

Nr 33 Styczeń 2014

M ^{POLSKI} Magazyn



dla całej rodziny

Dzień Babci
Dzień Dziadka
NIE ZAPOMNIJMY



BEZPŁATNY MIESIĘCZNIK W IRLANDII PÓŁNOCNEJ

Redaktor wydania:
Mariusz Tomsa (Maniek)

Redakcja:
Agnieszka Tomsa
Katarzyna Pawlikowska – Golonka
Agnieszka Sztajner – Iwińska
Patrycja Chmielowicz

Współpraca:
Artur Kmieciak
Andrzej Mańka
Andrzej Lewiński
Oisín Toner
Tomasz Rzońca

Kontakt z nami:
redakcja@polskieni.com

Polski Magazyn dla całej rodziny.
Miesięcznik wydawany
w Irlandii Północnej.
4 Drumellan Court, Craigavon.

Reklama/Advertising:
mariusz@polskieni.com


creativeMix

Skład oraz szata graficzna:
Ewelina Barnaś
info.cmix@gmail.com
creativemix-reklama.blogspot.co.uk

Wydawca:
Polish N.I. Community Network

Wydruk:
Drukarnia Quinn's Units 3 & 6
RJ Hall Industrial Estate,
Wilson Street, Belfast,
BT13 2GAN, Ireland

www.polskieni.com

Redakcja i wydawca nie ponoszą żadnej odpowiedzialności prawnej za treść wszystkich opublikowanych artykułów, za treść ogłoszeń, reklam i informacji. Magazyn ma za zadanie jedynie umilić Państwu czas i wiadomości w nim zawarte nie mogą stanowić podstawy do jakichkolwiek roszczeń. Redakcja nie zwraca nadesłanych materiałów i zastrzega sobie prawo do ich skracania bądź redagowania. Nadesłane materiały przechodzą na własność redakcji, co oznacza przeniesienie praw autorskich i praw do publikacji na redakcję.


**ROBINSON
& COMPANY**
Inc Moorhead Hall & Co.
CHARTERED ACCOUNTANTS



**Masz własną firmę?
Potrzebujesz księgowego?
Jesteśmy tu, aby Ci pomóc!**

- ✓ **Zwroty Podatku**
- ✓ **Kalkulacja Wypłat**
- ✓ **Księgowość**
- ✓ **Wsparcie dla Firm**
- ✓ **Konsultacje**
- ✓ **Szkolenia z obsługi programu SAGE**
- ✓ **Firma zapewnia tłumacza podczas spotkań**



17 Mandeville Street, Portadown,
BT62 3PB, Co Armagh



 Find us on
Facebook

Kontakt: Stuart McDonald
Tel: 028 3833 2801

mcdonalds@robinsonandcompany.co.uk

 www.polskieni.com

**POLSKI
MAGAZYN**
dla całej rodziny



BEZPŁATNY MIESIĘCZNIK W IRLANDII PÓLNOOCNEJ



W numerze:

- 4 Cała prawda o credit scoring.
- 5 Jerome Mullen: Rola Konsula Honorowego.
- 6 Porady psychologa. Niewolnicy zegarka.
- 8 Spotkanie z Mikołajem w PSS Craigavon.
- 9 Kącik wędkarski.
- 10 Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy.
- 12 Wiadomości sportowe.
- 13 Newry and Mourne news
- 14 Mikołaj w Newry.
- 16 Centrum pomocy - Newry
- 17 Więc chodź pomaluj mój świat.
- 18 O dwunastu miesiącach.
- 20 Psychotest - Czy nadszedł czas na zmiany?
- 21 Chwila dla Ciebie.
- 22 Zdrowa dieta ratunkiem po świątach.
- 23 Co nowego w UK?
- 23 UK news.
- 24 Horoskop na styczeń.
- 25 TOC. The Oryginal Copy.
- 26 Z angielskim na codzień.
- 27 Twój notice board.

Kilka słów na wstępie:

2014

Święta, święta i po świątach. Teraz przyszedł czas na noworoczne postanowienia a te bywają bardzo różne. Według sondaży najczęstsze noworoczne postanowienia to: zacząć ćwiczyć i ograniczyć słodycze, być szczęśliwym, żyć pełnią życia, schudnąć, być lepiej zorganizowanym, nie uzalać się nad sobą, nie odkładać wszystkiego na jutro, które jakoś nigdy nie może nadejść, nauczyć się angielskiego, nie brać wszystkiego do siebie i być bardziej otwartym na ludzi i nowe znajomości, czytać więcej książek, zadbać o siebie, nauczyć się oszczędzać itd. Lista życzeń, noworocznych postanowień jest bardzo długa. Bez względu na to jakie są Wasze postanowienia życzę Wam abyście wytrwali w ich realizacji i żeby Nowy 2014 Rok przyniósł Wam wiele niezapomnianych chwil i dużo uśmiechu na twarzy.

Wszystkim Babciom i Dziadkom życzymy dużo zdrowia z okazji zbliżającego się ich święta, pociechy z wnucząt i samych radosnych chwil w życiu.

NIE ZAPOMNIJMY!!!

Agnieszka

21 Styczeń - **DZIEŃ BABCI**

22 Styczeń - **DZIEŃ DZIADKA**

Znajdźcie nas w blisko 40 punktach na terenie NI.

BALLYMENA

Polska Szkoła Sobotnia
Polita 66-70 Mill Street
Inter-Ethnic Forum 20 William Street

BANGOR

Polita 2 Southwell Road
Solarium 70 High Street

BELFAST

Polita 179 Albertbridge Rd
JJ Shop 71 Cregagh Road
JJ Shop 156 North Street
Pol-Smack Lisburn Road
Solarium 301 Shankill Road
Solarium 418 Newtownards Road
Solarium 91B Sicili Park
Solarium Unit 1 Fitzwilliam Square

BANBRIDGE

Polska Szkoła Sobotnia

CRAIGAVON

Polska Szkoła Sobotnia

DUNGANNON

Droz-Pol 44 Scotch Street
Baracuda fishing shop 17a Church Street

DUNDONALD

Solarium 767 Upper Newtownards Road

GLENGORMLEY

Solarium 21/23 Carnmoney Road

KILKEEL

Ethnic Minorities Centre

LISBURN

Solarium 68 Antrim Street

Lurgan

Polish Deli 31 Union Street
MKS Salon Fryzjerski 29 Church Place

Londonderry

Asta 79 Spencer Road
Smakpol 28 Spencer Road

MAGHERAFELT

Sklep Smaczek 3 Church Street

NEWRY

Polish Supermarket 11 Monaghan Street
Ethnic Minorities Centre
Polska Szkoła Sobotnia
Sklep Polonez

NEWTOWNHAMILTON

Ethnic Minorities Centre

NEWTOWNARDS

Solarium 46 Regent Street

OMAGH

Sklep Spizarnia
11 Foundry Ln

PORTADOWN

Sklep PRL 30 West Street
Sklep Spizarnia 46 Meadow Lane
Bart's Kebab, Woodhouse Street
Flamingo 18 Bridge St.



Credit Scoring

Co to jest Credit Scoring?

Jest to punktowa metoda oceny wiarygodności osoby ubiegającej się o kredyt bankowy lub kartę kredytową choć nie tylko. W UK credit score sprawdzają także firmy ubezpieczeniowe i firmy telekomunikacyjne, żeby sprawdzić wiarygodność swoich potencjalnych klientów. W najprostszej postaci credit score polega na przyznawaniu wnioskodawcy punktów na podstawie jego danych osobistych i majątkowych, które po zsumowaniu stanowią miarę oceny ryzyka związanego z potencjalnym kredytobiorcą.

Kto oblicza credit scoring?

W UK istnieją specjalnie do tego powołane agencje, które odpowiedzialne są za przechowywanie naszych danych osobowych i majątkowych oraz obliczanie naszego credit scoring. Każda organizacja finansowa ma obowiązek przekazywania informacji o swoich klientach do tychże właśnie organów. Podstawowe agencje w UK to Equifax Plc, Callcredit Plc, Experian Ltd.



Jakie informacje przechowują agencje?

Agencje informowane są o naszym statusie wyborczym, o ogłoszonym bankructwie, o wyrokach sądowych, posiadają szczegóły dotyczące naszych kont bankowych, kart kredytowych, dane dotyczące płaconych przez nas rachunków np. telefonicznych, historię adresów naszego zamieszkania, historię otwieranych i zamykanych kont bankowych a także dane osób finansowo z nami powiązanych. Agencje przechowują także dane instytucji, które sprawdzały nasz credit scoring.

Czy mogę uzyskać dostęp do informacji na swój temat?

Tak. Każdy ma prawo wglądu w swój credit scoring. W celu uzyskania dostępu należy skontaktować się z jedną z w/w agencji. Można uzyskać jednorazowy raport w cenie £2 lub stały dostęp internetowy płacąc miesięczny abonament. Należy pamiętać, iż wysoki credit scoring nie gwarantuje otrzymania pożyczki czy karty kredytowej. Na decyzję kredytową ma również wpływ wiele innych czynników. AT



Rola Konsula Honorowego.

Rola Konsula Honorowego nie jest chyba taka, jak jest powszechnie rozumiana. Większość krajów na całym świecie powołuje konsula honorowego w celu zapewnienia lokalnej pomocy dyplomatycznej obywatelom swojego kraju w miejscach do których wyemigrowali. Konsulowie Honorowi działają zgodnie z Konwencją Wiedeńską o stosunkach konsularnych z 1963 roku, która daje im ograniczony status dyplomatyczny. Konsulowie są najczęściej wybierani przez państwo akredytowane spośród obywateli państwa przyjmującego. Daje to krajowi mianowania Konsula Honorowego, korzyści z posiadania wpływowego „advokata” dla interesów kraju i kogoś, kto będzie zaznajomiony z rządem państwa przyjmującego, prawem i przepisami tego kraju. W przeważającej części jest to bardzo honorowa pozycja polegająca na uczestniczeniu w okolicznościowych uroczystościach oraz towarzyszeniu ambasadorom lub ministrom rządu podczas ich wizyt w regionie. Konsulowie Honorowi ponoszą również odpowiedzialność za informowanie ich na bieżąco o lokalnych wydarzeniach politycznych. Dla krajów z dużą populacją pracowników migrujących urząd Konsula Honorowego jest to rola bardzo czasochłonna i wymagająca. Wraz z przybyciem w ostatnich latach osób z nowych państw członkowskich wspólnoty europejskiej a w szczególności z Polski, uważałem, że ważne, aby czuli się oni mile widziani i żeby otrzymali pomoc i informację, gdzie można znaleźć dobrą pracę. Czułem, że to bardzo ważne dla społeczności biznesowych, by mogli oni uzyskać pozycję lidera w tym obszarze.

