irlandzkiego taniego przewoźnika rozważają przeprowadzenie akcji protestacyjnej w styczniu 2019 roku.

Związki zawodowe walczą o wyższe płace i lepsze warunki zatrudnienia. Według związkowców 1800 osób zatrudnionych w hiszpańskich bazach Ryanaira pracuje na gorszych umowach niż pracownicy z innych krajów. Ponadto ich pracodawca nie przestrzega lokalnego prawa i zatrudnia personel pokładowy zgodnie z prawem irlandzkim. Związki próbowały się już porozumieć z władzami firmy, które miały czas na odpowiedź do 21 grudnia 2018 roku. Ryanair nie ustosunkował się do ich żądań.

Jeśli dojdzie do akcji protestacyjnej, to na początku stycznia 2019 roku Ryanair czeka kolejna fala strajków. Nie będzie to pierwsza tego typu sytuacja w niedawnej historii taniego



przewoźnika z Irlandii. Tylko 28 września 2018 roku z powodu niezadowolenia pracowników Ryanaira 250 lotów zostało odwołanych, przez co ucierpiało około 30 tys. pasażerów. Według wstępnych wyliczeń akcja ta kosztowała firmę około 120 mln euro.

Galway w gronie najlepszych miast turystycznych

Galway zostało uznane za jedno z najlepszych turystycznych kierunków w 2019 roku według „National Geographic”. Drugie co do wielkości miasto Irlandii zajęło trzecie miejsce w kategorii związanej z kulturą.

Nie musisz wcale daleko wyjeżdżać, by doświadczyć jednej z najlepszych podróży świata 2019 roku. Nie dalej niż do Miasta Plemion. Galway trafiło na listę 28 najlepszych kierunków „National Geographic Traveler”, jednego z najpopularniejszych magazynów podróżniczych w USA – pisze Independent.ie. Galway, choć leży w odległym zakątku zachodniej Europy, to ostatnio

znalazło się w centrum uwagi. Zdobyło miano Europejskiego Regionu Gastronomicznego 2018, a w 2020 będzie Europejską Stolicą Kultury. Nie brakuje tu także nowoczesnych atrakcji, jak tymczasowe kawiarnie kulturalne, czy warsztaty chodzenia po linie organizowane w konwencjonalnych, ale także nietypowych miejscach w mieście i hrabstwie – zachwycają się autorzy raportu.

Kair w Egipcie oraz wietnamskie Hoang Lien Son to konkurenci Galway w rankingu miast, do których wypada pojechać według „National Geographic”. Galway jest jedynym irlandzkim miastem w tym zestawieniu.

Where Two Styles Meet

Polsko-brytyjska produkcja „Twój Vincent” (Loving Vincent) jest arcydziełem nie tylko filmowym, ale i malarzkim. Przez sześć lat 125 malarzy z całej Europy namalowało ponad 65 tysięcy kadrów, które złożyły się na 93-minutowy film.

Wśród nich była Sandra Hickey z Limericku, obecnie pracująca w Corku, którą zaangażowano m.in. w Gdansk. Podczas wystawy „Where Two Styles Meet” Sandra zaprezentuje kilka prac zainspirowanych twórczością Van Gogha i pracą przy filmie. Wystawę można odwiedzić w Triskel Arts Centre w Coku od 3 stycznia do 1 marca 2019.



1983 – 2018

35 ROKI W EUROPIE LAT

more info: alter4.eu

09.02.2019
CORK
Crane Lane Theatre
Start: 8pm

ALTERNATIVE4

Bilety w cenie €30
bilcik.ie
bilety.ng24.ie
€35 przy wejściu



MIXER GROUP

TEATR CAPITOL

JOHNNIE MORTIMER & BRIAN COOKE **też** ANDRZEJ ROZHIN

Kiedy kota nie ma...

Katarzyna SKRZYŃECKA Piotr ZEŁT Jacek LENARTOWICZ

10.02.2019 NIEDZIELA
GODZINA: 18:00
THE HELIX THEATRE DUBLIN

Anna GORŃOSTAJ Aleksandra GRZELAK Magdalena Wróbel

BILETY ONLINE: WWW.POLSKITEATR.CO.UK

PARTNERZY: zakupy.co.uk VIPGrupa.com radio **MIXER** **TRD** **GO**

Marcin Daniec

Marcin Daniec jest jednym z najpopularniejszych satyryków w historii polskiego kabaretu. Od lat święci triumfy na scenach w Polsce i za granicą. Fenomen Marcina Dańca wiąże się z jego znakomitym kontaktem z publicznością, której reakcje stają się częścią programu.

Zapraszamy na występy:
29 marca Dublin, Helix Teatr
30 marca Galway, Black Box Teatr
31 marca Cork, City Limits

Bilety do kupienia na
www.koncerty.ie



Roszczenia z tytułu wypadków na śliskiej powierzchni*

Roszczenie z tytułu wypadku na śliskiej powierzchni* ma podstawy, gdy osoba poślizgnie się, potknie lub upadnie w miejscu publicznym z powodu stanu podłogi i braku odpowiedniego, ostrzegającego oznakowania. Urazy spowodowane poślizgnięciem się, potknięciem lub upadkiem na śliskiej powierzchni* każdego roku stanowią znaczny odsetek wszystkich wypadków związanych z poślizgnięciami, potknięciami i upadkami*. By zapobiegać poślizgnięciom na mokrej podłodze, właściciel powinien umieścić w widocznym miejscu znak ostrzegawczy.

Przykłady poślizgnięć:

- na mokrej podłodze, gdzie brak jakichkolwiek ostrzeżeń,
- miejscu pracy, gdzie trwają prace porządkowe,
- na smarze lub oleju, który znalazł się na podłodze,
- na płynnych produktach, które rozlały się w supermarkecie,
- na paliwie na terenie stacji benzynowej.

Najczęstsze urazy:

- siniaki i uszkodzenia tkanek miękkich,
- złamania kości,
- uszkodzenia ścięgien,
- uszkodzenia więzadeł,
- urazy głowy,
- urazy płaców.

Jak wnieść roszczenie

Skuteczne wniesienie roszczenia z tytułu wypadku na śliskiej powierzchni zależy w dużej mierze od okoliczności towarzyszących wypadkowi:

- Priorytetem jest zapewnienie opieki medycznej sobie oraz wszystkim innym osobom poszkodowanym w wypadku. Podczas zgłaszania roszczenia potrzebne będą dowody w postaci zapisów medycznych potwierdzających uszkodzenie ciała.
- Zgłoszenie wypadku właścicielowi lokalu. Właściciel powinien prowadzić rejestr wypadków (incident report book), w którym należy odnotować szczegóły dotyczące wypadku. Upewnij się, że wszystkie dane i szczegóły wypadku zostały zapisane prawidłowo.
- Prowadź szczegółowe zapiski dotyczące wypadku i wszystkich zdarzeń z nim związanych.



- Dane świadków wypadku (nazwiska, dane kontaktowe).
- Zdjęcia miejsca wypadku oraz wszelkich czynników, które do niego doprowadziły.
- Zdjęcia każdej widocznej rany.
- Kopie wszelkich raportów medycznych i badań lekarskich.
- Zachowaj informacje o wydatkach poniesionych wskutek wypadku (paragony), np. rachunki medyczne, koszty podróży, utracone zarobki czy wszelkie inne koszty związane z urazem.
- Zwróć się o zapis z monitoringu z miejsca wypadku. Jeśli Twoja prośba nie zostanie spełniona, prawnik zwróci się z oficjalnym pismem zobowiązującym do wydania zapisu z monitoringu.
- Skontaktuj się z prawnikiem. Następny krok to wypełnienie wniosku do Komisji ds. Obrażeń Cieleśnych (Injuries Bo-


ard) – na tym etapie wskazana jest konsultacja z prawnikiem ds. uszczerbku na zdrowiu*, który może Ci pomóc pozytywnie zakończyć całą sprawę.

Rozstrzygnięcie każdej sprawy będzie inne, bo i każdy przypadek jest inny.

