11 kwietnia 2025 ROK 28 WYDANIE 8

POLONIA

DWUTYGODNIK SPOŁECZNO – KULTURALNY W CONNECTICUT gazeta bezpłatna



„Wiosna to czas, gdy życie znów nabiera barw,
a serce napełnia się nadzieją.”

Drodzy Czytelnicy i Reklamodawcy

Z okazji Świąt Wielkanocnych
pragniemy złożyć Wam najserdeczniejsze życzenia
pełne ciepła, bliskości i radości.
Niech ten wyjątkowy czas przyniesie spokój serca,
nadzieję na lepsze jutro
i siłę płynącą z odradzającego się życia.
Życzymy Wam rodzinnych spotkań
przy wielkanocnym stole,
uśmiechu, który rozjaśnia każdy dzień,
oraz wiosennego optymizmu,
który doda skrzydeł wszystkim planom i marzeniom.
Dziękujemy, że jesteście z nami!

Redakcja „Polonii”

Wesołych Świąt Wielkanocnych,
smacznego jajka i mokrego dyngusa
dla klientów
życzą
Andrzej Kasica - AK Auto LLC
Kasia Kasica - Agent Nieruchomości



Kasia cell: 860-6816907
office: 860-621-8378
email: may_sunshine20@yahoo.com

Andrzej: tel. 860-827-0095
cell. 860-490-3158



Owens, Schine, & Nicola, P.C.
Legal Services Since 1928

KONSULTACJA SPRAWY
BEZPŁATNA
Ponad 20 lat doświadczenia

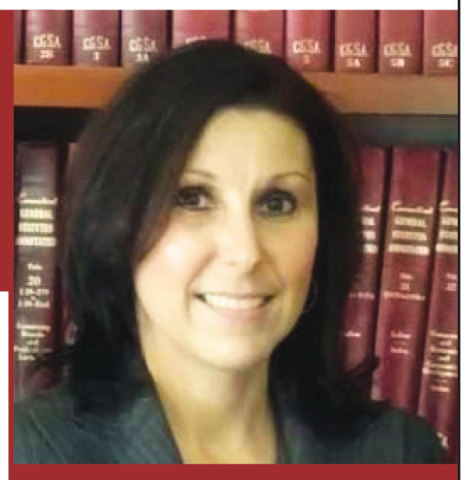
OBRAŻENIA CIAŁA
Wypadki samochodowe
Upadki i poślizgnięcia
Pogryzienia przez psa

ODSZKODOWANIA PRACOWNICZE

DUI

KUPNO I SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI

PRAWO RODZINNE
- rozwody
- opieka nad dzieckiem
- alimenty
- mediacje
- ostatnia wola testamentu



LISA PYTERAK MAINOLFI
ADWOKAT
MÓWIĘ PO POLSKU
799 Silver Ln
Trumbull, CT 06611
(203) 375 0600

17 Lenox Place
New Britain, CT 06050
(203) 375 0600

Wielkanoc – czas ciszy, nadziei i odrodzenia

Wielkanoc to czas, który przynosi ze sobą coś więcej niż tylko wiosenne słońce, zapach żurku i smak mazurka. To święta wyjątkowe – głęboko duchowe, pełne symboli, zakorzenione w tradycji, ale i w ludzkim sercu. W zabieganym świecie zatrzymujemy się na moment, by przypomnieć sobie o tym, co najważniejsze – o nadziei, która odradza się mimo wszystko.

Wielki Tydzień – cisza przed światłem

Zaczyna się od Niedzieli Palmowej – wspomnienia radosnego wjazdu Jezusa do Jerozolimy. W kościołach pojawiają się kolorowe palmy – niektóre małe i skromne, inne misternie plecione, jakby chciały zatrzymać w sobie cały urok wiosny.

Potem każdy dzień staje się coraz bardziej skupiony i pełen zadumy. Wielki Czwartek wprowadza nas w tajemnicę ostatniej wieczerzy i ustanowienia Eucharystii – to dzień, kiedy Jezus, mimo świadomości nadchodzącej zdrady, łamie chleb z uczniami. Wielki Piątek jest dniem ciszy, bólu i refleksji – Chrystus umiera na krzyżu. W kościołach gasną światła, a wierni klękają przed grobem Pańskim. To moment, w którym milkną dzwony, a modlitwa staje się głębsza, prawdziwsza.

Wielka Sobota – dzień wyczekiwania. Wierni przychodzą do kościołów z koszykami, by poświęcić pokarmy. Wśród nich zawsze znajdzie się miejsce



dla jajka – symbolu życia, baranka z cukru – znaku Chrystusa, chrzanu – przypomnienia goryczy Męki i chleba – znaku codzienności. Ale prawdziwe świętowanie zaczyna się dopiero po zmroku.

Triduum Paschalne – serce chrześcijaństwa

Triduum Paschalne to trzy dni, które niosą w sobie całą głębię wiary. To nie tylko rytuały – to przeżycie. Czas, w którym z ciemności Wielkiego Piątku przechodzimy ku światłu Zmartwychwstania.

Wigilia Paschalna w nocy z soboty na niedzielę to jedno z najpiękniejszych nabożeństw w roku. Rozpoczyna się przy ciemnym kościele, rozświetlonym jedynie przez ogień i świece. To symbol początku – światło wchodzi w mrok, tak jak zmartwychwstanie wchodzi w ludzką beznadzieję.

Niedziela Palmowa i Triduum Paschalne –

serce chrześcijańskiego roku liturgicznego

Wiosna w liturgii Kościoła nie zaczyna się od kalendarzowej zmiany pór roku, lecz od wyjątkowych dni, które prowadzą wiernych przez mrok cierpienia aż do światła Zmartwychwstania. Niedziela Palmowa i Triduum Paschalne to czas, w którym Kościół przeżywa najgłębsze tajemnice wiary – mękę, śmierć i zmartwychwstanie Jezusa Chrystusa. To nie tylko wspomnienie wydarzeń sprzed dwóch tysięcy lat, ale duchowe zanurzenie w misterium zbawienia.

Niedziela Palmowa – brama do Wielkiego Tygodnia

Tydzień Męki Pańskiej rozpoczyna się w uroczysty sposób. W Niedzielę Palmową wspominamy radosny wjazd Jezusa do Jerozolimy, witanego przez tłumy ludzi z gałązkami palmowymi w dłoniach. W polskich kościołach tego dnia wierni przynoszą własnoręcznie wykonane palmy, które są symbolem zwycięstwa i nadziei.

Liturgia Niedzieli Palmowej ma szczególny, podwójny charakter. Rozpoczyna się od poświęcenia palm i często procesji, po czym wierni uczestniczą w Mszy Świętej, podczas której czytany jest opis Męki Pańskiej. To pierwsze mocne uderzenie w serce – przejście od radości do zapowiedzi cierpienia. Szaty liturgiczne mają kolor czerwony, przypominający krew Chrystusa.

Triduum Paschalne – trzy święte dni

Triduum Paschalne to kulminacja roku liturgicznego. Rozpoczyna się w Wielki Czwartek wieczorem i trwa aż do nieszporów Niedzieli Zmartwychwstania. W tych dniach Kościół nie tylko wspomina, ale

ciąg dalszy na str. 25

Projekt finansowany ze środków Ministerstwa Spraw Zagranicznych w ramach konkursu pn. Polonia i Polacy za Granicą 2023 ogłoszonego przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów

Ministerstwo Spraw Zagranicznych



Jak świętować Wielkanoc najprzyjemniej?
Małe radości, wielkie znaczenie

Wielkanoc to święto pełne symboli, duchowej głębi i rodzinnego ciepła. Ale w tym wszystkim warto też pamiętać, że to czas radości – prawdziwej, szczerej, takiej, która ogrzewa serce i przegania zimowe cienie. Jak więc świętować Wielkanoc najprzyjemniej? Bez pośpiechu, z uważnością i z szerokim uśmiechem. Oto przepis na Wielkanoc, która zostaje w pamięci.

1. Zwolnij... i poczuj atmosferę

Zamiast spędzać Wielki Tydzień w sklepowych kolejkach lub na nerwowym pucowaniu każdego kąta, spróbuj zwolnić. Posłuchaj wielkopostnych pieśni, zapal świecę, przeczytaj fragment Ewangelii. Przejście od ciszy Wielkiego Piątku do porannego „Alleluja!" w Niedzielę Wielkanocną naprawdę potrafi poruszyć. Warto ten czas przeżyć, a nie tylko zorganizować.

2. Stwórz wielkanocny klimat w domu

Pisanki, bazie, świeże kwiaty – to wszystko buduje atmosferę świąt. Zamiast gotowych ozdób, zrób coś wspólnie z rodziną. Malowanie pisanek może być okazją do śmiechu, rozmów i wspomnień. Nawet jeśli jajko wyjdzie bardziej w stylu „abstrakcyjna ekspresja", niż „arcydzieło ludowe" – najważniejsze, że zrobione razem.



3. Śniadanie wielkanocne – nie tylko jedzenie, ale i spotkanie

To jedno z najważniejszych, najbardziej symbolicznych śniadań w roku. Jajko, dzielenie się nim, życzenia – to wszystko ma w sobie coś bardzo prostego, a zarazem głębokiego. Przygotuj stół z miłością: niech będzie pięknie, pachnąco, ale niekoniecznie „idealnie z Instagrama". Ważniejsze od idealnej babki jest to, kto siedzi obok Ciebie.

4. Wiosenny spacer zamiast drzemki przy stole

Po świątecznym śniadaniu nie trzeba od razu zanurzać się w tryb „kanapa–ciasto–kanapa". Wielkanoc to święto odrodzenia i życia – warto to poczuć wszystkimi zmysłami. Zabierz bliskich na spacer. Posłuchaj śpiewu ptaków, popatrz na pierwsze listki, oddychaj pełną piersią. Świat właśnie budzi się do życia – Ty też możesz.

5. Drobne przyjemności i wielka wdzięczność

Niech te święta będą czasem małych przyjemności: dobra książka, muzyka, rozmowa, filiżanka herbaty w ciszy. Pomyśl przez chwilę, za co jesteś wdzięczny. Nawet jeśli życie nie zawsze jest łatwe, Wielkanoc przypomina, że światło zawsze wraca – czasem nie od razu, ale wraca.

6. Podziel się radością

Jeśli masz taką możliwość – odwiedź kogoś, kto spędza święta samotnie. Zadzwoń do kogoś, z kim dawno nie rozmawiałeś. Podziel się kawałkiem babki, uśmiechem, ciepłym słowem. Radość, którą się dzielimy, mnoży się w sercach.

7. Nie zapomnij o... poniedziałku!

Lany Poniedziałek to świetna okazja do śmiechu i zabawy – nawet jeśli już dawno nie jesteś dzieckiem. Symboliczna kropla wody wystarczy, by przypomnieć sobie o wiosennej świeżości i życiodajnej sile śmiechu.

Wielkanoc – święto serca

Najprzyjemniejsza Wielkanoc to nie ta perfekcyjnie zaplanowana, ale ta prawdziwa, serdeczna, przeżyta z bliskimi – albo po prostu z uważnością na to, co ważne. To święto nadziei, życia, przebaczenia. Święto, w którym uśmiech przy stole i cisza podczas wieczornego spaceru znaczą więcej niż sto przygotowań.

Wielkanoc nie pyta, czy jesteś gotowy. Ona po prostu przychodzi – jak wiosna. I może właśnie w tym jest jej magia.

opracowała A.Z



Quo Vadis
Księgarnia



Radosnych Świąt Wielkanocnych!

Godziny otwarcia:
Poniedziałek-Piątek 8:00am-6:00pm
Sobota 8:00am-5:00pm

106 Broad Street
New Britain, CT

FIL'S
EUROPEAN GROCERIES
&
MEAT PRODUCTS

Wszystkim Klientom
składamy
serdeczne życzenia
Wesołych, zdrowych
Świąt Wielkanocnych

30 Shunpike Road
Cromwell, CT 06416
Tel. (860) 635-5503

UNICORN
Polish Bakery & Deli

Dla wszystkich przyszłych i obecnych klientów życzymy wesołych świąt wielkanocnych!