Reprezentowanie Polski okazało się wyzwaniem czasochłonnym i trudnym, ponieważ Polska ma zdecydowanie największą liczbę ludności spośród każdego kraju reprezentowanego przez konsula honorowego w Irlandii Północnej. Od chwili mojej nominacji miałem do czynienia z wieloma trudnymi zagadnieniami i problemami z którymi napotkali się obywatele polscy a w szczególności w kontekście obecnego kryzysu gospodarczego. Niejednokrotnie także wspierałem zagrożone w smutku rodziny z powodu utraty kochanej osoby na skutek tragicznych okoliczności. Miałem też przyjemność udziału w promowaniu bogatej historii Polski, kultury, muzyki, sztuki i literatury. **Byłem bardzo zaszczycony, kiedy w 2008 roku zostałem mianowany honorowym konsulem tak wielkiego kraju jakim jest Polska i mogłem pomóc stworzyć nową, historyczną relację między naszymi krajami.** Jest to zarówno wielki zaszczyt jak i wielka odpowiedzialność, być „mostem” między dwoma narodami o tak szczególnej historii, które wniósł spory wkład do cywilizacji zachodniej. Powołanie Honorowego Konsula RP w Irlandii Północnej oznacza nową rzeczywistość na szerszej scenie europejskiej i podkreśla znaczenie Polski jako jednego z największych członków Unii Europejskiej. Pochodząc ze środowiska biznesu byłem bardzo chętny do wspierania rozwoju współpracy biznesowej pomiędzy naszymi krajami, więc wspólnie z dwoma Konsulami Honorowymi z Republiki Irlandii utworzyliśmy Ireland Poland Chamber of Commerce w 2011 roku.



Jerome Mullen

Odnoszący sukcesy przedsiębiorca i biznesmen z ponad 45 letnim doświadczeniem w różnych rolach kierowniczych w szerokim zakresie przemysłu i przedsiębiorstw, z różnych branż w tym: obuwniczej, rolnictwa i gospodarki odpadami. Jerome jest bardzo kreatywny i zmotywowany o czym świadczy różnorodność przedsięwzięć, których się podjął na przestrzeni lat zarówno w dziedzinie biznesu jak i w organizacjach non-profit, w których podjął aktywną i wiodącą rolę. Jerome ma bardzo pozytywne podejście i zawsze dąży do osiągnięcia najwyższych standardów jakości. Dzięki zaciętej determinacji i zdolności przyszłościowego myślenia Jerome nie boi się wprowadzać zmian mających na celu ulepszenie działalności firm lub społeczności. Było to bardzo uwidocznione podczas jego 3 letniej kadencji jako przewodniczącego Izby Handlowej w Newry, kiedy to przeorganizował i odbudował strukturę Izby, przyczyniając się do faktu, iż jest ona teraz jedną z największych i najbardziej aktywnych izb w Irlandii Północnej. Jeromowi udało się także połączyć dwie izby: Izbę Przemysłową i Izbę Handlu i utworzyć jedną organizację reprezentującą wszystkich przedsiębiorców aglomeracji Newry. W ciągu ostatnich 12 lat Jerome wraz z innymi członkami Izby był zaangażowany w organizowanie Świątecznej Pomocy, która co roku przyciąga ponad 700 osób i pozyskuje środki finansowe (ponad 80.000 funtów rocznie) na cele charytatywne. Jerome był dyrektorem organizacji Clanrye Group -nauka i przedsiębiorczość społeczna od 1985 roku, był przewodniczącym Rady Dyrektorów przez ponad 20 lat, przeprowadzając organizację przez wiele wyzwań i zmian w tych latach. Wraz z przybyciem w ostatnich latach osób z nowych państw członkowskich wspólnoty europejskiej a w szczególności z Polski, Jerome poczuł potrzebę okazania im, że czują się tu mile widziani, i podjął zobowiązanie pomagania im w miarę możliwości, także w tym aby znaleźli dobrą pracę.

NIEWOLNICY ZEGARKA

...i proszę mi doradzić, co mam zrobić, martwię się, bo w pracy dostałam kolejnego „warninga” za kilkuminutowe spóźnienia. Wszędzie wpadam na ostatnią chwilę, wszystko załatwiam w ostatnim momencie, wpadam zżajana, spocona i wystraszona...”

(trzydziestolatka, pracownica zakładu przetwórstwa, okolice Lurgan)

Już od dłuższego czasu nosiłem się z zamiarem podjęcia tego tematu. Wyływa to z obserwacji ludzi z otoczenia, ich relacji w czasie moich terapii oraz z własnych doświadczeń, na szczęście tych z przeszłości.

Zabrzmieć to może jak truizm, że świat dookoła ogromnie przyspieszył. Wszystko musi być szybsze, sprawniejsze i zabierać nam mniej naszego cennego czasu. Procesory w komputerach mają dokonywać więcej operacji na sekundę, samochód do setki ma przyspieszać prędzej, przygotowanie potrawy na obiad trwa tylko kilka minut itd.. Jednocześnie nasuwa się kilka pytań. Co robimy z tym pozornie „zaoszczędzonym” czasem?

Czytając pamiętniki ludzi z dawnych lat, natknąłem się na fragment, gdzie dwóch kupców umawiało się na spotkanie, aby omówić wspólne interesy. Ustalili, że spotkają się we Lwowie, przed zapustami, ale po roztopach! I to wystarczyło. A dla odmiany, byłem niedawno świadkiem, jak jeden ze współczesnych biznesmenów, ustalił z drugim, że mogą się spotkać jedynie w najbliższy wtorek, między 14:10 a 14:35. Tylko taki „wolny” czas obaj znaleźli!

W psychologii biznesu istnieje powiedzenie, że złym jest taki menedżer, który **„na nic nie ma czasu, który bez przerwy jest czymś zajęty”**. Zasadę tą można nieco rozszerzyć i stwierdzić, **„ że smutne i biedne jest życie człowieka, który cały czas jest w biegu, bez przerwy pędzi, wpada wszędzie zdyszany a nawet spóźniony”**.

Bardzo często rozmawiam z moimi klientami o asertywności, czyli o sztuce mówienia „nie”. Tego spokojnego, nieagresywnego odmawiania. Dotyczy to przede wszystkim relacji partnerskich i międzyludzkich. Ale możemy również być asertywni w stosunku do czasu, naszego planu zajęć, w stosunku do siebie! A przecież to nie życie i świat nas tak popędza - to my sami źle organizujemy swój codzienny harmonogram spraw do załatwienia. Natomiast cena, którą musimy zapłacić za ten zwariowany pośpiech, jest bardzo duża. Oczywiście chodzi o stres, nerwowość i napięcie. W konsekwencji rozkojarzony i zestresowany człowiek wpada we frustrację, jest rozgoryczony, narzekający. Osłabiony i wycieńczony organizm jest łatwiej podatny na rozchwianie emocjonalne, które z jednej strony objawia się wybuchami złości i agresji a z drugiej depresją i zniechęceniem. Ponadto okazuje się, że zagonieni ludzie łatwiej zapadają na zdrowiu, nie mówiąc już o nerwicach lękowych, depresyjnych i somatycznych.

Podzielę się z Wami takim moim „patentem” na sposób, aby mieć o połowę mniej stresu w codziennym życiu. Jest to nazwana przeze mnie ZASADA 50 %. Chcesz się o 50% mniej denerwować w życiu to:

- Wstań o **poł** godziny wcześniej niż ci się wydaje, że powinieneś
- Miej **połowę** rzeczy już przygotowanych wczoraj, które robisz rano
- Zadbaj o to, aby mieć komórkę co najmniej w 50% naładowaną, a na niej co najmniej 5 funtów
- Jeżeli jedziesz gdzieś dalej samochodem, miej



napompowane koło zapasowe, lewarek i klucz do kół oraz 50% paliwa w zbiorniku.

- W portfelu miej 50 funtów w gotówce, najlepiej „ w królowkach” (nie licz na bankomaty po drodze.
- Dolicz do czasu dotarcia, który podaje GPS **poł** godziny.
- Na ważne spotkanie, zebranie, lot samolotem bądź **poł** godziny wcześniej.

W którymś z ostatnich numerów, pisałem o ważnej zasadzie „samo-nagradzania”. Mamy prawo a nawet obowiązek, aby zachować równowagę psychiczną, do zrobienia sobie czegoś tylko dla siebie, kupienia rzeczy która nam się podoba (nie patrząc na cenę). Taką nagrodą i przyjemnością może być zorganizowanie sobie naszego wolnego czasu tylko dla siebie. Wyłączamy wtedy komórki, idziemy na spacer bez celu, snujemy się bez pośpiechu po małych uliczkach, siedzimy na ławce w parku obserwując chmury i ptaki tak długo, jak nam się podoba (nie patrząc na zegarek). Ktoś może powiedzieć, że jestem „mało życiowym” romantykiem (a jest wprost przeciwnie). Twardo stąpam po ziemi, tak jak Wy jestem bardzo zajęty, ale pracuję nad własnym czasem, i codzienną organizacją własnego dnia. Wiem, że nie przychodzi to łatwo, ale pamiętajmy, że rzeczy ważne, a jednocześnie przyjemne i wartościowe przychodzą z trudem, wymagają mozołu i poświęcenia.

Nieubłaganie nadchodzą kolejne święta i Nowy Rok. Jest to wspaniała okazja do refleksji i życiowego, kolejnego bilansu. Często wykorzystujemy ten okres do ustalenia pewnych zmian i nowych postanowień. Niech jednym z nich będzie właśnie zastanowienie się nad gospodarowaniem własnym czasem.

A skoro już jesteśmy przy świętach, to niech mi będzie wolno złożyć Wam wszystkim najlepsze życzenia bożonarodzeniowe, aby upłynęły nam w miłej i ciepłej atmosferze. Wielu z Was wybiera się do Kraju, do najbliższych. Zazdroścuję im trochę, bo w tym roku spędzam je tu na miejscu i to w pracy w oba świąteczne dni. Trudno, ktoś musi! W Święta obdarowujemy się hojnie prezentami, ale pamiętajmy, że to nie muszą być tylko rzeczy i przedmioty. Równie ważne jest ciepło, uśmiech, wybaczenie (przy dzieleniu się opłatkiem), wzajemne zrozumienie i tolerancja. A dla tych szczęśliwców jadących do Polski mam propozycję zabrania do kraju parę wartościowych prezentów stąd, z Irlandii. Nic nie kosztują i nie trzeba dopychać do walizek. Zawieźcie im lokalny zwyczaj wzajemnego pozdrawiania się i wymiany uśmiechów z nieznanymi mijanymi na ulicy, zwyczaj ustępowania i ułatwiania wjazdu na drogę kierowcom z ulic podporządkowanych i ogólnego spokoju i uprzejmości na drodze w czasie jazdy. Tego w ojczyźnie nam bardzo brakuje.

Życmy sobie wzajemnie spokojnego i sympatycznego spędzenia tego czasu wśród bliskich, rodziny i znajomych.



Na zdjęciu Konsul Generalny Dariusz Adler i Konsul Honorowy Jerome Mullen.

14 grudnia 2013 roku Konsul Generalny Dariusz Adler zaprosił do wigilijnego stołu przedstawicieli polskich organizacji działających na terenie Irlandii Północnej.

Kolacja odbyła się w restauracji Belfast Castle. Zaproszeni goście podzielili się opłatkiem pobłogostawionym przez Księdza Daniela Głósko, składając sobie świąteczne życzenia. W kolacji uczestniczył Honorowy Konsul Jerome Mullen. Kolacja przebiegała w miłej atmosferze.