- Prawnik skieruje roszczenie o odszkodowanie do oceny przez Injuries Board.
- Komisja oceni Twoją sprawę i zaproponuje sumę odszkodowania.
- Następnie będziesz musiał podjąć decyzję, czy przyjąć zaproponowaną kwotę czy ją odrzucić, i tym samym rozpocząć kolejny etap procesu:
 - Jeśli obie strony zaakceptują proponowaną sumę odszkodowania, sprawa zostanie zakończona.
 - Jeśli jedna ze stron odrzuci sugerowaną kwotę odszkodowania, rozpocznie się następny etap procesu.

- W przypadku gdy ocena Komisji ds. Obrażeń Cieleśnych nie zostanie zaakceptowana, wszczęte zostanie postępowanie sądowe, a sprawa trafi na salę rozpraw.
- Przed posiedzeniem sądu zazwyczaj odbywają się spotkania ugodowe. W większości przypadków kwota odszkodowania zostaje uzgodniona podczas spotkań ugodowych i tym samym sprawa zostaje zakończona ugodą nim trafi na salę sądową.
- Jeśli jednak porozumienia osiągnąć się nie uda, pozostanie czekać na rozprawę sądową, gdzie ostateczny werdykt w Twojej sprawie zostanie wydany przez sędziego.

Opowiedz nam o swojej sprawie

Jeśli chcesz uzyskać więcej informacji, skontaktuj się z Tracey Solicitors pod nr tel. 01 649 9900 lub pod adresem e-mail: ask@traceysolicitors.ie i opisz nam swoją sprawę. Gwarantujemy poufność. 

Tracey Solicitors

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

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

Tracey Solicitors,

16/17 St. Andrew Street, Dublin 2
T: 01 6499900,
W: <https://www.traceysolicitors.ie/pl/>

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



Tracey Solicitors

Making law accessible

Twój prawnik w Irlandii

Kancelaria Prawna

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

Zadzwoń: Monika Kealy

(085) 150 26 26

📍 16/17 St. Andrew Street, Dublin 2

✉ polishteam@traceysolicitors.ie

🌐 www.traceysolicitors.ie/pl



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

Właściciele aut będą karani za wypadki na równi ze sprawcami

Wprowadzona w sobotę tzw. poprawka Clancy przewiduje jednakowe kary dla sprawcy wypadku i właściciela pojazdu. Píše o tym Londynek.net. Właściciele pojazdów, którzy pozwolą osobom z tymczasowym prawem jazdy kierować swoim autem będą musieli liczyć się z karą mandatu, a nawet więzienia.

Nazwa poprawka Clancy wzięła się z sytuacji, do jakiej doszło przed trzema laty w Kilwoth w hrabstwie Cork. Geraldine Clancy z córką wybrały się przed świętami do biblioteki. Po drodze zderzyły się z autem prowadzonym przez kierowcę bez pełnych uprawnień. Ich samochód wpadł dachem do dołu do rowu zalanego wodą. Obie zginęły na miejscu. Student, który prowadził auto swojego ojca, otrzymał wyrok w zawieszeniu.

Po zmianie przepisów właściciele, którzy pozwolą samodzielnie prowadzić auto osobom z niepełnym prawem jazdy, muszą się liczyć z mandatem do 1 tys. euro, karą pół roku wię-



zienia lub konfiskatą auta. W Irlandii rocznie średnio w 12 śmiertelnych wypadkach drogowych bierze udział osoba z tymczasowym zezwoleniem kategorii B, a około 10 z nich nie ma obok siebie kierowcy z pełnym prawem jazdy.

Katolickie szkoły w Irlandii będą musiały uczyć o LGBT

Zgodnie z nowym projektem dotyczącym programu edukacji seksualnej zaproponowanym przez irlandzki Departament Edukacji, na szkoły katolickie prawdopodobnie zostanie nałożony nakaz nauczania o związkach LGBT.

Irlandzki Departament Edukacji przedstawił nowy projekt, zgodnie z którym w kraju przewidywana będzie gruntowna modyfikacja programu edukacji seksualnej. Nowy plan edukacyjny został przewidziany dla szkół podstawowych i średnich. Ma on za sobą pociągając odpowiednie zmiany prawne, tak by nałożyć na wszystkie placówki, w tym katolickie, obowiązek włącze-

nia do programu z edukacji seksualnej tematów z zakresu związków osób LGBT. Nauczanie o doświadczeniach osób LGBT ma być obowiązkowe i obecne we wszystkich szkołach, bez względu na to, że może być to sprzeczne z zasadami moralnymi szkół katolickich.

Dokument wzywa nauczycieli do zgłaszania przypadków homofobii i transfobii w szkołach. Zmiany przewidują także wprowadzenie edukacji seksualnej dla uczniów niepełnosprawnych intelektualnie. Zajęcia te będą uwzględniały tematykę z zakresu seksualności i antykoncepcji.

200 tys. euro Rada Miasta Cork wydała na wizytę księcia Karola

6 tys. euro na czyszczenie klamek, 6 tys. na wymianę oświetlenia w przedpokojach, 11 tys. na dokładne sprzątnięcie pomieszczeń. Rada Miasta Cork wydała w sumie ponad 200 tys. euro na przygotowanie ratusza do jednodniowej, czerwcowej wizyty księcia Karola z małżonką Camillą. Wydatki Rady Miejskiej Cork ujawnił na Twitterze jeden z radnych.

Pyta o sens wydawania „szalonych” sum, i o to, dlaczego pieniądze te nie zostały przeznaczone na przykład na walkę z bezdomnością w Cork. *Nie jest dla mnie problemem wizyta księżęcej pary, ale nie potrafię przejść do porządku dziennego nad tymi wydatkami, podczas gdy mamy tylu bezdomnych i kolejki pacjentów do szpitali* – napisał Thomas Gould, lider Sinn Féin w Cork.

Rada Miasta Cork broni jednak racjonalności swoich wydatków. Według oficjalnego stanowiska instytucji wydanie wspomnianych 6 tys. euro na czyszczenie klamek było w rzeczywistości „specjalistyczną regeneracją, polerowaniem i lakierowaniem ponad 260 pojedynczych mosiężnych przedmiotów przez lokalną wyspecjalizowaną firmę”. Elementy te, zainstalowane 80 lat temu, zostały odnowione, bo i tak zaplanowano ich renowację.



„Zimna wojna” Europejskim Filmem Roku

31. ceremonia wręczenia Europejskich Nagród Filmowych zdominowana została przez polskie koprodukcje. Pięć statuetek trafiło do twórców „Zimnej wojny” – w tym dla najlepszego filmu, a za najlepszą pełnometrażową animację uznano „Jeszcze dzień życia”.

Najwięcej wyróżnień w tym roku zdobyła „Zimna wojna” Pawła Pawlikowskiego, który otrzymał statuetki w kategoriach: Europejski

Reżyser 2018 oraz Europejski Scenarzysta 2018. Jarostaw Kamiński doceniony został za montaż. Joanna Kulig za rolę Zuli uznana została za Europejską Aktorkę 2018. Nominację w kategorii aktorskiej miał też Tomasz Kot. „Zimna wojna” jest polskim kandydatem do Oscara.

Z kolei „Jeszcze dzień życia” Raula de la Fuente i Damiana Nenowa został najlepszym pełnometrażowym filmem animowanym.

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

Ponad 100 pracowników Blizzarda w Cork musi odejść z pracy

Ponad 100 pracowników europejskiego działu obsługi klienta Blizzarda w Cork w 2019 roku odejdzie z firmy.

