

Magazyn
BEZPŁATNY!

ISSN 2009-3802

NR 116 wrzesień 2019

mir

magazyn
informacyjno
-rozrywkowy

www.mir.info.pl



SIDNEY POLAK

DUBLIN
WHELANS MAIN ROOM
6.10.2019
19:00

bilety do nabycia na www.koncerty.ie

Przybornik

**Zasitek pielęgnacyjny
Carer's Allowance**

Jeżeli opiekujesz się osobą, która potrzebuje stałej opieki, z uwagi na wiek, chorobę, fizyczne czy umysłowe upośledzenie, możesz aplikować o zasitek dla opiekunów: Carer's Allowance. Więcej informacji na ten temat w Przyborniku.

str. 22

**ŚPIEWAM
O POLSKICH SPRAWACH
Rozmowa z Sidneyem Polakiem**

str. 8

**STAND-UP
ADAM VAN BENDLER
"ŚWIATŁO W TUNELU"**

Support: **FILIP PUZYR**

Bilety na www.koncerty.ie

25.10.2019 CORK City Limits Comedy Club Start 19:30	26.10.2019 LIMERICK Galaxy Spinnery Start 20:00	27.10.2019 DUBLIN Laughter Lounge Start 19:00
---	---	---

085 PRAWNIK 085 7729645
01 4910010

Monika El Amki, Katarzyna Mastyo,
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

**KUP MIESZKANIE
W POLSCE NA KREDYT!**

Panuje powszechna opinia, że pracując w Irlandii nie dostaniesz kredytu w Polsce. Jednak otrzymując dochód w Irlandii możesz uzyskać w polskim banku kredyt na zakup w Polsce:

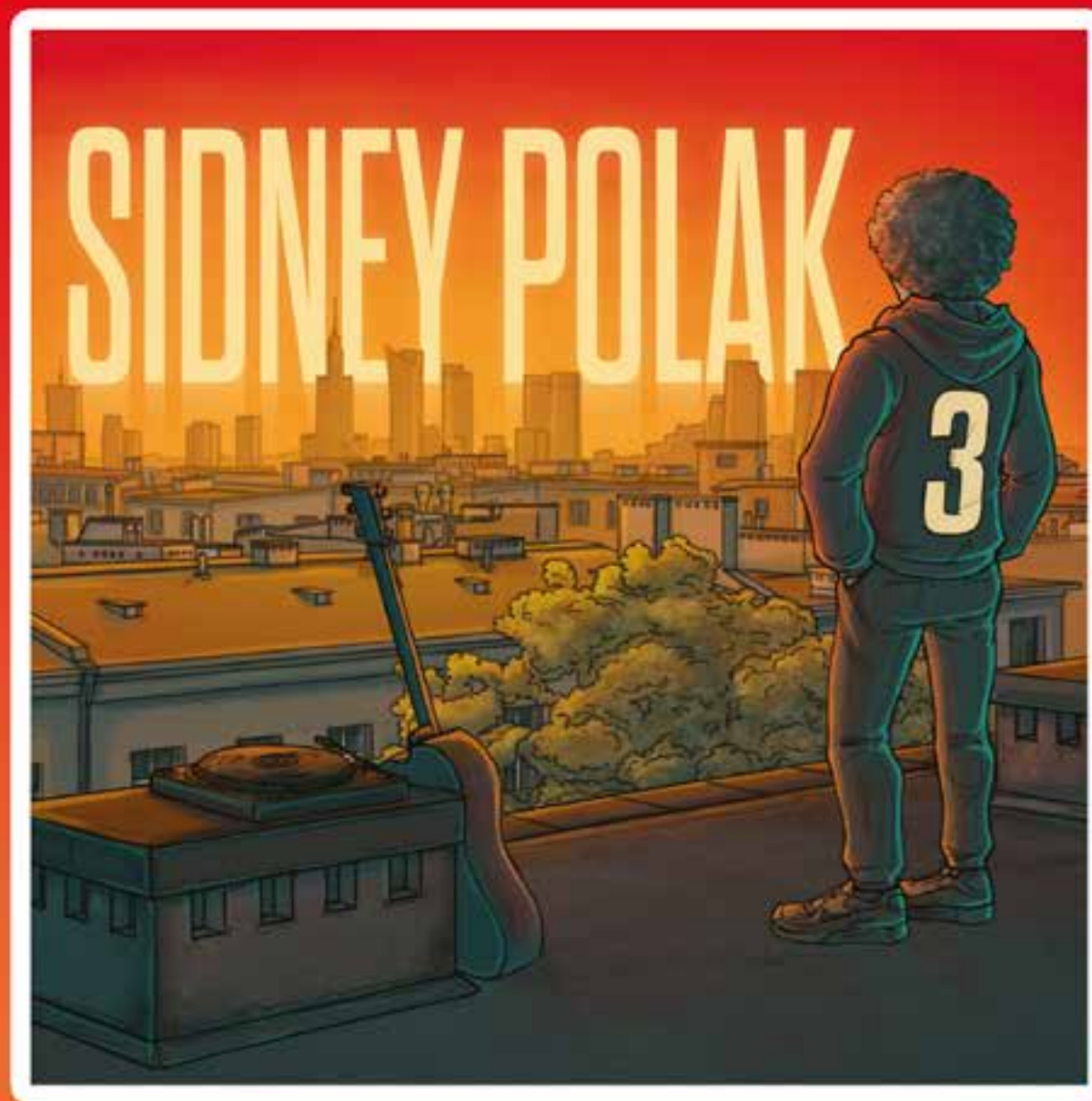
- > mieszkania dla siebie lub na wynajem
- > domu
- > budowę domu

SKONTAKTUJ SIĘ Z NASZYM BIUREM I SPRAWDŹ SWOJĄ ZDOLNOŚĆ KREDYTOWĄ W POLSCE

33 Cook Street,
2nd Floor Office
TEL/FAX. 021 424 87 60
E-mail: firma113@gmail.com

Unit 26, Park West Enterprise Centre
Nangor Road, Dublin 12

TEL. 018 06 65 55 ; 0833191536
E-mail: firmadublin@gmail.com



DUBLIN
WHELANS MAIN ROOM

6.10.2019

19:00

bilety do nabycia na www.koncerty.ie





7



8



12



19



23

W OBIE STRONY

- W subiektywie Czerwińskiego 4

KRÓTKO

- Wiadomości z Irlandii 5,16

PRZEWROTKA

- Dublin przed Corkiem 7

BĘDZIE SIĘ DZIAŁO

- Śpiewam o polskich sprawach 8
- Zapowiedzi koncertów 13
- Polska sztuka pod irlandzkim niebem, czyli 12. odsłona Polish Arts Festival w Limerick, 19.09–6.10 2019 r. 16

MODA, ŻYCIE, STYL, ZDROWIE

- Świat w czarnych barwach – gdzie podziały się kolory? Negatywne nastawienie 10
- 6 najlepszych lakierów do włosów 11
- Monat – droga do zdrowych i pięknych włosów 12

PRAWNIK RADZI

- Wypadek na urlopie 14

PRZYBORNIK

- Rozliczamy P60 od ręki! 19
- Zasitek pielęgnacyjny Carer's Allowance 19

ROZRYWKA

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

POLITYKA

- Bitwa o Bogside 22

POZNAJ WYSPĘ

- Railway Village – Clonakilty 23

Drodzy Czytelnicy,

oto mamy wrzesień, czyli jesień już za pasem, a skoro jesień, to w zasadzie prawie już zima, czyli Boże Narodzenie, prezenty, zastawione stoły, a chwilę potem całkowicie Nowy Rok, tym razem z bardzo ciekawym numerem 2020.

Możecie się śmiać, że za oknem jeszcze aura raczej letnia niż zimowa, a tutaj jakieś zapowiedzi przybycia Św. Mikołaja czy innego Santa Clausa. Jednak czy nie będzie to śmiech przez tży, jeśli dowiecie się, że w Stanach Zjednoczonych i w Wielkiej Brytanii wielkie sieci handlowe już tylko przebierają nogami, by lada chwila ustawić choinki, mikołaje, obsypać to wszystko sztucznym śniegiem i czekać aż oszalał klienci zaczną kupować, kupować, kupować...

Jeszcze jakiś czas temu wielcy tego komercyjnego świata czekali taskawie na opadnięcie emocji po Halloween. Dziś pierwsze świąteczne dekoracje pojawiają się właśnie we wrześniu. A kto wie, może za jakiś czas w supermarketach po prostu powstaną stałe działy świąteczne, w których ozdoby i inne gadżety związane z Bożym Narodzeniem będzie można kupić cały rok.

W zasadzie czemu nie? Dla szalonych specjalistów od marketingu nie ma żadnych świętości i żadnych granic. Ich celem jest wcisnięcie Wam jak najwięcej produktów, za jak najwięcej pieniędzy. I najlepiej, gdy te produkty są najniższej z możliwych jakości, bo wtedy popsują się dość szybko i już zaraz będzie można sprzedać kolejne te same rzeczy w nowym opakowaniu.

Dokąd to zmierza? Wcale nie jest tak trudno to przewidzieć, bo albo ten system musi upaść, albo zmienić się w coś w rodzaju wizji z filmu „Idiokracja” (kto nie widział, niech obejrzy), czyli też upaść. Nie można w nieskończoność sprzedawać ludziom tego samego w innych opakowaniach i wmawiać im, że tego potrzebują. W końcu się zorientują, że ktoś ich robi w bambuko.

No chyba, że... odczytamy najpierw ludzi myśleć krytycznie. Ale to już zupełnie inny temat.

Na razie zapraszamy do przejrzania, a nawet do przeczytania nowego numeru Waszego ulubionego magazynu „MIR”. Gwarantujemy, że i okładka, i wnętrze są zupełnie nowe, a jedyne, co jest u nas niezmiennie to jakość i poziom zadowolenia naszych szanownych Czytelników.

Pozdrawiamy,
Redakcja



Wydawca:
Mir Press Limited
14 Princes Street
1st Floor Office
Cork

Redakcja: e-mail:
magazyn.mir@gmail.com
www.mir.info.pl

Redaktor naczelny:
Marta Luksander

Reklama:
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

Ogórek, czyli parówka

„Dzień dobry Państwu albo dobry wieczór! Witajcie w postwakacyjnym odcinku „Subiektywu”! Mam nadzieję, że jakoś to wytrzymałicie, te wszystkie wczasy, przeloty, obżarstwo u dziadków, fortunę wyrzuconą w błoto sprzedawców pamiątek i inne atrakcje, ze szczególnym uwzględnieniem słońca, świecącego niezmiennie przez cały dzień. Na szczęście wszystko już jest w normie: znowu robota, znowu plucha, znowu kierownica po prawej stronie, a dzieciaki znowu w szkole. Czyż to nie pięknie?

„By Wam jednakowoż przybliżyć wątek wakacyjnych wspomnień, muszę się brutalnie przyznać, że tekst ten powstaje w samym środku urlopowych zawirowań: gdy piszę te słowa, jest połowa sierpnia, zaś ja sam siedzę we własnym pokoju z czasów licealnych, za własnym biurkiem, w niegdys

rodzinnej Warszawie. Tradycyjnie nosi mnie w czasie, gdy przyjeżdżam na to osiedle, a tym razem zaniósł mnie aż do wczesnych lat osiemdziesiątych. Przed blokiem spotkałem koleżankę z podstawówki, po raz pierwszy od trzydziestu pięciu lat, jak ustaliliśmy. Ma dwóch dorosłych synów i właściwie nic się nie zmieniła, ale nie wypadało mi komentować jej skądinąd wciąż powalającego wyglądu, ponieważ jak się okazało, ma również męża, co jest jakby logiczne. Ale zafundowała mi podróż w czasie, która nie zdarza się codziennie.

„Inne wątki tego typu, jeśli nie liczyć gramofonu oraz winylowych Rolling Stonesów kupionych w Berlinie Zachodnim, gdy jeszcze takowy istniał, zwykle sprowadzają się do mojej starej maszyny do pisania z fizyczną polską klawiaturą, na której kiedyś śmigiałem w tempie cekaemu, a teraz stukam jak przymulony, próbując odnaleźć poszczególne literki. Za to mój syn robi na niej coraz większe postępy. W ramach wakacyjnej praktyki językowej zaczął przepisywać na maszynie wiersze Brzechwy i jak na Irlandczyka zupełnie nienajgorzej mu idzie.

„Ja zaś w ramach przywracania sobie wspomnień młodości przejechałem się kolejno autobusem typu Ikarus i tramwajem typu „parówka”; oba wynalazki z czasów poprzedniego lodowca jeżdżą po mieście jako linia turystyczna. Potem zmiotło mnie już do całkowitego jądra ciemności i wsiałem do zabytkowego jelicza zwanego „ogórkiem”, który w kabinie miał na wierzchu silnik przykryty czymś, co wyglądało jak wanna przewrócona do góry nogami. Kiedy ostatni raz jechałem czymś takim, byłem przedszkolakiem, zaś stocieczna aleja Niepodległości, pod którą dziś przebiega metro, była wybrukowana kostką.