AT



„ Mam na imię Julia i mam 14 lat. Mieszkam z Rodzicami w Częstochowie. Nie mam rodzeństwa, ale ciągle marzę o tym by je mieć. Interesuję się modą i fotografią. Bardzo lubię czytać książki i co, niektórych może zdziwić, lubię się uczyć:) Uwielbiam jeździć na rowerze, rolnkach i nartach. Kocham zwierzęta i naturę, wycieczki górskie i bieganie boso po plaży. Mam mnóstwo planów i marzeń m.in. zdobycie Korony Gór Polski:)”

Z Nowym Rokiem każdy z nas czyni postanowienia, plany, zadania. Julka w w/w tekście opisuje swoje marzenia bardzo realnie i jak na 14- latkę bardzo dojrzałe. Po świętach Bożego Narodzenia w ludziach jest a przynajmniej powinna być potrzeba bycia lepszym, niesienia pomocy innym, zrobienia czegoś bezinteresownego dla kogoś kto tego potrzebuje. Zatem pozwoliłam sobie zamiast tradycyjnego artykułu, zwrócić się do wszystkich czytelników z prośbą o pomoc dla tej dziewczynki. Nie ukrywam, że ta sprawa nie jest mi obca, ponieważ Julia jest córką mojej koleżanki ze studiów.

14-letnia Julia cierpi od 8 miesięcy na rzadki nowotwór złośliwy tkanek miękkich i kości- mięsaka maziówkowego (sarcoma synoviale) Porusza się o kulach, nie chodzi do szkoły i ma ograniczony kontakt z przyjaciółmi. Pieniądze zbierane dla Julii są potrzebne na długą, kosztowną rehabilitację po operacji w Stuttgardzie.

Komitet pomocy dla Julii Janik Bank Millennium
69 1160 2202 0000 0002 4735 7128

Agnieszka Sztajner-Iwińska

Andrzej Mańka
polski psycholog
z długoletnim doświadczeniem



Porady Terapie
Badania Konsultacje

depresje, nerwice, uzależnienia,

kłopoty wychowawcze, trudności szkolne

konflikty małżeńskie,

kliniczne problemy autyzmu

Tel: 079 134 966 71

E-mail a.manka@op.pl

Spotkanie z Mikołajem

W tym roku Mikołaj nie zawitał do Polskiej Szkoły Sobotniej w Craigavon, więc dzieci postanowiły go odwiedzić w jego świętej grocie. Spotkanie z Mikołajem, Panią Mikołajową i Elfami było niesamowitą atrakcją zwłaszcza dla najmłodszych naszych uczniów. Mikołaj sprezentował dzieciom edukacyjne gry planszowe czym niezmiernie ucieszył naszych milusińskich. Spotkanie z Mikołajem odbyło się 7 grudnia 2013 roku w Jethro Centre Lurgan. Koszty wizyty w całości zostały pokryte przez PSS w Craigavon ze środków szkoły. Rodzice nie ponieśli żadnych dodatkowych opłat. Podczas spotkania rodzice mogli się poczęstować kawą, herbatą a dzieci gorącą czekoladą i herbatnikami. W czasie oczekiwania na spotkanie z Mikołajem dzieci mogły miło spędzić czas na grach i zabawach. Dla dzieci była to zapewne niezapomniana chwila a dla rodziców doskonała okazja do rozmowy, wymiany poglądów i spostrzeżeń czyli po prostu spotkanie integracyjno - towarzyskie. Zdjęcia z wizyty w grocie można obejrzeć i pobrać ze strony

www.polskieni.com/galeria.

AT



Polski Klub Wędkarski w Irlandii Północnej



Aktualności wędkarskie - Zawody wędkarskie Predator Tour Ireland 2013

Ostatnie zawody w tym roku odbyły się 17/11/2013 zorganizowane przez klub wędkarski „Polish Anglers Northern Ireland”. Zawody odbyły się na zbiorniku pstrągowo-szczupakowym „The Oaks Fishery” w Strathfoyle.

Punktowane były szczupaki a dokładniej – ich długość. Do zawodów zgłosiło się dwunastu zawodników i punktualnie o 10:00 rozpoczęliśmy zmagania. Pogoda – jak na zamówienie bez deszczu i wiatru, temperatura około 10 stopni, więc warunki do rozegrania zawodów mieliśmy idealne. Już na samym początku rywalizacji faworyt wszystkich zmagających spinningowych - Andrzej „Gangu” Petla wyholował szczupaka 75cm jak się później okazało był to największy okaz dnia. Zawody te były rozgrywane z łodzi, po dwóch zawodników na łódź. Tomasz Rzońca pełnił rolę sędziego, a jego zadaniem była pomoc zawodnikom przy mierzeniu złowionych ryb i obserwowaniu aby zawodnicy trzymali dystans od łodzi sąsiedniej. Do walki o zwycięstwo włą-

czyli się jeszcze Wiesław Nowicki, Jacek Januszewski, Sławomir Zajęc, Julian Dabioch, Paweł Cichoński i Artur Bojczewski, ale Andrzej dość szybko rozwiął wszelkie wątpliwości kto jest najlepszy w spinningu. W sumie złowionych zostało 16 szczupaków, więc można śmiało powiedzieć, że był to udany dzień.

Klasyfikacja końcowa zawodów:

- 1 – Andrzej Petla
- 2 – Sławek Zajęc
- 3 – Jacek Januszewski

Jak widać pierwsze dwa miejsca przypadły ekipie Fishing NI co potwierdza, że chłopaki znają się na tym rzemiośle naprawdę dobrze. Należy również dodać, iż Sławek wygrał z Jackiem jedynie o 2cm co świadczy o wyrównanym po-

ziomie zawodników i o wielkich emocjach które towarzyszyły niedzielnej rywalizacji do samego końca.

Dziękujemy wszystkim za przybycie i zapraszamy na kolejne spotkania nad wodą z Polish Anglers N.I.

Więcej szczegółów i zdjęć z niedzielnych zmagających znajdziecie na naszym FORUM - <http://forum.polishanglers-ni.pl/viewtopic.php?f=88&t=2775&start=20>

Redakcja Polish Anglers Northern Ireland





wielka orkiestra
świątecznej
pomocy

22. FINAŁ
NA RATUNEK

★ 12.01.2014

NA ZAKUP SPECJALISTYCZNEGO SPRZĘTU
DLA DZIECIĘCEJ MEDYCZYNY RATUNKOWEJ
I GODNEJ OPIEKI MEDYCZNEJ SENIORÓW



Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy

Planowane imprezy:

12 stycznia 2014 roku od godziny 13.00 do 21.00. Koncert Lurgan Town Plaza. W programie: występ polskich i lokalnych wykonawców, spotkanie z z-ca burmistrza miasta Craigavon Radnym Colinem McCusker, spotkanie z Jerome Mullen Honorowym Konsulem RP w Irlandii Północnej, grill, kawa, herbata a przede wszystkim wspaniała zabawa. Dołącz do nas i wspomóż Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy. Czekamy na Ciebie!

12 stycznia 2014 roku godz. 10.30 do 15.00. Grosvenor Community Centre, 2 Genoa Str. Belfast Bt12 5bg. W programie mecze towarzyskie piłki siatkowej pomiędzy PVC Eagles a Semafor Newry, oraz pomiędzy PVC Syrena a Semafor Newry . Czyli rozgrywki mężczyzn i kobiet. Dodatkowo sportowe atrakcje dla dzieci. Spędź miło czas na sportowych aktywnościach i wspomóż Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy. ZAPRASZAMY!

12 stycznia o godz 11:30 Ormeau Park, Orangefield Lane ,Belfast BT5 6AH , pojedynek KP Sparta Belfast kontra miłośnicy piłki nożnej. Każdy mile widziany. Serdecznie zapraszamy rodziny z dziećmi. Bądźcie z nami i wspomóżcie Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy.

Zbiórki funduszy na terenie zamkniętym:

11 stycznia 2014 roku PSS Belfast

11 stycznia 2014 roku PSS Derry

11 stycznia 2014 roku PSS Craigavon.

Nie bądź obojętny. Wspomóż słuszny cel i dołącz do nas. Zorganizuj imprezę otwartą lub zamkniętą zbiórkę funduszy na swoim terenie.

Kontakt agnieszka@polskieni.com

Organizator sztabu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy na terenie Irlandii Północnej Polskie NI Sieć Społeczna oraz Naczelny Polskiego Magazynu serdecznie dziękują wszystkim ludziom dobrej woli i otwartego serca za przyłączenie się do akcji. Jesteście WIELCY!!!!





Futsal - Halowy Turniej Piłkarski III POLONIA CUP !

01 grudnia 2013 r., odbyła się już trzecia edycja halowego turnieju piłkarskiego Polonia Cup, zorganizowanego przez Sport Association Polonia NI. Impreza odbyła się, jak co roku na Shankill Leisure Centre w Belfaście. W turnieju wzięły udział tylko polskie drużyny w tym dwie z Dublinu. Niestety z roku na rok Turniej cieszy się coraz mniejszą popularnością wśród polskiej społeczności dlatego w przyszłym roku zorganizowanie tej imprezy stoi pod znakiem zapytania. Turniej był rozgrywany w systemie każdy z każdym. Zwycięzcą turnieju została drużyna Iniemamocni Dublin, drugie miejsce zajęła drużyna Magic Dublin, trzecie Clady FC, a czwarte FC Dungannon. Najlepszym strzelcem turnieju został zawodnik drużyny Iniemamocni **Sławomir Huk**, strzelec 8 goli, natomiast najlepszym bramkarzem turnieju został wybrany Marcin Malecki z tej samej drużyny. Obaj zawodnicy otrzymali pamiątkowe statuetki, piłki oraz dyplomy. Natomiast trzy pierwsze drużyny otrzymały oryginalne pamiątkowe puchary i dyplomy oraz zwycięzca dodatkowo komplet medali, oraz piłkę halową.

Wszystkim uczestnikom dziękujemy za udział oraz wspaniałą grę i atmosferę.

Andrzej Lewiński



Newry and Mourne News



- Over a hundred children from Poland, Lithuania Latvia and Slovakia.
- Over a hundred parents accompanying them
- Real Snow



Alan z mamą – najmłodszy uczestnik zabawy.





Agnieszka i Milan z pociechami.



Agnieszka i Grzegorz z dziećmi.



Malgorzata, Damian



Brac



Nikola, Nadia i Wiktor



Państwo Prokopiuk z dziećmi.