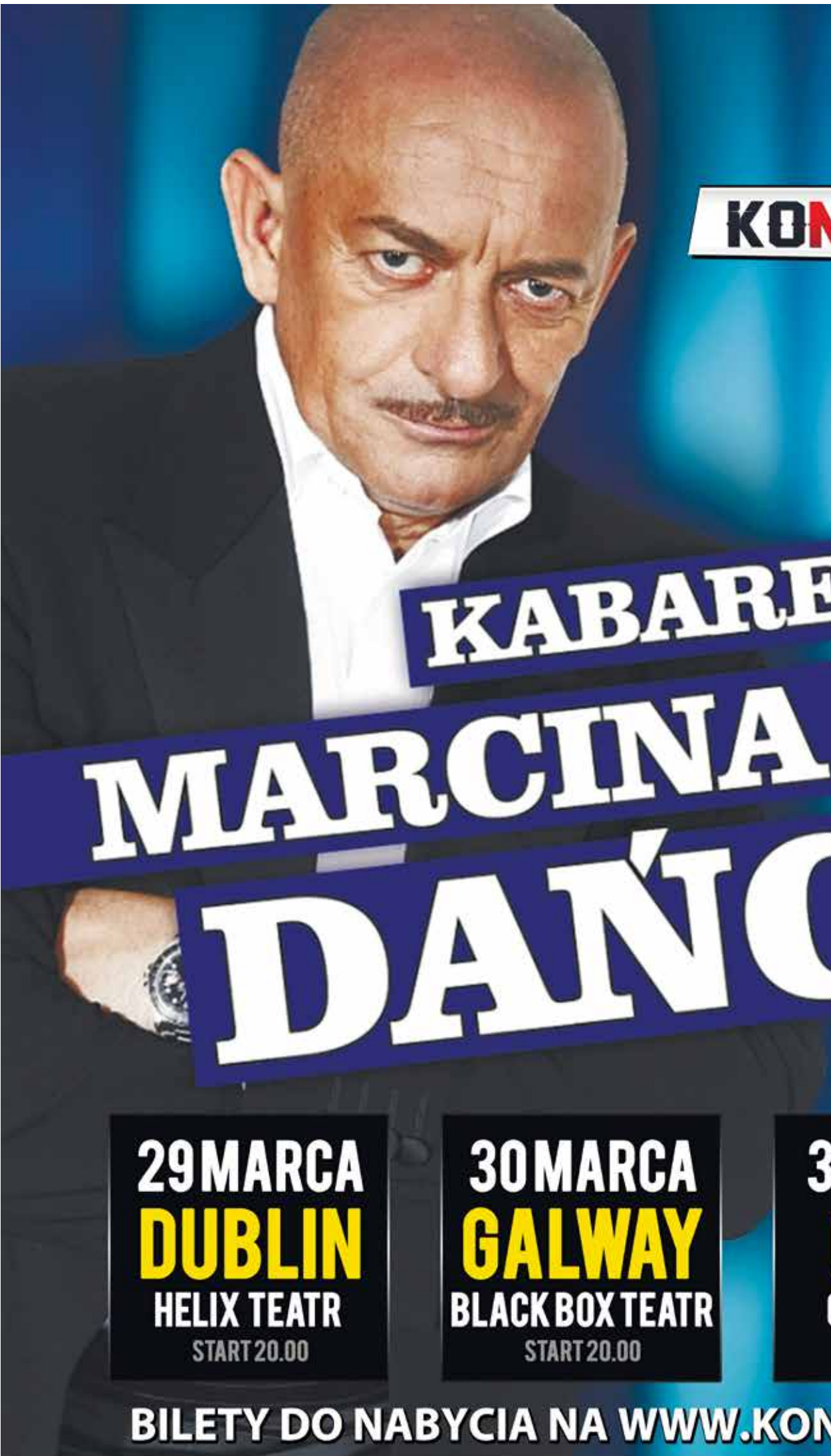
Jak donosi Eurogamer, pracownicy tego ogromnego centrum obsługi klienta zatrudniającego kilkaset osób od miesięcy otrzymywali propozycje rozwiązania umowy o pracę i otrzymania sówitej finansowej rekompensaty (mówi się o sumie równej rocznym zarobkom). Ostatecznie ponad setka osób zdecydowała się przyjąć tę propozycję.

Blizzard twierdzi, że to normalna inicjatywa, którą firma proponuje w różnych regionach globu, ale to tłumaczenie pewnie nie przemawia do osób, które zostały w pracy i będą musiały nadrobić za chwilę brak sporej grupy współpracowników. Blizzard zapewnia bowiem, że w obsłudze klienta nic się nie zmieni i dalej będzie stać ona na wysokim poziomie.

Nietrudno jednak połączyć te informacje choćby z niedawnymi doniesieniami Kotaku, które pisało, że w firmie nadciąga czas budżetowych cięć. Atmosfera wśród pracowników Blizzarda nie może być zatem zbyt wesoła. Firma ma jednak nadzieję, że następne 12 miesięcy będzie dla niej o wiele bardziej udane niż ostatnie tygodnie.



KONCERTY.IE



KABARET

MARCINA

DAŃCA

29 MARCA
DUBLIN
HELIX TEATR
START 20.00

30 MARCA
GALWAY
BLACK BOX TEATR
START 20.00

31 MARCA
CORK
CITY LIMITS
START 19.00

BILETY DO NABYCIA NA WWW.KONCERTY.IE



Water
POL.ORG

KIERUNEK
IRLANDIA



GAZETA.IE



bilety.gazeta.ie

IRLANDIA
KONCERTY

POLSKI LIMERICK.COM.PL



Ambassador

Monika's Catering

FREE GŁOS

Polska Księgarnia
Dublin
www.ksiezki.ie



Polak skazany na sześć lat za przestępstwo sprzed dekady

Po 11 latach ukrywania się Polak trafił za kratki za spowodowanie ciężkich obrażeń u irlandzkiego mistrza kickboxingu.

Wydarzenie miało miejsce w czerwcu 2007 roku. Wówczas Dawid Marcinkiewicz w dublińskim Palmerstown wjechał w grupę mężczyzn znajdujących się na stacji benzynowej. Jednego z nich uderzył kilkakrotnie. Irlandczyk doznał ciężkich obrażeń czaszki i kilku innych na całym ciele. Założono mu 120 szwów, lekarze musieli wprowadzić go w stan śpiączki farmakologicznej. Musiał zakończyć karierę sportową.

Polak został uznany za winnego napaści na Padraica O'Hennraicha oraz zastraszania dwóch jego kolegów – Eoina Walsh'a i Daniela Byrne'a. Mężczyzna miał na koncie 30 wcześniejszych wyroków, głównie za wykroczenia drogowe. W roku 2008 udało mu się uciec do Polski. Wydano za nim europejski nakaz aresztowania. Przed dwoma laty wrócił do Irlandii, wcześniej zmieniając tożsamość. Zaczął pracować jako mechanik. W lipcu tego roku został zatrzymany. Został skazany przez sąd w Dublinie na sześć lat pozbawienia wolności.



Polska flecistka grała irlandzki hymn na ceremonii przyznawania obywatelstwa

„The Irish Times” opisał historię polskiej flecistki Miriam Kaczor, którą Ministerstwo Sprawiedliwości poprosiło o zagranie hymnu w trakcie uroczystości nadania obywatelstwa.

Gdy dostała taki telefon dwa miesiące temu, początkowo obawiała się, że jest coś nie tak z jej obywatelstwem. W zamian głos w słuchawce zapytał, czy chce zagrać irlandzki hymn podczas uroczystości. Do Irlandii przyjechała jako 11-latką dziesięć lat temu ze Szczecina. W tamtym czasie nie znała słowa po angielsku.

Pewnego dnia mama, idąc Grafton Street, usłyszała jak młoda dziewczyna gra na flecie. Zapytała ją, gdzie się uczy, a ona wskazała jej Royal Irish Academy of Music przy Westland Row. Mama zauważyła, że będzie się tam odbywał koncert Williama Dowdella. Poszła na ten występ i załatwiła mi przestuchanie u jed-

nego z najlepszych muzyków w Irlandii. Wtedy uczyłam się gry na flecie już kilka lat. Muzyk się zgodził i po przestuchaniu mnie zaproponował stypendium w akademii – wspomina Miriam.

Po maturze zdecydowała się studiować dziennie na RIA. Dziś ma na koncie wygrane w wielu konkursach muzyki klasycznej. Obecnie mieszka w Londynie, gdzie rozwija karierę. We wrześniu wróciła do Dublina, by wziąć udział w ceremonii nadania obywatelstwa. To podczas tej uroczystości na prośbę ministerstwa zagrała irlandzki hymn.