„Prócz tego melduję, że Polska nie zmieniła się zbyt wiele od ubiegłych wakacji. Warszawskie ulice przypominają mi trochę Dublin z czasów boomu, tylko w lekko krzywym zwierciadle, bo co kilka minut słychać tu język ukraiński, zupełnie tak jak onegdaj na wyspie skarbów było słychać polski. Oprócz tego w telewizji polityka, a na trawnikach i ławkach naprانی żule. Na Starówce spotkałem jednego, który z gazety rozłożonej na chodniku usiłował sprzedawać badyle, narwane na pobliskim trawniku. Był już co najmniej po dwóch jabłoch i najwyraźniej zbierał na trzeciego, chwiał się więc stylowo i z jakimże wdziękiem bełkotał w stronę przechodniów: „Śśświezże ziota...”. Należy przyznać, że miał lekki zmysł handlowy. Było to bowiem święto Matki Boskiej Zielnej.

„Zauważam też narastający trend w dziedzinie zoologicznego nazewnictwa sklepów, głównie spożywczych. Przejeżdżając przez miasto, w niewielkim oddaleniu wyłowitem sklep „Żabka”, „Pszczółka”, „Małpka” i „Biedronka”. Jak rozumiem, w „Żabce” można kupić małpkę, a w „Małpce” pszczółkę, bo mają tam też zabawki. A „Biedronka” w zasadzie jest konkurencją „Stokrotki”. No, tylko że „Stokrotka” ma bardziej wegetariańską nazwę.

„Na polskich ulicach moda damska bez zadyszki goni resztę świata i tak oto dziewczyny, najwyraźniej porzuciwszy styl mundurowy, przestawiły się na skórzane kurtki typu „ramoneska”, obowiązkowo wyćwiekowana oczywiście. Czyli dalej według tego samego klucza: wszystko, co kiedyś było męskie, jest teraz damskie.

„Dla odmiany nie słyszałem ani razu legendarnego: „Pani tu nie stała”. Może dlatego, że nie byłem ani razu na poczcie, a może to z tej banalnej przyczyny, że pokolenie „pani tu nie

stała” powoli wykrusza się z polskiej rzeczywistości... Za to usłyszałem inny dość popularny i tak samo straszny zwrot, który tubylcy regularnie wypowiadają, kiedy z rozmowy wynika, że mieszkam za granicą: „Niech pan tu nie wraca...”.

„Nigdy nie wiem, co im odpowiedzieć, bo tak po prawdzie, to bym i wrócił. Gdyby mi tylko ktoś dał nad Wisłą taką samą pensję, a przynajmniej pracę, która ma ręce i nogi. No, ale to, jak wiemy, prawdopodobnie nie jest możliwe, ponieważ nie mam wpływowych kolegów, więc życzenie tubylców wciąż ma w moim przypadku moc sprawczą.

„Myślę przeto intensywnie o powrocie w drugą stronę, bo rok szkolny za pasem, a doszły mnie wieści, że szkolnictwo będzie odtąd mogło oficjalnie zwalniać z obowiązku nauki języka irlandzkiego; muszę się zakreślić wokół tego tematu, bo w mojej rodzinie było już trochę za dużo uczonych na siłę języków, które nikomu do niczego się nie przydały, ze szczególnym uwzględnieniem łaciny, którą katowano w liceum niżej podpisanego. Chciałbym zakończyć ten trend raz a dobrze.

„W temacie powrotów do przyszłości, to właśnie minęła pięćdziesiąta rocznica festiwalu w Woodstock, ale coś mi się wydaje, że w Polsce nikt nie zrozumiał tej informacji i nie chce mi się już nawet wyjaśniać dlaczego.

„Prócz tego dowiedziałem się, że w Pałacu Buckingham znajdują się bankomaty na użytek lokalnych królewiat, ale nie doszedłem w jakim celu: przecież taki jaśnie książę i tak nie pójdzie z gotówką do Centry po fajki, bo zleciałyby się cała dzielnica i wszyscy fotoreporterzy w mieście. No, ale to już jest temat na inną gawędę.

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 udzielenia honorarium jako świadczenia wynagrodzenia

Garda w Donegal będzie wyłapywać dzieci pozostawione bez opieki

Garda w hrabstwie Donegal ostrzega, że jeżeli funkcjonariusze zobaczą dzieci samotnie się bawiące, to będą podejmowane działania.

Ostrzeżenie jest tym bardziej istotne, że policjanci będą zabierać dzieci z ulicy, a chwilę potem rodzice jednak zainteresują się, dlaczego pociechy nie wracają do domów i wpadną w panikę. Rzecznik policji powiedział, że chociaż pogoda jest dobra, a dzieci lubią bawić się na zewnątrz podczas wakacji, muszą być chronione przez dorosłych. Oświadczenie Donegal Gardaí mówi, że pozostawienie małego dziecka bez opieki nawet przez minutę może prowadzić do porwania lub wypadku drogowego.

Rzecznik dodał, że jeśli dziecko jest w odpowiednim wieku, w którym może bawić się blisko domu z innymi bez osoby dorosłej u boku, będąc nadal w zasięgu wzroku, to jest to decyzja rodziców na ich własną odpowiedzialność.



Dublin kupi 600 autobusów

Zakup autobusów jest częścią projektu, który nazwano Bus Connects. Koszt całego, rozpisanego na ponad dekadę projektu, szacuje się na 1 mld euro. Zakupionych zostanie 600 autobusów.

Najciekawszy wydaje się element nazwany Core Bus Corridor Project, zakładający wytyczenie lub zbudowanie osobnych tras dla autobusów. To coś zbliżonego do wytyczenia buspassów. Właśnie zakończyły się, trwające od zeszłego roku, konsultacje społeczne dotyczące przebiegu tras. Budowę infrastruktury przewidziano etapami na lata 2021–2027. Szacuje się, że zbudowanie każdego korytarza zajmie ok. 2 lat.

W Dublinie powstanie 16 korytarzy autobusowych, ze wszystkich kierunków, łączących przedmieścia z centrum miasta. W każdym przypadku będzie to oznaczało przebudowę przekroju ulicy. Tam, gdzie buspassy już funkcjonują, powstanie oddzielna infrastruktura dla rowerzystów (dziś korzystających właśnie z buspassów). Tam, gdzie ich nie ma, zostaną wytyczone. W sumie w ramach tych prac powstanie



230 km nieprzerwanych, wydzielonych tras dla autobusów i ok. 200 km tras rowerowych.

Dublin od nowa zaprojektuje swoją sieć autobusową. W tej kwestii konsultacje również rozpoczęły się w zeszłym roku, a docelowa siatka połączeń ma zostać wprowadzona pod koniec 2020 r. Zmieni się też model wyposażenia przystanków autobusowych, co oznacza inną informację pasażerską i więcej elektronicznych tablic, pokazujących sytuację w czasie rzeczywistym.

Ubezpieczenie tylko z Finance First



Jesteśmy specjalistami w zakresie niezależnego, bezstronnego doradztwa finansowego, ubezpieczeniowego, rentowego i inwestycyjnego.

W naszej ofercie znajdują się:

- Ubezpieczenie na życie
- Ubezpieczenie na życie z ulgą podatkową
- Ubezpieczenie na poważne zachorowania
- Ubezpieczenie hipoteczne
- Emerytury
- Planowanie spadkowe



WEB: www.financefirstpl.ie
EMAIL: info@financefirstpl.ie
TEL: 016269708

Od dawna współpracujemy z takimi instytucjami jak Brokers Ireland, Irish Life, New Ireland, Aviva, Zurich, BCP, April Ireland, Royal London, Friends First, Wealth Options i wieloma innymi.

Zachęcamy do skontaktowania się z nami i pozwolenia naszemu zespołowi profesjonalnych konsultantów wskazać właściwy produkt finansowy lub ubezpieczeniowy, który będzie dopasowany do Państwa i do waszej rodziny.





MACIEJ WEBER

Dublin przed Corkiem



Dublin szósty, Cork siedemnasty na świecie. Dwa irlandzkie miasta na liście najbardziej przyjaznych. Miło to widzieć i słyszeć. Z polskich miast nie ma tu ani jednego.

Wszystko, jak wiadomo, zależy od punktu siedzenia, widzenia i generalnie – z jakiej patrzy się perspektywy. Na przykład Anglicy zapewne by powiedzieli, że na takiej liście nie mogłoby zabraknąć Krakowa. I nie chodzi tu o architekturę, historię i inne atrybuty tak podziwiane przez turystów z całego świata. Anglicy, o czym większość z Was wie doskonale, lubią wsiąść sobie w samolot i zabawić się na całego za śmieszne z ich punktu widzenia pieniądze. Irlandczykom też fantazji nie można odmówić, ale tam gdzie się podoba Anglikom, których raczej przeważnie nie lubią, im podobać się nie musi, mimo całej z kolei sympatii dla naszych rodaków.

Spotkaliśmy się już z opiniami, że (według samych mieszkańców Zielonej Wyspy) Dublin

to wcale nie jest nadzwyczajne miasto. Tak to już wszędzie jest, że mieszkańcy pozostałych części kraju mają sporo zastrzeżeń do miasta będącego stolicą. Powodem bywa zwykła zażość, dlatego w Polsce często nie lubi się warszawiaków. Ale nawet jak Dublin nie podoba się Irlandczykom, to podoba się zagranicznym

przybyszom. Oni mają inną perspektywę. I zupełnie nie ma w tym nic dziwnego.

Otóż okazało się, że stolica Irlandii została uznana jednym z najbardziej przyjaznych miast świata. Nie ze względu na architekturę, handel czy ułatwienia komunikacyjne. Głównym atrybutem Dublina ma być otwartość i przyjazne nastawienie jego mieszkańców do obcych. Szóste miejsce (kiedyś polscy sprawozdawcy sportowi mawiali, że miejsce punktowane – za pierwsze sześć miejsc przyznawano punkty do nieoficjalnej klasyfikacji drużynowej podczas igrzysk olimpijskich) zostało przyznane po podsumowaniu głosów w sondzie przeprowadzonej przez popularny portal podróżniczy Bigseventravel.com. Portal uzasadnił wysoką lokatę Dublina słowami: „Ludzie są tutaj dobronudzi, z dobrym poczuciem humoru. Niezależnie od tego, czy jesteś zagubiony, czy szukasz tylko pogawędki w pubie. Dubliner chętnie Ci pomoże. Mieszkańcy dziękują nawet kierowcy autobusu za podróż – idealny przykład klasycznego irlandzkiego ciepła”.


Cork także zmieścił się w czołówce. Tu serwis tak uzasadnił wybór: „Irlandia może być małym krajem, ale jej reputacja odnośnie przyjaznych mieszkańców jest znana na całym świecie, więc ma sens to, że na tegoroczną listę nie wybrano jednego, ale dwa irlandzkie miasta. Cork jest uroczym, kompaktowym miastem nad rzeką, w którym szanse przywitania się z nieznanym na ulicy są wysokie”.

Zwraca uwagę, że gdyby zrobić osobną klasyfikację dla Wysp Brytyjskich, to Irlandia nie ma sobie równych. Tylko szkockie Glasgow potrafi im jakoś zagrozić, zamykając czołową dziesiątkę. Anglicy są z tyłu i to bardzo daleko. Najlepszy Manchester zajął 32. pozycję, a Londyn dopiero 40. Wracając jeszcze na chwilę do Polski, zauważmy, że Warszawa przez kilka ostatnich lat niezmiennie zajmowała (i tak odległą) 65. lokatę. W tym roku jednak całkiem wypadła z rankingu.

W ubiegłym roku najbardziej przyjaznym miastem świata w innych zestawieniach był Wiedeń, a teraz próżno szukać stolicy Austrii w czołówce rankingu. Palmę pierwszeństwa przyznano kanadyjskiemu Vancouver, zresztą w naszym zestawieniu już po raz kolejny. Dalsze

miejsca na podium to Kuala Lumpur w Malezji i belgijska Brugia. Tuż za podium natomiast Tajpej, stolica Tajwanu (miejsce, któremu przyznano specjalne wyróżnienie – za „bycie najbardziej przyjaznym miastem dla osób LGBT w Azji”). Dojedźmy jeszcze do końca dziesiątki: miejsce piąte niemiecki Hamburg, miejsce szóste – wiadomo, na siódmym Christchurch w Nowej Zelandii, na ósmym Nashville w USA, dziewiąte brazylijskie Sao Paulo i dziesiąte Glasgow, o czym już wspominaliśmy.