Oj nie każdy miał odwagę spojrzeć na Mikołaja



ia Lis



Centrum Pomocy Mniejszościom Narodowym



OFMDFM

Office of the First Minister and
Deputy First Minister
www.ofmdfmi.gov.uk



Centrum Pomocy Mniejszościom Narodowym znajduje się w budynku Urzędu Miasta Newry pod adresem **Bank Parade, Newry, BT35 6HR**

Centrum oferuje :

- kompleksowe doradztwo i wsparcie dla mniejszości etnicznych
- pomoc w wypełnianiu formularzy
- udziela informacji na temat prawa pracy, dostępnych rodzajów zasiłków, szkolnictwa, opieki zdrowotnej, spraw mieszkaniowych i innych
- kieruje do odpowiednich instytucji
- kontaktuje z prawnikami
- organizuje spotkania informacyjne

Wsparcie można także uzyskać w Centrum Seashell, Newcastle Street, Kilkeel w każdy pierwszy piątek miesiąca od 14.00 do 16.00 oraz w Lir Dom, Dungormley Estate, Newtownhamilton w dwa czwartki w miesiącu od 10.00-13.00

Kontakt: Artur Kmiecik: ethnicsupport@newryandmourne.gov.uk,
tel. 028 30252544

Godziny otwarcia:

Poniedziałek, środa:

09:00 - 17:00

Wtorek:

14:00 - 17:00

Czwartek: 14:00 - 22:00

(po uzgodnieniu terminu)



Newry and Mourne Ethnic Minority Support Centre is located at Newry Town Hall. The Centre provides a comprehensive advice and support service for ethnic minority residents of the District on issues such as rights, access to services, benefits etc. The Centre also arranges information sessions and regular advice clinics in partnership with Citizens Advice Bureau and Northern Ireland Housing Executive.

Contact: Artur Kmiecik:

ethnicsupport@newryandmourne.gov.uk,
tel. 028 30252544

Ethnic Minority Support Centre Centrum Pomocy Mniejszościom

Zaprasza Wszystkich na
Kursy Języka Angielskiego
z irlandzkim i polskim nauczycielem

English classes starting again
for parents (with creche)
on Monday,
January 13th
2014

Chcesz znać
Szczegóły
Zadzwoń.
ZAPRASZAMY!



SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI: 028 3025 2544

WIĘC CHODŹ POMALU MÓJ ŚWIAT!

Polski Magazyn
17 nr 33 01/2014

21 Styczeń - **DZIEŃ BABCI**
22 Styczeń - **DZIEŃ DZIADKA**

Dzień Babci to najbardziej wyjątkowy dzień w roku.
Przygotuj dla babci i dziadka najlepsze życzenia
z okazji ich święta i spraw, by poczuli się wyjątkowo.

Niechaj dziadzio z babunią tak nam długo żyją,
Póki komar i mucha morza nie wypiją.
A ty mucho, ty komarze, pijcie wodę powoli,
Niech się dziadzio z babcią nażyją do woli.

Babcia jest jak dobra wróżka, co otwiera bajkom drzwi,
Bo gdy kładzie nas do łóżka potem mamy piękne sny.
Babcia wszystko robi dla nas, z jej pomocy każdy rad.
Babcia strasznie jest kochana, więc niech żyje nam sto lat!

Dziś naszemu dziadkowi życzenia złożymy,
W małą paczuszkę serduszko włożymy,
I wiemy, że bardzo będzie się cieszyć,
Kiedy zobaczy, że do niego spieszymy,
Nasz dziadek najlepszy jest
w świecie,
Wszystkim wam powiem
bo wy nie wiecie,
My naszego dziadka
najmocniej kochamy,
I ściskamy za szyję,
Niech będzie zdrowy
I sto lat nam żyje!



O dwunastu miesiącach

Janina Porazińska

Była w chacie gospodyni. Miała córkę i miała pasierbicę.(...) Pasierbica zawsze miała główkę gładko przyczesaną, liczko umyte, sukienkę, choć biedniutką, ale czystą. Córka była roztargana, często nieumyta, a jak jej się spódniczka ubłocila, to w takiej szargulicy wciąż chodziła. Ludzie na pasierbicę mówili: ładniuszka; na córkę mówili: brzyduliha. Więc macocha pasierbicy strasznie nie lubiła. Tak umyśliła sobie: „Pozbędę się jej, do lasu ją wyślę, niech ta gdzie w boru uśmiertnie”.

Nadszedł grudzień. (...) Woła macocha pasierbicę i mówi:

– Idź mi zarutko w las i nazbieraj fiołków. Jak ich nie nazbierasz, to się tu nie pokazuj, bo cię do izby nie wpuszczę.(...)

– A kajżesz ja tera skoroś zimy fiołki najdę?

– Szukaj se, kędy chcesz, a ja swojej woli nie odmienię. Abo dziś do wieczora fiołki przyniesiesz, abo się nie pokazuj w chatupie!

Rzuciła sierocie do sieni koszyk i izbę na skobel zawarła. Ha, cóż było robić. Zaodziała się dziewczyna chuścina, na boscie nogi wzięta chodaki i poszła w las. Najciężej było iść otwartym polem, bo wiatr tu hulał, szarpał i w oczy śniegiem uciskał – ale w lesie już było przyciszniej. (...) Idzie dziewczyna i idzie lasem, a wcale nie rozumie, gdzie tu można fiołki znaleźć. (...) „Pewnie zginę albo z mrozu, albo z głodu, albo od wilków. (...) Dobry kawał już lasem uszła, aż tu widzi – ogień się pali, a dookoła ognia dwunastu chłopów siedzi. „A może to zbójcy? Iść tam? Nie iść?” Ale pośmiała się i ku siedzącym idzie. A jak podeszła bliżej – rozeznała, kto to.

Rzekła dobre słowo – odpowiedzieli jej i pytają:

– Który też z nas najbardziej ci się podoba?

A sierotka śmiało:

– Wszyscyście piękni, boście wszyscy potrzebni.

Spojrzeli bracia po sobie, spodobała im się taka grzeczna mowa. Aż pytają:

– Po coś tu przyszła dziewczynko?

– Macocha kazała mi fiołków nazbierać, ale kaj ich ta zimą szukać!

– E, nie trapże się, może i znajdziesz.

Usiadł Kwiecień na miejscu Grudnia.

Zaraz śnieg zaczął topnieć, aż się porobiły rozcieki, ale te i od razu w grunt wsiąkły. Co bliskie jarzębiny, brzozy i leszczyzny pokryły się listkami, zazieleniły się jagodowe, borówkowe krzaczkę, a ptaszęta zaczęły po wiosennemu śpiewać.(...)

– Idźże, sierotko, za tę pierwszą sosnę, fiołków poszukaj.

Idzie dziewczyna, patrzy... a tam aż modro od kwiecia!

Przypadła na kolana, rwie, rwie...pół koszyka narwała. Przykryła je mchem, żeby nie zmarzły. I wróciła do ogniska Kwietniowi podziękować.

– Idźże w spokoju do domu. A jak będziesz znów w potrzebie, przybieżaj do nas.

(...)Usłyszała macocha, że dziewczyna wchodzi do sieni, tak wyszła z izby i woła:

– Jeśli nie masz fiołków, to wynocha!

– Mam, mam, patrzcie jeno! – woła dziewczynka z radością i stawia koszyk na stole.

Przyskoczyła do koszyka matka i córka. Odgarniają mech – a tu w izbie zapachniało jak w ogrodzie wiosną! Wytrząsnęły koszyk – a tu na stole cały kopczych świeżutkich kwiatów! (...)

– W lesie były?

– W lesie.

Minęły trzy dni, mróz jeszcze bardziej się nasilił, wichry jeszcze się bardziej rozsrożyły – a macocha myśli: „Za pierwszym razem nie udało się, może za drugim się uda”. I woła do sieroty:

– Biegaj mi zaraz w las i nazbieraj tam poziomek. (...) A jak ich nie najdziesz, to nie wracaj!

Znów się dziewczyna okręciła swą podartą chuścina, wzięta na boscie nogi chodaki i poszła. Myśli sobie: „Pójdę do Miesiący, może mnie i teraz poratują. (...)Idzie, idzie... wichry ją szarpia, mróz na wylot ją przejmuję. Każda kosteczka w niej z zimna się trzęsie. Ale jakoś do lasu doszła, do dwunastu braci dobrnęła. Powitała ich, odpowiedzieli.

I Grudzień mówi:

– To ty, dziewczynko? Cóż teraz chciałybyś mieć?

Wstydzi się sierotka swej zuchwałości, ale cóż ma począć! Więc nieśmiało szepce:

– Poziomek bym chciała... pięknych, dojrzałych...

– To się zrobi... to się zrobi... – Mówi Grudzień.

Dźwignął się ze swego siedziska, a na jego miejsce przyszedł młody Czerwiec.

I raz-dwa-trzy... dookoła śnieg stają,

drzewa zazieleniły się(...)

– Idźże, sierotko, za tę sosnę, poszukaj. Idzie dziewczyna, a na polanie za sosną aż czerwono od poziomek! Jakby tu kto cały wór koralików rozsypał! Dopieroż zaczęła zbierać a do dzbanka sypać! (...)Zerwała liść paproci, dzbanek nakryła, wilczym tykiem okręciła i z wielką radością poszła Czerwcowi podziękować.

– Idźże, sierotko, spokojnie do domu. A jak będziesz czego potrzebowała, to przyjdź tu do nas.

Idzie dziewczyna do domu i, tak jak za pierwszym razem, wcale jej nie zimno i dzbanek nie cięży, i droga niedaleka. (...)Usłyszała macocha, że dziewczyna wchodzi do sieni, tak wyszła z izby i woła:

– Jeśli nie masz poziomek...

(...)Postawiła sierota dzbanek na stole, paprociowe liście zdjęła, a tam poziomek jedna w jedną duże jak wiśnie, a dojrzałe, aż sok się z nich rosą wytacza. (...)Na wieczór matka z córką poziomek zjadły, sierocie nic nie dały. Znów minęło kilka dni. Gospodyni myśli: „Głupia byłam, że chciałam fiołków, że chciałam poziomek. Kwiatki zwiędły i nie ma nic; poziomek się zjadło i nie ma nic. Tera każę sierocie przynieść z lasu talarów. (...)Więc mówi do sieroty:

– Leć mi do lasu i przynieś talarów. Coby były ciężkie, ze szczerzego srebra. Jak ich nie najdziesz, to się tu nie pokazuj!

Zabrała się sierota i znów idzie, i znów przed braćmi Miesiącami staje.

– Talarów kazali macocha przynieść. Coby były ze szczerzego srebra.

Podumał Grudzień, aż mówi:

– Przychyl się i weź sobie węgielków z ogniska.

Nie śmie dziewczyna odmówić, ale strasznie się boi, że jej te węgielki dziurę w zapasce wypalą i macocha ją za to ukarze. A jakżeż przyjdzie z węglami, skoro miała talarów przynieść!... Widzi grudzień, że dziewczyna waguje, tak powiada:

Nie bój się, nabierz węgielków. A jak jeszcze macocha cię wyśle, to już do niej nie wracaj, u nas ostań. W naszej zagrodzie będziesz mieszkała, gospodarkę nam będziesz prowadziła. Dziewczyna kupkę węgielków



czerwonych, żarzących nabrąta, podziękowała i wraca. (...)Weszła do sieni, a macocha woła:

– Masz talary?! (...)

Nie śmie sierotka o tych węgielkach powiedzieć – boi się. Milczkiem do nalepy podchodzi, a serce w niej mdleje ze strachu. Wytrząsa z zapaski... A tu brzdęk, brzdęk, brzdęk... srebrne talary na nalepę lecą i dźwięczą, i błyszczą, aż w całej izbie pojaśniało. Rzuciła się macocha z córką! Talary zagarniają, oglądają, liczą... (...)| na sierotę obie:

– Tyleś jeno przyniosła! A kaj masz więcej? (...) Leć zaraz i wszystkie przynieś!