Oferujemy
- polskie pieczywo prosto z pieca
- ciasta
- ciasteczka
- inne smakołyki
- oraz produkty z Polski i Europy

GODZINY OTWARCIA
Wtorek-Piątek 7AM-5PM
Sobota 7AM-3PM
Niedziela 8AM-1PM

378 Kelly Rd, Vernon, CT 06066
contact@unicornbakery.com
(860) 645-7322

Ciekawostki



Jaki jest koszt ciąży dla organizmu kobiety? Odpowiedź dały największe badania w historii

Grupa izraelskich naukowców z Instytutu Weizmanna i Yale University przeprowadziła najszerzej na świecie zakrojone badania na temat wpływu ciąży na organizm kobiety i związanych z nią kosztów. Uczeni zgromadzili i przeanalizowali wyniki 44 miliony pomiarów fizjologicznych dokonanych u ponad 300 000 kobiet w obejmującym 140 tygodni okresie przed ciążą, w jej trakcie oraz po urodzeniu dziecka. Wyniki analiz zostały opublikowane na łamach Science Advances.

Aby zbudować obraz typowej ciąży, podczas badań pod uwagę wzięto dane dostarczone przez Clalit, największego izraelskiego dostawcę usług zdrowotnych. Zawierały one informacje z lat 2003–2020 i dotyczyły zdrowych kobiet w wieku 20–35 lat. Jennifer Hall, specjalistka ds. zdrowia reprodukcyjnego z University College London mówi, że badania wskazują, iż połóg trwa znacznie dłużej, niż się przypuszcza. To biologiczny dowód, że organizm nie regeneruje się tak szybko, jak zakładają to oczekiwania społeczne, mówi uczona.

Przeanalizowane dane dotyczyły, między innymi, stanu układu krwionośnego, metabolizmu, układu hormonalnego, odpornościowego, mięśniowo-szkieletowego, funkcjonowania wątroby i nerek. Informacje o stanie zdrowia i stanie organizmu kobiet pochodziły z badań krwi, moczu i innych testów laboratoryjnych.

Badania pokazały, że organizm przeciętnej zdrowej kobiety znacznie dłużej dochodzi do siebie po ciąży, niż sądzono. W ciągu pierwszego miesiąca po urodzeniu dziecka jedynie około 47% wyników testów jest prawidłowych. Z tym, że na przykład żelazo stabilizuje się na niższym poziomie niż przed ciążą. Kolejnych 12% wyników testów normalizuje się w ciągu 4–10 tygodni po ciąży. Natomiast pozostały 41% badanych parametrów potrzebuje ponad 10 tygodni na powrót do stanu sprzed ciąży.

Na przykład poziom kwasu foliowego wraca do normy dopiero 21 tygodni po porodzie, parametr wątrobowy AST (oznaczenie enzymu aminotransferazy asparaginianowej) stabilizuje się w 23. tygodniu po porodzie, a na prawidłowe wartości innego z parametrów wątrobowych – ALT (aminotransferaza alaninowa) – trzeba czekać do 26. tygodnia. Kwas moczowy jest w normie dopiero około 32. tygodnia po porodzie, prawidłowe pH moczu testy zaczynają wskazywać po 35. tygodniu, poziom fosforu jest nieprawidłowy przez około 42 tygodnie po urodzeniu dziecka, a po ponad 55 tygodniach pojawiają się prawidłowe wyniki ALP (fosfataza alkaliczna), wskazujące na powrót do zdrowia kości.

Nawet 80 tygodni po urodzeniu kilka testów wskazuje inne wartości niż przed zapłodnieniem. Te różnice dotyczą między innymi podwyższonych wartości wskaźnika zapalnego CRP, zmniejszonego poziomu żelaza i MCH (średnia masa hemoglobiny w krwince czerwonej). Różnice te mogą wynikać albo ze zmiany zachowań kobiety po urodzeniu i//lub był długotrwałymi fizjologicznymi skutkami ciąży. Odróżnienie od siebie tych dwóch czynników to istotne pytanie, na którego trzeba odpowiedzieć, stwierdzają autorzy badań.

Inwestycje w edukację kompensują starzenie się społeczeństwa

Mikko Myrskylä, dyrektor Instytutu Badań Demograficznych im. Maxa Plancka i jego zespół pokazali, w jaki sposób inwestycja w edukację pozwala na zrekompensowanie makroekonomicznych strat spowodowanych spadkiem płodności i starzeniem się społeczeństwa. Naukowcy wykorzystali dane z Finlandii do przeprowadzenia symulacji pokazującej, w jaki sposób gospodarka kurczy się przy niskim przyroście naturalnym i w jaki sposób inwestycje w edukację kompensują brak siły roboczej.

Nie od dzisiaj wiemy, że osoby z wyższym wykształceniem pracują dłużej, są bardziej produktywni, cieszą się lepszym zdrowiem i dłużej żyją. Długotrwały niski przyrost naturalny powoduje zmianę struktury społecznej i spadek odsetka osób pracującym w porównaniu z osobami niepracującymi. To poważne wyzwanie dla wielu współczesnych państw.

Naukowcy opublikowali na łamach pisma Demography wyniki swoich badań nad wpływem niewielkiego zwiększenia inwestycji na edukację w przeliczeniu na dziecko. Utrzymali przy tym ogólny poziom inwestycji pomiędzy scenariuszem wyższej i niższej dzietności na tym samym poziomie. Na przykład, jeśli w scenariuszu wyższej dzietności liczba dzieci wynosi 100 i w edukację każdego z nich zainwestujemy 100 euro, to wydamy 10 000 euro. W scenariuszu niższej dzietności zakładamy, że liczba dzieci wynosi 80, ale inwestujemy w nie te same 10 000 euro, co daje 125 euro na dziecko, wyjaśnia Myrskylä. Na podstawie danych zebranych w Finlandii stwierdzono, że ta większa inwestycja na głowę przekłada się na 1 rok dłuższej edukacji.

Naukowcy postanowili sprawdzić, co się dzieje na poziomie makroenonomicznym jeśli pracuje mniej osób, ale dzięki lepszemu wykształceniu są one bardziej produktywne i pracują dłużej. Jaki ma to wpływ na system emerytalny? Z ich symulacji wynika, że lepsze wykształcenie kompensuje mniejsza liczbę osób pracujących i wydatki na emerytury w stosunku do sumy wynagrodzeń pozostają na mniej więcej tym samym poziomie.

To bardzo dobra wiadomość, szczególnie w sytuacji, gdy dotychczasowa polityka państwa nie powoduje zwiększenia przyrostu naturalnego. Badacze brali pod uwagę dane z Finlandii, ale uważają, że wnioski są uniwersalne. Uważamy, że nasze spostrzeżenia można przełożyć na inne kraje Europy, chyba że w którymś z nich ogólny poziom edukacji jest już tak duży, że dodatkowe inwestycje w edukację nie zwiększają produktywności. Nie sądzę jednak, by taki kraj istniał, stwierdza Mikko Myrskylä.

WIELKANOCNE CIEKAWOSTKI



Wielkanoc już za parę dni. Zastanawialiśmy się o czym Wam napisać w tym roku w związku z tym świętem i pomyśleliśmy, że może warto przybliżyć Wam kilka ciekawostek o tym czasie i tym wszystkim co wiąże się z obchodzeniem tych świąt. Wiecie, tak żebyście podczas wspólnego biesiadowania w gronie najbliższych, mogli zabłysnąć jakimś ciekawym faktem. Zawsze może on służyć rozluźnieniu atmosfery, gdy tematy zrobią się zbyt ciężkie. No, to zaczynamy.

• Podobno co roku z okazji Wielkanocy, na świecie produkowanych jest 90 milionów czekoladowych zajączków.

• Statystyczny Polak zjada rocznie około 155 jajek , z czego około 30 przypada na okres świąteczny.

• Największe czekoladowe jajko zostało wyprodukowane we Włoszech i warzyło ponad 7 ton i miało 10 metrów wysokości.

• Tradycyjny Mazurek przywędrował do naszego kraju, najprawdopodobniej, z Turcji. Jego bogate zdobienie ma nawiązywać do dywanów produkowanych w tym kraju. A skąd nazwa? Od mieszkańców Mazowsza. Byli oni kiedyś zwani Mazurami, a kobiety z tego regionu, jako pierwsze zaczęły wypiekać Mazurki.

• Dlaczego na Wielkanocną babę mówimy „babka”. Wzięło się to od stożkowego i pofalowanego kształtu, tego wypieku. Kojarzył się on z odświętnymi sukniami, które kobiety ze wsi, zakładały na święta.

• Malowanie pisanek, to dawny pogański zwyczaj Słowian. Zdobili oni pisanki symbolami, które odnosiły się do sił przyrody i bogów. Taki zwyczaj, w zmodyfikowanej formie, został przejęty przez Kościół. Do dzisiaj jajo symbolizuje początek nowego życia. Kiedyś jedzenie jajek w okresie Wielkanocy było zakazane przez Kościół, jednak po jednym z soborów z zakazu zrezygnowano.

• Wielkanocny zajączek symbolizuje płodność, nowe życie oraz odradzającą się po zimie ziemię. Jednak zwyczaj dawania sobie czekoladowych zajączków przywędrował do nas z Niemiec. To cukiernicy z tego kraju w XIII wieku przygotowali ich pierwsze wersje, wykonane z lukru I ciasta.

• W USA jest taka tradycja, że w Wielkanoc, kobiety zakładają na głowę wielkie kapelusze, które przyozdobione są symbolami kojarzącymi się z Wielkanocą. Jednocześnie w wielu miastach odbywają się konkursy na najbardziej kreatywne nakrycie głowy.

• Kujawianie, przed Wielkanocą wylewają na ziemię gar pełen żurku – jest to symboliczne „pożegnanie” z prostym, sycącym jedzeniem zimowym i powitanie wiosny, podczas której obradzają plony.

• W niektórych krajach tradycje wielkanocne przypominają raczej obchody październikowego święta Halloween. W niektórych miasteczkach Hiszpanii odbywają się parady kościotrupów, zaś najmłodsi Finowie przebierają się za magów, rzucających miłe czary na sąsiadów.

• Mamy nadzieję, że udało nam się Was czymś zaskoczyć, a przytoczone przez nas ciekawostki wykorzystacie podczas najbliższych świąt. Bo przecież, zawsze warto mieć pod ręką jakąś ciekawą myśl, aby zabłysnąć przed najbliższymi.

AZ

Ze Świata



„Coś, czego świat nie widział“. Trump zapowiada F-47



Trump zapowiedział nowy myśliwiec F-47

Donald Trump zaprezentował plany budowy nowego myśliwca F-47. Prezydent USA zapowiedział, że będzie to najnowocześniejszy samolot bojowy na świecie.

Donald Trump ogłosił projekt budowy myśliwca F-47, który ma być najbardziej zaawansowanym technologicznie samolotem bojowym.

Wart 20 miliardów dolarów projekt zostanie zrealizowany przez firmę Boeing.

Produkcja myśliwca już się rozpoczęła, a jego wprowadzenie planowane jest na najbliższe lata.

Prezydent USA Donald Trump ogłosił przełomowy krok w rozwoju amerykańskiego lotnictwa wojskowego informując, że na jego polecenie Siły Powietrzne Stanów Zjednoczonych ruszyły z budową pierwszego na świecie myśliwca szóstej generacji.

Budowę myśliwca F-47 Donald Trump ogłosił podczas spotkania z sekretarzem obrony Pete'em Hegsethem. Nowy samolot ma być wyposażony w najnowocześniejsze technologie stealth, co czyni go praktycznie niewidzialnym. Trump podkreślił, że nazwa F-47 jest „piękna“ i stanowi ukłon w stronę jego prezydentury.

- To coś, czego świat nie widział. Nie było nigdy czegoś nawet zbliżonego do F-47, od prędkości, przez manewrowość, po ładowność. Prace trwały przez długi czas - podkreślił prezydent.

F-47 ma być symbolem nowej generacji dominacji powietrznej USA. Pete Hegseth zaznaczył, że nowy projekt jest jasnym sygnałem dla sojuszników USA, że kraj nie zamierza się wycofywać z globalnej sceny. Trump dodał, że zainteresowanie nowym myśliwcem jest ogromne, a sojusznicy USA już wyrażają chęć zakupu.

Choć Trump nie ujawnił dokładnych kosztów projektu wiadomo, że kontrakt z Boeingiem opiewa na 20 miliardów dolarów. Produkcja myśliwca już się rozpoczęła, a jego wprowadzenie do służby planowane jest na najbliższe lata. Trump podkreślił, że projekt jest już w toku, a jego administracja zamierza go zrealizować w ciągu kilku lat.