Miriam przyznaje, że cały czas odczuwa związek z Polską, jednak po śmierci babci nie ma już w kraju rodziny. 28 listopada wystąpiła w koncercie fletowym Liebermanna przy akompaniamencie RTÉ Concert Orchestra w sali koncertowej dublińskiego RDS.

Ryanair zawieszona loty z Londynu do Lublina

Ryanair zawieszona od sezonu letniego 2019 roku loty na trasie z Lublina do Londynu Stansted. Od kwietnia do października irlandzki przewoźnik z Lublina zaoferuje tylko loty do Dublina. I oczywiście w drugą stronę, czyli z Dublina do Lublina.

Bilety na loty z Lublina do Londynu Stansted już wcześniej były niedostępne w systemie rezerwacyjnym przewoźnika, ale dopiero teraz przedstawiciele Ryanaira potwierdzili, że linia nie uruchomi połączenia w sezonie letnim. To oznacza, że w przyszłym sezonie jedyną trasą irlandzkiego przewoźnika z Lublina będzie Dublin, wykonywany do końca października 2019 roku.

Poza tym Wizz Air latający do Londynu Luton zwiększy częstotliwość lotów do dziewięciu tygodniowo i będzie latać większymi samolotami A321, zabierającymi na pokład 230 pasażerów. Dlatego mimo wycofania się Ryanaira od 1 kwietnia 2019 roku całościowe oferowanie ze stolicy Lubelszczyzny do Londynu zostanie zwiększone o 8% w stosunku do sezonu letniego 2017.



Zamek w Kerry do kupienia za 4,5 mln euro

Zamek z widokiem na morze oraz basenem w podziemnej jaskini jest do nabycia w hrabstwie Kerry. Wystawiona za 4,5 mln euro (ponad 19 mln zł) nieruchomość liczy 840 metrów kwadratowych – czytamy na stronie Londynek.net.

Otoczony fosą ze zwodzonym mostem bajkowy An Culu w Kenmare Bay zdecydowanie nie jest zwykłym domem. To idealne miejsce dla osób ceniących sobie prywatność. 6-sypialniowy zamek otoczony jest gęstymi lasami i wodami ujścia rzeki Kenmare – zachwala Journal.ie.

Choć wyposażony w styl gotycki, An Culu został wybudowany zaledwie 20 lat temu.

Wnętrze zdobią kamienne balustrady, błękitny fresk w salonie, bogate sklepienia oraz wykończenia z drewna bukowego i wiśniowego. Jest też winda, którą można dojechać na piąte piętro. Cztery zamkowe łazienki zdobione są marmurem. Z większości pokoi rozciąga się widok na zatokę. W podziemiach nieruchomości znajduje się basen stylizowany na grotę, sauna i łaźnia parowa. Nieruchomość otaczają malownicze tereny.

Zlokalizowany w Ring of Kerry, An Culu jest oddalony o 10 minut jazdy od turystycznego miasta Kenmare.

W marcu referendum w sprawie rozwodów

Irlandzki rząd ogłosił, że wraz z przyszłorocznymi wyborami lokalnymi i do Parlamentu Europejskiego odbędzie się referendum odnośnie ograniczeń dotyczących rozwodów. Tak jak i referendum nad zmianą w kodeksie wyborczym odbyłoby się 24 marca przyszłego roku – podaje Londynek.net.

Zgodnie z obecnymi przepisami irlandzka konstytucja dopuszcza możliwość rozwodu jedynie w sytuacji, w której małżonkowie mieszkali osobno przez cztery z ostatnich pięciu lat. Do 1995 roku obowiązywał jednak całkowity zakaz rozwodów, uchylony dopiero w ogólnokrajowym referendum przy minimalnej większości 50,3% głosów. Nowy projekt zakłada zniesienie progu czasowego lub obniżenie do dwóch z ostatnich trzech lat. Dokładna propozycja zostanie wypracowana

w toku konsultacji z partiami opozycyjnymi i trafi pod obrady parlamentu w styczniu przyszłego roku.

To kolejna propozycja w ostatnich latach, która prawdopodobnie wzbudzi sprzeciw konserwatywnych wyborców po tym, jak w 2015 roku Irlandczycy – uchodzący przez lata za jeden z najbardziej katolickich i tradycyjnych narodów w Europie – zdecydowali większością dwóch trzecich głosów o legalizacji małżeństw homoseksualnych, a w tym roku opowiedzieli się za liberalizacją jednych z najostrożniejszych przepisów aborcyjnych na świecie.

Rząd planuje również przeprowadzenie tego dnia plebiscytu nad propozycją zmian w kodeksie wyborczym, które pozwoliłyby obywatelom Irlandii mieszkającym poza granicami kraju na udział w wyborach prezydenckich.

Polka skazana na dożywocie składa odwołanie do Europejskiego Trybunału Praw Człowieka

Marta Herda, w 2017 roku skazana na dożywocie, złożyła odwołanie do Europejskiego Trybunału Praw Człowieka. Polka nadal utrzymuje, że jej kolega zginął na skutek wypadku, a nie jej działania z premedytacją.

Pozytywne rozpatrzenie odwołania to dla niej ostatnia szansa, żeby wyjść na wolność w młodym wieku. Do zdarzenia doszło 26 marca 2013 roku. Wtedy prowadzony przez nią Volkswagen Passat wjechał do rzeki. Polka została oskarżona o to, że celowo staranowała barierki, chcąc pozbyć się kolegi, który był w niej zakochany i któremu nie umiała przemówić do rozsądku (ślodził ją i robił awantury o kontakty z innymi mężczyznami). Pochodzący z Węgier Csaba Orsas nie umiał pływać.

Ława przysięgłych przychyliła się do wersji przedstawionej przez prokuraturę, Polkę obciążyły przede wszystkim trzy dowody – otwarte okno po stronie kierowcy (gdymby samochód znajdował się w wodzie, nie dałoby się go otworzyć), zeznanie Polki, że „wjechała do wody” (ang. „I drove to the water”) oraz zdanie, które młoda Polka miała wypowiedzieć do pielęgniarki w szpitalu: „Nie wierzył, że ja to zrobię” (ang. „He didn't believe I will do that”). Marta Herda twierdziła, że do rzeki wjechała, ponieważ została zaatakowana przez Orsasa i straciła panowanie nad kierownicą, a oba obciążające ją zdania zostały po prostu źle przetłumaczone. Polka zaznaczyła, że według niej pielęgniarka zapytała ją o to, czy nie bała się, że Orsas ją zgwałci, na co miała odpowiedzieć, że „nie wierzyła, że to



zrobi”. Z kolei zeznanie, że „wjechała do wody”, było kalką z języka polskiego, które nie nosi żadnych znamion celowości i premedytacji.

Marta Herda dwukrotnie odwoływała się od wyroku sądu, ale do jej argumentów nie przychylił się ani sąd apelacyjny, ani też Sąd Najwyższy. Teraz młoda Polka zwraca się do Europejskiego Trybunału Praw Człowieka, który, jak ma nadzieję, przychyli się do jej wersji wydarzeń i dostrzeże szereg nieprawidłowości popełnionych przez irlandzkich śledczych w trakcie zbierania dowodów.

www.pomocdlamarty.pl

Przewodnik po samozatrudnieniu w Irlandii 2019 Cz. 2

4. Wsparcie dla przedsiębiorstw ze strony opieki społecznej (w celu uwzględnienia krótkoterminowego zasiłku dla przedsiębiorstw)

Po zakończeniu pracy możesz się zarejestrować w lokalnym biurze pomocy społecznej, dopóki nie zdobędziesz następnej pracy lub nie otworzysz firmy. Twoja sytuacja socjalna będzie zależała od okoliczności. Warto rozważyć trzy osobne schematy:

Krótkoterminowy zasiłek dla przedsiębiorstw – umożliwia obywatelom zatrzymanie płatności z tytułu opieki społecznej na okres do jednego roku podczas zakładania nowej firmy. Płatności będą wypłacane na Twoje konto bankowe. Będziesz musiał złożyć wniosek w lokalnym biurze pomocy społecznej (mogą Cię skierować do Twojej spółki partnerstwa lokalnego). Aplikacja wymaga krótkiego biznesplanu. Po uzyskaniu zgody na przystąpienie do programu możesz zarejestrować się w Przychodach jako jedyny przedsiębiorca; rozpocznij działalność i wystawiaj swoje pierwsze faktury. Program krótkoterminowych dotacji dla przedsiębiorstw obejmuje niewielki fundusz na kwalifikowalne wydatki biznesowe. Należy pamiętać, że zasiłek krótkoterminowy na pracę objęty jest podatkiem dochodowym w taki sam sposób jak zasiłek dla osób poszukujących pracy.