Zaodziała się sierota w swą starą chuścinę i poszła w las, i więcej nie wróciła. Do dwunastu braci Miesiący na służbę przystała. Czeka macocha do późnej nocy. Czeka cały ranek, cały dzień i znów cały wieczór. Pasierbicy nie widać. Tak-ci powiada do swojej córki:

– Nie wiadomo, co się stało z pasierbicą, może w polu zamarzyła na śmierć. To tera ty pójdziesz.

– Matko, chcecie, cobym i ja przepadła?

– Nie bądź głupia! Tamta co na sobie miała? Letniczkową sukienkę i chuścinę. A ciebie zaodzieję w wetniak, w kozuch, w buty po kolana. Nie bój się, ani poczujesz zimna. (...) Potrafiła tamta, potrafisz i ty.

– Przecie! Potrafię. Jeszcze więcej przyniosę.

– Weźże na talary w jedna rękę torbę, w drugą garnek, a na plecy jeszcze woreczek. No, nadźwigasz się, ale idź se powolutku, odpoczywaj. (...)

(...)Przeszła córka pole, weszła w las. Ciepło jej, wesoło. Idzie a rozgląda się dookoła, gdzie to te talary leżą. O, coś tam się w lesie jarzy, migocel!...

Biegnie dziewczyna, aż się o małe świerczki śniegiem przysypane potyka i przewraca! Przybiegła! Patrzy, a to ognisko się żarzy, a dookoła ognia dwunastu braci siedzi. Poznała, że to bracia Miesiączkowie.(...)

– Dzień dobry, dziewczynko! A może nam powiesz, kto

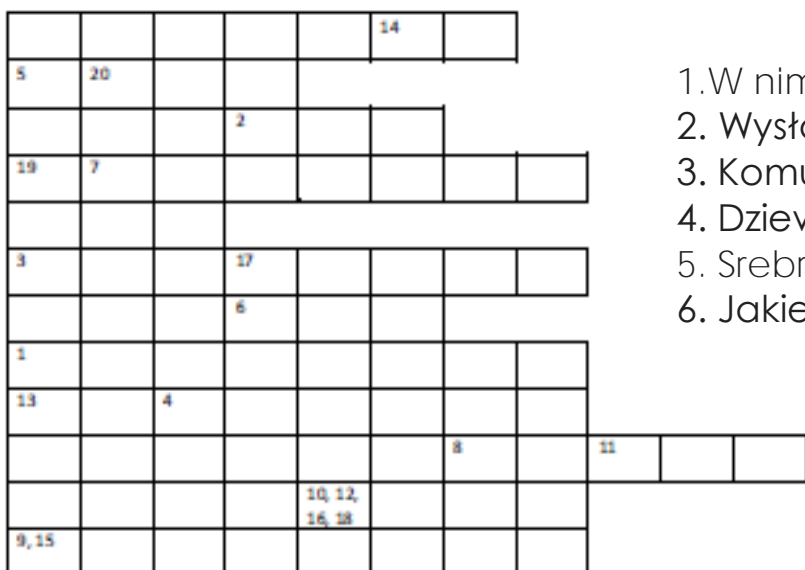
my jesteśmy?! – Zawołał wesoło Grudzień.

A córka ze złością:

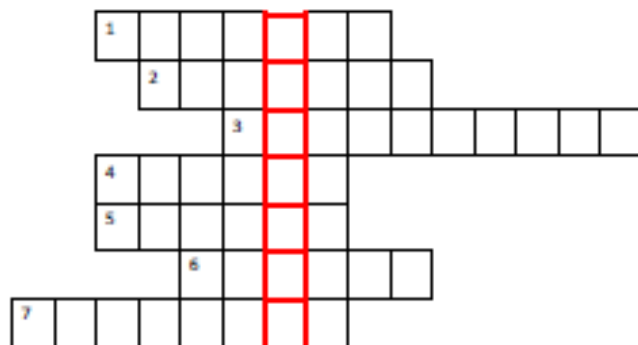
– Ten tu Marzec – kłapie wargą jak starzec. A ten Maj – tylko mu kij żebraczy daj. A ten Luty – Ma koślawe buty. Stary Grudzień – największy leń!...

I tak długo jeszcze urażliwie Miesiączkom przygadawała. Aż się bracia rozgniewali. Podniósł się Grudzień, a na jego miejsce usiadł Luty. I dopiero jak nie zacznie się sroga zima! Mróz ścisnął nagle taki, że aż drzewa zaczęły hukać. Podniósł się wichur, pochwyił tumany śniegu i rozhukał się zamiecią.

Myśli córka: „Trzeba mi do domu uciekać!” Ale drogi powrotnej wcale znaleźć nie może. To w tę stronę biegnie, to w tamtą. Ognisko z oczu straciła. A tu bór coraz gęściejszy, a tu mróz coraz okrutniejszy, a tu zaspas coraz większe. Brnie już po kolana, siły traci, senność ją ogarnia... Aż i umarzała na śmierć.



1. W nim poziomki.
2. Wystąpiła pasierbica do lasu.
3. Komu dziękowała pasierbica za poziomki?
4. Dziewczyna przyniosła w nim kwiaty.
5. Srebrne monety.
6. Jakie kwiaty kazała przynieść macocha?



W tabelę powyżej wpisz nazwy miesięcy we właściwej kolejności.

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

Psychotest - Czy nadszedł czas na zmiany?

Czasami trzeba coś w swoim życiu zmienić, aby nie popaść w antytwórczą stagnację. Czasami może się zdarzyć, że jeśli nie dokonamy tych zmian, to zamiast lepiej będzie działać się coraz gorzej. Sprawdź czy u ciebie nadszedł czas na zmiany. Odpowiedz sobie na pytanie: jaka jestem, jaki jestem. To jest Twoja psychozabawa. Poznaj siebie i dowiedz się czy w twoim życiu nadszedł czas na zmiany...

1. Czy jesteś zadowolony z życia?

- a) nie...1
- b) 50/50...3
- c) tak...5

2. Czy masz kogoś komu możesz zdradzić swoje tajemnice?

- a) nie...1
- b) nie lubię się zwierzać...3
- c) mam taką osobę...5

3. Czy jesteś zakochany?

- a) nie...1
- b) można tak powiedzieć...3
- c) tak...5

4. Czy jesteś zadowolony z twoich finansów?

- a) zdecydowanie nie...1
- b) mogłoby być lepiej...3
- c) raczej tak...5



5. Czy dobrze sypiasz?

- a) nie...1
- b) różnie bywa...3
- c) tak...5

6. Czy boisz się tego co może nastąpić jutro?

- a) tak...1
- b) czasami...3
- c) nie, nigdy...5

7. Czy jesteś zadowolony ze swojej pracy?

- a) nie lub jestem bezrobotny...1
- b) nie jest źle...3
- c) zdecydowanie tak...5

8. Czy denerwują cię sukcesy innych ludzi?

- a) często...1
- b) rzadko...3
- c) nigdy...5



9. Czy odpoczywając robisz to co lubisz?

- a) nie...1
- b) różnie bywa...3
- c) tak...5

10. Czy możesz powiedzieć o sobie, że jesteś "wolnym człowiekiem"?

- a) nie...1
- b) trudno powiedzieć...3
- c) tak...5

Jeśli uzyskałeś(aś) 10-22 punkty

Nadszedł ten czas kiedy powinieneś wprowadzić zmiany w swoim życiu. Test nie odpowiada na pytanie co musisz zmienić. Ten problem musisz sam zdiagnozować, a następnie przyjąć plan działania i konsekwentnie go realizować. Jeżeli tego nie zrobisz twoja frustracja będzie się pogłębiała i będziesz wpadał w coraz głębszy życiowy dół, z którego coraz trudniej będzie ci się wydostać. Przystań się bać i chwyć byka za rogi! To jest twój czas na zmiany!

Jeśli uzyskałeś(aś) 23-37 punktów

Nie jest tak, że musisz w swoim życiu wszystko diametralnie zmieniać, ale są sprawy z którymi najwyższy czas się uporać. Na razie udajesz, że to co cię dręczy nie jest tak ważne lub po prostu starasz się o tym nie myśleć. Problemy mają jednak to do siebie, że lubią się nawarstwiać, a niezrealizowane potrzeby powodują coraz większą frustrację. Najważniejsze jest jednak to, że to co powinieneś zmienić możesz na razie uczynić w sposób bezkonfliktowy. Nadszedł czas na niewielkie zmiany. A może większe?

Jeśli uzyskałeś(aś) 38-50 punktów

Wszystko wskazuje na to, że w twoim przypadku nie nadszedł czas na zmiany. Być może dzieje się tak dlatego, że nie czekasz aż to co powinno być zmienione zmieni się samo. Na bieżąco rewidujesz aktualny stan swojego życia i robisz wszystko, aby twoje pragnienia i problemy nie nawarstwiały się. Z jednej strony jest to postawa bardzo korzystna dla ciebie, ale czasami myśląc o sobie zapominasz o bliskich ci ludziach. Czas na zmiany? Nie! Jeszcze nie!



CHWIŁA DLA CIEBIE...

Kwitnię wiosną	„Ptak” przy studni	Miasto słynne z kasyn gry (USA)	Cereus lub opuncja	Miasto i półwysep w Chinach	Planeta lub baton Szal lub wał	Drzewo Jana z Czarnolasu	8 bitów
			16	Wygnać			
Bez sznurka ani rusz ...	Stos atomowy Krzesło dla króla			21		Dzieło reżysera	4
	10			Nawierzchnia drogi			13
Kurtka, bluza		7			Jaki pan, taki on Spódniczka Szkoła	Tło pod rysunkiem	Zakopiańska willa
Silny upływ krwi		Rodzaj zamszu	Dźwignia handlu				
Własne ja; jaźń	11		Drużyna				6
					Rozmach		
5					Z niej pożar		1
Klient ZUS-u	Ślad zwierzyny		... Karewicz Stroni od mięsa			Ważny w wierszu	Brytyjska to funt
				Jadło			19
	23		12	Lśniaca tkanina			22
Subwencja, subsydium		Wiszące łóżko			Imię pani Bovary	Całość, całość kształt	9
Gwiazda opery (dawnie)		W koperce					W powietrzu po burzy
Australijska jednostka monetarna			Wibracja w muzyce Podagra				
		Np. sekta		8	14	Kuliste obrzęknięcie na czole	
Namiot Indian	Drzewo iglaste pełne szyszek			20		Wysłodziny	3
Np. woli, rozpaczy		Niejedna po zadymsce				Niwa	18
							17

Litery z ponumerowanych pól utworzą rozwiązanie - aforyzm Mieczysława Michała Szargana.

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

Prawidłowe rozwiązanie wraz z danymi kontaktowymi prosimy o przesłanie na adres redakcja@polskieni.com w terminie do dnia **20.01.2014r.** Nagrodę niespodziankę wyślemy pocztą w ciągu 30 dni. Prawidłowe rozwiązanie krzyżówki z zeszłego miesiąca to: Półdebiuty dają półskutki. Nagrodę otrzymuje Izabela Ostrowska z Lurgan. **GRATULUJEMY**



Wchodzi babcia do autobusu z wielkim koszykiem i woła:
- Panowie uwaga na jajeczka.
- O, babcia wiezie na targ jajeczka? - pyta jeden z podróżnych.
- Nie, gwoździe.