Szef Sztabu Sił Powietrznych USA Generał David Allvin w swoim przemówieniu podkreślił przełomowe znaczenie nowego myśliwca F-47 dla przyszłości amerykańskiej dominacji w powietrzu. Generał wyraził wdzięczność za nieustające wsparcie dla armii i docenił wysiłki wszystkich zaangażowanych w ten projekt.

- To wielki dzień dla Sił Powietrznych Stanów Zjednoczonych. Wiecie, dominacja powietrzna nie jest nam dana z góry. Stała się synonimem amerykańskiej potęgi lotniczej, ale musi być zdobywana każdego dnia - podkreślił generał.

- F-47 jest klejnotem korony w rodzinie systemów nowej generacji dominacji powietrznej. Wierzymy, że zapewni większą siłę rażenia. Razem patrzymy w przyszłość, odkrywając magię współpracy człowieka i maszyny - dodał.

Koniec plastikowych dowodów w całej UE? Nadchodzi rewolucja w dokumentach



Unia Europejska zamierza wprowadzić Europejską Tożsamość Cyfrową (EUDI), która zastąpi tradycyjne dokumenty tożsamości, ponieważ przestaną być potrzebne. System ten będzie dostępny jako cyfrowy portfel na urządzeniach mobilnych. Obecnie trwają testy, a EUDI ma zacząć działać w 2026 r.

Europejska Tożsamość Cyfrowa (EUDI) to nowy system, który ma zrewolucjonizować sposób, w jaki zarządzamy naszymi danymi osobowymi. Dzięki niemu obywatele UE będą mogli korzystać z cyfrowego portfela na telefonie, co wyeliminuje potrzebę posiadania plastikowych dokumentów.

EUDI będzie dostępna nie tylko dla obywateli, ale także dla firm z siedzibą w UE. System umożliwi weryfikację tożsamości oraz potwierdzanie informacji osobowych zarówno online, jak i offline.

Ursula von der Leyen, przewodnicząca Komisji Europejskiej, podkreślała kilka lat temu w orędziu, które przypomina dziennik „Fakt“, że technologia ta pozwoli użytkownikom kontrolować, jakie dane są wykorzystywane.

Z takiej wiarygodnej tożsamości każdy obywatel będzie mógł skorzystać, aby na przykład w dowolnym miejscu w Europie zapłacić podatek czy wynająć rower - wyjaśniła.

Nowa tożsamość cyfrowa uprości kontakty z urzędami, bankami i firmami. Obywatele będą mogli otwierać konta bankowe, podpisywać umowy, wynajmować samochody czy rezerwować hotele bez konieczności okazywania tradycyjnych dokumentów. EUDI będzie także przydatna w ochronie zdrowia, bo ma pozwolić na korzystanie z recept cyfrowych w całej UE.

Zanim EUDI zostanie wprowadzona w całej Unii, system jest testowany w ramach czterech projektów pilotażowych. Rozpoczęte 1 kwietnia 2023 r. projekty obejmują ponad 250 firm i instytucji z 25 krajów UE oraz Norwegii, Islandii i Ukrainy. Celem jest przetestowanie portfeli tożsamości cyfrowej w różnych sektorach.

KE wskazuje, że obecne systemy identyfikacji cyfrowej mają wiele niedociągnięć. EUDI ma je wyeliminować, oferując dostęp do usług w całej UE. System ma zacząć działać powszechnie najwcześniej w 2026 r.

„Gorzej niż w Afganistanie“. Amerykański senator apeluje do Trumpa

- Gdybyśmy zamknęli Ukrainę, byłoby gorzej niż w Afganistanie. Nie sądzę, żeby prezydent Trump miał na to ochotę - twierdzi Lindsey Graham. Senator Partii Republikańskiej jest przekonany, że porażka Ukrainy w wojnie z Rosją miałaby bardzo poważne, negatywne konsekwencje dla Stanów Zjednoczonych.

Amerykański senator na antenie Fox News komentował niedawne decyzje Donalda Trumpa dotyczące wstrzymania dostaw sprzętu wojskowego do Kijowa, a także ograniczenie informacji wywiadowczych przekazywanych Siłom Zbrojnym Ukrainy.

- Gdybyśmy zamknęli Ukrainę, byłoby gorzej niż w Afganistanie. Nie sądzę, żeby prezydent Trump miał na to ochotę. Dopóki nie zawiesimy ognia, dałbym Ukrainie to, czego potrzebuje pod względem wywiadu i broni do samoobrony - stwierdził, przypominając upadek prozachodniego rządu w Afganistanie w 2021 roku.

W dalszej części rozmowy Lindsey Graham ujawnił, że w przyszłym tygodniu amerykańskie władze zdecydują o wprowadzeniu dodatkowych sankcji przeciwko rosyjskiemu systemowi bankowemu i sektorowi energetycznemu.

Według przedstawiciela Partii Republikańskiej będzie to próba zmuszenia Kremla do zasiadania do stołu negocjacyjnego.

- Jednakże bez zapewnienia Ukrainie niezbędnej broni, rozmowy te nie będą miały sensu. Nie można pomóc w rozwiązywaniu konfliktu, jeśli nie zapewni się Ukrainie informacji wywiadowczych i zasobów do obrony, podczas gdy walki trwają - podkreślił.

- Mam nadzieję, że w przyszłym tygodniu otrzymamy od Ukrainy jasną wizję, jaki powinien być koniec wojny i zaczniemy pracować nad jej zakończeniem - dodał.

Jest wyższe od Statuy Wolności i Big Bena. Nie można do niego podchodzić. Kara? Niemal 20 tys. zł

Jest 1,25 razy wyższe od Statury Wolności i ma kilkaset lat. Choć chętnych do podziwiania go nie brakuje, podejście wiąże się z ryzykiem otrzymania niemalże 20 tysięcy złotych mandatu. Jeśli kiedykolwiek zastanawiałaś się, jakie jest najwyższe drzewo na świecie, oto Hyperion.

Hyperion to sekwoja wiecznozielona, która rośnie w Parku Narodowym Redwood w Północnej Kalifornii. To, co wyróżnia ją na tle innych, równie majestatycznych drzew tego gatunku, to fakt, że jest najwyższym z nich wszystkich. Od 2022 roku niemożliwe jest podziwianie go z bliska, gdyż cały obszar dookoła został zamknięty i wyłączony dla ruchu turystycznego. Złamanie zakazu wiąże się z gigantyczną karą finansową.

Ciekawostką jest, że choć szacuje się, że Hyperion ma od 700 do 800 lat, został odkryty stosunkowo niedawno. W 2006 roku trafili na niego przyrodnicy, Chris Atkins oraz Michael Taylor. Przez cały ten czas rósł praktycznie pod nosem wszystkich odwiedzających park, jednak wcześniej nikt nie zdawał sobie sprawy z faktu, że jest najwyższym drzewem na świecie.

Hyperion mierzy rekordowe 115,92 metrów wysokości (ok. 40 pięter) i szacuje się, że zawiera aż 530 m3 drewna. Dla porównania i zobrazowania tego, jak olbrzymim drzewem jest: Statua Wolności ma 93 metry, a Big Ben 96 metrów. By chronić go przed masową turystyką, która z pewnością nie byłaby dla niego obojętna, przez długi czas jego lokalizacja owiana była tajemnicą, jednak dziś można znaleźć w sieci dokładne współrzędne.

W związku z tym władze parku zdecydowały, by uniemożliwić turystom odwiedzanie najwyższego drzewa na świecie. Tym bardziej że wcześniej doprowadzili oni do zadeptywania i uszkodzenia terenów dookoła, ponadto zostawiali po sobie śmieci i odchody. Dlatego w 2022 roku cały obszar wokół Hyperiona został zamknięty. Osoby, które nie będą respektowały zakazów, spotka dotkliwa kara. Jej najwyższy wymiar to 5 tysięcy dolarów, czyli ok. 19,5 tysiąca złotych, lub nawet pozbawienie wolności na sześć miesięcy. Portal thetravel.com, donosi jednak, że intruzi najczęściej kończą z pouczeniem oraz mandatem w wysokości 150 dolarów (niecałe 580 złotych).

Hyperion, choć niewątpliwie wyjątkowy, nie jest jedynym rekordzistą Parku Narodowego Redwood. Wraz z nim, na jego terenie rosną jeszcze dwie inne sekwoje zielone, które kolejno zajmują drugie i trzecie miejsce w rankingu światowym: Helios (114,91 metrów) oraz Icarus (113,08 metrów). W Europie zaś najwyższym drzewem jest rosnący na stoku gór w Portugalii eukaliptus różnobarwny, który ma 75 metrów. W Polsce tytuł ten dzierży 120-letnia daglezja zielona rosnąca nieopodal Wrocławia. Została nazwana Heleną i ma 59,55 metrów wysokości. Podróżując, chętniej zwiedzasz miasta, czy przyrodnicze zakątki? Zapraszamy do udziału w sondzie oraz do komentowania.

Źródło: PAP, Gazeta.pl, Interia. wp.pl, CNN

Andrzej Wieciorkowski

„Złota godzina". Naukowcy wskazali, o której należy kłaść się spać



Najlepsza godzina na sen. Chroni przed udarem i zawałem

Za krótki i zbyt długi sen szkodzi, podobnie jak zbyt wczesne i oczywiście zbyt późne kładzenie się do łóżka. Skutkiem są zakłócenia rytmu dobowego, wahania hormonalne w organizmie, a nawet choroby serca czy depresja. Na szczęście wystarczy zastosować się do rad badaczy. Odkryli „złotą godzinę".

Obok zbilansowanej diety, aktywności fizycznej, ograniczania stresu oraz unikania używek to sen należy do jednego z głównych filarów zdrowia. Bierze udział w stymulowaniu układu immunologicznego, pomaga zregenerować się mózgowi i wspomaga oczyszczanie go z toksyn.

Ponadto prawidłowa higiena snu może nawet chronić przed rozwojem chorób cywilizacyjnych. Szereg badań na przestrzeni lat wskazuje, że długotrwałe zaburzenia snu sprzyjają rozwojowi cukrzycy typu 2 oraz otyłości, zwiększają ryzyko rozwoju depresji i pojawienia się stanów lękowych, a nawet wystąpieniu zawału serca czy udaru mózgu. Ma to związek głównie z zaburzeniami rytmu dobowego, który steruje wieloma mechanizmami w naszym organizmie.

Naukowcy na łamach „European Society of Cardiology" wskazują, że na rytm dobowy ma wpływ nie tylko długość czy jakość snu, ale też to, o której godzinie kładziemy się do łóżka

Swoje dociekania badacze oparli o sześć lat obserwacji zwyczajów związanych ze snem 88 tys. uczestników. Pod lupę wzięli przy tym wpływ snu na kondycję serca. Okazało się, że u ponad trzech tysięcy biorących udział w badaniu osób wystąpiły problemy sercowo-naczyniowe, w tym niewydolność serca czy incydenty tj. udar mózgu i zawał serca.

Co ciekawe, problemy zdrowotne odnotowano głównie w grupie osób, która chodziła spać o północy bądź później. Na tle osób, które kładły się spać wcześnie, nocne marki były aż o 25 proc. bardziej narażone na rozwój chorób układu krążenia. Z kolei aż o 12 proc. większe ryzyko problemów związanych z układem sercowo-naczyniowym zaobserwowano także u osób, które kładły się spać wcześnie, tj. przed godziną 22. Analizy wykazały również „złotą godzinę" dla serca. Zdaniem naukowców najlepiej kłaść się do łóżka między godziną 22 a 23, by zagwarantować sobie serce jak dzwon.

Setki „darmowych" lotów posłów. Wylatali prawie 9 milionów złotych

Poseł Robert Dowhan jest najczęściej latającym parlamentarzystą w polskim Sejmie. Polityk Koalicji Obywatelskiej od początku kadencji „wylatał" ponad 120 tysięcy złotych. Z przelotów chętnie korzystają także m.in. Jacek Karnowski i Łukasz Mejza. Łącznie kancelaria Sejmu wydała na ten cel prawie 9 milionów złotych.

Zestawienie posłów, którzy najchętniej korzystają z darmowych przelotów udostępnił „Super Express". Raport obejmuje okres od początku X kadencji Sejmu do stycznia. Do tej pory odbyło się 31 posiedzeń, co mogłoby wskazywać, że posłowie korzystali maksymalnie z 62 przelotów.