Program „Powrót do pracy w ramach zasiłku dla przedsiębiorstw” (BTWEA) zachęca osoby pobierające określone świadczenia z pomocy społecznej do zarejestrowania się jako osoby prowadzące działalność na własny rachunek. Mogą one zatrzymać procent swoich wydatków socjalnych na okres do 2 lat.

Program „Rozpocznij własną działalność gospodarczą” zapewnia dwuletnie zwolnienie z podatku dochodowego do wysokości 40 000 EUR rocznie przez okres 2 lat dla osób, które były bezrobotne przez co najmniej 12 miesięcy przed rozpoczęciem własnej działalności gospodarczej. Ulga obowiązuje przez 2 lata do końca 2018 roku.

5. Zarejestruj się z przychodem

Formularz TR1 służy do zarejestrowania się jako jedyny przedsiębiorca w urzędzie skarbowym. Zaletą tej formy działalności jest to, że Twoja firma może być zaangażowana w szereg niezwiązanych z nią działań. Na przykład możesz mieć kwiaciarnię, a także zostać instruktorem tańca lub hydraulikiem. Jako jedyny przedsiębiorca osobiście jesteś odpowiedzialny za wszystkie długi firmy. Przydatne może być również złożenie wniosku o formularz rozliczenia podatkowego na tym etapie. Będzie to wymagane, jeśli zamierzasz złożyć oferty.

6. Rozważ rejestrację VAT

Sole Traders mogą zarejestrować podatek VAT za pomocą formularza TR1 używanego do zarejestrowania się jako jedyny podmiot gospodarczy. Próg VAT dla firm usługowych wynosi 37

500 EUR, podczas gdy dla towarów i produkcji wynosi 75 000 EUR. Możesz zdecydować się na rejestrację podatku VAT na starcie, jeśli kupujesz sprzęt lub możesz zarejestrować się przy zbliżeniu się do progu. Musisz dowiedzieć się, jaka jest stawka VAT (np. dla obuwia dziecięcego wynosi 0%, dla fryzjerów 9%, dla usług takich jak hydraulika 13%, a dla towarów takich jak telefony komórkowe 23%). Przychody wygenerowały przewodnik dotyczący podatku

VAT dla małych firm. Deklaracje VAT są składane za pośrednictwem ROS co 2 miesiące – każdego 19 dnia miesiąca następującego po zakończeniu drugiego miesiąca, tj. 19 marca za styczeń i luty.

7. Zarejestruj nazwę firmy

Nadanie nazwy firmie jest kluczową decyzją dotyczącą marki. Jeśli zdecydujesz się na wyłączenie inwestora, aby nie handlować pod własnym nazwiskiem, będziesz musiał zarejestrować nazwę firmy w biurze rejestracji spółek (CRO). Korzystając z bezpłatnego narzędzia wyszukiwania na stronie internetowej CRO, możesz sprawdzić szczegóły i nazwy firm w Irlandii, aby sprawdzić, czy wybrana nazwa jest dostępna. Należy pamiętać, że zarejestrowana nazwa nie jest chroniona, tj. nic nie stoi na przeszkodzie, aby ktoś inny zarejestrował już wcześniej zarejestrowane nazwisko (w przeciwieństwie do firmy, której nazwa jest unikatowa).

Formularz RBN1 służy do rejestrowania nazwy firmy przez osobę fizyczną. Można go wypełnić online pod adresem www.core.ie: wy-

pełnij dane, wydrukuj wypełniony formularz, dodaj swój podpis i wyślij płatność w wysokości 20 € do CRO pocztą. Twoja aplikacja zostanie przetworzona w ciągu około 4 tygodni.

Wskazówka: wybrana nazwa firmy powinna być krótka, zapadająca w pamięć, prosta do napisania i odpowiednia lub łatwa do skojarzenia z produktem i usługami. Wskazane jest również sprawdzenie dostępności odpowiedniej domeny witryny.

Dodatkowa uwaga: firma może stworzyć swój znak handlowy. Jest to niezbędne w przypadku firmy, która chce zbudować markę krajową lub międzynarodową, albo rzeczywiście zamierza założyć franczyzę. Klasycznym przykładem franchisingu jest McDonald's, gdzie każda restauracja jest własnością lokalnego operatora, ale działa zgodnie z zasadami ustalonymi przez centralę i corocznie płaci określoną kwotę za obsługę. Wskazane jest skonsultowanie się z prawnikiem, który specjalizuje się w znakach towarowych. Możesz jednak zrobić to sam, jeśli chcesz.



Zmiana lokalizacji biura

We Have Moved

**UPRZEJMIE INFORMUJEMY, IŻ Z DNIEM 6 GRUDNIA
DZIAŁALNOŚĆ FIRMY D&M SERVICES ZOSTAŁA
PRZENIESIONA NA NASTĘPUJĄCY ADRES:**

33 COOK STREET, 2ND FLOOR OFFICE, CORK

tel. 0214248760 www.dmxsiegowosc.eu

CZYTELNIA

Ślepnąc od świateł
Autor: Żulczyk Jakub



Zawsze chodzi wyciągnięty o pieniądze. O nic innego. Ktoś może powiedzieć ci, że to niska pobudka. To nieprawda - oświadcza bohater powieści Jakuba Żulczyka.

Ten młody człowiek przyjechał z Olsztyna do Warszawy, gdzie prawie skończył ASP. By uniknąć powielania egzystencjalnych schematów swoich rówieśników - przyszłych

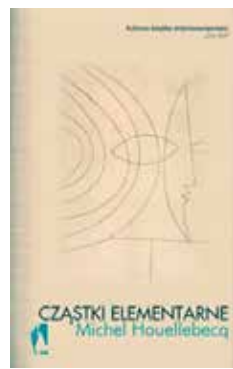
meneli, ludzi mogących w najlepszym razie otrzeć się o warstwę klasy średniej, niepoprawnych idealistów - dokonał życiowego wyboru według własnych upodobań: Zawsze lubitem ważyć i liczyć.

Waży więc narkotyki i liczy pieniądze jako handlarz kokainy. W dzień śpi, w nocy odbywa samochodowy rajd po mieście, rozprowadzając towar, ale także bezwzględnie i brutalnie ściągając od dłużników pieniądze, przy pomocy odpowiednich ludzi.

Jakub Żulczyk w poruszający sposób ukazuje współczesną rzeczywistość, zdeformowaną do tego stopnia, że handlarz narkotyków staje się równie niezbędny jak strażak czy lekarz; jest nocnym dostawcą paliwa dla tych, którzy chcą - albo muszą - utrzymać się na powierzchni.

Cząstki elementarne

Autor: Houellebecq Michel



Niepokojąca diagnoza współczesnych postaw ludzkich.

Młody biolog, prześladowany w nieskończoność nad swoją pracą, i jego przyrodni brat, pogrążający się w kryzysie psychicznym natógowy konsument pornografii, uosabiają zdaniem autora dwa skrajne sposoby życia we współczesnej cywilizacji.

Kiedy obsesje seksualne przywodzą jednego z braci na skraj obłądka, drugi pracuje nad genetycznym modelem nieśmiertelnej i bezpłciowej istoty ludzkiej.

Książka łącząca elementy powieści obyczajowej, eseju i science fiction wywołała we Francji istną burzę, a nieprzyznanie jej autorowi nagrody Goncourtów porównywano z odrzuceniem przez jury Podróży do kresu nocy Céline'a.