Za odjeżdżającym pociągiem biegnie stara babcia z olbrzymimi bagażami i krzyczy:
- Panie Jezu, pomóż mi abym zdążyła!
Nagle babcia się przewróciła i mówi:
- Panie Boże, ale mnie nie popychaj!!!!!!

Jedzie autobus i wsiadają do niego dwie starsze panie. Jedna z nich pyta:
- Czy ten autobus jedzie do Poronina?
- Tak - odpowiada kierowca.
- Ale czy na pewno? - dopytuje się babcia.
- Na pewno - mówi ze spokojem w głosie kierowca.
- Ale czy tak na pewno do Poronina? - nie daje za wygraną babcia.
- Nie, kurczę do Nowego Jorku - odpowiada kierowca.
- A przez Poronin?

Siedzą dwie babce w tramwaju i rozmawiają ze sobą. Do tramwaju wsiada skin. Jedna babcia ustępuje mu miejsca i mówi do drugiej:
"Biedny chłopak nie dość, że po chemioterapii to jeszcze w butach ortopedycznych".

Przychodzi babcia do urzędu skarbowego, złożyć PIT. Urzędniczka sprawdza i mówi:
- Właściwie wszystko jest dobrze tylko brakuje Pani podpisu, na to babcia: ale jak ja mam się podpisać?
- No tak jak się Pani zawsze podpisuje. Babcia bierze długopis i pisze: Całuję was gorąco babcia Aniela...

Czy przytrafiła Ci się zabawna sytuacja, z której śmiejiesz się do dziś gdy tylko ją wspominasz?
Jeśli tak to nie zwlekaj i napisz do nas na adres: redakcja@polskieni.com i podziel się nią z innymi!



Zdrowa dieta ratunkiem po świętach.

Święta minęły pod znakiem kulinarnej rozpusty? Strajkujący żołądek przypomina kamień a figura niebezpiecznie się zaokrągliła? Oto sposób na poświąteczne odtrucie. Ta zdrowa dieta nie wymaga specjalnego wysiłku, a pozwoli szybko wrócić do normy.



Po trawieniu mnogości ciężkostrawnych pokarmów żołądek ma prawo czuć się przeciążony. A po spożyciu uderzeniowej dawki kalorii ciało miało prawo się zaokrąglić... Lekka dieta pomoże szybko wrócić do normy.

Głodówka? Zapomnij!

Przejście ze stanu obżarstwa do stanu głodowania tylko zafunduje układowi trawiennemu dodatkowy szok. Po ciężkiej pracy trawienia kapusty, ciast i tłustych mięs organizmowi przyda się odtrucie z toksyn i dawka zdrowych wartości odżywczych. Dlatego dietetycy odradzają poświąteczne głodówki. Co w takim razie robić?

Po pierwsze: pij.

Duże ilości płynów to podstawa świątecznego odtrucia. Pij płyny w postaci niegazowanej wody mineralnej i różnego rodzaju herbat. Szczególnie odtruwające właściwości ma herbata zielona i czerwona. Wybierz ulubiony smak, ułatwi to rezygnację z dodawania cukru.

Po drugie: jedz płynnie

Płyny podczas odtruwającej diety powinny zagościć nie tylko w szklance i kubku, lecz również w salaterce i na talerzu. Wśród dziennych posiłków koniecznie znajdź miejsce na napoje mleczne w postaci kefirów i jogurtów (wybierz te naturalne, bez dodatku cukrów!). A w ramach obiadu czy lunchu zjedz zupę.

Po trzecie: jedz mało, ale często

Minimum pięć niewielkich posiłków w ciągu dnia – oto żelazna rada każdego dietetyka na wyszczuplenie sylwetki. Przemiana materii przyspiesza a organizm nie buduje tak niepożądanych przez nas „zapasów”. Takim lekkim posiłkiem może być średniej wielkości jabłko czy mały jogurt naturalny. Ale uwaga: śniadanie to podstawa! Pierwszy posiłek w ciągu dnia powinien zapewnić uczucie sytości.

Oszukuj swój organizm

Nieładnie oszukiwać, szczególnie, jeśli oszukujesz samą siebie. Ale wyższy cel w postaci zdrowia i pięknej sylwetki powinien rozgrzeszyć małe kłamstewko. Pij dużo przed posiłkami – zjesz mniej. Dokładnie przeżuвай każdy kęs. Zamień sztucce i naczynia na mniejsze – mały widelec czy łyżka spowolni proces jedzenia i pozwoli bardziej się nasyć. Niewielki talerz optycznie „powiększy” porcję.

Zrezygnuj z poświątecznych „zapasów”

Zapewne w lodówce czekają jeszcze ostatnie świąteczne przysmaki. Zrezygnuj z nich, lub przynajmniej ogranicz ich konsumpcję. Kilkudniowa kapusta to jeszcze większe wyzwanie dla żołądka, niż świeża. A jedzenie ciast w dużej ilości nie odejmie ci kilogramów przed sylwestrem. Takim świątecznym ciachem możesz na przykład podzielić się z kolegą lub znajomym. Ty zjesz mniej, a komuś sprawisz radość.

ŻYJ

ZDROWO!



Co nowego w UK?

Płonący zamachowiec w Belfaście.

Policja w Irlandii Północnej poszukuje niedosłzłego zamachowca, który próbował wnieść bombę zapalającą do jednego ze sklepów w śródmieściu Belfastu. Zamiast jednak zastawić pułapkę, zamachowiec wpadł w nią sam.

- Ten człowiek wszedł i nagle buchnęły z niego płomienie. Wybiegliśmy ze sklepu, a potem okazało się, że chował pod płaszczem bombę zapalającą, która niespodziewanie wybuchła - mówił BBC pracownik sklepu, w którym doszło do zdarzenia. Zamachowiec w płonącym ubraniu rzucił się w gęsty tłum na ulicy handlowej Belfastu i ślad po nim zaginął. Policja poszukuje około 40-letniego mężczyzny, który musiał odnieść poważne oparzenia.

Zastępca komendanta policji w Belfaście, Will Kerr powiedział BBC: "Wiedza techniczna, jaką mają ci ludzie budzi nasze poważne obawy. Ale obawiamy się też, że mamy do czynienia z nową generacją republikańskich aktywistów i terrorystów, którzy są zdecydowani prowadzić dalej tę kampanię."

W zeszły piątek, również w Belfaście, niewielka bomba wybuchła w dzielnicy pubów i restauracji Cathedral Quarter. A w końcu listopada częściowo eksplodował 60 kilogramowy ładunek wybuchowy w samochodzie przed galerią handlową w mieście.

(NZ) Onet

Chcesz zasiłek? Najpierw zdaj test z angielskiego.

Chcesz zasiłek? Najpierw zdaj test z angielskiego. Od imigrantów będzie wymagana znajomość angielskiego – tak dobra, aby zdać test kwalifikujący do przyznania świadczeń socjalnych. To nowy pomysł ministra Iaina Duncana Smitha.

- Wszyscy imigranci powinni wykazać się znajomością angielskiego na "rozsądnym poziomie", a jeśli ich poziom znajomości tego języka będzie słabszy, powinni być wykluczeni z grona ubiegających się o benefity – uważa minister Ian Duncan Smith. Mówiąc "wszyscy" Smith ma na myśli te osoby, które ubiegają się o zasiłki

związane z bezrobociem i pracą. Imigranci mają być pytani przez urzędników o ich językowe umiejętności w celu określenia stopnia bariery językowej przy poszukiwaniu zatrudnienia. Bardziej rygorystyczny test obejmowałby już około 100 indywidualnie dostosowanych pytań. Właściwe odpowiedzi będą przepustką do możliwości złożenia wniosku o pomoc socjalną.

Przedstawiciele ministerstwa pracy i emerytur podkreślają, że po raz pierwszy imigranci będą musieli postarać się i uaktywnić – czy to poprzez znalezienie pracy i uniknięcie starania się o zasiłek dla bezrobotnych, czy to poprzez naukę języka angielskiego. Minister Ian Duncan Smith nie traci czasu i już w tym tygodniu nowe zasady testowane są w wybranych urzędach pracy w Anglii, Szkocji i Walii. Z pewnością czeka go jeszcze rozprawa z urzędnikami z Brukseli, którzy mogą takie pomysły uznać za niezgodne z zapisami unijnych traktatów.

- Mamy prawo oczekiwać od imigrantów, którzy zamierzają pozostać tu dłużej, rozsądnej znajomości naszego języka. Ta umiejętność jest przecież kluczowa, jeśli chodzi o poszukiwanie pracy i utrzymanie zatrudnienia. Pozwala też w pełni uczestniczyć w życiu społecznym. Dlatego też zastrzyliśmy test dla imigrantów ze stałym miejscem zamieszkania. Spodziewamy się, że nie spodoba się to Komisji Europejskiej, pewnie będą chcieli skierować sprawę do trybunału. Jestem jednak zdeterminowany walczyć o to do końca. Znajomość podstaw języka to nie tylko element testu, ale także kluczowa droga dla imigrantów do pełnienia pełnej roli w naszym społeczeństwie i przyczyniania się do dobrej kondycji gospodarczej – tłumaczy minister.

Z najnowszych danych wynika, że na Wyspach około 5,6 mln osób w wieku produkcyjnym pobiera świadczenia socjalne. Prawie 400 tys. z nich to imigranci. Od 2008 roku ich grono wzrosło o 100 tys. osób. Nowe zasady ubiegania się o świadczenia socjalne oznaczają prze-

de wszystkich większy stopień skomplikowania całego procesu – poza wspomnianym testem z języka, dochodzą też informacje na temat środków podjętych w celu osiedlenia się w UK, dostarczenia szczegółów na temat sytuacji mieszkaniowej i rodzinnej, a także powiązań z krajem rodzinnym. - Wnioskodawcy musieliby dostarczyć też więcej dowodów na to, że robią wszystko w swojej mocy, aby zdobyć pracę - dodaje Smith.

(mkw) Źródło: MojaWyspa.co.uk Onet.

Rząd "dopłaci" nam 50 funtów za energię?

Sam brytyjski premier przyznał niedawno, że obywatele Zjednoczonego Królestwa wydają za dużo na rachunki. Teraz postanowił coś z tym zrobić i właśnie ogłosił plan redukcji kosztów energii.

David Cameron chce pomóc swoim obywatelom poprzez ograniczenie zielonych podatków, przez które średni rachunek za energię jest obecnie o 112 funtów wyższy. Rząd chce m.in. zmniejszyć o połowę nakłady na finansowanie zielonego projektu Energy Company Obligation Scheme - donosi Sky News.

Ceny energii stały się ostatnio jednym z głównych tematów politycznej debaty w Wielkiej Brytanii. We wrześniu przywódca opozycyjnej Partii Pracy Ed Miliband zapowiedział, że laburzyści zamrozą ceny gazu i elektryczności do roku 2017 i przeforsują reformę brytyjskiego rynku nośników energii, jeśli wygrają wybory w maju 2015 r.