W sumie to nie wiadomo, jakimi w tym rankingu kierowano się kryteriami i dlaczego portal Big 7 Travel publikuje czołową pięćdziesiątkę. Chyba jakieś dalsze miejsca też musiały być, ale widocznie uznano, że głosów było za mało, żeby sobie zawracać nimi głowę. Czego rankingu nie będziemy publikować, bo nie jesteśmy aż tak szczegółowi, podamy jednak kilka miast bardzo znanych, żebyście wyrobili sobie zdanie, czy ranking ten jest wiarygodny. A więc w skrócie wygląda to tak: 13. miejsce Abu Dhabi (Zjednoczone Emiraty Arabskie), 15. Ateny (Grecja), 16. Adelajda (Australia), 19. Houston (USA), 22. Kopenhaga (Dania), 23. Mexico City (Meksyk), 25. Sztokholm (Szwecja), 27. Bogota (Kolumbia), 28. Tokio (Japonia), 29. Lizbona (Portugalia), 30. Amsterdam (Holandia), 31. Budapeszt (Węgry), 34. Montreal (Kanada), 36. Moskwa (Rosja), 39. Genewa (Szwajcaria), 41. Sydney (Australia), 42. Madryt (Hiszpania), 43. Honolulu (USA, na Hawajach), 45. Kijów (Ukraina), 47. Nowy Jork (USA), 48. Berlin (Niemcy), 49. Casablanca (Maroko), 50. Rzym (Włochy).

Uff, mieliśmy nie być szczegółowi, ale i tak nazw tych wymieniliśmy sporo. Trudno się do tego odnieść. I trudno wyobrazić sobie, że w takiej Kolumbii, o której krąży wiele opowieści (sprawdzonych) na temat karteli narkotykowych jest bardziej przyjaźnie oraz bezpiecznie niż na ulicach takiej Warszawy, Krakowa czy innego Poznania. I że fajniej jest w Moskwie czy nieco zaniedbanym Kijowie (że tylko do tych miejsc się odniesiemy). No, trudno uznać, że ten ranking jest sprawiedliwy. Można tylko się cieszyć z eksponowanego miejsca Dublina. I z miejsca Cork, bo nawet jak ranking jest lekko wątpliwy, to raczej wygląda na obiektywny. A wtedy można się szczycić zajmowaną w nim pozycją. 

Zatrudnimy Instruktorów Nauki Jazdy



**Airport Driving School
LEINSTER
O.T.E €35 - €55 EUR**

Zatrudnimy instruktorów nauki jazdy kat. A,B,C lub D.

Airport Driving School oferuje pracę dla wykwalifikowanych instruktorów jazdy samochodami osobowymi, motocyklami, ciężarówkami i autobusami.

Airport Driving School od 49 lat szkoli kierowców samochodów osobowych, autokarów, motocyklistów, kierowców karetek pogotowia i kierowców z ograniczoną mobilnością oraz prowadzi szkolenia na wózki widłowe.

**Jesteśmy dumni z tego, że jesteśmy
„Najlepszą Szkołą Nauki Jazdy w Irlandii”**

Myślisz o zmianie kariery?

Jeśli pasjonujesz się jazdą, to jest oferta dla Ciebie.

Możliwość transferu uzyskanych kwalifikacji z lub do innego kraju

Oferujemy możliwość bezpośredniego zatrudnienia przez Airport Driving School wykwalifikowanym kandydatom, oraz tym, którzy posiadają pełne kwalifikacje z akredytacją RSA ADI.

Wymagania:

- Pełne prawo jazdy
- Pozytywne nastawienie, dbałość o szczegóły oraz reprezentowanie naszej szkoły z pełnym profesjonalizmem to konieczność!
- Doświadczenie nie jest konieczne, oferujemy odpłatne szkolenie.

Kontakt:

Alan: 0861521245

Matt: 0861521151 lub 01-8068000

Info@airportdrivingschool.com, www.airportdrivingschool.com

Wyślij sms lub e-mail jeśli chcesz uzyskać informacje w języku polskim

Śpiewam o polskich sprawach

Rozmowa z Sidneyem Polakiem

Granie dla Polaków za granicą jest bardzo fajne – mówi Sidney Polak, który wykona dla nas utwory z nowej płyty, ale także klasyki – „Otwieram wino”, czy „Chomiczówkę”

Wokalista, perkusista, autor tekstów, muzyk i kompozytor, a także producent muzyczny, inżynier dźwięku. Perkusista zespołu T. Love, którego członkiem jest od roku 1990. Od 2002 równolegle prowadzi działalność solową. Jako dziennikarz związany był ze stacją radiową Roxy FM, w której prowadził autorską audycję „Piątek w Sidney”.

Występy dla Polonii różnią się od tych dla krajowej publiczności?

- Zdecydowanie. Granie dla Polaków za granicą jest bardzo fajne. Spotyka się ludzi spragnionych polskości, dla których koncert to często okazja do spotkania dawno niewidzianych przyjaciół. W tym roku, w marcu, byłem w Australii. Koncerty odbywały się w raczej kameralnych warunkach, dla 100-150 ludzi, ale było bardzo przyjemnie. Moja twórczość nie jest międzynarodowa. Śpiewam o polskich sprawach. Ludzie mogą przyjść i dowiedzieć się, co u nas słychać.

Rzadko nagrywasz płyty solowe. Dlaczego?

- Poświęcałem dużo czasu i energii T. Love, nie było czasu. Z płytą zadebiutowałem w roku 2004. Następne płyty pojawiały się w latach 2009 i 2018. Rzadko, ale to się zmieni w sytuacji, kiedy T. Love stanęło. Jest czas pracować i nowa płyta powinna się pojawić niedługo.

Płyta z roku 2004 została nominowana do sześcioletniego Fryderyka.

- Trzy Fryderyki dostała. Dla mnie jako autora i kompozytora oraz za najlepszy album w kategorii muzyki alternatywnej. Zdaję sobie sprawę, że to były inne czasy, inna publiczność.



Wszystko się zmienia i dzisiejsza młodzież niekoniecznie musi mnie znać. Moją publiczność określiłbym raczej jako plus 25. Ja już jestem czterdziestolatkiem. Jako muzyk T. Love jestem bardzo doświadczony, ale jako solowy wykonawca czuję się prawie jak debiutant. Sporo przede mną.

Płyta sprzed roku jako bonus prezentowała utwór „Ajrisz” będąc częścią pewnego projektu.

- Projekt zakładał covery T. Love przygotowane przez inne zespoły. Wziąłem w tym udział jako Sidney Polak. Jestem kompozytorem tego utworu, chciałem zaśpiewać inaczej niż robi to Muniak Staszczuk. Swoją wersję, trochę szybszą, ze swoją melodią. I to się udało.

Co daje większą satysfakcję – bycie częścią zespołu, czy twórczość indywidualna? Typujemy, że bardziej to drugie.

- T. Love to zespół rockandrollowy. Dwie gitary, bębny, bas, klawisze. Ja zwróciłem się w stronę reggae, folku i hip hopu. U mnie więcej jest bitu, sampli i innych nowoczesnych brzmień. Nie jestem hip hopowcem, ale moja deklamacja trochę może z tym się kojarzyć. Raczej nie nagrywam utworów, w których podstawą jest gitara, choć to też się zmienia. Podstawą nowego singla „Byłem tam!” jest gitarowy riff.

Skąd wzięł się Twój artystyczny pseudonim? Nie wszyscy kojarzą, że był taki znany amerykański reżyser – Sydney Pollack.

- Wcześniej funkcjonowałem po prostu jako Polak. Na jednej z płyt T. Love mieliśmy zostać podpisani ksywkami. Podczas jednego z koncertów Muniak powiedział, że za perkusją siedzi Sidney Polak. W 2002 roku, kiedy zaczynałem



działalnością solową zastanawiałem się, jak się nazwać i postanowiłem, że niczego nie będę wymyślał na siłę. Miałem później śmieszna sytuację – taki czarny humor – jak Sydney Pollack umarł, to zadzwonił znajomy i zapytał, czy u mnie wszystko w porządku.

Znałeś twórczość tego reżysera?

- Jasne. W moim pokoleniu to się oglądało. „Pożegnanie z Afryką”, „Tootsie”, czy też „Tłumaczka”. Jasne, że nie jest to Woody Allen, twórczość komercyjna. Nie do końca to mi się podobało, ale na pewno nie jest tak, jak wydrukowano w Wikipedii, że nie lubię filmów Sydneya Pollacka. Zresztą, oni się przyjaźnili. Byli kolegami z Brooklynu. Pollack był Żydem, pochodzenia czeskiego. Urodził się chyba w Europie, ale to musielibyśmy sprawdzić.

Czego możemy się spodziewać podczas koncertów? Same nowości, czy będzie także klasyka?

- Na pewno będą „Otwieram wino” i „Chomiczówka”. Poza tym na pewno utwory z pierwszej i trzeciej płyty. Z drugiej też coś się pojawi. Jeżeli chodzi o tytuły, to także m.in. „Korek”, czy nowa wersja „Ajrisz”.

Chomiczówka to miejsce w Warszawie, które uhonorował jednym ze swoich najbardziej znanych utworów.

- Mieszkałem później w wielu miejscach, m.in. w Legionowie. Ale Chomiczówka na Bielanych to faktycznie miejsce szczególne. Chciałbym bardzo podziękować burmistrzowi Bielani, że na 15-lecie mojej piosenki o Chomiczówce 24 sierpnia zorganizowany został mój koncert plenerowy. W tym roku mam zresztą dużo koncertów. Graliśmy w Ostródzie, Bielawie, Jarocinie i przede wszystkim na Poland Rock Festiwal. Do tego dużo imprez plenerowych. Dzieje się sporo.

Zapraszamy na koncert Sidneya Polaka 6 października do Voodoo Lounge w Dublinie. Bilety dostępne na: www.koncerty.ie



MW DENTAL
MONIKA WOZNAK
CORK-BALLINCOLLIG

OFERUJE PELEN ZAKRES USŁUG STOMATOLOGICZNYCH

1. Bezpłatny przegląd stomatologiczny oraz wizyta adaptacyjna dla dzieci
2. Czyszczenie 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 zębów RTG (radiografia cyfrowa)
8. Odbudowa zębów (rekonstrukcja) z wykorzystaniem włókna szklanego

Tel. 0214873434
Mob. 0871343482

Unit 6, Gleann An Air
Main Street, Ballincollig

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





PALETY
z Polski
od 120 euro*

PALETY
do Polski
od 80 euro*

TRANSPORT POLSKA-IRLANDIA

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

PACZKI z Polski do Irlandii

THUNDER

T R A N S P O R T

Co. Dublin

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

Poza Co. Dublin

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

Paczka do 30 kg

€20

przy dostawie do naszego
magazynu w Dublin 15

PRZEPROWADZKI z Polski do Irlandii

Co. Dublin

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

Poza Co. Dublin

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

O szczegóły zapytaj
obsługę lub zadzwoń:

0857844966

www.thundertransport.pl



MARTA BICZKOWSKA,
PSYCHOLOG, SEKSUOLOG,
DUBLIN

Świat w czarnych barwach – gdzie podziały się kolory? Negatywne nastawienie

Genetyka

Od początków istnienia człowieka przez dziesiątki tysięcy lat wykształcił się w nas system przetrwania. Polega on na tym, że mamy naturalne, genetyczne tendencje do dostrzegania zagrożenia. Umysł wykształcił umiejętności, dzięki którym szybciej i łatwiej aniżeli pozytywne dostrzegamy to, co uznajemy za potencjalne zagrożenie. Skupienie uwagi na zagrożeniu pozwoliło nam przetrwać jako gatunkowi. Kiedy nasz przodek polował na zwierzynę, musiał być czujny, by przetrwać trudne warunki. Kiedy zobaczył pająk przypominający węża, pierwsze skojarzenie wiązało się z zagrożeniem, gdy upewnił się, że nic mu nie groziło, mógł odetchnąć z ulgą. Pomimo że w dzisiejszych czasach potencjalnie jest mniej zagrożeń, nasz mózg reaguje w sposób pierwotny. Wystarczy, że szef kilka razy powie coś niemilego, a często reagujemy w podobny sposób do naszych pradziadów. Adrenalina wzrasta, wraz z nią inne hormony stresu, człowiek robi się niespokojny i odczuwa napięcie. Kiedy następnym razem widzimy szefa, zaczynamy doszukiwać się potencjalnego zagrożenia. Nastawienie zmienia się na bardziej negatywne, stajemy się nieufni, skupiamy się na doszukiwaniu się zagrożenia, przyjmujemy pozycję obronną.

Przesłość i perfekcjonizm

Kiedy negatywne nastawienie staje się przesadne i zaczyna sprawiać, że przestajemy cieszyć się życiem, może to oznaczać, że są dodatkowe powody, oprócz genetyki, które się do tego przyczyniają. Pierwszych pięć lat jest kluczowych w rozwoju dziecka. Jeśli na tym etapie dochodzi do patologicznych, niezdrowych zachowań rodziców, opiekunów wobec dziecka, może ono wykształcić negatywny obraz świata, ludzi i siebie. Brak zdrowej miłości i bezwarunkowej opieki powodują, że dziecko staje się nieufne, często popada w bezradność i zaczyna wykształcać negatywną wizję świata. Również negatywne nastawienie rodziców, opiekunów do innych ludzi, do życia, daje dzieciom przykład zachowań, które nieświadomie powielają. A w życiu dorosłym często kopiują wyuczone schematy. Negatywnej wizji życia sprzyja też przesadny perfekcjonizm. Dążenie do wymyślanego ideału często wpędza ludzi w kompleksy i odbiera radość z małych rzeczy. Perfekcjonistyczne nastawienie do świata sprawia, że nieustannie dążymy do potencjalnej poprawy i udoskonalenia tego, co już mamy. Pragnienie ideału nigdy się nie kończy, bo ideał to sprawa względna. To, co wydawało nam się piękne 10 lat temu, dziś możemy uznać za mało ciekawe.