Krótkie odpowiedzi na wielkie pytania

Autor: Hawking Stephen

Światowej sławy kosmolog i autor bestsellera nad bestsellerami Krótka historia czasu w tej znakomitej i wciągającej książce, która ukazuje się już po jego śmierci, pozostawił nam swoje ostatnie próby odpowiedzi na najistotniejsze pytania o nasze miejsce i przyszłość we wszechświecie.

Skąd się wzięliśmy? Czy ostatecznie przetrwamy? Czy postęp techniki uchroni nas przed zagładą? W jaki sposób moglibyśmy w pełni rozwinąć skrzydła?



Stephen Hawking został uznany za jeden z największych umysłów naszych czasów, a jego heroiczne zmagania z chorobą, odką w wieku dwudziestu jeden lat zdiagnozowano u niego stwardnienie zanikowe boczne, stanowią trwałe źródło inspiracji dla nas wszystkich.

Zastąpił zarówno z przelomowych dokonań w dziedzinie fizyki teoretycznej, jak i z nadzwyczajnej umiejętności objaśniania skomplikowanych pojęć w sposób przystępny dla każdego.

Uwielbiano go również za szelmowskie poczucie humoru. Bezpośrednio przed śmiercią pracował nad swym ostatnim dziełem - zestawieniem odpowiedzi na wielkie pytania, które tak często stawiał, wykraczając poza granice ściśle akademickich badań.

W swojej ostatniej książce Hawking przedstawia poglądy dotyczące najważniejszych zagrożeń, przed jakimi stoi ludzkość, oraz tego, jaka przyszłość zarysowuje się przed ziemskim globem.

Każdą część rozpoczyna wprowadzenie pióra wybitnego intelektualisty, który nakreśla swoją własną ocenę wkładu profesora Hawkinga do gmachu naszej wiedzy. Książka zawiera również przedmowę laureata Oscara Eddiego Redmayne'a, który grał postać Hawkinga w filmie Teoria wszystkiego oraz postawie napisane przez córkę Hawkinga, Lucy Hawking, a ponadto prywatne zdjęcia i inne materiały archiwalne.

Boskie zwierzęta

Autor: Hołownia Szymon



Czy zwierzęta idą do nieba, a jeśli tak, to gdzie są, gdy my jesteśmy w czyściku? Czy jedzenie mięsa w poniedziałek, wtorek, środę, czwartek, sobotę i niedzielę to grzech i dlaczego? A co z rybami?

Rolnicy, ekolodzy, myśliwi i księża: jak poukładać na nowo nasze relacje z resztą Stworzenia?

Nowa książka Szymona Hołowni, przyjaciela dwóch cudownych psów: Grafita i Żelki, zaskakuje, inspiruje i odkrywa prawdziwą miłość, wierność i uczciwość boskich zwierząt.



Zapraszamy po świąteczno-noworocznej przerwie

Środy 11-16.00
Soboty 11-18.00
Niedziela 11-17

Pierwsza i trzecia niedziela w miesiącu

Bieżące informacje
www.facebook.com/ABC_EduLibrary

<http://abcdulibrary.pl>
tel. 021 241 1190

KINO

Diablo. Wyścig o wszystko

Co roku w Polsce odbywa się ponad tysiąc nielegalnych wyścigów. Ale tylko nieliczni mają dostęp do tych o najwyższą stawkę. „Diablo. Wyścig o wszystko” to pierwsza polska produkcja, która przybliża ten świat. To zatankowana do pełna adrenaliną i ogłuszająca rykiem silników opowieść o młodym chłopaku, który trafia w sam środek gangsterskiego świata nielegalnych wyścigów samochodowych. Świata, gdzie każda zła decyzja może być tą ostatnią.

Pasją Kuby są szybkie samochody, zawrotna prędkość i ekstremalne wyścigi. Jego siostra Lena musi przejść bardzo kosztowną operację za granicą. Chcąc zdobyć potrzebne środki, chłopak postanawia brać udział w nielegalnych rajdach. Talent i brawurę młodego kierowcy zauważa wpływowy gangster - Max. Proponuje chłopakowi udział w okrytym złą sławą wyścigu, który niejednego kierowcę przyptacił kalectwem, a nawet życiem. Nagrodą dla zwycięzcy legendarnych zmagani jest tytuł „Diablo” i kilkaset tysięcy euro. Kuba podejmuje ryzyko i wkracza do podejrzanego świata wielkich pieniędzy, pięknych kobiet i szemranych interesów. To właśnie w nim



poznaje Ewę - obdarzoną wyjątkową urodą, nieugiętą zawodniczkę, która z zaciętej rywalizacji staje się jego wielką namiętnością. Wkrótce na jaw wychodzi jednak prawdziwa tożsamość dziewczyny. Od tego momentu życie Kuby znajdzie się w wielkim niebezpieczeństwie.

W wysokooktanowej obsadzie znaleźli się m.in.: Tomasz Włosok, Karolina Szymczak, Mikołaj Roznerski, Cezary Pazura, Rafał Mohr, Katarzyna Figura, Joanna Opozda, Aleksandra Linda, Patricia Kazadi, Agnieszka Włodarczyk oraz Aleksy Komorowski. W filmie wystąpili także m.in.: Podwójna Mistrzyni Europy w driftingu Karolina Pilarczyk - nagradzana uczestniczka międzynarodowych wyścigów samochodowych, Marcin „Różal” Różalski - utytułowany zawodnik KSW, mistrz wagi ciężkiej z 2017 roku, a także niezwyklej postury trener personalny Wojciech Bocianowski. Reżyserem filmu jest Michał Otłowski - twórca nagrodzonego na festiwalu filmowym w Gdyni „Jeziorka” oraz serialu „Diagnoza”. Współpracuje z nim Daniel Markowicz, reżyser reklamowy i supervisor efektów specjalnych w wielu hollywoodzkich i polskich produkcjach.

„Diablo. Wyścig o wszystko” w kinach UK od 1 lutego

Polska Księgarnia

tel: 018749514; 0899778904

www.ksiazki.ie

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

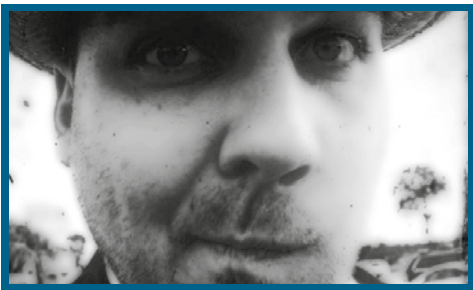
W bazie
posiadamy
ponad **70,000**
tytułów książek
oraz **2,600**
tytułów prasy

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



KRZYSIEK WIŚNIEWSKI
chris.waterford@gmail.com

Zjednoczona Irlandia – realna przyszłość

Takie pytania pojawiają się najczęściej w dyskusjach o potencjalnym zjednoczeniu. I na takie pytania będą musieli odpowiedzieć sobie Irlandczycy, jeśli dojdzie do referendum zjednoczeniowego.

Zwolennicy przyłączenia Ulsteru do Republiki Irlandii muszą pamiętać, że takie referendum będzie dopiero początkiem, a nie końcem długiego procesu zjednoczenia. I może się okazać, że ten proces będzie jeszcze bardziej skomplikowany niż chociażby brexit. W końcu ani na terenie Unii Europejskiej, ani w Wielkiej Brytanii nie funkcjonują bojówki czy polityczni ekstremiści nawołujący do walki o zachowanie *status quo*. A takie ekstrema można znaleźć po obu stronach irlandzkiej granicy.

Jednak to przede wszystkim problemy gospodarcze będą zaprzątały głowę politykom, ale i zwykłym obywatelom, w razie rozpoczęcia procesu zjednoczenia.

Dotacje

Według danych brytyjskiego Ministerstwa Skarbu roczna subwencja na rzecz Ulsteru wynosi aż 10 miliardów funtów. W razie wycofania się Brytyjczyków z Północnej Irlandii ta suma spadnie na barki rządu irlandzkiego. Oczywiście znaczna jej część to wydatki na utrzymanie sił porządkowych, w tym sporego kontyngentu wojskowego. Niektórzy obliczają, że koszt utrzymania armii w Ulsterze to nawet 5 miliardów funtów rocznie. Jeśli tak jest faktycznie, to rząd Republiki Irlandii miałby do wydania sumę o połowę mniejszą, ale wciąż znaczącą. Może to budzić szczególny sprzeciw, biorąc pod uwagę fakt, że podatki odprowadzane przez obywateli i firmy z Irlandii Północnej pokryłyby ten wydatek tylko w niewielkim stopniu.