Jak się okazuje, wielu z parlamentarzystów, w tym czasie, było w stanie wsiadać do samolotu ponad 100 razy. Mowa o aż 24 posłach, którzy przekroczyli trzycyfrowy wynik.

Zdecydowanym liderem jest przedstawiciel Koalicji Obywatelskiej Robert Dowhan. Poseł korzystał z przelotów niemal co trzy dni. Łączny koszt, który ponieśli podatnicy na podróże polityka to ponad 120 tysięcy złotych.

Dowhan nie jest jedynym posłem KO na liście najczęściej latających. W zestawieniu znaleźć można także Piotra Borysa, Roberta Kropiwnickiego i Patryka Jaskulskiego.

Wśród parlamentarzystów Prawa i Sprawiedliwości z połączeń lotniczych najczęściej korzystali Łukasz Mejza i Wiesław Krajewski. Trzycyfrowy wynik przekroczył także przedstawiciel Polski 2050 Mirosław Suchoń.

Kancelaria Sejmu, w podawanym wyżej okresie, wydała na krajowe przeloty parlamentarzystów blisko 9 milionów złotych. Dla porównania, w trakcie całej poprzedniej kadencji było to 16 milionów zł. Rekordzista zdecydował się łącznie na 400 przelotów.

Koniec tradycyjnej tacy? Księża mają inną propozycję



Taca - tradycyjny sposób zbierania datków na kościół podczas mszy - przechodzi do historii. W wielu świątyniach zamontowane są ofiaromaty, które pozwalają na przelanie elektronicznych pieniędzy

Ofiaromaty mogą tak zrewolucjonizować przekazywanie datków na Kościół, jak karty płatnicze zmieniły nasze zachowania na zakupach. Takie urządzenia, które pozwalają na elektroniczne, bezgotówkowe przesłanie pieniędzy, już pojawiają się w polskich kościołach. Mogą sprawić, że podczas mszy nie będzie już po świątyni krążyła taca na monety i banknoty.

Pierwsze ofiaromaty w Polsce pojawiły się w 2019 roku w kościele św. Maksymiliana Marii Kolbego w Mistrzejowicach, archidiecezji krakowskiej. Te nowoczesne urządzenia umożliwiają wiernym przekazywanie datków za pomocą kart płatniczych lub BLIK-a.

Ta innowacja może zmienić nawyki wiernych. Jednym z przykładów całkowitego przejścia na bezgotówkowe

prosto Z POLSKI

datki jest parafia Imienia Jezus w Poznaniu, znana jako Łacina.

Ksiądz Radek Rakowski, proboszcz tej parafii, podkreśla, że większość ludzi już unika gotówki, więc zmiana nie powinna być problematyczna. - Wierni są regularnie informowani o finansach parafii, co obejmuje zarówno wpływy, jak i wydatki - mówi ks. Rakowski, ujawniając, że jego miesięczna pensja wynosi 4 tys. złotych.

Ofiaromaty nie wszędzie zastąpią tradycyjną tacę. W archidiecezji lubelskiej urządzenia te pełnią funkcję uzupełniającą. Można je znaleźć w katedrze św. Jana Chrzciciela i św. Jana Ewangelisty w Lublinie. Są też w kościołach w Wąwolnicy i Kazimierzu Dolnym.

W Warszawie pierwszy ofiaromat powstał w kościele św. Anny w 2021 roku. Kolejne w parafii Wniebowstąpienia Pańskiego oraz w kościele dominikanów na ul. Freta.

Renta wdowia – komu przysługuje i co zrobić, aby ją otrzymać

Od 1 lipca 2025 r. ZUS będzie wypłacał rentę wdowią – czyli rentę rodzinną łącznie z innym, własnym świadczeniem. Mogą ją otrzymać wdowy i wdowcy, którzy spełniają określone warunki. Swoje uprawnienia mogą sprawdzić na stronie internetowej i infolinii ZUS. I nie muszą się spieszyć, bo czasu na złożenie wniosku jest dużo.

Renta wdowia nie jest dodatkowym świadczeniem. To połączenie świadczenia po zmarłym współmałżonku, a więc renty rodzinnej, i własnego świadczenia. Przy czym jedno z nich można pobierać w całości, a drugie - w wysokości 15%.

Zatem jeśli wdowa lub wdowiec ma prawo do renty rodzinnej oraz własnego świadczenia, np.:
- emerytury,
- emerytury rolniczej,
- emerytury lub renty z ubezpieczenia społecznego rolników indywidualnych i członków ich rodzin,
- emerytury wojskowej,
- emerytury policyjnej,
- zasiłku przedemerytalnego,
- świadczenia przedemerytalnego,
- emerytury pomostowej,
- nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego,
- renty z tytułu niezdolności do pracy,
- renty szkoleniowej,
- renty rolniczej z tytułu niezdolności do pracy,
- renty rolniczej szkoleniowej,
- wojskowej renty inwalidzkiej lub
- policyjnej renty inwalidzkiej,

to od 1 lipca 2025 r. może otrzymać:
- 100% renty rodzinnej oraz 15% własnego świadczenia albo
- 100% własnego świadczenia oraz 15% renty rodzinnej.

Osoby uprawnione same wybierają najkorzystniejszy dla siebie wariant.

Aby otrzymać rentę rodzinną wraz z własnym świadczeniem, trzeba spełnić łącznie wszystkie poniższe warunki:

- mieć co najmniej 60 lat (kobiety) lub 65 lat (mężczyźni),

- do dnia śmierci małżonka pozostawać z nim we wspólności małżeńskiej,

- nabyć prawo do renty rodzinnej po zmarłym małżonku nie wcześniej niż w dniu ukończenia 55 lat (kobiety) lub - 60 lat (mężczyźni),

- nie pozostawać obecnie w związku małżeńskim.

Prawo do wypłaty renty wdowiej ustaje z dniem poprzedzającym dzień, w którym wdowiec lub wdowa zawrze nowy związek małżeński.

Na stronie internetowej ZUS www.zus.pl dostępna jest specjalna ankieta. Zawiera ona kilka pytań, na podstawie których - krok po kroku - można sprawdzić, czy dana osoba spełnia warunki do tego, by otrzymać rentę wdowią. Jeśli ktoś nie ma dostępu do internetu lub nie wie, jak to zrobić , może zadzwonić na infolinię ZUS (22 560 16 00).

Wniosek można złożyć do 31 lipca 2025 r. - nie trzeba się spieszyć. Jeżeli uprawnione wdowy i uprawnieni wdowcy zrobią to w tym terminie, rentę wdowią mogą otrzymać od 1 lipca 2025 r. Jeżeli natomiast złożą wniosek po 31 lipca 2025 r., to ZUS wypłaci rentę wdowią od spełnienia warunków, ale nie wcześniej niż od miesiąca, w którym zostanie złożony wniosek.

Rentę rodzinną można otrzymywać nie tylko z ZUS. To również świadczenie, które wypłacają inne organy emerytalne lub rentowe, np.:

- renta rodzinna dla rolników,

- wojskowa renta rodzinna albo

- policyjna renta rodzinna.

Jeśli wdowa lub wdowiec ma prawo do świadczeń z ZUS oraz z innej instytucji emerytalnej lub rentowej, np. z Wojskowego Biura Emerytalnego (WBE), to najpierw ZUS potwierdzi prawo do łącznej wypłaty świadczeń, a następnie każda z tych instytucji będzie odrębnie wypłacała świadczenie, za które odpowiada. Dane z innych instytucji ZUS pobierze we własnym zakresie.

Suma połączonych świadczeń nie może przekroczyć trzykrotności najniższej emerytury. Do tego limitu wliczają się także świadczenia z instytucji zagranicznych oraz inne niż jednorazowe świadczenia i dodatki wypłacane na podstawie ustawy emerytalnej lub odrębnych przepisów wraz ze wskazanymi w ustawie świadczeniami, których łączna wypłata zostanie ustalona.

Jeśli suma wypłacanych świadczeń będzie wyższa niż trzykrotność najniższej emerytury, organ emerytalny lub rentowy pomniejszy świadczenia o kwotę, o jaką został przekroczony limit. Wyda wtedy decyzję, w której poinformuje o pomniejszeniu wypłacanych świadczeń.

Ważne! Jeżeli renta rodzinna lub własne świadczenie będzie wyższe od kwoty limitu, tj. trzykrotności najniższej emerytury, wdowa lub wdowiec nadal będzie otrzymywać jedno ze świadczeń - wyższe lub to, które wybierze.

Źródło: PAP, Interia, wp.pl, ZUS, abcZdrowie

Andrzej Wieciorkowski

PORADNIK DLA KAŻDEGO samo życie w opr. Zofii Więciorkowskiej

Tradycyjne przepisy wielkanocne

Wiadomo - wielkanocne zakupy najłatwiej zrobić w marketach, raz pojechać, napełnić wózek, gotowe. Ale może Święta są okazją, by postarać się o porządną wędlinę, dobre polskie mięso w polskich sklepach, a miód z małej pasieki? Sprawdźcie na najbliższym bazarku, szukajcie w dobrych sklepach, pytajcie znajomych



Żurek z tartą cebulą i pieczonym jabłkiem



dla 8-10 osób

Żur (zakwas):
- 2 szklanki mąki żytniej razowej
- 3 szklanki przegotowanej letniej wody
- 3 łyżki otrąb owsianych
- 1 kromka podsuszonego chleba razowego na zakwasie
- 1 łyżka soli morskiej
- 2 ząbki czosnku

oraz:

- 200 g wędzonego boczku
- 1/2 kg surowej białej kiełbasy
- 2 marchewki
- 1 pietruszka
- 1/2 selera
- 2 listki laurowe
- 3-4 ziarenka ziela angielskiego
- 6-8 ziarenek czarnego pieprzu
- 1 duża biała cebula
- 2 ząbki czosnku
- 1 łyżka suszonego majeranku
- 3 łyżki kwaśnej śmietany
- 1 duże twarde kwaśne jabłko
- 2 łyżki masła klarowanego
- kilka gałązek świeżego majeranku
- sól, świeżo zmielony czarny pieprz

Sposób przygotowania

Kilka dni wcześniej przygotowujemy żur: mąkę mieszamy z wodą, dodajemy otręby, pokruszony chleb, sól, pokrojony w słupki czosnek. Żur przelewamy do dużego słoja lub naczynia z kamionki, przykrywany i odstawiamy w ciemne, ciepłe miejsce na co najmniej 2-3 dni. Robimy zupę: boczek kroimy w kostkę, obsmażamy i przekładamy do garnka wraz z tłuszczem z patelni (ale odlewając ewentualny nadmiar). Dodajemy ponakłuwaną widelcem białą kiełbasę, obrane marchewki, pietruszkę i seler, listki laurowe, ziele angielskie oraz ziarenka pieprzu. Zalewamy 2 litrami wody, gotujemy 45 minut na małym ogniu pod przykryciem. Wyjmujemy warzywa (mogą się przydać do tradycyjnej sałatki warzywnej) i kiełbasę - kroimy ją w kostkę lub talarki. Cebulę i czosnek ścieramy na tarce o drobnych oczkach, dodajemy do zupy. Wlewamy litr żuru, doprawiamy suszonym majerankiem, solą i pieprzem. Zagotowujemy, zestawiamy z ognia, pozostawiając w ciepłym miejscu, zabielamy śmietaną. Jabłko (ze skórką) kroimy na cząstki, usuwając gniazdo nasienne. Kładziemy na blasze wyścielanej folią aluminiową i posmarowanej masłem, pieczemy 20 minut w 200°C. Doprawiamy solą i pieprzem, posypujemy listkami świeżego majeranku. Do miseczek wkładamy po 2-3 cząstki jabłka i po kilka talarków kiełbasy, wlewamy gorący żurek. Podajemy z ulubionym chlebem.

Babka migdałowa



dla 12-16 osób

Składniki
- 1/2 kg mąki pszennej szymanowskiej
- 1,5 szklanki cukru pudru + 1-2 łyżki do oprószenia babki
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 10 białek
- 1/2 łyżeczki soli
- 50 ml oleju
- 100 g migdałów w słupkach
- 1 łyżka mąki ziemniaczanej
- kilka kropel aromatu migdałowego
- masło
- tarta bułka lub kasza manna do obsypania formy
- kilka łyżek płynnego miodu
- płatki migdałowe do dekoracji

Sposób przygotowania

Przesiewamy mąkę z połową cukru, proszkiem i sodą. Białka ubijamy z solą na sztywną pianę, utrwalamy resztą przesianego cukru. Do piany dodajemy - na przemian, małymi porcjami - mieszaninę mąki z cukrem oraz olej. Migdały mieszamy z mąką ziemniaczaną i łączymy z masą, na koniec dodajemy aromat. Ciasto przekładamy do formy natłuszczonej masłem i obsypanej bułką tartą lub kaszą. Pieczemy 30-35 minut w 180°C. Studzimy, oprószamy cukrem pudrem, polewamy miodem i posypujemy płatkami migdałowymi uprażonymi na suchej patelni.