Relacje

Izolacja społeczna przyczynia się do negatywnego nastawienia. Kiedy kontakt z ludźmi jest ograniczony, zaczynamy odzwyczajając się od towarzystwa, a często konsekwencją tego może być niepokój, lęk, a nawet fobia społeczna. Kolejnym powodem czarnej wizji świata może być częste przebywanie w środowisku toksycznych, negatywnie nastawionych osób, których zachowania sprzyjają sytuacji chaosu. Jeśli w relacjach nie czujemy się bezpiecznie, po kontakcie ze znajomymi, rodziną czujemy się przytłoczeni i bez energii, warto przemyśleć, na czym opierają się te relacje, co nam dają, a co dajemy my.

Trudna sytuacja życiowa

Przedłużone poczucie braku kontroli nad trudną sytuacją często prowadzi do obniżonego nastroju. Często dzieje się tak w sytuacji bezpłodności – problemu, który dotyka wiele par. Kolejnymi przykładami są sytuacje śmierci bądź choroby bliskiej osoby. Takie doświadczenia powodują, że zaczynamy odbierać świat w negatywny sposób. Jest to naturalna reakcja, która wraz z upływem czasu zmienia się, a emocje opadają. Uczymy się dostosowywać do zmienionej rzeczywistości i zaczynamy coraz lepiej radzić sobie z trudnościami. Czasem jednak zamiast zdrowienia widzimy pogłębienie negatywnego nastawienia. Dzieje się tak, gdy nie potrafimy radzić sobie z negatywnymi myślami, zamiast wyznaczyć sobie granice – pozwalamy się im pochłaniać. Tworzymy czarne scenariusze, negatywne opcje, a wszystko w nadziei, że to pozwoli nam przewidzieć najgorszą sytuację i lepiej sobie z nią poradzić. Jest to mylne założenie, wprowadzające niepokój, chaos i lęk. Przesadne negatywne myślenie pogarsza nasze samopoczucie, nie sprawi, że poczujemy się lepiej, a już na pewno nie da poczucia bezpieczeństwa, którego potrzebujemy w trudnych chwilach.

Zaniedbanie zdrowia fizycznego i psychicznego

Brak między innymi regularnego ruchu, świeżego powietrza, zdrowego oddychania, prawidłowego odżywiania powoduje, że nasz organizm nie jest w stanie wytwarzać energii potrzebnej do dobrego samopoczucia. Codzienne czytanie, oglądanie negatywnych wiadomości, artykułów, wpisów, brak wyciszenia przed snem, ograniczony kontakt z bliskimi powodują osłabienie psychiki, wpływają na zwiększoną wrażliwość i lękliwość.

Równowaga pomiędzy obowiązkami a relaksem

Kiedy w naszym życiu przeważają zadania, a lista obowiązków nigdy się nie kończy, ciężko jest odczuwać radość i doceniać to, co się ma. Natłok pracy i szybkie tempo życia mogą prowadzić do napięcia i stresu, które doświadczane przez długi czas często prowadzą do przemęczenia, a nawet wypalenia lub depresji. Życie możemy docenić wtedy, gdy znajdziemy na nie czas. Małe rzeczy, takie jak chwila dla siebie, zabawa z dzieckiem, spacer po parku mogą stać się wyjątkowe i przyjemne, mogą nawet bardziej cieszyć niż rzeczy materialne, jeśli pozwolimy sobie na ich swobodne przeżywanie.

Uzależnienia

Uzależnienia zmieniają struktury w mózgu. Osoby uzależnione tracą kontrolę nad niektórymi zachowaniami, co często powoduje wyrzuty sumienia, zawiedzenie, frustrację i żal. Osoby uzależnione od seksu, używek, internetu, zakupoholicy, pracoholicy często w chwilach refleksji doświadczają negatywnych myśli na temat własnej osoby i otaczającego ich świata.

Z czarnej wizji do kolorów

Jednym ze sposobów na odzyskanie lub nauczenie się radości z życia jest praktyka wdzięczności za to, co się ma. Wdzięczność jest odwrotnością narzeka-

nia i czarnowidztwa. Regularne zwracanie uwagi na teraźniejszość i to, co nam oferuje powoduje, że czujemy się bardziej spełnieni. Zamiast tęsknić za czymś, czego nie mamy, dążymy do daleko oddalonych celów i powtarzamy mantry typu: „Jeśli schudnę, będę szczęśliwa”, uczymy się kierować uwagę na dobre rzeczy, które już mamy. Cele są ważne i należy je mieć, ale nie warto od ich spełnienia uzależniać swojego samopoczucia. Nie wiemy, jak będziemy się czuli w przyszłości, ale wiemy na pewno, jak czujemy się w tej chwili i na to mamy wpływ.

Praktyka wdzięczności

Jak często myślisz o tym, co jeszcze trzeba osiągnąć, zrobić, czego Ci brakuje, a jak często skupiasz się na tym, co już masz? Ze względów ewolucyjnych, omawianych na początku artykułu, mamy tendencję do zwracania uwagi na zagrożenia i braki, więc aby korzystać z wdzięczności, trzeba ją praktykować, codziennie. Tak jak nieświadomie ćwiczymy skupianie się na negatywach, tak świadomie warto nauczyć się dostrzegać obfitość życia. Często podczas rozmów z klientami słyszę, że wszystko mają, ale w środku odczuwają pustkę. Taka pustka pojawia się wtedy, kiedy nie potrafimy docenić naszych osiągnięć, możliwości, które daje nam życie. Osoby niemające rodziny często marzą o jej założeniu, osoby, które mają dzieci marzą o wolności. Nie ma recepty na szczęśliwe życie. To, co może dać nam wewnętrzny spokój i radość, to sposób, w jaki będziemy postrzegać naszą rzeczywistość.

Ćwiczenie

Zanim przystąpimy do ćwiczenia wdzięczności dobrze jest przygotować do tego ciało i umysł. Usiądź wygodnie, kręgosłup prosty, głowa prosto, zamknij oczy i weź kilka głębokich wdechów i wydechów. Pozwól sobie na wyciszenie i zwolnienie. Nasz umysł najłatwiej przyswaja nowe rzeczy w ciszy i odprężeniu.

Obserwuj myśli, które się pojawiają. Nie analizuj ich, nie podążaj za nimi, nie twórz historii, po prostu je obserwuj, one przemijają, a na ich miejsce pojawiają się nowe. Zwróć uwagę na to, co czujesz. Postaraj się nazwać emocje, które obserwujesz. Jeśli nie wiesz, jaka emocja się pojawia, po prostu pomyśl „emocja”. Nie analizuj emocji, nie podążaj za nimi, nie twórz historii, po prostu je obserwuj, one przemijają, a na ich miejsce pojawiają się nowe.

Gdy mniej więcej uświadomisz sobie, co się z Tobą dzieje w tej chwili, weź kolejny, spokojny, głęboki oddech. Zaczniemy od bardzo małych rzeczy, takich, które mogą się wydać nieistotne. Zastanów się, za jakie podstawowe rzeczy możesz odczuwać wdzięczność. To może być ulubiona herbata, kawa, śniadanie, owoc, widok za oknem, cisza, brak ciżby, przedmioty, które Cię otaczają, brak bólu, coś, co lubisz w sobie, samo to, że pozwalasz sobie na wykonanie tego ćwiczenia, dążenie do rozwoju, to, że potrafisz poświęcić czas na dbanie o swoje samopoczucie.

Postaraj się wybrać jedną rzecz z listy, która przed chwilą powstała w Twojej głowie. Skup się na tej jednej rzeczy i postaraj się całą uwagę przekierować

na myślenie o niej. Jeśli jest to ulubiona herbata, pomyśl o tym, jak smakuje, jak pachnie, ile osób musiało pracować na to, żeby wyrosła, została zebrana, ususzona, zapakowana, przetransportowana do sklepu, sprzedana, by wreszcie trafić na Twoją półkę. Ile energii potrzeba, by móc z niej czerpać. Postaraj się odczuwać wdzięczność, że teraz możesz z niej korzystać, że jest Twoja i kiedy chcesz możesz ją zaparzyć i wypić.

Jeśli udało się w całości wykonać punkt czwarty, weź głęboki oddech i obserwuj to, jak się teraz czujesz. Jeśli udało się przekierować uwagę na wdzięczność, a Twoje myśli były neutralne lub pozytywne zmieniła się chemia w Twoim ciele, ciało zaczęło produkować hormony szczęścia, radości, możesz odczuć większy spokój.

Aby móc czerpać z korzyści jaką daje wdzięczność, wybierz stałą porę dnia, kiedy będziesz uczyć się wdzięczności. Wystarczy minuta dziennie o stałej porze, by nauczyć umysł czerpać z wdzięczności. Na początku może się to wydawać trudne, jak każda nowa umiejętność, z czasem przy regularnej praktyce wdzięczność stanie się dla Ciebie naturalna, bezwysiłkowa.

Dobry efekt uczenia się widać po 90 dniach regularnej praktyki. Jeśli ćwiczymy minutę dziennie, to tylko 90 minut. W 90 minut możesz nauczyć się nowego, dobrego nawyku, a efekty będą dużo trwalsze niż czas, który poświęcisz na praktykę.



Marta Biczowska
Psycholog, seksuolog
Konsultacje indywidualne
i par

Problemy, którymi się zajmuję:

Psychologiczne:

- depresja
- DDA – doroste dzieci alkoholików
- lęki, ataki paniki
- nerwica natręctw
- PTSD (zespół stresu pourazowego)
- silny stres
- problemy w związkach oraz relacjach międzyludzkich
- problemy z wyrażaniem emocji

Seksuologiczne:

- zaburzenia erekcji
- zaburzenia popędu płciowego (za wysokie, za niskie libido)
- zaburzenia orgazmu
- przedwczesny wytrysk
- uzależnienie od seksu
- ból podczas stosunku

Zapraszam serdecznie na konsultację
0860453005

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



Karol Jakubowski
Hair Artist



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

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



KATARZYNA ŚLIWA
KATE PLUM ATELIER

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

6 najlepszych lakierów do włosów



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

Najlepsze lakiery do włosów znajdziesz w ofercie Bumble and Bumble, GHD, Moroccanoil, a także John Frieda i L'Oréal Paris. Ich lekka, elastyczna formuła zupełnie odbiega od tego, co znaliśmy do tej pory. Przeczytaj, jak wybrać najlepszy lakier do włosów dla Ciebie i zobacz nasz ranking.

Wszyscy chcemy najlepszego lakieru do włosów, który utrzyma fryzurę na miejscu i nie sprawi, że będzie sztywna jak kask. Na szczęście nowoczesne formuły nie dają tych samych usztywniających efektów, co stare lakiery z przeszłości. Nawet jeden psik dobrego lakieru zwiększy objętość Twoich włosów przez wiele godzin. Do tego utrzyma nawet najbardziej skomplikowane upięcia lub krótkie fryzury, nie pozwalając zbuntowanemu kosmykom zepsuć efektu. I przede wszystkim doda włosom zdrowego blasku. Niestety znalezienie lakieru, który nie zmieni Twoich pięknych, lśniących i miękkich włosów w suche, sklejone kosmyki to nie lada wyczyn. Jeśli nie wiesz, który lakier do włosów wybrać, stworzyliśmy ranking 6 najlepszych.

Bumble and Bumble Strong Finish: najlepszy lakier do włosów
129 zł

Uwielbiamy ten lakier za to, że nawet najgrubszym włosom dodaje zarówno gładkości, jak i wytrzymałości. Najlepsze jest jednak to, że możesz go śmiało wyszczotkować i nie zostaną na włosach białe tuszczące się resztki po produkcie. Nie zawiera parabenów, siarczanów i ftalanów. Jest odpowiedni do włosów prostych, falistych i kręconych – nie skleja i nie wysusza włosów. To jeden z najmocniejszych lakierów na rynku. Nasz numer jeden.

Ghd Final Fix: ulubiony lakier profesjonalistów
103 zł

Ten mocno utrwalający lakier do włosów nie bez powodu jest ulubieńcem wszystkich fryzjerów na pokazach mody podczas Fashion Week. Ghd Final Fix zapewnia efekt mocnego utrwalenia – Twoja fryzura pozostanie w miejscu dokładnie tak, jak ją ułożysz. A jeśli Twoją poranną rutyną to jest ciężka walka o to, aby Twoje włosy jakoś się układały, polecamy spryskać niewielką ilość lakieru na szczoteczkę do zębów (zaufaj nam) i przeczesać niesforne kosmyki.