Spora część tej subwencji to wydatki związane ściśle z podziałami społecznymi w Ulsterze, m.in. na osobny – protestancki i katolicki – system edukacji. Możliwe, że z czasem udałoby się osiągnąć w tej sprawie konsensus podobny do tego, który funkcjonuje na południu wyspy, jednak z pewnością nie stanie się to szybko. Do czasu rozwiązania tej kwestii wydatki pozostaną wysokie. Być może zbyt wysokie, jak na kraj tak mały, jakim jest Irlandia.

Sektor publiczny

Zatrudnienie w sektorze publicznym w Irlandii Północnej przewyższa wszelkie normy znane z krajów europejskich. Faktyczny brak przemysłu oraz niechęć inwestorów do angażowania się w ten wybuchowy (niekiedy dostownie) teren sprawiają, że to państwo wzięło na siebie w dużej mierze ciężar utrzymania bezrobocia na przyswoitym poziomie.

Według danych statystycznych w sektorze publicznym w Ulsterze pracuje jedna trzecia wszystkich zatrudnionych. Gdyby ten odsetek przenieść na realia Republiki Irlandii, oznaczałoby to, że zatrudnienie w tym sektorze powinno by wzrosnąć o 50 000 miejsc pracy. W razie zjednoczenia wydatki na państwowych pracowników będzie musiał przejąć rząd irlandzki, co może okazać się kolejnym poważnym wyzwaniem finansowym. Oczywiście, tak jak w przy-

padku dotacji państwowych, stopniowo będzie można to zatrudnienie ograniczać, jednak będzie to wymagało przynajmniej kilku, jeśli nie kilkadziesiąt lat, i z pewnością zostanie okupione społecznymi protestami na Północy.

Opieka zdrowotna

Republika Irlandii ma swoje własne problemy z systemem opieki zdrowotnej, ale są one niczym wobec kłopotów, które w Irlandii Północnej przeżywa NHS – brytyjski odpowiednik HSE. Niektórzy twierdzą, że zjednoczenie wyspy może popchnąć rząd jednego już wtedy kraju do zdecydowanej reformy systemu opieki zdrowotnej. Wyszłoby to na zdrowie, *nota bene*, wszystkim obywatelom i pozwoliłoby na poważne oszczędności.

O kilku lat na półkach brytyjskiego Ministerstwa Zdrowia leży raport na temat opieki zdrowotnej w Ulsterze, którego autorzy zaproponowali konkretne rozwiązania. Miałyby one na celu zmniejszenie kolejek do specjalistów oraz ułatwienie dostępu do lekarzy. Gdyby rozwiązania te zastosowano na terenie całej wyspy, mogłoby to uzdrożyć niewydolny system.

Ostateczna decyzja będzie należała do rządu Irlandii, który ma swój własny plan naprawy HSE.

Decyzja większości

Pamiętać należy, że zjednoczenie Irlandii nastąpi tylko wtedy, gdy taką wolę wyrazi większość obywateli po obu stronach granicy. Niepew-

ność związana z brexitem oraz traktowanie Ulsteru coraz bardziej po macoszemu przez rząd w Londynie zwiększają szansę na osiągnięcie takiej większości na północy. Pytanie, czy także obywatele Republiki Irlandii zdecydują się na poparcie zjednoczenia. Będą oni mieli w perspektywie konieczność poniesienia dużych kosztów zjednoczenia oraz wyciągnięcia Ulsteru ze stanu stagnacji gospodarczej, w którą wpędził tę prowincję długoletni konflikt.

Nie można też zapominać o wciąż żywych podziałach, które mogą wybuchnąć z nową mocą w razie zjednoczenia. Ich wygaszenie lub chociaż złagodzenie będzie poważnym wyzwaniem dla rządów w Dublinie i Londynie. Pierwszy będzie musiał przekonać swoich obywateli, że przyjęcie w granice Republiki setek lojalistów nie skończy się kolejną wojną domową, a ten drugi nie może sprawić wrażenia, jakby owych lojalistów zostawiał na pastwę republikanów. Cały proces wymaga delikatności i przemyślenia każdego kroku oraz każdej decyzji.

Brexit oraz fakt, że większość w Ulsterze opowiedziała się za pozostaniem w Unii Europejskiej pozwala mieć nadzieję, że obie strony będą mieć podstawę do rozpoczęcia tego żmudnego procesu. Zjednoczenie Irlandii nie nastąpi w tym dziesięcioleciu, być może nawet nie w kolejnym, ale sam fakt, że politycy i sami Irlandczycy zaczynają o tym poważnie dyskutować, pozwala mieć nadzieję, że za jakiś czas z Zielonej Wyspy zniknie dzieląca ją granica. ☑

Po raz pierwszy od roku 1922, czyli od chwili gdy wyspa została przedzielona granicą, zjednoczenie Irlandii staje się realną możliwością. Zarówno brexit, jak i zmieniająca się struktura demograficzna w Ulsterze sprawiają, że połączenie Republiki i Irlandii Północnej staje się możliwe nawet w ciągu następnej dekady.

Co więcej, postawa rządu brytyjskiego, który sprawia wrażenie, jakby prowincja na sąsiedniej wyspie coraz bardziej mu ciążyła, sprawia, że wielu niezdecydowanych do tej pory mieszkańców Ulsteru skłania się ku poparci ewentualnego zjednoczenia Irlandii.

Warto jednak pamiętać, że potencjalne zjednoczenie musi uzyskać poparcie zarówno mieszkańców północy, jak i południa wyspy. Wobec coraz bardziej wyraźnych problemów gospodarczych Ulsteru, poparcie w Republice wcale nie musi być takie oczywiste. Prawdopodobnie rząd brytyjski chętnie pozbyłby się kuli u nogi w postaci Irlandii Północnej, ale czy tę kulę chętnie przypnie sobie rząd Republiki Irlandii wraz ze wszystkimi jej obywatelami, to wcale nie jest takie pewne.

Kiedy przyjrzeć się bliżej krainie za granicą dzielącą wyspę, okazuje się, że skala tamtejszych problemów może zniechęcić wielu do rozpoczęcia czy przyspieszenia procesu zjednoczenia.

Warto pamiętać, że Irlandia Północna nigdy nie była samowystarczalna gospodarczo. Od samego początku polegała ona na dotacjach z budżetu centralnego i po niemal stu latach takiej zależności trudno będzie zerwać z tradycją wyciągania ręki po pomoc.

Ulster jest też regionem niezwykle skomplikowanym pod względem demograficznym. Powiedzieć o nim, że jest podzielony, to nic nie powiedzieć. Podziały przebiegają tam tak głęboko, że wielu obywatelom Republiki Irlandii nawet trudno sobie wyobrazić życie w takich realiach. Osobne szkoły protestanckie i katolickie, osobne puby, osobne kluby sportowe to tylko czubek góry lodowej. Prawdziwe podziały przebiegają niemal niewidocznie przez protestanckie i katolickie osiedla, miasteczka czy wsie. I tych podziałów, istniejących tam od stuleci, łatwo się nie zasypie.

Irlandczycy, zarówno ci mieszkający na południu wyspy, jak i ci z północy, nadal są podzieleni w opiniach na temat tego, czy warto Irlandię jednoczyć. Szczególnie ostatnie dziesięciolecie, kiedy granica faktycznie przestała istnieć, dały wielu do myślenia. Czy jest sens znoszenia granicy, która *de facto* nie istnieje? Czy niewielka Republika Irlandii poradzi sobie gospodarczo i społecznie z przyjęciem prowincji, która od zawsze pozostaje poza jej granicami? Czy społeczeństwo obu części wyspy jest gotowe na wspólną przyszłość?