Biała kiełbasa pieczona z pietruszką, czosnkiem i ziołami



dla 6-10 osób

Składniki
- 1 kg parzonej białej kiełbasy
- 1 mały pęczek młodej pietruszki
- 5 łyżek oleju
- 1/2 łyżeczki skórki otartej z cytryny
- po 1/2 łyżeczki suszonego oregano, bazylii i świeżo zmielonego czarnego pieprzu
- 1 główka czosnku
- po 3 gałązki tymianku i majeranku
- 1 gałązka rozmarynu

Sposób przygotowania

Kiełbasę nacinamy, korzenie pietruszki oczyszczamy i kroimy w słupki, natkę siekamy. Olej mieszamy ze skórką cytrynową, suszonymi ziołami i pieprzem. Połową mieszanki smarujemy dno naczynia żaroodpornego, kładziemy kiełbasę, pietruszkę i ząbki czosnku w łupinkach. Polewamy resztą oleju z przyprawami. Na wierzchu kładziemy gałązki świeżych ziół, odkładając nieco listków do dekoracji. Pieczemy 25-30 minut w 180°C, aż kiełbasa się zrumieni. Usuwamy gałązki, a kiełbasę kroimy na kawałki o długości 6-7 cm. Podajemy, dekorując listkami ziół i posiekaną natką.

Szynka miodowa z sosem musztardowo-koperkowym

dla 10-20 osób



Składniki

- 2 kg surowej szynki wieprzowej z odkrojoną skórą, ale pozostawioną warstwą tłuszczu
- 10-15 goździków
- 1 szklanka miodu pitnego, trójniaka lub dwójniaka, np. z pasieki Jaros
- 1/2 szklanki jasnego miodu pszczelego (lipowego, akacjowego) np. sejneńskiego
- 2 paski (każdy o długości ok. 10 cm) skórki pomarańczowej
- 3 listki laurowe
- 1 szklanka soku pomarańczowego
- 1 szklanka bulionu drobiowego lub wołowego
- 1-2 kromki razowca lub pumpernikla, najlepiej lekko czerstwego
- po 1/2 łyżeczki startej gałki muszkatołowej i mielonej kolendry
- sól, świeżo zmielony czarny pieprz
- sól, świeżo zmielony czarny pieprz

Sos:

- 100 ml gęstej, kwaśnej śmietany 18%
- 1-2 łyżeczki musztardy miodowej
- sos z pieczenia szynki (tyle, żeby uzyskać odpowiadający nam smak i konsystencję)
- sól, pieprz
- gałka muszkatołowa
- do smaku 2-3 łyżki posiekanego koperku lub szczypiorku

Sposób przygotowania

Przygotowujemy szynkę do pieczenia: wierzch nacinamy w kratkę, wbijamy goździki, oprószamy solą i pieprzem, wkładamy do głębokiej brytfanny lub naczynia żaroodpornego. Mieszamy miód pitny i pszczeli, odkładając 2 łyżki tego ostatniego. Mięso polewamy miodową mieszanką, obkładamy

skórką pomarańczową oraz listkami laurowymi i marynujemy przez całą noc, przykrywając brytfannę folią aluminiową. Po tym czasie zalewamy szynkę połową soku pomarańczowego oraz bulionu. Pieczemy 2-2,5 godziny w 150°C, skrapiając mięso sokiem i bulionem 2-3 razy. Chleb kruszymy, mieszamy z gałką i kolendrą, resztą miodu, szczyptą soli i pieprzu. Na 20 minut przed końcem pieczenia zdejmujemy folię z brytfanny, smarujemy wierzch szynki chlebem z przyprawami i dalej pieczemy, aż się zrumieni. Podajemy na zimno z sosem przygotowanym z podanych składników.

Uwagi

- Szynkę na Wielkanoc najlepiej upiec dzień, dwa dni wcześniej.
- Sos serwujemy w sosjerce. Będzie pasował także do białej kiełbasy i jajek.

Wielkanocne mazurki



na 2 prostokątne mazurki o wymiarach 30 x 20 cm

Ciasto:

- 350 g mąki
- 2/3 szklanki cukru pudru
- 200 g zimnego masła
- 2 żółtka
- sól

Masa różana:

- 200 g białej czekolady
- 2 łyżki masła
- 200 g konfitury różanej kilka łyżek syropu z płatków róży, np. firmy Fungopol lub Polska Róża
- migdały
- kandyzowana skórka pomarańczowa
- kawałek gorzkiej czekolady
- listki mięty lub melisy

Sposób przygotowania

Z mąki, cukru, startego na wiórki masła i żółtek zagniatamy ciasto. Owijamy je w folię do żywności, chłodzimy godzinę w lodówce. Dzielimy na dwie części, rozwałkowujemy na prostokąty. Kładziemy na wyłożonej pergaminem blasze, pieczemy 20 minut w 180°C na jasnozłoty kolor.

Robimy masę:

czekoladę i masło roztapiamy w kąpieli wodnej. 2/3 masy rozsmarowujemy na upieczonych, przestudzonych kawałkach kruchego ciasta. Gdy polewa zastygnie, smarujemy mazurki konfiturą. Resztę masy czekoladowej ponownie topimy i dekorujemy oba ciasta, tworząc np. kratkę. Następnie polewamy mazurki smużkami syropu. Zanim czekolada zastygnie, ozdabiamy według uznania migdałami, skórką, listkami ziół, tartą czekoladą.

Konfitowane żółtka



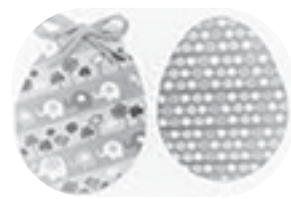
dla 5-10 osób

Składniki

- 5 łyżek klarowanego masła
- 3 łyżki oleju rzepakowego
- 8-10 żółtek
- świeżo starta gałka muszkatołowa
- sól, świeżo zmielony pieprz

Sposób przygotowania

Do płaskiego naczynia żaroodpornego wlewamy masło i olej. Wbijamy żółtka i pieczemy 30 minut w 80°C. Posypujemy gałką, solą i pieprzem. Podajemy od razu.





Little Angels Home Care LLC
745 Osborn Road, Naugatuck CT 06770
Providing:
Elderly Care, Hourly Companion,
Live-in Caregivers, Weekends
Reg. # HCA0000732
203-278-1436
Disallowing number Telefonica
www.littleangelshomecare.com
E: littleangelshomecare48@yahoo.com

Ewa Grzymala



Polacy: między niemiecką onucą, a kontrrewolucją Trumpa...

Globalna lewica, mimo że sromotnie przegrała u amerykańskich wyborców, których bunt ponownie wyniósł do prezydentury antyglobalistycznego Trumpa, ciągle ma się dobrze w Europie. Dobrze na tyle, że jeszcze (przy odchodzeniu Ameryki) chce dalej prowadzić wyniszczającą Ukraińców wojnę z ciągle uzyskującym nowe obszary imperialistycznym Putinem. Oczywiście ta wojna ma pomóc globalistycznym elitom przyśpieszyć budowę europejskiego mocarstwa pod egidą Niemiec i wykorzystać zagrożenie wojną na pozbawienie kolejnych atrybutów suwerenności państw narodowych. Trwa przyśpieszona przebudowa świata oparta na kreowaniu strachu i zagrożenia, czego najlepszym przykładem była pandemia z chińskim wirusem C-19 i następnie szczepionki. Totalitarne zapędy elit UE najlepiej ilustrują przykłady "demokracji" i używania lewicowych sądów w eliminowaniu politycznych konkurentów nawet w wyborach prezydenckich krajów członkowskich (Rumunia, Francja, a może i Polska). Sto lat temu Sowieci kierowali kreowaniem niepokojów w różnych państwach przez aktywistów Międzynarodówki, dziś jej rolę spełniają pozarządowe NGO, którym w Ameryce właśnie obciął fundusze Trump …

Szarlatani i wiedźmy z UE za pomocą tysięcy załączników i regulacji ograniczających prawa i wolności obywateli obiecują odczarowanie globalnego ocieplenia znanego ludziom inaczej od tysięcy lat jako zmiany pogodowe. Gardząc zasobami matki ziemi (węgiel, ropa,gaz) podejmują walkę z pozycji odwróconego Don Kichota (kult toksycznych wiatraków), pewnie w ramach okrutnej walki z wyniszczanym ptactwem. Dochodzi do tego, że niebezpieczne zarządzenia socjalistów z UE ograniczają stopniowo wszystko, z wyjątkiem nielegalnej imigracji, która ma im jeszcze przyspieszyć rozbicie spójności państw narodowych, ich kultury i poszanowania ukształtowanych przez wieki tradycji. Najpierw tworzą i nagłaśniają problem, następnie zaproponują jego rozwiązanie, czyli przekształcenie narodów Europy, na wzór sowiecki, w pozbawionych własności prywatnej i wolności, "szczęśliwych" unijczyków…

Człowiek sowiecki miał bać się swojej władzy, swoich współbraci (donosicielstwo), wstrętnych burżuazyjnych krwiopijców i drapieżnych zachodnich państw imperialistycznych. Człowiek brukselskiego socjalizmu, unijczyk, ma drżeć wobec wirusów, globalnego ocieplenia, płonącej planety, rosyjskiego imperializmu i chciwego amerykańskiego kapitalizmu. Europa ma wspaniałą szansę, aby



pod "historycznie pokojowym" przewodnictwem Niemiec stać się nowoczesnym imperium konkurencyjnym wobec Ameryki, Rosji i Chin. Elity UE straszą, że jeśli im w tym nie pomożemy, to Europa zniknie…

Wypadałoby zapytać, jeśli im pomożemy, to -co stanie się z Polską? No tak, wtedy zniknie Polska, ale o tym niedobra mówić…

Jak to wszystko się potrafi zmienić tak bardzo, że pozostaje takie same. Kiedyś sowieckie Politbiuro, teraz Rada Europejska i jej gremia decydują o ograniczaniu Twojego prawa do własności prywatnej, ocieplania i sposobie ogrzewania domu, kogo możesz i nie możesz krytykować, jakim możesz jeździć autem, o tym czego Twoje dzieci powinny uczyć się w szkole…

Rodacy, którzy nie mają szacunku, sympatii do naszej kultury, tożsamości, tradycji, historii, a właściwie gardzą nią, gardzą swoimi przodkami w łańcuchu pokoleń. Są jak strojnie dekorowane jajka wielkanocne. Strojne, ale w środku puste wydmuszki. Oczywiście istnieje wolność wyboru, jeśli gardzisz polskością, zostań unijczykiem, niemiecką onucą, do wyboru! To przecież Twoja sprawa, ale nie zatruwaj swoim brakiem wartości, swoim wyjałowieniem, pustką i brakiem odpowiedzialności innych Polaków. Nie bądź łyżką dziegciu w beczce miodu!

To, że Tusk (jak sam pisze) wychował się w środowisku o dużych wpływach germańskich nie powinno oślepiać zdrowego rozsądku u reszty Polaków. Więc wybieraj, niemiecką onucę i brukselski bolszewizm, albo kontrrewolucję Trumpa na gruncie polskim, dającą Ci szansę na zachowanie własnej tożsamości i przywrócenia republikańskich wolności. Pamiętaj, że jeden wybór oznacza zerwanie z Polską, a drugi jej wzmocnienie.

Przecież to już przerabialiśmy, zapytaj swoich rodziców, dziadków, którzy stawali przed podobnymi wyborami na heglowskiej spirali dziejów. Przedtem to odrzucenie i pogarda wobec polskości było uwieńczone wizją człowieka sowieckiego (homo sovieticus). Przed takim nuworyszem stała wizja wspaniałego świata, bez wojen, narodowościowych, czy religijnych sporów. Teraz mamy powtórkę z tej przeklętej rozrywki… Jedynie zmieniono nieco dekoracje, Politbiuro i portrety świętych lewackiego skansenu. Pozostał Marks, urlopowany został Lenin, Stalin i Trocki (choć ten jest dalej w cenie), pojawił się Altiero Spinelli, Richard Coudenhove- Kalergi, praca przeciwko Twoim wartościom i wolnościom wre!