(op) Źródło: londynek.net Onet





Baran

Rok 2014 będzie dla Ciebie pełen nieoczekiwanych zwrotów akcji, nowych wyzwań, ciekawych ofert, będziesz musiał także wykazać się dużą dozą rozsądku, a równocześnie - jeżeli chodzi o sprawy uczuciowe - instynktowi. Nie zapominaj o sobie i o swojej wewnętrznej równowadze, skupiaj się, zwłaszcza w pierwszej połowie roku, na osobach szczególnie bliskich Twojemu sercu, gdyż pozwoli Ci to wyciszyć się i poczuć się naprawdę dobrze w gronie najbliższych.



Rak

2014 rok Przyniesie Ci nieco zmian w życiu, zarówno osobistym, jak i zawodowym, które często będą wiązały się z koniecznością podjęcia trudnych decyzji, jednak nie bój się tego, zwłaszcza na początku roku intuicja i los będą Ci sprzyjać i pomogą Ci znaleźć najlepsze rozwiązanie. Będziesz też intensywnie rozważać rozpoczęcie podnoszących Twoje kwalifikacje szkoleń, znajdziesz też nieco czasu dla rodziny i odpoczynku, a chwilowe spadki formy i nastroju z łatwością uda Ci się przezwyciężyć.



Byk

Ten rok zacznie się dla Ciebie całkiem nieźle. Będziesz miał szansę na zamknięcie spraw z przeszłości, które do tej pory nie dawały Ci spokoju, a także na rozpoczęcie nowych, ciekawych zajęć. Zmiany mogą pojawić się także w sferze uczuć. Generalnie los będzie Ci sprzyjał niemal w każdym aspekcie, korzystaj z jego przychylności, zwłaszcza w pierwszej połowie roku. Styczeń i luty poświęć na przeanalizowanie swojej kariery zawodowej i pamiętaj, aby maksymalnie wykorzystać swoją kreatywność.



Lew

W nowym roku nastaw się przede wszystkim na drobne zmiany, przemyślenia, skupianie się na sobie, swoich potrzebach i uczuciach. Częściej niż zwykle będziesz oddawać się refleksji na temat tego, co chcesz osiągnąć w życiu, a także czy udaje Ci się to realizować tak, jak sobie zaplanowałeś. Konieczne będzie także zadbanie o zdrowie, nieco więcej niż do tej pory odpoczynku oraz relaksu zwłaszcza w drugiej połowie roku, kiedy pomoże Ci to odreagować m.in. trudniejszą sytuację w pracy.



Bliźnięta

Rok 2014 zacznie się dla Ciebie całkiem nieźle. Możliwe korzystne inwestycje i sytuacje, które wprawiają Cię w bardzo dobry humor, chociaż już w połowie roku możliwe zgrzyty i spięcia, które w niekorzystny sposób wpłyną na Twoje relacje z najbliższymi. Nie zniechęcaj się jednak łatwo, jak to masz w zwyczaju, do naprawiania relacji i rozwiązywania problemów, gdyż wprowadzi to tylko niezdrowe zamieszanie w Twoim życiu, a przecież bardzo tego nie chcesz.



Panna

Rok ten będzie dla Ciebie raczej korzystny - zwłaszcza kilka pierwszych miesięcy, podczas których los będzie Ci sprzyjał, poczujesz rosnącą samoocenę i kreatywność, a także więcej zapału do działania i do podejmowania nowych wyzwań. Pewien kryzys możliwy w połowie roku, zarówno w pracy, jak i w życiu osobistym, ale jeżeli włożysz nieco wysiłku w poprawę sytuacji - może Ci się udać zwyciężyć negatywne wydarzenia i wyjść z nich bez szwanku obronną ręką.

Horoskop



Waga

Początek roku nie będzie dla Ciebie zbyt korzystny, na szczęście dość szybko sytuacja zacznie się układać bardziej po Twojej myśli. W pierwszym kwartale uda Ci się zdobyć zaufanie szefa, spotkasz nowe osoby i podbudujesz swoją samoocenę. Możesz narzekać na nadmiar obowiązków, ale jeżeli poprosisz o pomoc kogoś ze swojego otoczenia, możliwe, że poczujesz ulgę. Ogólnie los będzie Ci sprzyjał, ale nie zapominaj o odpoczynku i relaksie, gdyż jeżeli zbyt nadwątlisz swoje siły, możesz podupaść na zdrowiu.



Skorpion

Początek roku 2014 będzie dla Ciebie raczej beztrocki, jeżeli zwrócisz większą uwagę na kontrolowanie spraw związanych z Twoimi finansami - rozrzutność będzie w tym czasie Twoim największym wrogiem. Poszerzysz grono swoich znajomych, będziesz prowadzić bujne życie towarzyskie i raczej nie będziesz narzekał na to, że los jest Ci nieprzychylny. Uda Ci się wyjść cało z opresji i uniknąć nieprzyjemnych sytuacji, chociaż czasami będzie to wymagało od Ciebie sporej cierpliwości i hartu ducha.



Strzelec

Rok 2014 będzie dla Ciebie dość zmienny - z jednej strony będzie Ci sprzyjał los i znajdą się osoby, które będą pomagać Ci i podnosić Cię na duchu, z drugiej zaś strony mogą pojawić się sytuacje, z którymi będzie Ci się ciężko uporać. Nie przejmuj się jednak za bardzo, pozwól, aby wrodzony optymizm dominował, nie bój się także refleksji na temat siebie i swojego życia, gdyż przyniesie to tylko pozytywne efekty. Styczeń 2014 będzie dla Ciebie miesiącem bardzo ambitnym.



Koziorożec

Będzie to dla Ciebie na pewno dobry rok, a przynajmniej pozytywnych wydarzeń będzie znacznie więcej aniżeli tych negatywnych. Możesz spodziewać się ich przede wszystkim w lutym, czerwcu, sierpniu oraz październiku. Nie oznacza to jednak bynajmniej, by pozostałe miesiące były dla Ciebie złe pod jakimś względem. Wiele rzeczy będzie szło po Twojej myśli, ale też na pewno będziesz miał do czynienia z jakimiś przeszkodami, jednak jeśli tylko zachowasz rozwagę i wykorzystasz swoje atuty, na pewno ze wszystkim znakomicie sobie poradzisz.



Wodnik

W nowym roku znacząco zmieni się Twoja mentalność i będzie to miało dla Ciebie wielkie znaczenie, uda Ci się spojrzeć na otaczającą Cię rzeczywistość z zupełnie innej perspektywy niż do tej pory. Dzięki temu na pewno wreszcie zaczniesz być usatysfakcjonowany z tego, jak wygląda Twoje życie zawodowe i zaczniesz cieszyć się z sukcesów w sferze osobistej. Wszystko wskazuje też na to, że poprawi się stan Twoich finansów i będzie to dla Ciebie ogromna satysfakcja, bo wreszcie będziesz zarabiał tyle, ile zawsze chciałeś.



Ryby

W roku 2014 możesz spodziewać się przede wszystkim przeżyć natury duchowej, ale bynajmniej nie oznacza to, że będziesz się nudził jeśli chodzi o realne wydarzenia. Przede wszystkim zaczniesz doceniać przyjaźń i zauważysz, jak wielką rolę odgrywa ona w Twoim życiu, a także zapragniesz jeszcze bardziej zbliżyć się do ludzi. Wszystko wskazuje na to, że to ostatnie zamierzenie w pełni Ci się powiedzie, ponieważ łatwo będziesz nawiązywać więzi z osobami ze swojego otoczenia. Będzie to miało dla Ciebie wielkie znaczenie.

T.O.C

The Original Copy)



T.O.C (The Original Copy), powstał w listopadzie 2012 roku. W skład zespołu wchodzi: Viktoria Tumsevica-śpiew, Marcin Rączka -gitara i śpiew, Krzysztof Rorat-organy oraz Dariusz Marcinek gitara basowa . Zespół powstał z inicjatywy Victorii, która zebrała nas razem,



ponieważ każdy z nas grał w innych zespołach: The Windrose oraz Last Revival. Nasza muzyka to pop rocki są to przeważnie covery, aczkolwiek mamy w swoim dorobku autorskie utwory. Naszym atutem jest elastyczność muzyczna i dlatego każdy słuchacz znajdzie coś dla siebie. Będziecie mogli usłyszeć nas na koncercie w Lurgan 12 stycznia 2014 roku. To będzie już 3 WOŚP, który wspomagamy na emigracji, pierwszy był w Dundalk z zespołem Frozen Tear i rok później w Dublinie z zespołem Last Revival. Bardzo się cieszymy, że w tym roku możemy wspomóc muzycznie WOŚP w regionie Craigavon. Życzymy wszystkim czytelnikom Polskiego Magazynu szczęśliwego Nowego Roku i do zobaczenia.

wielka orkiestra
świątecznej
pomocy

Zamieść Darmowe Ogłoszenie w Magazynie Polskim!

Chcesz sprzedać samochód? A może szukasz partnera z którym chcesz przejść przez życie? Szukasz sublokatora? A może Twoja dziewczyna ma właśnie urodziny?

To strona jest specjalnie dla Was. Piszcie, składajcie życzenia, „Róbta co chceta” - Ogłoszenie należy wystać na adres email: redakcja@polskicraigavon.com lub zamieścić je w module ogłoszeń na stronie www.polskieni.com

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania i redagowania nadesłanych tekstów a także do nie publikacji zlecenia bez podania przyczyny.

Potrzebujesz porady?

Masz problem, potrzebujesz porady? Nie jesteś sam! Możesz liczyć na naszą pomoc. Napisz do nas:

agnieszka@polskieni.com

A wspólnie postaramy się znaleźć rozwiązanie!

www.polskieni.com


creativeMix

info.cmix@gmail.com

creativemix-reklama.blogspot.co.uk

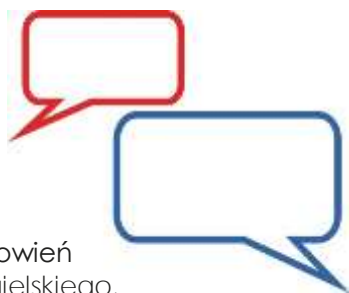
projekty graficzne ■
identyfikacja wizualna ■
ogłoszenia prasowe ■



Angielski na codzień

Witam wszystkich bardzo serdecznie.
Mam nadzieję, że miło spędziliście
Boże Narodzenie i Sylwestra.

Pełni energii i noworocznych postanowień
rozpoczynamy kolejny cykl lekcji angielskiego.



Dziś zajmiemy się formą rozkazującą czasownika.

Forma ta, mimo że nazywa się rozkazująca, służy nie tylko wyrażania rozkazów i poleceń, lecz również propozycji i zachęty. Jest ona identyczna z formą podstawową czasownika.

Proste przykłady:

Stand up.

Zależnie od tego, do kogo się zwracamy, można to przetłumaczyć jako *wstań, wstańcie*, albo też *niech pani wstanie, niech państwo wstaną*.

Jump. Skacz.

Give me that book. Daj mi tę książkę.

Have a cigarette. Poczęstuj się papierosem.