Moroccanoil Luminous Extra Strong: dodaje włosom blasku i gładkości
91 zł

O ile nie masz do czynienia z wiatrem o prędkości 90 km na godzinę, każdy dobry lakier sobie poradzi z utrzymaniem Twojej fryzury. Moroccanoil Luminous ma jeszcze inne pluse – bardzo łatwo go wyszczotkować i dodaje włosom pięknego

blasku. Ten lakier do włosów zapewnia mocne utrwalenie fryzury na długi czas. Jest wart każdej wydanej złotówki. Kochamy jego przyjemny zapach i doceniamy fakt, że włosy wcale nie są lepkie po użyciu.

Alterna Caviar Anti-Aging Perfect Texture: najlepszy lakier przeciwstarzeniowy
129 zł

Proces starzenia się włosów sprawia, że stają się one suche i tracą połysk i objętość. Dzięki formule z kwasem tłuszczowym omega i przeciwutleniaczami ten lakier nawilża, chroni kolor i pobudza nawet cienkie włosy. Jest to lakier o średniej mocy, który zapewnia długotrwałe utrwalenie, nie wysusza włosów i skóry głowy.

Rene Furterer Style Finish: najlepszy dla suchych włosów
45 zł

Lakiery do włosów często zawierają duże ilości alkoholu, które niestety mają tendencję do wysuszenia włosów. Style Finish zawiera substancje nawilżające, witaminę B5 i ekstrakt z caki, co pomaga chronić suche i uszkodzone włosy. Ten lakier zapewnia nawilżenie, dodaje połysku i zapewnia trwałość fryzury.

Kérastase Couture Styling Laque Noire: lakier mocno utrwalający
69,40 zł

Szybko wysycha, nie skleja i pomaga chronić strukturę włosów. Oferuje także 24-godziną ochronę przed wilgocią. Jeśli Twoje włosy często padają jej ofiarą, to ten lakier zapewni ochronną warstwę, potrzebną do mocnego utrwalenia fryzury. Nie wysusza włosów i skóry głowy.



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

UPosH Aesthetic
MEDYCYNĄ ESTETYCZNĄ.
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



Monat – droga do zdrowych i pięknych włosów



Monat to rodzinna firma zajmująca się produkcją doskonałych kosmetyków do włosów. Klientki i Klienci stosujący nasze rewolucyjne produkty mogą cieszyć się naturalną pielęgnacją bez szkodliwych środków chemicznych i bez obawy o zanieczyszczanie środowiska. Produkty Monat są wolne od wszelkich związków uznawanych za niebezpieczne i nie są testowane na zwierzętach. Bardzo skrupulatnie dobieramy składniki wykorzystywane w naszych kosmetykach, bo zależy nam na tym, aby były maksymalnie bezpieczne i skuteczne.

Monat pogrupował produkty w taki sposób, by każdy mógł dobrać system odpowiedni dla swojego rodzaju włosów:

- Hydration – nawilżający
- Volume – nadający objętości
- R3 – naprawczy
- Effortless style – wygładzający
- Classic confidence – pobudzający wzrost włosów
- Colour enhance – uwydatniający kolor (blond/brunetka/platyna)

Dziś przedstawiam ADVANCED HYDRATING SYSTEM – nawadniająco-nawilżający system, po którym Twoje włosy będą lśniąco i pełne blasku przez cały rok. W skład systemu wchodzi:

RENEW SHAMPOO

- Delikatny szampon nawilżający, który nie zawiera soli i siarczanów.
- Penetruje i nawilża skórę głowy, pomaga przyspieszyć naturalny porost włosów, poprawia wytrzymałość mieszków włosowych, zmniejszając przez to przerzedzenie włosów.

- Bezpieczny dla włosów farbowanych i po innych zabiegach chemicznych.

HEAVENLY HYDRATING MASQUE

- Zwiększa natychmiast nawilżenie włosów o 110% po pierwszym zastosowaniu.
- Zwiększa nawodnienie o dodatkowe 39% po 4 godzinach od aplikacji.
- Zapewnia długotrwałe nawilżenie suchych i łamliwych włosów.
- Poprawia elastyczność włosów, zapobiegając uszkodzeniom i złamaniom.

Wyniki badań Heavenly Hydrating Masque* ujawniają, że osoby poddane testom potwierdzają następujące trwałe efekty:

- zdrowsze włosy,
- natychmiastowe i długotrwałe nawodnienie utrzymujące się do 72 godzin,
- rehydratacja włosów i ochrona przed wysuszeniem,
- miękkość i blask,
- szybsza i łatwiejsza stylizacja,
- większa elastyczność i sprężystość włosów, co zapobiega uszkodzeniom i pęknięciom podczas czesania lub szczotkowania,
- bardziej nawilżony, zdrowszy wygląd włosów,
- większa podatność włosów na stylizację – rozczesywanie i szczotkowanie.

DOUBLE ACTION HYDRATING SERUM

- Zwiększa natychmiastowe nawilżenie włosów, zapewniając 195% nawodnienia już po pierwszym zastosowaniu.
- Zwiększa blask i połysk włosów o 53%.
- Nawadnia łuskę włosa także z zewnątrz, zapewniając wewnętrzne i zewnętrzne nawilżenie, poprawiając elastyczność i sprężystość włosów.
- Poprawia podatność włosów na stylizację – rozczesywanie, szczotkowanie, modelowanie.

7 efektów stosowania kosmetyków Monat

1. Detoks

Monat oczyści włosy z siarczanów, parabenów, silikonów i innych środków powodujących odkładanie się kosmetyków na włosach i skórze głowy. Załagodzi podrażnienia skóry głowy i usunie tupież. Wiele produktów z salonów kosmetycznych zawiera ciężkie silikony, które powodują „build up” i wpływają na jakość koloru włosów. „Nadbudowaniom” mówimy: „Nie!”.

2. Zmniejszenie wypadania włosów

Zauważysz, że wypadanie włosów ustanie. Na początku kuracji może wydawać się bardziej wzmożone, ponieważ Monat oczyszcza mieszki włosowe z nadbudowań. To one powodowały, że włosy nie mogły oddychać i te, które i tak miały już wypaść, bo były martwe, wypadają po oczyszczeniu.

3. Porost nowych włosów

Dzięki przywróceniu odpowiedniego pH skóry Twoje włosy w końcu będą mogły rosnąć. Włosy będą miały siłę przebić się przez skórę i będą znacznie silniejsze.

4. Szybszy wzrost włosów

Wyniki trzytygodniowego testu serum nawilżającego Double Action* potwierdzają, że osoby badane zaobserwowały następujące trwałe zmiany:

- natychmiastowe i długotrwałe nawodnienie utrzymujące się do 72 godzin,
- zwiększenie i utrzymanie optymalnego nawilżenia włosów i skóry głowy,
- zapewnienie podwójnego działania nawilżającego – nawilża włosy od wewnątrz i od zewnątrz,
- odmłodzenie wyglądu włosów,

Twoje włosy wolne od zanieczyszczeń i nadbudowań zaczną rosnać szybciej niż do tej pory – efekty zauważysz po pierwszych kilku miesiącach stosowania.

5. Włosy będą błyszcząć

Twoje włosy odzyskają bardziej młodzieńczą teksturę i połysk, które straciły.

6. Łatwe w układaniu

Ponieważ Twoje włosy nie mają już nadbudowań poprodukcyjnych, będą szybciej wysychać i wymagać mniejszej ilości produktów przy stylizacji.

7. Dłuższy trwały kolor

Monat pracuje nad tym, aby Twój kolor włosów wniknął głębiej i utrzymywał się dłużej. Większość stylistów twierdzi, że jest to jedna z ich ulubionych zalet stosowania kosmetyków Monat.

Kontakt:

www.monatinfo.eu

Znajdź nas na FB:

Hair Interest

Monat KATE PLUM

Hair Clinic – jeden krok do perfekcyjnych włosów

- przywrócenie elastyczności, blasku i miękkości,
- ochrona włosów przed uszkodzeniami spowodowanymi czynnikami zewnętrznymi lub stylizacją.

* Wyniki ankiety przeprowadzonej przez niezależne studium produktu wykonane na 25 osobach w wieku od 24 do 60 lat, stosujących serum nawilżające Double Action i Heavenly Hydrating Masque 1 raz w tygodniu przez okres 3 tygodni.

MONAT
PROFESJONALNE KOSMETYKI
W SŁUŻBIE TWOIM WŁOSOM

- ✓ Kosmetyki Monat doskonale pielęgnują, chronią i wzmacniają włosy.
- ✓ Bezpieczny skład bez silikonów i parabenów stanowi gwarancję delikatności dla skóry głowy.
- ✓ Bogata gama kosmetyków pozwala dobrać produkty idealnie do Twojego rodzaju włosów.

Zapytaj o dostępność kosmetyków i złoż zamówienie.
WWW.MONATINFO.EU

Sidney Polak wystąpi w Dublinie

Warszawiak, piewca Warszawy i warszawskiej Chomiczówki na której się wychował. Socjolog, muzyk, autor tekstów, kompozytor.

Od roku 1990 członek T.Love - jednego z najbardziej znanych polskich zespołów rockowych. W roku 2004 rozpoczął karierę solową albumem pt.: „Sidney Polak” za który otrzymał 3 Fryderyki w kategoriach: autor, kompozytor i album roku - muzyka alternatywna. W swojej twórczości łączy gatunki takie jak reggae, hip-hop i miejski folk. Niedawno wydał swoją trzecią solową płytę którą powraca na rynek po kilkuletniej przerwie. Album pt.: „3” wyraźnie nawiązuje do płyty debiutanckiej. Sidney ze swadą opowiada o wielkim mieście, próbuje sformułować pozytywny „przekaz” swojego pokolenia, nie tylko bawi ale dotyka też spraw poważnych, miłości, niepowodzeń życiowych, tęsknoty. Jest błyskotliwym obserwatorem codziennego życia. Rok 2019 to rok intensywnej promocji najnowszej płyty. Będzie wypetniony



premierami pięciu nowych videoklipów i kilkudziesięcioma koncertami w Polsce i za granicą.

06.10.2019 Dublin Voodoo Lounge, bilety dostępne na www.koncerty.ie

Adam van Bendler „Światło w tunelu”

Zapraszamy na premierę „Światło w tunelu” - nowego, czwartego już programu Adama Van Bendlera - człowieka który zaprzedał duszę komedii, zwierzętom i... wiecznym tarapatom dzięki którym zawsze ma coś ciekawego do powiedzenia.

W tym programie dowiemy się co siedzi w głowie introwertyka który po 5 latach bytowania w depresyjnej Skandynawii, w obawie przed samobójem powraca do ojczyzny by postawić wszystko na jedną kartę. Jeszcze nie wie, że ta karta to tylko jopek, którym sam się staje w obliczu prawdziwej wojny. Wojny kart pobudzonych tanim keczupem społecznych oczekiwań i tłuszcem własnych lęków.

Choć opis wręcz ocieka populistyczną głębią i tanią hipsterską apaszką z Pepco, to jednak wiadomo, że nie zabraknie tu znów słodko-gorzkich, niszczących do też żartów i dziwnych hipotez w stylu, do którego przyzwyczaił nas Adam.

Jako support wystąpi Filip Puzyr
25.10 - Cork City Limits
26.10 - Limerick Dolans Upstairs
27.10 - Dublin Laughter Lounge



Polska Noc Kabaretowa

Zapraszamy w najśmieszniejszą podróż Waszego życia! Na niezwykłym pokładzie PNK 2019 wyruszymy w poszukiwaniu humoru świata. Niezastąpiony przewodnik - Kabaret Nowaki zadba o to, aby było różnorodnie, dynamicznie i all inclusive. W drogę zabiorą się z nami najodważniejsi odkrywcy humoru świata: Kabaret Skeczów Męczących, Igor Kwiatkowski, Kabaret K2 oraz Ireneusz Krosny.

Zajrzemy do najbardziej dzikich zakątków świata, nie omiemy żadnej wyspy i szczytu w poszukiwaniu najśmieszniejszego żartu. Zadbamy o to, aby nasza wspólna przygoda była pełna kolorów, zaskakujących odkryć i śmiechu ponad wszelkimi granicami. Podróż za jeden uśmiech, Rejs i Boso przez świat mogą się schować! Nadciąga Polska Noc Kabaretowa 2019!

21.11. 2019 Dublin the Helix, bilety www.koncerty.ie



Warsztaty Kwantowe Życie

- Naucz się świadomie kreować swoje życie
 - Dwudniowe warsztaty 21-22 września
 - ABC Edu Library w Cork
- Zapisy: ada.laube@wp.pl
Ilość miejsc ograniczona

BELL TABLE
WITH SEAT

LIME TREE THEATRE

JULIA

SOBOTA, 21 WRZEŚNIA
BELLTABLE
69 O'CONNELL STREET
LIMERICK
BILETY: 20EUR
LIMETREETHEATRE.IE

paf
polish arts festival

Wypadek na urlopie*

U rlopi to czas, w którym możesz się zrelaksować i uwolnić od rutyny dnia codziennego. Nie jest tajemnicą, że wakacje za granicą kosztują, a kosztować mogą jeszcze więcej, jeśli doznasz podczas nich uszczerbku na zdrowiu*. Niestety takie rzeczy zdarzają się stosunkowo często. Jeśli miałeś wypadek na urlopie lub odniosłeś obrażenia cielesne poza granicami kraju*, prawdopodobnie masz prawo do odszkodowania, pod warunkiem, że wypadek był spowodowany przez czyjeś zaniedbanie.