Pamiętacie, że Stalin nie ufał Polakom i do organizowania i nadzorowania utworzonego przez siebie satelickiego państwa polskiego wybrał komunistów pochodzenia żydowskiego? O Polakach mówił, że pasują do socjalizmu tak jak jeździeckie siodło do krowy. Dziś niektórzy analitycy (np. amb. Krzysztof Baliński) zauważają w składzie polskiego rządu licznych polityków pochodzenia ukraińskiego, bądź rewolucjonistów unijczków zakochanych w Berlinie. Tylko Polski żal…

Dla wyznawców niemieckiej onucy istotnie "polskość to nienormalność", a polska tożsamość jest tylko kolejnym towarem, lichym, wytartym beznadziejnymi powstaniami, który chcą szybko wymienić na obcy i rzekomo lepszy. Taka postawa występuje u słabeuszy, nieuków bez historycznej wiedzy, a ich wizja zachodu bierze się jeszcze z biednego komunistycznego PRL-u. To wtedy ukształtował się taki pogląd i może słusznie, ale to co w życiu najtrwalsze, najpewniejsze to zmiana.

Czy dziś naprawdę ten zachód w przeciwieństwie do Polski jest taki wspaniały, bezpieczny, pachnący wolnościami? Chyba ta atrakcja zachodu już się wypaliła co jasno widać na płonących ulicach Paryża, Amsterdamu, Londynu, czy Berlina, gdzie właśnie przy pomocy sponsorowanego przez globalistów importu obcych kulturowo imigrantów utrwala się "nienormalność". Jakoś wśród części polskich elit możemy zaobserwować ten spóźniony pęd na pociąg pośpieszny do zachodu, którego



już nie ma i który już w poważnym stopniu bezmyślnie zniszczył własną tożsamość…

Dlaczego ci Polacy tego nie widzą? Gardzą swoją kulturą i historią i chcą stać się dziwadłem zwanym unijczykiem? Ta ucieczka od samego siebie to przecież już "jeździec bez głowy", naiwne marzenie gołodupca bez dziedzictwa, które porzucił w pogoni za kolorowymi paciorkami, którymi przecież się nie pożywi, a co najwyżej udławi. Zresztą, co to za udziałowiec co nic nie wnosi, oprócz pożądania?

W internecie możemy oglądać filmiki autorów przeprowadzających wywiady, rozmowy o znajomości spraw Polski, świata z młodzieżą, uczniami, czy studentami. Odsłania się bardzo lichy poziom polskiej edukacji, rażącej niewiedzy, no i często uśmiechniętej głupoty. Piszę to z zażenowaniem, bo w II połowie lat 70-tych w starym (dużym) województwie łódzkim zwyciężyłem w Olimpiadzie Wiedzy o Polsce i Świecie Współczesnym, a teraz widzę ten bezkresny wyjałowiony ugór…

Przykro o podobnych postawach pisać szczególnie w przededniu obchodów 1,000 lecia koronacji jednego z najpotężniejszych polskich królów Bolesława Chrobrego, 500 lecia hołdu pruskiego i 20 rocznicy odejścia wielkiego Polaka papieża JP II. Trzeba by odłożyć na bok partyjną onucę i wziąć do ręki książkę do polskiej historii, ale to może być już zadanie nie tylko nudne, obciachowe, ale i może ponad siły…

Czy Polacy, którzy przecież ledwo wydostali się z bagna sowieckiego komunizmu, jego upadlającej upolitycznionej powszechnej korupcji i planowej "urawniłowki" chcą wejść w sidła pułapki unijnego komunizmu? Ktoś powie, on pisze bzdury, Rosja Sowiecka to była przemoc i bieda, a tu zachód i bogactwo. Wypada przypomnieć oryginalnego proroka Marksa, który postulował wprowadzenie komunizmu właśnie w wysoko rozwiniętych krajach zachodu. Więc jesteśmy na drodze i na ścieżce…

Światem od zawsze rządzą oligarchowie finansujący kolejne rewolucje, dyktatury i elity państw demokratycznych, czyli taki Soros to nic nowego. Biurokracja UE rozrasta się i kontroluje coraz to nowe obszary życia i działalności Europejczyków, jej apetyt w kierunku totalitarnej kontroli wzrasta. Chyba nikt nie jest aż taki głupi, aby pomyśleć, że więcej biurokracji i regulacji przyniesie większy dobrobyt, więcej wolności i wyborów i w konsekwencji lepsze szczęśliwe życie.

A jednak zapach niemieckiej unijnej onucy dla niektórych z nas jest bardziej powabny od patriotyzmu i służby Polsce. Tu chodzi o zwykłe zdolności poznawcze, o odróżnienie ziarna od plew. Jezus powiedział do Tomasza: "Błogosławieni, którzy nie widzieli, a uwierzyli". Polska wywalczona i ukochana przez naszych przodków jest wielką wartością, choć nasze pokolenie nie doświadczyło okupacji niemieckiej i sowieckiej to przecież wiemy i wierzymy, że nasi ojcowie narażali swoje życie aby ją obronić, a my?

Czy Polaków stać na zatrzymanie się, na chwilę refleksji w tym biegu w kierunku przepaści? W naszym hymnie śpiewamy "dał nam przykład Bonaparte jak zwyciężać mamy". Dziś bardziej adekwatnie można powiedzieć, że daje nam przykład Trump walczący na czele kontrrewolucji przeciwko nowej odmianie politycznego bolszewizmu, niszczącego kulturę, tradycje i republikańskie wolności. W Polsce nadchodzą prezydenckie wybory, teraz Ty musisz wybrać w którym szeregu staniesz, co załopocze nad Twoją głową, polska flaga, czy onuca…

Jacek K. Matysiak, Kalifornia, 2025/04/04

INFORMACJA KONSULATU GENERALNEGO RP W NOWYM JORKU DOTYCZĄCE WYBORÓW PREZYDENCKICH 2025.

Głosowanie na terenie USA odbędzie się w sobotę 17 maja 2025 r. (ew. ponowne głosowanie – tzw. II tura w sobotę, 31 maja 2025 r.).

Aby wziąć udział w głosowaniu należy złożyć w terminie od 9 kwietnia do 13 maja 2025 r. wniosek o ujęcie w spisie wyborców – najwygodniej zrobić to poprzez system e-Wybory dostępny pod adresem https://ewybory.msz.gov.pl/.

Na terenie Nowojorskiego Okręgu Konsularnego utworzono 15 obwodowych komisji wyborczych:

- **OKW 341 – Nowy Jork I, 233 Madison Avenue (Jan Karski Corner), New York, NY 10016**
- **OKW 342 – Nowy Jork II, 177 Kent Street, Brooklyn, NY 11222**
- **OKW 343 – Nowy Jork III, 100 McGuinness Boulevard, Brooklyn, NY 11222**
- **OKW 344 – Nowy Jork IV, 61-21 56th Road, Maspeth, NY 11378**
- **OKW 345 – Nowy Jork V, 109 York Avenue, Staten Island, NY 10301**
- **OKW 346 – Boston, 655 Dorchester Avenue, Boston, MA 02127**
- **OKW 347 – Buffalo, 128 Wilson Street, Buffalo, NY 14212**
- **OKW 348 – Clark, 177 Broadway, Clark, NJ 07066-1849**
- **OKW 349 – Copiague, 1 Molloy Street, Copiague, NY 11726**
- **OKW 350 – Floral Park, 309 Jericho Turnpike, Floral Park, NY 11001**
- **OKW 351 – Linden, 131 East Edgar Road, Linden, NJ 07036**
- **OKW 352 – New Britain, 112 Grove Street, New Britain, CT 06053**
- **OKW 353 – Passaic, 6 Wall Street, Passaic, NJ 07055**
- **OKW 354 – Stamford, 804 Atlantic Street, Stamford, CT 06902**
- **OKW 355 – Wallington, 127 Paterson Avenue, Wallington, NJ 07057**

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie: https://www.gov.pl/web/usa/wybory-prezydenta-rp-2025-za-granica.

KATERING
u Edyty
Tradycyjna polska kuchnia na wszystkie okazje!
Wesela, komunie, chrzty, pogrzeby, urodziny, święta i inne imprezy okolicznościowe.
POLECAMY DOMOWE:
dania, potrawy, ciasta i torty, swojski stół z kiełbasami, szynkami, boczkiem, smalcem i wiejskim chlebem

EDYTA KULAK
tel: 203 224 9470
Z dostawą do domu na terenie CT

Nie odnawiaj obecnej POLISY, zanim nie sprawdzisz naszej oferty!!!
Reprezentujemy Ubezpieczalnie:
Travelers
Metropolitan
Safeco
National Grange Mutual
Progresive
Kemper
National General Formely Tower
Dairylamd
Foremost
American Modern
Quincy

Barbara Mrozik
Posiadamy SUPER ceny dla młodych kierowców
Nazbierałeś mandatów i szukasz taniego UBEZPIECZENIA?
Skontaktuj się z nami
Jesteśmy w stanie uaktywnić POLISĘ przez telefon
m GROUP

Posiadamy również atrakcyjne ceny polis na:
DOMY JEDNORODZINNE I WIELORODZINNE, BIZNESY ORAZ ŻYCIE
15 LAT doświadczenia w ubezpieczeniach
Barbara - 203-301-0555, cell: 203 515 5709
www.mgroupnow.com BasiaMrozik@optonline.net
NOWA LOKALIZACJA
Duży parking z tyłu budynku
244 BRIDGEPORT AVE, MILFORD, CT 06460

Co z imigrantami w Europie?

Coraz częściej omawiany jest temat imigrantów, szczególnie z krajów Afryki i Bliskiego Wschodu. Wynika to głównie z coraz większych problemów jakie oni powodują, kolejnych ataków terrorystycznych oraz wzrastających nastrojów nacjonalistycznych i prawicowych, które chcą rozwiązać kwestię uchodźców. Więc jak postępuje oraz czego można się spodziewać w tej kwestii w przyszłości? Jednak na wstępie trzeba omówić, skąd tak naprawdę wzięły się tak liczne grupy imigrantów z Afryki i Bliskiego Wschodu. Przyczyną tego, idąc po kolei, jest pokłosie dekolonizacji, gdzie wielu obywateli państw afrykańskich, szczególnie w byłych koloniach francuskich i brytyjskich, otrzymali paszporty umożliwiające bezproblemowe przeniesienie się do Europy i rozpoczęcia tam nowego życia, a także poszukiwana wtedy tania siła robocza, której przykładem jest niemiecka polityka tzw. „Gastarbeiterów" (z niem. „Goście-robotników) z Turcji. Jednak tacy emigranci już dawno zdążyli się zasymilować, ponieważ nie tworzyli oni jeszcze wtedy tak zorganizowanych społeczności i mniejszości. Co za tym idzie nie czuły się wtedy jeszcze na tyle znaczące, tym bardziej, że ówczesna polityka migracyjna, była na tyle prewencyjna, że uniemożliwiała powstanie takich problemów jak dzisiaj. Aby omówić bezpośrednie przyczyny tej sytuacji trzeba z początku skupić się na polityce państw zachodnich w momencie eskalacji konfliktów w Syrii i Iraku. Ówczesne rządy niemieckie, francuskie i brytyjskie, za pośrednictwem UE uznały to za dobrą okazję pozyskania nowej, tańszej siły roboczej, która miałaby napędzić na nowo rozpędzające się gospodarki po kryzysie początku lat 2000-nych. Zarazem miało to być zwiększenie wpływów politycznych i ukazania się zachodu jako otwartego na postęp i wielokulturowość. Już wtedy była to kontrowersyjny temat i licznie komentowane decyzje, które jednak do teraz daje się odczuć.