Be quite. Bądź cicho.

Get dressed. Ubierz się

Never lie to anybody. Nigdy nikogo nie okłamuj.

Jak widać z powyższych zdań, nie nazywa się zwykle osoby, do której się zwracamy, choć w niejasnych sytuacjach, kiedy mówimy do grupy ludzi i nie jest oczywiste o kogo konkretnie chodzi - można to zrobić.

John, leave the room. John, wyjdź z pokoju.

Somebody, ask him to come back. Niech ktoś poprosi go, żeby wrócił.

Mary, don't talk when I'm talking. Mary, nie rozmawiaj kiedy ja mówię.

Formę rozkazującą można nieco wzmocnić stosując do.

Do tell me about it. Koniecznie mi wszystko o tym powiedz. (Zamiast: Tell me about it. Opowiedz mi wszystko o tym.)

Do try not to complain. Postaraj się nie narzekać. (Zamiast: Try not to complain.)

Do forgive me. Przebacz mi. (Zamiast: Forgive me.)

Do be nice to him. Bądź dla niego miła. (Zamiast: Be nice to him.)

Powyższe wzmocnienie nie jest jednak łatwe do przetłumaczenia na język polski, czasami jednak wystarcza odpowiednia intonacja.

Można też po formie rozkazującej dodać question tag (zwroty pytajne dodawane do zdań twierdzących i przeczących. Omówimy je w następnej lekcji.) Jest nim między innymi dość neutralne *will you*, grzeczniejsze *would you* bądź *could you*, zniecierpliwione **can't you** czy, przy zaproszeniach **won't you**. Tego rodzaju wybór *question tag* mamy jednak tylko przy twierdzeniach, w przeczeniach jedyną możliwością jest *will you*.

Have a cigarette, won't you? Poczęstuj się papierosem, proszę.

will you?

Open the window, would you? Otwórz okno proszę.

could you?

Don't explain anything, will you?

Niczego nie tłumacz, dobrze?

Warto w tym miejscu wspomnieć o wyrażeniu **Let's** (Let us) + czasownik. Służy ono do wyrażania propozycji typu *chodźmy, zróbmy*, itp.

Let's go. Chodźmy.

Let's not tell him anything.

Nie mówmy mu nic.

Również i to wyrażenie można wzmocnić, na przykład

Do let's go.

Można też dodać do niego *question-tag*, a jest nim zawsze *shall we?*

Let's wait, shall we?

Zaczekajmy, dobrze?

Let's not hurry, shall we?

Nie spieszmy się, dobrze?

Mam nadzieję, że troszkę rozjaśniłam Wam pojęcie formy rozkazującej czasownika.

A już za miesiąc omówimy question-tag.



*Uczyła się z Wami:
Patrycja Chmielowicz*



TWÓJ NOTICE BOARD

Springwell Centre

Jest lokalną organizacją działającą na rzecz rodzin i osobistego rozwoju, która oferuje również usługi dla członków polskiej społeczności.

Oprócz pomocy indywidualnej pomaga także w kwestiach dotyczących rodziny, edukacji, zdrowia itp. Przy centrum działa polska grupa

Mother and Toddler

(spotkania dla mam i małych dzieci, które nie rozpoczęły jeszcze szkoły).

Chcesz wiedzieć więcej?

Springwell Centre,
55 Edward Street,
Lurgan

Tel. 02838 347222

Masz w rodzinie problem alkoholowy? Nie umiesz sobie poradzić? Bliska Ci osoba jest alkoholikiem i nie wiesz jak jej pomóc? W Belfaście ruszyły spotkania otwarte skierowane do rodzin dotkniętych alkoholizmem.

Grupa spotyka się w każdą niedzielę od godziny 10:30 do 12:30, na terenie kościoła St. Anthony's Church, Willowfield Crescent, BT6HP
- numer kontaktowy 07935843442-Benek

Przypominamy także iż grupa AA działa w Ballymena w każdą sobotę od godziny 17:30 do 19:15, adres: 21A Fountain Place, przy parkingu Tower Centre.
(07746251245 -Artur lub 07521305967-Wojtek)
Są to spotkania zamknięte dla osób bezpośrednio dotkniętych alkoholizmem.

Informacje, porady i wskazówki na temat pracy w Europie uzyskasz w **EURES** (European Employment Services) pod numerem **028 9025 2270**.

Jeśli uważasz się za ofiarę nierównego traktowania ze względu na rasę, religię, płeć, niepełnosprawność, orientację seksualną, skontaktuj się z: Komisją ds. Równouprawnienia (Equality Commission NI).

Telefon: 028 9050 0600
E-mail: information@equalityni.org
www.equalityni.org

Irlandzki Kongres Związków Zawodowych
(Irish Congress of Trade Unions)
4 – 6 Donegall Street Place
Belfast, BT1 2FN
Tel. 028 90319644
(linia bezpośrednia w jęz. polskim)

Honorowy Konsul Polski w Irlandii Północnej
5 Seafields, Warrenpoint Newry,
Co Down, Northern Ireland, BT34 8TG
Jerome Mullen
jerome@polishconsulateni.org
Tel: +44 (0)7836 734040

Newry and Mourne Ethnic Minority Support Centre
Newry Town Hall
kontakt:
Artur Kmiecik
ethnicsupport@newryandmourne.gov.uk,
tel. 028 30252544

Centrum wsparcia

Craigavon Intercultural Programme.
16 Mandeville Street, Portadown
Tel 028 3839 3372
www.craigavonintercultural.org

Polski doradca –
Wojciech Dylewicz
Tel. 07840135040

CIP oferuje następujące usługi:
Informacje na temat: zdrowia, opieki społecznej, prawa zatrudnienia, mieszkania oraz edukacji, pomoc w wypełnianiu formularzy oraz kierowanie do organizacji świadczących odpowiednie usługi, organizowanie spotkań informacyjnych, poradnictwo w sprawie szkolnictwa oraz treningów, asystowanie w rozwoju wydarzeń kulturalnych i sportowych, tworzenie projektów promujących integrację społeczności.

Informacje i porady na temat spraw imigracyjnych uzyskasz w
Centrum Prawnym
(Law Centre NI)

infolinia 028 9024 4401 lub
admin.belfast@lawcentreni.org.

Polskie N.I. Sieć Społeczna

Masz problem, potrzebujesz porady? Nie jesteś sam! Możesz liczyć na naszą pomoc. Napisz do nas:

agnieszka@polskicraigavon.com

Poradę i wsparcie oferuje:

Północnoirlandzka Rada ds. Mniejszości Etnicznych – Northern Ireland Council for Ethnic Minorities (NICEM)
Adres: 3rd Floor, Ascot House, 24-31 Shaftsbury Square, BELFAST, BT2 7DB

Telefon: 028 9023 8645
E-mail: info@nicem.org.uk
www.nicem.org.uk

South Tyrone Empowerment Programme (STEP)

Adres: Unit T7, 2 Coalisland Road, DUNGANNON, BT71 6JT

Kontakt:
Telefon: 028 8772 9002
E-mail: info@stepni.org
Strona internetowa:
www.stepni.org

W innych sprawach polecamy Biuro Porad Obywatelskich (Citizens Advice Bureau).

Jest to organizacja charytatywna wspierająca obywateli. bezpłatną i poufną poradą.



Twoja Paczka

Wyślij z Nami Swoją Paczkę

- ▶ Paczki do i z Polski
- ▶ Przeprowadzki, transport mebli
- ▶ Przewóz zwierząt
- ▶ Transport samochodów, motorów, rowerów
- ▶ Materiały budowlane z Polski



Szybki i łatwy sposób
na Twoją przesyłkę!

Kontakt:

tel. (+44) 0785 043 23 47

tel. (+44) 0751 233 33 03

tel. (+48) 605 553 014

www.twojapaczka.eu

Przesyłki w cenie 1funt/kg nawet do 75p

**Bart's
KEBAB**

**Polski
Kebab**
WOODHOUSE STREET,
PORTADOWN

Na miejscu/ na wynos/ dostawa
**MEAL DEALS
FROM £3.50**
Organizacja cateringu imprez
okolicznościowych

Donner Kebab • Chicken Kebab •
Hamburgers, Toastie's • Hot Dogs
and much more

W ofercie polskie potrawy: bigos, pierogi, kotlety

Otwarte codziennie od 13.00 do 22.00
Tel : 028 3833 7737

**Polska
Telewizja
Satelitarna**

DEKODERY, KARTY
PILOTY, ZASILACZE
ANTENY SATELITARNE
I PODZESPOŁY
POPRAWKI PO TZW.
„FACHOWCACH”

Piotr Skalski
tel. 07 84 26 83 833
IRLANDIA PÓLNOCNIA

**Wieloletnie
Doświadczenie**

DOJAZD NA TERENIE IRLANDII PLN. GRATIS!

Sprzedż - Instalacja - Montaż - Ustawianie anten satelitarnych

Dzwoń:
07756024375
E-mail: eurotransportni@gmail.com

eurotransportni.com

- ➔ USŁUGI KURIERSKIE, TRANSPORT ŁADUNKÓW
- ➔ TRANSPORT PACZEK I PALET
- ➔ TRANSPORT ROWERÓW, MOTORÓW, SAMOCHODÓW I MASZYN
- ➔ TRANSPORT I PRZEPROWADZKI NA TERENIE IRLANDII PÓLNOCNEJ

CENNIK

➔ Do 10kg: 15 funtów, później każdy 1kg/£1.00

JEŹDZIMY DO POLSKI CO TYDZIEŃ!

STANDARDOWA PACZKA
nie może przekroczyć 200cm (długość + szerokość + wysokość), przy czym jej najdłuższy bok nie może przekroczyć 120 cm.

**PACZKA DO POLSKI
JUŻ OD **£1**
/kg**

EUROTRANSPORT

PACZKI POWYŻEJ 25kg - £5 TANIEJ!
(tylko dla paczek o wymiarach standardowych)

PACZKI NA CAŁĄ EUROPE OD £30 ZA 20 kg!
PACZKI Z POLSKI DO 15 kg - £20!

PODRÓŻUJ DO POLSKI BEZ BAGAŻU, BAGAŻ WYŚLIJ FIRMĄ EUROTRANSPORT!

Zapraszamy!

GCS Gus Campbell
Solicitor Advocates

21 College Street ARMAGH BT61 9BT
T:(028) 3752 5999 F:(028) 3752 3622

10-12 Carleton Street PORTADOWN BT62 3EN
T:(028) 3833 4801 F:(028) 3835 0519

Pomoc w nagłych wypadkach 24h (028) 3752 5999

Prawo wypadkowe: błąd w sztuce lekarskiej, wypadki drogowe
Prawo rodzinne: rozwoły, separacje, opieka nad dziećmi
Prawo karne: szkody kryminalne, wykroczenia w ruchu drogowym
Prawo cywilne: szkody i drobne roszczenia
Prawo własności: umowy związane z kupnem i sprzedażą nieruchomości

Szukasz skutecznej reklamy
dla Twojej firmy?

**To miejsce czeka
właśnie na Ciebie**

Nie zwlekaj!
skontaktuj się z nami:
redakcja@polskieni.com
Niech Cię Zobaczą!