Typowe rodzaje roszczeń z tytułu wypadku na urlopie*

Czasem podczas wakacji robimy rzeczy, których normalnie byśmy nie zrobili. Niektóre z tych czynności mogą potencjalnie doprowadzić do wypadków, jeśli nie zachowamy ostrożności. Jednak czy ostrożność wystarczy, by uniknąć wypadku na wakacjach*? Odpowiedź jest prosta i brzmi: „Nie”. Nie jesteśmy w stanie przewidzieć, czy organizator wycieczki, animator, itp. przedsięwzięli wszelkie niezbędne środki ostrożności przy świadczeniu swych usług. Czasami to właśnie brak opieki (zaniedbanie) ze strony organizatora prowadzi do wypadku na urlopie.

Najczęstsze przykłady roszczeń z tytułu wypadku na wakacjach* to:

- Zatrucie pokarmowe podczas wakacji ze względu na zły standard higieny w lokalu gastronomicznym.
- Choroba spowodowana spożyciem zatrutej wody.
- Urazy spowodowane przez niebezpieczne przedmioty*.
- Potknięcie lub upadek w miejscach takich jak basen lub sauna*.
- Niepewne/ryzykowne/niebezpieczne zakwaterowanie (wakacyjny kompleks apartamentów/ośrodek/hotel).
- Wypadki drogowe za granicą*.
- Wypadki na nartach/snowboardzie*.

Wnoszenie roszczenia z tytułu wypadku na urlopie*

Ci, którym przydarzył się wypadek na urlopie lub których dotknęła choroba* powinni najpierw zgłosić się po poradę lekarską. W przypadku urazu odniesionego na wakacjach ważne jest, aby udać się do lekarza na oględziny. Ci, którzy zachorowali na urlopie* powinni udać się do lekarza. Również ci, którzy podróżowali z chorym powinni udać się do lekarza na wypadek, gdyby dotknęła ich ta sama choroba. Nie przejmuj się tym, że jesteś na wakacjach w obcym środowisku, gdzie obowiązują inne systemy medyczne i prawne – nie czekaj aż wrócisz do domu, aby udać się do lekarza.

Po uzyskaniu pomocy lekarskiej należy podjąć następujące kroki:

1. Dokumentacja wypadku

Jeśli to możliwe, zbierz dane kontaktowe świadków wypadku. Te dane powinny zawierać imię i nazwisko, numer telefonu, adres zamieszkania oraz adres e-mail. W przypadku gdy



wypadek nastąpił wskutek wad lub defektów wyposażenia budynku lub samego budynku, zrób kilka dokładnych zdjęć wad w celu udowodnienia przyczyny wypadku. Zapisz godzinę, o której doszło do wypadku oraz opisz, jak do niego doszło.

Nie zapomnij również wspomnieć, jaki wpływ miał ten wypadek na Twój urlop, np. czy musiałeś go skrócić i ponieść dodatkowe opłaty, np. za transport do miejsca zamieszkania. Zachowaj wszelkie paragony potwierdzające te wydatki.

2. Zgłoszenie wypadku

Jeśli doznałeś urazu na wakacjach za granicą i stało się to w miejscu zakwaterowania, powinieneś niezwłocznie poinformować o tym kierownictwo hotelu, ośrodka wypoczynkowego, itp. Jeśli jesteś na wakacjach zorganizowanych przez biuro podróży lub firmę wycieczkową,

musisz zgłosić się również do nich. Mogą oni poprosić Cię o wypełnienie formularza zgłoszenia wypadku.

Poproś o kopie wszystkich dokumentów, które wypełniłeś i podpisałeś jako dowód zgłoszenia wypadku. Będzie to niezwykle przydatne, gdy złożysz wniosek o odszkodowanie z tytułu wypadku na urlopie.


3. Dokumentacja medyczna

Jeśli byłeś poddawany jakimkolwiek zabiegom medycznym podczas urlopu, upewnij się, że prowadzisz ewidencję rachunków szpitalnych lub innych paragonów lekarskich. Ważne jest również, aby poprosić lekarza o kopię wyników badań lekarskich lub dokumentacji medycznej dotyczącej wypadku/choroby.

Jeśli zamierzasz złożyć wniosek o odszkodowanie z tytułu wypadku na wakacjach,

pierwszą rzeczą, jaką należy zrobić po powrocie do Irlandii jest skontaktowanie się z prawnikiem ds. wypadków na urlopie w celu uzyskania porady jak postępować.

Roszczenia z tytułu wypadku na zorganizowanej wycieczce*

Dla tych, którzy doznali urazu* podczas wczasów zorganizowanych powrót do miejsca, w którym zostali ranni, w celu wniesienia roszczenia z tytułu wypadku na wakacjach*, jest przykry i trudny. Na szczęście w 1995 r. weszła w życie ustawa (**The Package Holidays and Travel Act 1995**), która pozwala osobie, która doznała urazu na wczasach zorganizowanych za granicą na wniesienie roszczenia z tytułu wypadku na urlopie* w Irlandii, pod warunkiem, że wczas te były zorganizowane przez irlandzkie biuro podróży. 

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.

Polska sztuka pod irlandzkim niebem, czyli 12. odłona Polish Arts Festival w Limerick, 19 września–6 października 2019 r.

Polish Arts Festival (PAF), czyli Festiwal Sztuki Polskiej w Limerick zaistniał w kalendarzu wydarzeń kulturalnych miasta Limerick w 2007 r. Misją festiwalu jest promocja polskiej kultury i artystów tworzących na Wyspach przez współpracę projektową z irlandzkimi instytucjami i artystami.

Co będzie się działo w edycji 2019?

Tematem 12. edycji festiwalu jest tożsamość. Zadawane będą pytania: kim jestem, skąd pochodzę, z czym się mierzę w życiu, dokąd idę? Co to znaczy być Polakiem, Europejczykiem, artystą, rodzicem, podróżnikiem, który eksploduje świat i życie?

Czwartek 19 września

Oficjalne otwarcie festiwalu odbędzie się w czwartek, 19 września, o godz. 18.00 w The Hunt Museum, Aga Szot opowie o projekcie rewitalizacji przez sztukę uliczki Temple Bar w Dublinie i pokaże jak może zmieniać się oblicze miasta z dzielnic narkomanów, miejsca załatwiania potrzeb fizjologicznych i śmietnika w miejsce, które opowiada historię ikon irlandzkiej kultury, i które zostało wpisane na listę UNESCO. Wystawę można zobaczyć od 19 września do 6 października w The Hunt Museum Cafe, poniedziałek–sobota w godz. 10.00–17.00, czwartek 10.00–20.00, niedziela 14.00–17.00. Wstęp wolny.

Piątek 20 września

W Noc Kultury (piątek, 20 września) w St. Michael's Church, Denmark St. o godz. 20.00 można będzie posłuchać koncertu dwóch chórów: polskiego Chóru IMU z Gdańska działającego przy Instytucie Muzyki i Limerick Choral Union. Będzie to noc z „Requiem” Mozarta i z polską muzyką ludową, a finalnie oba chóry wykonają razem irlandzką pieśń. Tego samego wieczoru zapraszamy również do The Hunt Museum na pokaz mody polskiej projektantki Iwony Bielawskiej, absolwentki Limerick College of Art and Design, i na warsztaty dla dzieci oraz młodzieży z jej udziałem, pt. „Zaprojektuj swój strój we wzory”.

Sobota 21 września

W sobotę, 21 września, zapraszamy na **gale performansu i teatru** do Belltable, 69 O'Connell St. w Limerick na godz. 20.00. Będzie można zobaczyć teatr tańca **Fantasmagoria** pod kierownictwem choreografek Ewy Kotuły i Aleksandry Styki. Odbędzie się tam również finał projektu „In Search of Identity – W poszukiwaniu tożsamości”

Tego samego wieczoru na deskach Belltable wystąpi **Polska Grupa Improwizacyjna z Dublina** pod kierownictwem Rolanda Czaczyka. Grupa słynie z zaskakiwania, rozśmieszania i nieprzewidywalnych zwrotów akcji, które tworzą wraz z publicznością w trakcie występu.

Finałowym pokazem wieczoru będzie przedstawienie teatralne „Julia” w wykonaniu Justyny Cwojdzńskiej, Ewy Kotuły i Anny Banko Szumacher.

„Julia” to opowieść o kobiecej podróży w głąb siebie przez doświadczenia życiowe, które uczyniły ją tym, kim dzisiaj jest.

Czwartek 26 września

W czwartek, 26 września o godz. 18.00 w The Hunt Museum odbędzie się przedstawienie teatralne „Lifted Up” w wykonaniu limeryckiego artysty Simona Thompsona. Simon jest znany ze swojej pracy jako Clown Noir, wykłada na Irish World Academy of Music and Dance. „Lifted Up” to niewerbalne przedstawienie, opowieść o 30 dniach życia człowieka, który zostaje zdiagnozowany ze spektrum autystycznym. Żyje on w świecie dźwięków, kolorów, norm, które są dla niego obce, przerażające i niezrozumiałe, i w żaden sposób nie potrafi dopasować się do nich. Jedyną pewną rzeczą w jego życiu są jego gotębie, przez które komunikuje się ze światem. Przedstawienie odgrywane jest w pełnej masce przy użyciu ekspresji ciała i muzyki.

Piątek 27 września

W piątek, 27 września o godz. 19.00 w Centrum Edukacyjnym i Świetlicy „Snowflakes” odbędzie się wieczór poezji z trzema wspaniałymi poetkami, pisarkami. Gościć będziemy **Annę Ras Menet** ze swoją książką „Kobieta w kontakcie z naturą”, poetkę **Sylwii Malinowską** z Dublina i poetkę **Monikę Barabasz** z Limerick. Wieczór dopełni sesja tańca intuicyjnego kierowana przez Annę Ras Menet.

Sobota/Niedziela 28-29 września

W sobotę i niedzielę, 28–29 września, w godz. 10.00–17.00 w Centrum Edukacyjnym i Świetlicy „Snowflakes” zapraszamy na warsztaty z Ad-

rianą Laube pn. „Kwantowe życie i tożsamość”. Adriana wprowadzi uczestników w tajniki życia w pełnej świadomości i przekraczania jej granic za pomocą pola serca. Adriana jest artystką plastyczką i trzecim pokoleniem kobiet widzących. Warsztat oferuje podróż w głąb siebie, jak również techniki radzenia sobie ze stresem, brania życia w swoje ręce i umiejętnego nim kierowania.

Czwartek 3 października

W czwartek, 3 października, w Dolans Pub o godz. 20.00 zapraszamy na projekcję filmu „Obywatel Miłość” o Grzegorzu Ciechowskim i na spotkanie z jego twórcami oraz żoną zmarłego artysty. To jedyna i niepowtarzalna szansa obejrzenia filmu w Limerick i porozmawiania z ludźmi, którzy obcowali z legendą.

Sobota 5 października

Festiwal kończyć się będzie projektem „Wszystko o mojej matce – All About My Mother”, (sobota, 5 października, The Hunt Museum), który poprowadzi Magdalena Pena. Ten międzynarodowy projekt zakłada pracę matki z córką i zamianę ról, co zostanie uwiecznione na zdjęciach zrobionych w trakcie sesji, w której to córki biorą wszystko w swoje ręce i pokazują, jak one widzą swoją mamę. Warsztaty z uczestniczkami poprowadzi psycholog z Uniwersytetu w Limerick dr Anca Minescu, a warsztat z choreoterapii – tancerka i choreoterapeutka Ewa Kotuła.


Jakie są plany na przyszłość?

PAF to przecierające szlaki wydarzenie na skalę Irlandii, pokazujące inną stronę Polaka. Nie



Justyna Cwojdzńska

tylko jako dobrego, rzetelnego pracownika, ale i artysty, mającego duży wkład w wizję międzykulturowego Limerick i całej Irlandii. Dlatego jeśli tworzysz, jesteś artystą z wykształcenia czy z zamiłowania, to napisz do PAF: polishartsfestival@gmail.com. W roku 2020 szykuje się nowy interdyscyplinarny projekt i tworzona jest platforma do współdziałania polskich artystów w Irlandii. Zapraszamy do wysyłania swojego artystycznego portfolio i CV na adres festiwalu z wyrażeniem zainteresowania dołączenia do bazy polskich artystów w Irlandii.

Więcej informacji o festiwalu i bilety na festiwalowe wydarzenia na stronie www.polishartsfestival.ie. Do zobaczenia w Limerick! 

JUSTYNA CWOJZDZIŃSKA

LUX DENT

LUXDENT 

- STOMATOLOGIA OGÓLNA
- ENDODONCJA
- CHIRURGIA
- PROTETYKA
- IMPLANTY
- ORTODONCJA

ZAPRASZAMY
70 BLESSINGTON STREET, DUBLIN 7
014443370
0873201900
WWW.LUXDENT.IE



KUP MIESZKANIE W POLSCE NA KREDYT!