Więc jaka jest obecnie sytuacja? Jest bardzo niestabilna. Konflikty, które eskalowały na bliskim wschodzie w Iraku, Syrii, Libanie, Palestynie i Afganistanie, a także niestabilne sytuacje w Jemenie, Iranie, Sudanie i Libii, bardzo przyczyniły się do pobudzenia grup przestępczych i organizacji terrorystyczne, które poprzez masowe przyjmowanie imigrantów, przeniknęły do społeczeństwa europejskiego, szczególnie w państwach zachodnich. Nie znając innych realiów, a także poprzez inne wartości kulturowe, wielu takich ludzi często nie potrafiło i nie potrafi się odnaleźć w państwach Europy zachodniej, przez co zajmują się dalej tym co robili w czasach konfliktu bądź przed ich wybuchem, czyli nielegalnym rynkiem i przestępczością czy praniem pieniędzy. Także część z nich stawiając na wygodę postanowiło żyć z zasiłku socjalnego. Kulminacja tych zjawisk miała miejsce w ostatnich latach, gdzie coraz częściej się mówi, że takie państwa jak Francja, Wlk. Brytania czy Niemcy stały się krajami niebezpiecznymi, gdzie w każdej chwili można stać się ofiarą zamachu, zamieszek czy napadu. Wynika to właśnie z tego, że tak licznie przybyli imigranci stworzyli w końcu tak liczną społeczność, że zaczęli się czuć jak mniejszość mogąca domagać się zmian w państwie i jego strukturach, oraz równości wobec rodzimych mieszkańców. Niestety programy, które miałyby właśnie na celu zasymilowanie odmiennych kulturowo przybyszów, aby mogli wyznawać te same wartości i stać się równorzędnymi obywatelami, jak ludność miejscowa, europejska, narodowa, nie powstały lub były tak nieudolne, że jedynie powiększały ten problem.

I co teraz? Obecna sytuacja jest na tyle bezkompromisowa, że wymaga właśnie bezkompromisowych działań. Ludność rdzenna państw zachodniej Europy coraz częściej patrząca bardziej na prawą stronę, obiecującą rozwiązanie problemu uchodźców, się radykalizuje. Co z jednej strony coraz bardziej katalizuje rozruchy i strajki wśród imigrantów państw pozaeuropejskich, którzy czują się coraz bardziej zagrożeni. Ostatnie miesiące pokazały, że rządy państw europejskich coraz częściej próbują rozwiązać ten problem, na przykład deportacja obywateli syryjskich po skończeniu wojny domowej. Z drugiej strony powróciły już dawno nieobecne ataki terrorystyczne, mające na celu pokazanie, że ludność uchodźcza dalej chce mieć jakiś wpływ w społeczeństwie. Więc co można z tym zrobić? I tu opcje pojawiają się dwie. Można albo skupić się na zwalczaniu nielegalnej działalności emigrantów, a wszystkie zagrażające społeczeństwu jednostki deportować z powrotem do ich krajów pochodzenia. Tym samym trzeba by się wtedy zmierzyć z tym, że takie działania nie obędą się bez rozruchu w opinii publicznej i społeczności, co tym samym byłoby kolejnym zapalnikiem do różnych ataków i wzajemnej nienawiści. Pytanie tylko, czy przy tak licznej społeczności imigrantów, nie doprowadzi to do jeszcze gorszej sytuacji, jak w przypadku Francji, gdzie nie raz można już było zaobserwować masowe strajki, które niosły ze sobą liczne szkody cywilne. Z drugiej strony, zawsze można takich uchodźców zasymilować. I także tutaj pojawiają się dwa sposoby. Można to zrobić w sposób bardziej fakultatywny, który miałby na przykład przekładać się na korzyści społeczne, finansowe czy rynkowe. Także można to zrobić w sposób przymusowy, gdzie osoby niechętne do asymilacji byłyby w jakiś sposób karane lub deportowane. Oczywiście te opcje można połączyć w jedno, tak jak przedstawiała to na przykład prawicowe partie w Austrii, gdzie ta kwestia staje się coraz częstszym tematem dyskusji. W programie zawarte były pomysły o zajęciach z języka i kultury dla imigrantów, na zasadzie metody kija i marchewki, gdzie kijem miały być kary finansowe za nieuczęszczanie na takie programy, a marchewką możliwość lepszej pracy i większych zarobków. Tak samo kontrowersyjna jest wciąż kwestia pomocy socjalnej, o której również była dyskusja w kontekście exodusu ukraińskiego. Ogólnie wiadomo, że jeżeliby odciąć wszystkie dodatki społeczne to na pewno wielu imigrantów nie decydowałoby się na przyjazd do Europy, lub takich właśnie państw, które by to wprowadziły, albo tacy imigranci byliby w jakiś jednak sposób przymuszeni do pracy chcąc jakkolwiek przeżyć i „mieć na chleb". Ale z drugiej strony, co zrobić jeżeli komuś brakuje początkowych funduszy, żeby móc przeżyć ten pierwszy miesiąc czy okres czasu, gdzie można znaleźć pracę lub wyuczyć się podstaw języka niezbędnego do podjęcia działalności zarobkowej.



Jak widać sytuacja wymaga zmiany, lecz ciężko jest jednoznacznie znaleźć rozwiązanie, ponieważ powinno być na tyle rozsądne, żeby zniechęcało niepożądanych przybyszy, którzy mieliby być tylko bierni zawodowo lub działać w przestępczości, a zarazem nie zniechęcało imigrantów, którzy by chcieli rozpocząć nowe, legalne, zgodne z normami kulturowymi życie. Jedno jest jednak wiadome, że trzeba bezwzględnie rozprawiać się i karać wszelkie przejawy łamania prawa niezależnie od tego, czy dana osoba czy grupa jest miejscowa i rodzima, czy przyjechała w celu imigracji lub są uchodźcami. Ponieważ to na pierwszym miejscu w państwie powinni być obywatele i ich bezpieczeństwo, jak i całego społeczeństwa, a nie ludność i ludzie przybyli z innych kultur, którzy nie wykazują żadnej woli, aby uczciwie żyć w państwie destynacji.

Michał Węglarz

Nowojorska mieszanka

W opracowaniu Anny Rawskiej

* **Nowojorski City Hall** co roku wyróżnia organizacje działające dla dobra kobiet i indywidualne osoby, które w jakiś sposób zaangażowane są w ruchy kobiece.

W tym roku wyróżnienie otrzymał oddział Tau Omega stowarzyszenia Alpha Kappa Alpha Sorority, Inc. Jest to najstarszy oddział stowarzyszeń podyplomowych w Nowym Jorku, działa w społeczności Harlemu od 1925 roku.

Indywidualne dyplomy otrzymały trzy dziennikarki. Monica Morales jest siedmiokrotną laureatką nagrody Emmy, dziennikarką śledczą PIX11 News, która prowadzi codzienne wieczorne programy informacyjne. Lori Stockes nie pracuje już w mediach, ale przez długie lata prowadziła, min. program Good Day New York. Rosarina Breton jest reporterką Telemundo. Wszystkie działają w różnych organizacjach, bywają wolontariuszkami i we współpracy z zarządem miasta promują działania na rzecz społeczności.

Dyplomy zostały im wręczone na uroczystym spotkaniu w sali obrad ratusza. Gości przywitała Speaker of the NYC Council, Adrienne Adams- zbieżność nazwisk z aktualnym burmistrzem przypadkowa- i zaznaczyła olbrzymi wkład pracy kobiet w działanie miasta. W części artystycznej wystąpiło dwóch nastoletnich poetów, pełen energii zespół Brooklyn United Dance Team&Drummers i Alexia Drummond z LaGuardia High School, która studiując śpiew zebrała wszystkie możliwe wyróżnienia.

* Z okazji proklamowanego przez UNESCO **Międzynarodowego Dnia Teatru**, w Ukrainian Institute of America na Manhattanie, można było obejrzeć niezwykły, składający się z kilku osobnych scen spektakl. Podstawą każdej sceny były rozmowy przeprowadzone w zeszłym roku z mieszkańcami kilku miast w Ukrainie. Następnie poproszono 30 pisarzy- z Kanady, USA i Węgier- o przetworzenie wybranych rozmów w scenariusze i wybrano spośród nich siedem do realizacji. Pokazują one obecne życie takie jakie jest; wśród alarmów, w trakcie nalotów. I problemy, nie tylko podstawowe. Jedna z rozmów dotyczy stosunku do używania języka rosyjskiego, który jest jednocześnie narzędziem wynarodowienia, ale i mową, która kojarzy się z dzieciństwem. Są i dialogi zabawne, pomimo tragizmu położenia. Nie ma dekoracji, świateł i kostiumów, aktorzy występują w swoich codziennych ubraniach i po prostu czytają to, co pisarze chcą powiedzieć widzom. W przedstawieniu wzięli udział aktorzy z kilku krajów.

* **Puchacz Flaco**, który wyrwał się na wolność z niewielkiego ogrodu zoologicznego w Central Park zawładnął w zeszłym roku wyobraźnią nowojorczyków. Przetrwał na wolności prawie rok i w tym czasie nie dał się zwabić w żadną pułapkę zastawianą przez ornitologów i pracowników ZOO, pomimo, że prezentował się często, miał nawet swój ulubiony, olbrzymi dąb, a z czasem zaczął latać dalej. Na wolności przetrwał prawie rok. Sekcja zwłok wykazała, że co prawda bezpośrednią przyczyną jego śmierci było zderzenie z szybą, ale miał też w organizmie śmiertelną dawkę trzech różnych trucizn na szczury.

Są to największe zagrożenia dla ptaków usiłujących przetrwać w mieście. W samym Nowym Jorku dochodzi rocznie do prawie ćwierć miliona kolizji ptaków z szybami.

Zarząd miasta, ze względu na olbrzymie zainteresowanie historią Flaco wśród mieszkańców, opracował programy chroniące dzikie ptactwo, a kilku ustawom nadano jego imię. Wszystkie te informacje, oraz wiele zdjęć, filmów i kartek, które zostawiano dla Flaco można obejrzeć na wystawie w The New York Historical. Wystawa będzie czynna do 6 lipca. Muzeum to prezentuje zazwyczaj 7-8 wystaw jednocześnie o bardzo zróżnicowanej tematyce.

* **Indieplaza Festival w Rockefeller Center już 12 kwietnia!** Początek 11.30 AM. Jest to bezpłatny, całodniowy festiwal prezentujący niezależną muzykę. Ma wystąpić osiem ze społów i kilku DJ-ów. Jednocześnie odbywa się targ gadżetów, są stoiska z wyrobami artystycznymi i rzemieślniczymi, zazwyczaj odbywają się też pokazy najnowszego sprzętu nagłaśniającego i tym podobne. Jest to zależne również od pogody, w poprzednich latach zdarzało się, że ze względu na ulewę i silny wiatr, nie wszystkie punkty programu okazały się możliwe do pokazania.

* **Parada Dyngusa**- już czwarta z kolei- odbędzie się na Greenpoincie 21 kwietnia o 17.30 PM. Organizowana jest przez kościół św. Stanisława Kostki. Adres: 607 Humboldt Street. Ma to być przypomnienie polskich tradycji ludowych związanych z drugim dniem Świąt, czyli Lanym Poniedziałkiem. Tańce, smaganie witkami wierzby i oczywiście oblewanie wodą i tradycyjne, polskie jedzenie.

Dyngus Day Parade odbędzie się też w North Tonawanda,NY- już piąty raz i rozpocznie się o 5 PM. na Buffalo Bolt Way. Po paradzie w której można obejrzeć stroje ludowe z różnych miejsc Polski, zacznie się impreza z muzyką na żywo w wykonaniu zespołu Captain Tom and the Hooligans, a organizatorzy zaproszą wszystkich na poczęstunek.

Obydwa wydarzenia cieszą się coraz większą popularnością wśród Polonii.

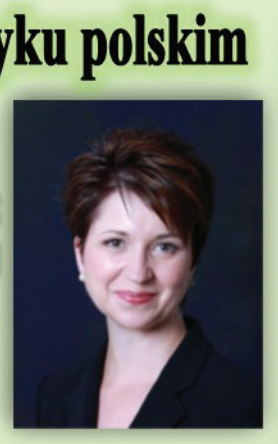


Ostatnia część przedstawienia



Eksponaty z wystawy poświęconej puchaczowi Flaco

REPREZENTACJA przed IRS'em w języku polskim
AUDYTY - BŁĘDNE NALICZANIA - WINDYKACJE - ZAJĘCIA MAJĄTKU
Barbara Mrozik, EA - Enrolled Agent
Rozmawiam po Polsku
Enrolled Agent jest najwyższym poziomem certyfikacji udzielanej przez amerykański URZĄD SKARBOWY
203 301 0555 biuro, 203 515 5709 cell, emeil: mgrouptax@gmail.com
Potrzebujesz pomocy zadzwoń! Samemu nie podejmuj walki z IRS!