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 MIDDLETON, CO. CORK
0834244112-PRZEMEK
PRZEMYSŁAW.PERSINSKI@WP.PL

DLA WARSZTATÓW CENY HURTOWE


0834244112

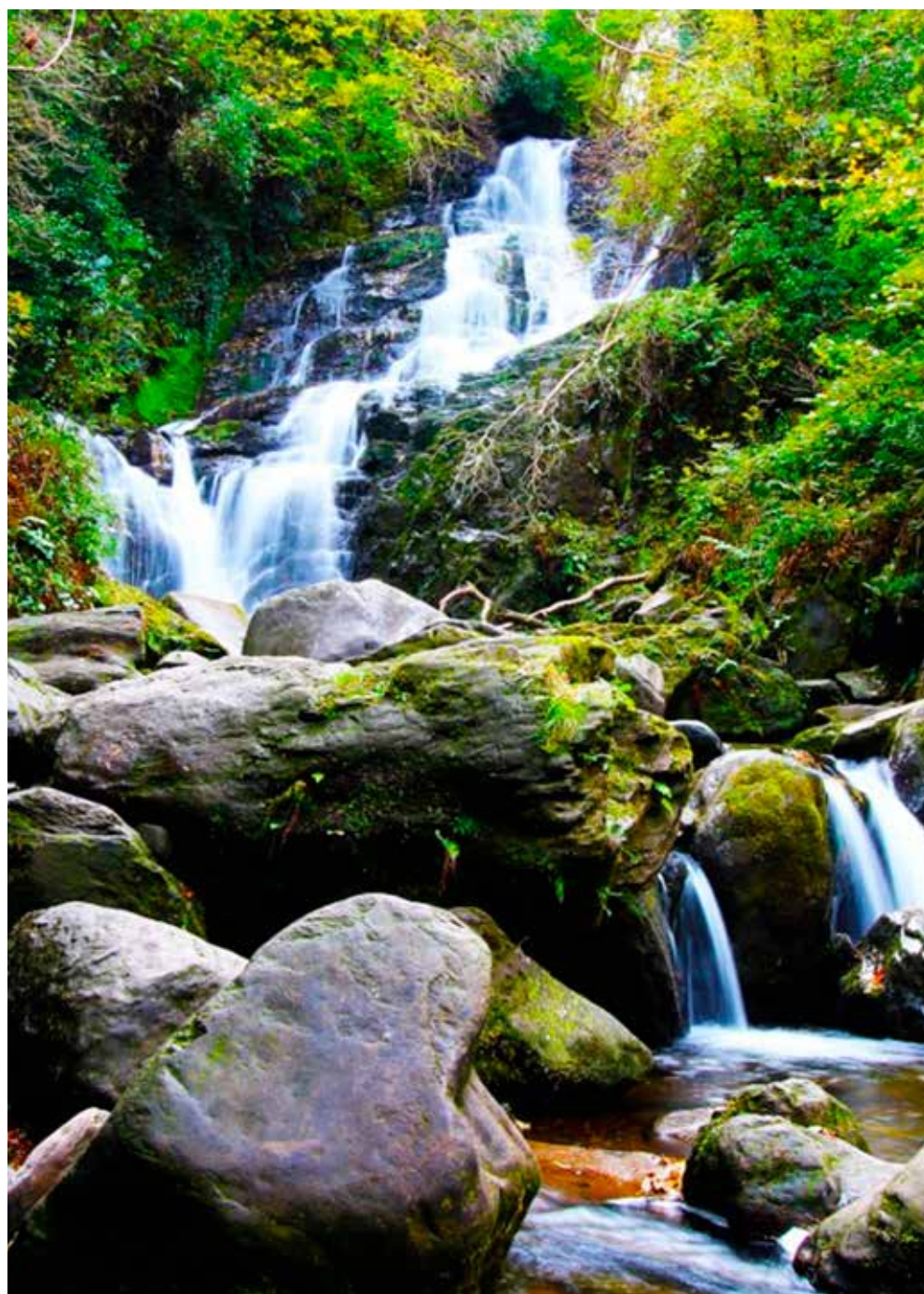
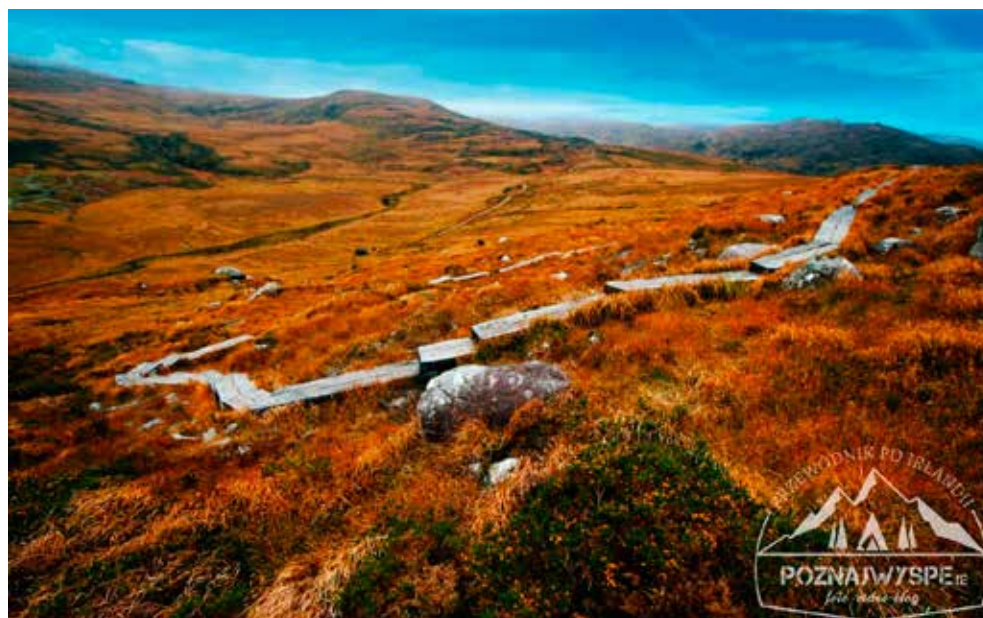
Torc



Wodospad i szczyt Torc (nazwa pochodzi od irlandzkiego Easach Toirc, co oznacza kaskadę dzika) – dogodny parking znajduje się w Parku Narodowym Killarney, około 8 km od miasta Killarney, przy drodze N71, a sam wodospad jest oddalony około 300 m od parkingu (około 5 minut spacerem).

Wodospad i szczyt Torc znajdują się w pierwszej 10. miejsc wartych odwiedzenia w hrabstwie Kerry. Jest to około 20-metrowy wodospad kaskadowy położony u podnóża góry Torc. Jeśli lu-

bicie chodzić i chcecie podziwiać piękne widoki, warto wybrać się w malowniczą 3-godzinną trasę (9,5 km) zaczynającą się tuż przy wodospadzie, a dokładnie po jego lewej stronie. Powyżej można podziwiać przepiękne widoki na jeziora i okolice, a po wejściu na szczyt Torc ukazuje się spektakularny 360-stopniowy widok na jeziora Killarney, Muckross House oraz Park Narodowy Killarney. Mimo iż szczyt ma 535 m, to jest to niezwykle popularna trasa, ponieważ dzięki kładkom i stopniom jest ona bardzo dostępna i dość łatwa dla każdego bez względu na wiek. Miejsce to jest naprawdę warte zobaczenia, a sam wodospad dobrze odwiedzić po deszczu (którego w Kerry naprawdę nie brakuje) – wtedy nabiera on swojej dzikości i mocy. 





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

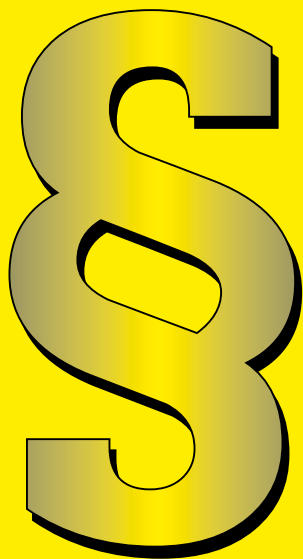
Prawo pracy

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