Panuje powszechna opinia, że pracując w Irlandii nie dostaniesz kredytu w Polsce.
**Jednak otrzymując dochód w Irlandii możesz uzyskać w polskim banku
kredyt na zakup w Polsce:**

➤ mieszkania dla siebie lub na wynajem ➤ domu ➤ budowę domu

***SKONTAKTUJ SIĘ Z NASZYM BIUREM
I SPRAWDŹ SWOJĄ ZDOLNOŚĆ KREDYTOWĄ W POLSCE***

33 Cook Street,
2nd Floor Office

TEL/FAX. **021 424 87 60**

E-mail: firma113@gmail.com

Unit 26, Park West Enterprise Centre
Nangor Road, Dublin 12

TEL. **018 06 65 55 ; 0833191536**

E-mail: firmadublin@gmail.com

STAND-UP ADAM VAN BENDLER "ŚWIATŁO W TUNELU"

Support:
FILIP PUZYR



Bilety na www.koncerty.ie

KONCERTY.IE

25.10.2019

CORK

City Limits Comedy Club
Start 19:30

26.10.2019

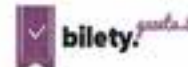
LIMERICK

Dolans Upstairs
Start 20:00

27.10.2019

DUBLIN

Laughter Lounge
Start 19:00



Zasitek pielęgnacyjny Carer's Allowance

Jeżeli opiekujesz się osobą, która potrzebuje stałej opieki z uwagi na wiek, chorobę, fizyczne czy umysłowe upośledzenie, możesz aplikować o zasitek dla opiekunów – *Carer's Allowance*.



Aby otrzymać zasitek pielęgnacyjny (*Carer's Allowance*), musisz spełniać następujące warunki:

- spełniać kryterium dochodowe oraz przez co najmniej rok mieszkać lub sprawować stałą opiekę nad osobą, która tego wymaga ze względu na wiek lub zły stan zdrowia. Osoba chora nie może mieszkać w domu opieki, być w szpitalu lub innym ośrodku dłużej niż 13 tygodni;
- mieć ukończone 18 lat;
- mieszkać na stałe w Irlandii;
- nie mieszkać w szpitalu, domu opieki lub podobnej instytucji;
- nie angażować się w zatrudnienie, samozatrudnienie, szkolenia lub kursy edukacyjne poza domem dłużej niż 15 godzin tygodniowo;
- podczas swojej nieobecności zapewnić zastępstwo w opiece.

Osoba, którą się opiekujesz musi:

- mieć ukończone 16 lat i wymagać całodobowej opieki;
- jeżeli ma poniżej 16 lat, otrzymywać zasitek na opiekę domową (*Domiciliary Care Allowance*);
- wymagać stałej opieki przez okres minimum 12 miesięcy.

Opieka dzielona

Dwóch opiekunów może opiekować się tą samą osobą, ale muszą oni też spełnić wszystkie wyżej wymienione warunki.

Social Welfare bierze pod uwagę Twoje dochody i musisz przejść pomyślnie przez *Means Test*. Jeżeli opiekujesz się więcej niż jedną osobą, może Ci przysługiwać dodatkowe 50% maksymalnej stawki zapomogi CA tygodniowo.

Może Ci się również należeć *Household Benefit* (jeżeli mieszkasz z osobą, którą się opiekujesz), bilet na przejazdy – *Travel Pass*, oraz *GP Visit Card*. Sprawdź, czy możesz się ubiegać o kartę medyczną.

Stawki Carer's Allowance tygodniowo, obowiązujące od 28 marca 2019 r.:

- Jesteś w wieku poniżej 66 lat i opiekujesz się jedną osobą = 219,00 euro.
- Jesteś w wieku poniżej 66 lat i opiekujesz się 2 lub więcej osobami = 328,50 euro.
- Jesteś w wieku powyżej 66 lat i opiekujesz się jedną osobą = 257,00 euro.
- Jesteś w wieku powyżej 66 lat i opiekujesz się 2 lub więcej osobami = 385,50 euro.

Stawka na *Qualified Child** do 12. roku życia: pełna stawka = 34 euro, pół stawki = 17 euro.

Stawka na *Qualified Child** powyżej 12. roku życia: pełna stawka = 37 euro, pół stawki = 18,50 euro.
* Możesz wnioskować o pełną stawkę dla dziecka, którym się opiekujesz, jeżeli jesteś samotnym rodzicem, owdowiałym, w separacji lub w związku partnerskim, ale nie mieszkacie razem. Możesz wnioskować o połowę stawki dla dziecka wymagającego opieki, jeżeli jesteś opiekunem i mieszkasz z małżonkiem, partnerem czy konkubentem.

Uwaga: Zasitek *Carer's Allowance* podlega opodatkowaniu!

Means Test

W teście dochodu brane są pod ocenę przychody Twoje i dochody Twojego partnera, również dochody zagraniczne, po odjęciu składek PRSI, wydatków na dojazdy, składek

na związki zawodowe i na dobrowolną emeryturę.

Dla osoby samotnej próg dochodowy wynosi 332,50 euro tygodniowo brutto.

Dla małżeństw, związków partnerskich i osób żyjących w konkubinacie próg wynosi 665 euro łącznego dochodu tygodniowo brutto.

Warunek stałego pobytu – Habitual Residence

Musisz spełnić warunek stałego pobytu w Irlandii. Jeżeli wrócisz do Irlandii, aby opiekować się daną osobą i zamierzasz opuścić Irlandię po zakończeniu opieki, możesz mieć problemy z wypłatą zasitku.

Jak aplikować o Carer's Allowance

Należy wypełnić formularz CR1. Formularz musi wypełnić również lekarz prowadzący osobę, która otrzymuje opiekę, i musi zostać podpisany przez nią oraz lekarza prowadzącego.

Wypełniony formularz należy wystąpić na adres:

Department of Employment Affairs and Social Protection
Carer's Allowance Section
Social Welfare Services Office
Government Buildings
Ballinalee Road
Longford
Ireland

Rozliczamy P60 od ręki!

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

Zrobimy to za Ciebie! Za darmo sprawdzimy, czy należy Ci się zwrot i dokonamy jego rozliczenia. Wystarczy, że do nas zadzwonisz lub napiszesz e-maila, a od razu uzyskasz informację o należnym podatku. Każdy, kto kiedykolwiek rozliczał się w D&M Services, figuruje w naszej bazie danych i nie musi dostarczać osobiście P60.

Na początku roku pracownicy otrzymają od pracodawców P60, czyli podsumowanie dochodów i podatków z tytułu pracy za ubiegły rok. Wystarczy, że wyślesz do nas dokument P60, a nasi księgowi sprawdzą, czy przysługuje Ci zwrot podatku.

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

Cork:
33 Cook Street
2 piętro
Cork

Zobacz szczegółowe informacje na stronie www.dmksiegowosc.eu i skorzystaj z dziesięcioletniego doświadczenia naszego biura.



**TWOJA FIRMA
KSIĘGOWO DORADCZA**

ROZLICZENIA P60 & P45

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

To bardzo proste:

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

33 Cook Street
2 piętro, Cork
TEL./FAX 021 427 83 49
E-mail: firma113@gmail.com

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



CZYTELNIA

„Pani Einstein”

Autor: Marie Benedict



Czy w męskim świecie nauki jest miejsce dla kobiet?

Czy miłość może w nim przetrwać?

Jesień 1896 roku. Mileva ma dwadzieścia jeden lat i jako jedna z pierwszych kobiet rozpoczyna studia fizyczne na uniwersytecie w Zurychu.

Uważa, że jej kalectwo przekreśla szanse na miłość. Postanawia w pełni

poświęcić się nauce. Jest nieprzeciętnie inteligenta, ambitna i zamierza wiele osiągnąć.

Studiując z nią Albert zakochuje się w jej niezwykłym umyśle i niedoskonałym ciele. W ich małżeństwie jest miejsce nie tylko na miłość, ale też na wspólną pasję.

Kilkanaście lat później świat zachwyca się odkryciami Einsteina. Nikt nie pyta jak ich dokonał, nikt nie wspomina o Milevie.

Wciągająca i poruszająca historia żony Einsteina, genialnej fizycy, której wkład w naukę został zapomniany. Kim była i dlaczego nic o niej nie wiemy?

Rośliny nas ocala

Autor: Borovich Miriam



Książka o roślinach leczniczych zdolnych puścić koncerny farmaceutyczne z torbami.

Miriam Borovich dorastała w rodzinie, w której praktykowano leczenie naturalne.

Wyniosła z domu szeroką wiedzę i doświadczenie w tej dziedzinie, oraz sposób życia zorientowany na

harmonię z przyrodą i szacunek dla środowiska naturalnego.

Jej pojmowanie zdrowia opiera się na przekonaniu, że ciało nie choruje w sposób niezależny od umysłu, emocji oraz otoczenia.

Przekonana o tym, że metabolizm reaguje na bodźce płynące ze środowiska, w którym przebywamy, postanowiła podzielić się w tej książce swoim doświadczeniem i wiarą w potęgę roślin.

Proponuje, abyśmy zadali sobie pytanie: jak bardzo trujemy się niepotrzebnymi substancjami, które zamiast pomagać, szkodzą?

Powrót do natury, do wstłuchiwanie się we własne ciało oraz świadomego dbania o zdrowie pozwalają odnaleźć rozwiązania skuteczne w przypadku codziennych dolegliwości.

Ta książka zachęca, by zapoznać się z właściwościami roślin leczniczych i nauczyć się korzystać z dobroczynnego działania roślin, by wkroczyć na drogę ku zdrowotnej równowadze.

Fińskie dzieci uczą się najlepiej

Autor: Walker Timothy D.



Fińskie szkoły od lat zajmują czołowe pozycje w międzynarodowych testach edukacyjnych PISA.

Mali Finowie są świetni z matematyki i nauk przyrodniczych, a do tego czytają więcej niż ich rówieśnicy z innych krajów.

Co jednak najbardziej intrygujące, uczniowie z Finlandii należą do grupy, która

w ciągu roku poświęca na naukę najmniej czasu.

Platan korepetycje są zakazane, prac domowych prawie nie ma, a znaczną część sprawdzianów uczniowie oceniają sami. Brzmi jak edukacyjny raj?

„Dlaczego fińskie dzieci uczą się najlepiej?” to historia amerykańskiego nauczyciela, który – kompletnie wypalony – wyjechał do Finlandii, gdzie na nowo odnalazł sens swojej pracy, a dziś pomaga przenieść fenomen fińskiego cudu edukacyjnego w inne zakątki świata.

Możemy przygotować uczniów do egzaminów albo do życia. Wybieramy to drugie – mówią pedagodzy fińscy.

Teraz również polscy rodzice i nauczyciele mogą poprowadzić dzieci ku największemu z sukcesów – ku szczęściu.

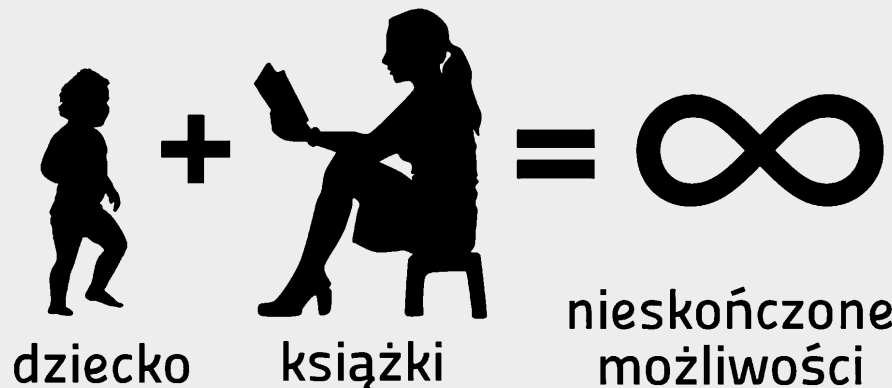
Jak to osiągnąć? Timothy D. Walker mówi w swojej książce o zaufaniu, dzieleniu odpowiedzialności, budowaniu wspólnoty, uspokojeniu przestrzeni i wielu innych elementach, które na co dzień są pomijane lub traktowane marginalnie, mimo że znaczenie jest absolutnie kluczowe.

Z tej książki rodzice dowiedzą się, co mogą zmienić w domu, a nauczyciele – w klasie, żeby nasze dzieci uczyły się lepiej, chętniej i przyjemniej.

Cisza, prostota, egalitaryzm i kontakt z przyrodą – to, co tak nam się podoba w kulturze krajów nordyckich, można przenieść do pokoi dzieciennych i szkolnych klas!

Inspirująca lektura dla rodziców, dziadków i nauczycieli. Na naukę nigdy nie jest za późno!

Czytanie



to działa!

ABC EduLibrary,

Green Gate Business Centre,
52 Gould Street,
Cork
www.abcedulibrary.ie

GODZINY OTWARCIA BIBLIOTEKI / OPENING HOURS

Środa/Wednesday 11.00 - 16.00
Piątek/Friday 11.00 - 16.00
Sobota/Saturday 11.00 - 16.00
Niedziela/Sunday 11.00 - 16.00
3-cia niedziela w miesiącu (3rd Sunday)

KINO

Pewnego razu... w Hollywood

Los Angeles, 1969 roku. Rick Dalton (Leonardo DiCaprio) zagrał kiedyś w popularnym, westernowym serialu telewizyjnym. Cliff Booth (Brad Pitt) jest jego najlepszym przyjacielem oraz kaskaderem jednocześnie. Mężczyźni po latach nieobecności powracają do Hollywood. Obecny przemysł filmowy różni się jednak od Fabryki Snów, którą znali i opuścili przed laty. Pomimo to Rick zamieszkuje w luksusowej dzielnicy, gdzie jego sąsiadką zostaje między innymi słynna aktorka Sharon Tate (Margot Robbie).

Wehikuł czasu - to byłby cud! A gdzie zdarzają się cuda? W Hollywood, rzecz jasna. Quentin Tarantino, upojony miłością do X muzy fanatyk srebrnego ekranu, zabiera nas do swojego azy-



lu - krainy lat dziecińczych, w której wszystko może się zdarzyć. Schyłek lat sześćdziesiątych w rozgrzanej słońcem Kalifornii to czas pełnych blichtru gwiazd kina, wiecznej młodości zaklętej na taśmie filmowej i niekończących się przejażdżek wzdłuż Sunset Boulevard. Los Angeles jest czyste, bezpieczne i roztańczone. Wschodzące gwiazdy, takie jak Roman Polański i jego młodzieńcza żona Sharon Tate, bawią się na imprezach, a hippisowskie komuny rozbijają się na ranczach pod miastem. I tylko kowbojów żal.

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

Bitwa o Bogside

W sierpniu mieszkańcy Derry w Irlandii Północnej obchodzili równą 50. rocznicę zamieszek w dzielnicy Bogside, które w historii Zielonej Wypsy zapisały się jako bitwa o Bogside (Battle of Bogside). Zamieszki trwały nieprzerwanie przez trzy dni i noce, w trakcie których mieszkańcy tej silnie katolickiej dzielnicy bronili się przed oddziałami Royal Ulster Constabulary, czyli policji północnoirlandzkiej.

Dopiero wyprowadzenie na ulice regularnych jednostek wojskowych powstrzymało dalszy rozlew krwi i doprowadziło do zakończenia walk na ulicach Bogside. Paradoksalnie w roku 1969 jednostki brytyjskie nie były postrzegane jako oddziały okupacyjne i były w stanie przywrócić spokój na ulicach.

Wprawdzie bitwa o Bogside nie jest uważana za początek wojny domowej w Irlandii Północnej, jednak trzydniowe zamieszki oraz wydarzenia, które je poprzedzały z pewnością wywarły znaczące piętno na tym, co działo się w Ulsterze przez kolejne dziesięciolecia. Co zatem się tam wydarzyło?

Obywatele drugiej kategorii

W latach 60. w Irlandii Północnej, podobnie jak w innych częściach świata, powoli rozwijał się ruch walczący o prawa obywatelskie dla katolików, którzy w Ulsterze byli traktowani jak obywatele drugiej kategorii. Nie mogli służyć w lokalnej policji, pełnić żadnych oficjalnych funkcji, a czasami nawet podejmować pracy w określonych zawodach czy firmach.

Dodatkowo sprytne ułożenie okręgów wyborczych pozbawiło katolików jakiegokolwiek reprezentacji we władzach lokalnych i zmarginalizowało ich wpływ na władze centralne. W samym Derry, w którym katolicy i zwolennicy zjednoczenia wyspy stanowili zdecydowaną większość, władze samorządowe były zdominowane przez radnych lojalistycznych wiernych Koronie Brytyjskiej.

Pod koniec lat 60. powstało stowarzyszenie Northern Ireland Civil Rights Association, które za swój cel postawiło sobie zrównanie szans katolików i protestantów. Jednak działania grup aktywistów zawsze spotykały się z wrogością, często z otwartymi atakami lojalistów czy wręcz policji północnoirlandzkiej.

W styczniu 1969 r. grupa studentów, chcąc zwrócić uwagę władz i mediów na problem łamania praw obywatelskich, zorganizowała marsz protestacyjny z Belfastu do Derry. W każdej większej miejscowości maszerujący napotykali aktywny opór lokalnych lojalistów, natomiast na przedmieściach Derry doszło do regularnych walk. Odbływały się one pod okiem

stojących beczynnie funkcjonariuszy RUC i niestawnej pomocniczej formacji policyjnej B Specials, która wstawiła się regularnymi pacyfikacjami katolickich dzielnic w miastach Ulsteru.

Jeden z uczestników marszu tak wspomina wejście do Derry: „Ostatniego dnia, kilka mil przed Derry, zostaliśmy zaatakowani przez setkę bandytów ochraniających przez B Specials, przy całkowitej bierności naszej policyjnej eskorty. Uczestników marszu bito kijami z gwoździem, kamieniami czy łańcuchami rowerowymi. Spośród niemal setki uczestników marszu tylko trzydziestu dotarło do Derry bez żadnych poważnych obrażeń”.

W tym czasie siły policyjne w Ulsterze, RUC i B Specials regularnie organizowały naloty na dzielnice katolickie, podczas których dochodziło do pobic mieszkańców. Często jedyną ich winą było to, że znali kogoś, kto uczestniczył w zamieszkach lub protestach przeciw nierównemu traktowaniu irlandzkich nacjonalistów i katolików.

W marcu, podczas jednego z takich nalotów, doszło do dotkliwego pobicia niejakiego Samy'ego Devenney'a, który kilka miesięcy później zmarł w szpitalu w wyniku odniesionych ran. Wielu do dziś uważa go za pierwszą ofiarę irlandzkiej wojny domowej.

Stop lojalistom!

Jego śmierć wywołała kolejną falę protestów, a lojalistów wezwano do odwołania tradycyjnych sierpniowych marszów organizowanych na ulicach Derry.

Niestety, pewni siebie i mocnego poparcia władz i policji, lojaliści zdecydowali się przemarszerować przez miasto, by zaznaczyć swoją dominację. Tym razem jednak atmosfera była znacznie gorętsza niż jeszcze rok wcześniej.

Wraz z wyruszeniem pierwszego marszu na ulicach katolickich dzielnic zaczęły wyrastać barykady mające zapobiec przemarszom lojalistów. Najbardziej gwałtowne protesty wybuchły właśnie w Bogside, uważanej za bastion irlandzkiego nacjonalizmu nie tylko w samym Derry, ale wręcz w całym Ulsterze.

Policjanci z RUC oczywiście przypuścili szturm na barykady, próbując je przerwać i utworzyć drogę lojalistycznym marszom. Spotkali się natychmiast z czynnym oporem mieszkańców Bogside, którzy obrzucili ich kamieniami i koktajlami Mototowa.

Jedną z głównych postaci protestu stała się Bernadette Devlin – niedawno wybrana posłanka do brytyjskiego parlamentu. Dla wielu stała się ona wręcz twarzą tego protestu, a jej nieprzejednana postawa zyskała jej masę sympatyków.

„Miałam wrażenie, że jestem wszędzie, wciąż w centrum zdarzeń, chociaż wielu mi powtarzało, że jako posłanka powinnam się wycofać. Nie poddałam się tym sugestiom, bo moim jedynym celem było powstrzymanie lojalistów i ich sił policyjnych” – wspomina Bernadette Devlin.

Obrona Bogside przed RC, a szczególnie przed zniechęconymi B Specials, była priorytetem dla wszystkich mieszkańców dzielnicy. Zdawali sobie sprawę, że siły policyjne nie będą się patyczkowały z uczestnikami zamieszek i że cała dzielnica zostanie spacyfikowana.

Ówczesny premier Republiki Irlandii Jack Lynch dość szybko zareagował na eskalację konfliktu w Derry, stwierdzając, że „RUC prze-



stała być bezstronną policją i nie jest już akceptowana przez dużą część społeczeństwa Ulsteru”. Zapowiedział, nie wprost, że rząd w Dublinie rozważy wysłanie do Derry sił porządkowych, których zadaniem byłoby chronienie katolików przed atakami RUC.

Taka interwencja nie nastąpiła, jednak premier Lynch zwrócił się oficjalnie do ONZ o wysłanie do Derry sił pokojowych mających zapobiec eskalacji konfliktu. Na takie rozwiązanie nie godził się jednak rząd brytyjski, twierdząc, że sytuacja zostanie wkrótce opanowana przez gotowe do akcji oddziały wojskowe.

„Obecność brytyjskiego wojska nie zostanie zaakceptowana przez mieszkańców Ulsteru ani nie przyczyni się do zachowania długotrwałego pokoju w tym rejonie” – stwierdził wtedy premier Lynch, wykazując się niespotykanym u polityków talentem do przewidywania długofalowych skutków politycznych decyzji.

Trzeciego dnia zamieszek, kiedy liczba rannych po obu stronach sięgała dziesiątek, rząd brytyjski wysłał do Derry trzystu doborowych żołnierzy z Yorkshire. Ich zadaniem było rozdzielenie walczących stron i przywrócenie pokoju w Bogside.

Paradoksalnie w sierpniu 1969 r. katolickie organizacje walczące o prawa obywatelskie

uważały takie rozwiązanie za swój sukces. Według nich regularne wojsko było lepsze niż brutalne oddziały B Specials, które tylko czekały na rozkaz pacyfikacji Bogside i innych dzielnic katolickich w całej Irlandii Północnej.

Pojawienie się żołnierzy na ulicach Derry spowodowało natychmiastowe zaprzestanie walk, chociaż przez kolejne dni mieszkańcy Bogside odmawiali rozebrania większości barykad.

„Przybycie wojska rozładowało nieco napięcie w dzielnicy. Walki pomiędzy katolikami a policją ustały w chwili gdy z ulic zniknęła policja”, brzmiał oficjalny komunikat nadany przez RTÉ kilka godzin po pojawieniu się wojska.


Wspólna walka

Sierpniowe wydarzenia w Bogside nie stały się początkiem wojny domowej w Ulsterze, bowiem za taki uważa się dwa lata później „krwawą niedzielę”. Dążyły one jednak poczuć katolikom, że działając wspólnie, są w stanie zmienić swoją sytuację.

Trzydniowe walki na ulicach Derry zmusiły rząd brytyjski do reakcji, którą było wycofanie zdominowanych przez lojalistów sił policyjnych. Katolikom z Ulsteru udało się zwrócić uwagę całego świata na swoją trudną sytuację, a to wszystko dzięki wspólnemu działaniu i powszechnemu wsparciu dla ruchów obywatelskich.

Niestety dość szybko okazało się, że to, co było uważane za zwycięstwo, czyli wystąpienie wojska na ulice Ulsteru, stało się przyczyną pogłębienia konfliktu. Żołnierze, którzy w pierwotnych założeniach mieli chronić katolików przed brutalnością RUC i B Specials, stali się współwinni przemocy, jakiej doświadczyli nacjonalisci irlandzcy na przełomie lat 60. i 70.

To z kolei spowodowało nasilenie się konfliktu, powstanie Provisional IRA, zwiększenie kontyngentu wojskowego w Ulsterze i nakręcenie spirali przemocy, która na ponad 20 lat stała się synonimem sytuacji w Irlandii Północnej.

Reszta pozostaje historią, która – miejmy nadzieję – już się nie powtórzy. 



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

Railway Village – jest pierwszą wioską miniatur w Irlandii, która znajduje się w malowniczym mieście Clonakilty w zachodniej części hrabstwa Cork.

Modele miast takich jak: Clonakilty, Kinsale, Dunmanway, Ballinascarthy i Bandon zostały zbudowane wzdłuż starej linii kolejowej z lat 1930-1950.

Każdy jeden model jest repliką miasta pochodzącego z lat czterdziestych XX wieku. Podczas zwiedzania zaskoczą Was jeżdżące wokół wioski miniatury pociągów.

Railway Village jest świetnym miejscem do miłego spędzenia czasu, a dla małych pociech będzie to z pewnością niezapomniana przygoda.

Sz szczególnie iż po zwiedzeniu wioski, można się wybrać pociągiem drogowym Choo Choo na wycieczkę po uliczkach Clonakilty i porównać niektóre miniatury budynków do ich prawdziwych odpowiedników.

Podczas zwiedzania wioski można poczuć się jak w bajce o przygodach Guliwera

www.poznajwyspe.ie

Railway Village – Clonakilty





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

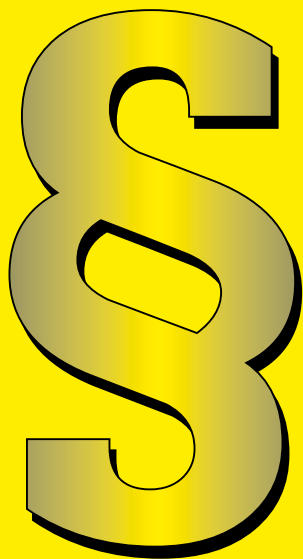
Prawo pracy

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