Jaj przepięknie malowanych
Świąt słonecznie roześmianych
W poniedziałek dużo wody
Zdrowia, szczęścia oraz zgody!

Uczniom Polskiej Szkoły Sobotniej
w Derby, ich Rodzicom,
a także wszystkim Przyjaciołom Szkoły

życzymy

Zdrowych i pełnych radości
Świąt Wielkanocnych!

Niech Zmartwychwstały Chrystus
oświeca drogi codziennego życia,
obdarza błogosławieństwem
i pomaga życie czynić szczęśliwym.

ZARZĄD oraz GRONO PEDAGOGICZNE

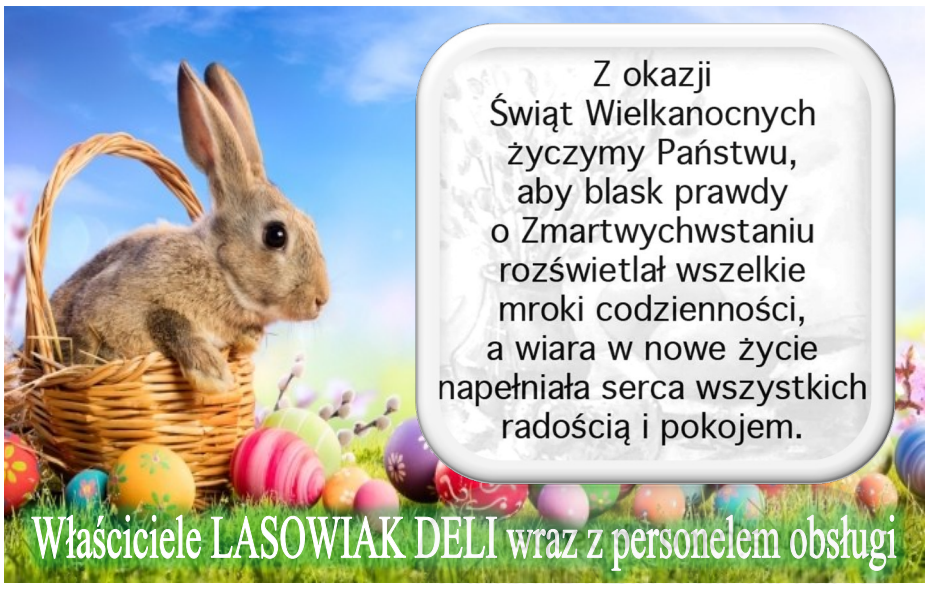
Niech ten świąteczny czas będzie
przepełniony ciepłem, radością,
a także przyniesie Wam
nadzieję na lepsze jutro.
Wesołego Alleluja!

Wszystkim Klientom oraz całej Polonii życzy

Europol Deli

354 Main Street
Ansonia, CT. 06401
203-735-5350
Zapraszamy na świąteczne zakupy





Czy Twoje
Oszczędności emerytalne
są bezpieczne i dobrze zarządzane?

Czy jesteś gotowy na emeryturę?



BEZPŁATNA POMOC I EDUKACJA
w zakresie MEDICARE i planowania finansowego oraz wsparcie przy podejmowaniu ważnych decyzji emerytalnych.

Zapraszam

tel. 860. 997. 3054

ola_mroz@yahoo.com

Aleksandra Mroz

Licencjonowany Specjalista Ubezpieczeń Medycznych
w CT, MA, RI, SC

185 Silas Deane Hwy. Wethersfield, CT

POLSKI SKLEP SPOŻYWCZY
LASOWIAK DELI
POLISH DELI, BAKERY AND GROCERY

ARTYKUŁY SPOŻYWCZE PROSTO Z POLSKI



Wędliny, kiełbasy, przetwory mleczne
Świeże pieczywo, gołąbki, pierogi
Wyrobu garmażeryjne
Ciasta i słodycze
Napoje i artykuły spożywcze
Tygodniki i codzienna prasa polska
Duży wybór ziół, leków i kosmetyków

CODZIENNIE DUŻE PROMOCJE !!!

SKLEPY CZYNNE:
WTOREK-ŚRODA 10:00AM-7:00PM, CZWARTEK 9:00AM-7:30PM
PIĄTEK-9:00AM-8:00PM, SOBOTA-9:00AM-5:00PM

ZAPRASZAMY POLONIĘ NA WIELKANOCNE ZAKUPY

GODZINY WIELKANOCNE

04.13 NIEDZIELA	10:00AM - 2:00PM	04.18 PIĄTEK	8:00AM - 8:00PM
04.14 PONIEDZIAŁEK	10:00AM - 5:00PM	04.19 SOBOTA	9:00AM - 3:00PM
04.15 WTOREK	9:00AM - 7:00PM	04.20 NIEDZIELA	ZAMKNIĘTE
04.16 ŚRODA	9:00AM - 7:00PM	04.21 PONIEDZIAŁEK	ZAMKNIĘTE
04.17 CZWARTEK	9:00AM - 7:00PM	04.22 WTOREK	ZAMKNIĘTE

BRIDGEPORT, 2171 BOSTON AVENUE
TEL. 203 330 0733

DERBY, 63 DERBY AVE /obok polskiego kościoła/
TEL. 203 735 1717



Wielkanocne Śniadanie

Dzwony wielbią
Zmartwychwstanie
Zła i śmierci pokonane
Wiatr niesie dźwięki wysoko
Ku niebiosom, ku obłokom
Troski nasze w dal odpłyną
Zagubią się i przeminą
Razem kiedy usiądziemy
Jajkiem się dzielić będziemy
Radość i zgoda nastanie
W to Wielkanocne śniadanie.



Z okazji Świąt Wielkanocnych
dużo radosnych
i niepowtarzalnych chwil,
prawdziwych przyjaciół dookoła,
wypoczynku w wiosennym nastroju.
Rodzinie, znajomym, przyjaciołom,
sympatykom sportu
życzą
Zosia i Andrzej Więciorkowski
wraz z rodziną



Aby Zmartwychwstały Chrystus
Obudził w Nas to
Co jeszcze uśpione, ożywił to,
Co jest martwe.
Niech Światło Jego słowa
Prowadzi nas przez życie
Do wieczności.

Klientom oraz
całej POLONII
życzą
Małgorzata i Cezary
Murawski
wraz z personelem obsugi





Z okazji
Świąt Wielkanocnych
życzymy Państwu,
aby blask prawdy
o Zmartwychwstaniu
rozświetlał wszelkie
mroki codzienności,
a wiara w nowe życie
napełniała serca wszystkich
radością i pokojem.

Koleżankom i Kolegom Weteranom
Ich Rodzinom oraz całej POLONII
życzy

POLISH ARMY VETERANS ASS'N OF AMERICA
PLACÓWKA #24 W BRIDGEPORT, CONNECTICUT

LISCIO'S MEAT LAND

Zaprasza na zakupy

Polska i węgierska kiełbasa własnego wyrobu
Oferujemy duży wybór świeżego mięsa
/schab, żeberka, łopatka, mielonka/
Kaszanka własnego wyrobu
Surowa i wędzona szynka
Gołąbki







Produkty polskie
Produkty amerykańskie
Produkty wschodnio - europejskie
oraz wiele innych produktów spożywczych

ZAPRASZAMY POLONIĘ NA WIELKANOCNE ZAKUPY

Sklep otwarty: Poniedziałek -Środa - Piątek 8:00AM - 6:00PM,
Wtorek - Czwartek - Sobota 8:00AM - 4:00PM

Bridgeport, 541 Broadbridge Road, Tel. 203-372-2264
/ Naprzeciw sklepu ogrodniczego Treeland /

OD POKOLEŃ SŁUŻYMY POLONII W TRUDNYCH CHWILACH



Właścicielami jest polska rodzina,
która zarządza zakładem. Mówimy po polsku

NEWINGTON MEMORIAL
20 Bonair Avenue
Newington
860-666-0600

DUKSA
RODZINNY DOM POGRZEBOWY

BURRITT HILL FUNERAL HOME
332 Burritt Street
New Britain
860-229-9021

www.duksa.net

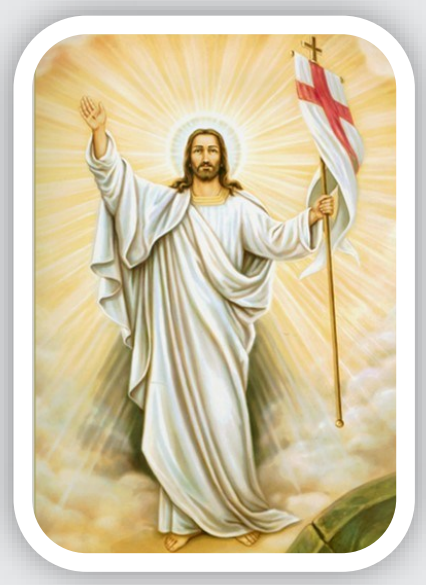
Wielkanoc to czas otuchy i nadziei.
Czas odrodzenia się wiary w siłę Chrystusa
i drugiego człowieka.
Niech Święta Wielkanocne
przynoszą radość i wzajemną życzliwość.
By stały się źródłem wzmocnienia ducha.
Niech Zmartwychwstanie, które niesie odrodzenie,
napełni Was pokojem i wiarą,
niech da siłę w pokonaniu trudności
i pozwoli z ufnością patrzeć w przyszłość.



Życzenia radosnych Świąt Wielkanocnych
wypełnionych nadzieją budzącej się
do życia wiosny i wiarą w sens życia.
Pogody w sercu i radości płynącej
z faktu Zmartwychwstania Pańskiego
Smacznego Święconego
w gronie najbliższych osób
życzą
Bracia
Piotr, Leszek, Grzegorz
WOJEŃSKI
wraz z rodzinami

BROTHERS RESTORATION, LLC.
WOJENSKI RESTORATION. LLC.

Z okazji nadchodzących
Świąt Wielkiej Nocy
pragnę życzyć wszystkim Państwu,
aby łaska płynąca z czasu
Zmartwychwstania Pańskiego
dała siłę i wsparcie
w pokonaniu wszelkich
życiowych trudności.
Edyta i Paweł Kułak
wraz z rodziną
KATERING u Edyty
Tradycyjna Polska Kuchnia
203 224 9470



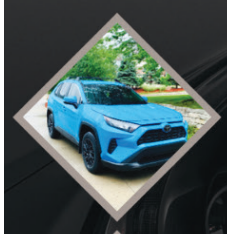
Obfitych Łask i Błogosławieństw
od Chrystusa Zmartwychwstałego
oraz pełnych pokoju
ŚWIĄT WIELKANOCNYCH
z radosnym "Alleluja"
Członkom klubu "Biały Orzeł"
Grupie 315 ZNP w Bridgeport
ich Rodzinom oraz całej POLONII
życzy
KLUB "BIAŁY ORZEŁ"



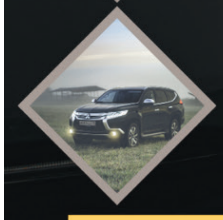
AUTO ONE LLC

Co kolwiek twoje samochody potrzebują, my się tym zajmiemy!

Wiosna już się zbliża, jest super czas żeby przygotować swój samochód na te wiosenne i letnie wyjazdy!







- Wheel Alignment - Zbieżność kół
- Wymiana oleju & wszystkich płynów
- Pełny serwis transmisji
- Wymiana filtrów powietrza i w kabinie
- Sprzedaż i wymiana opon
- Ozonowanie - oczyszczanie powietrza i klimatyzacji
- Blacharka & malowanie samochodów
- Diagnostyka

860-505-0816

1 Farmington Ave. New Britain CT 06053

Mon - Fri 8:00am - 5:00pm Sat 8:00am - 1:00pm

Promocje na sezon wiosenny

- Filtry powietrza & kabinowy **10% OFF**
- Ozonowanie **$59.99**
- Zbieżność kół **$20 OFF z $110**
- **Darmowy** przegląd przed wiosenny

Zapraszamy!

Spokojnych Świąt Wielkanocnych pełnych miłości i rodzinnego ciepła swoim sympatykom, sponsorom oraz całej Polonii życzy Zespół Pieśni i Tańca POLANIE

Polanie



FROM THE HEART HOME CARE LLC

300 New Britain Rd., Berlin, CT 06037
tel. 860-882-4623
EMAIL: fromthehearthcllc@att.net
WWW.FROMTHEHEARTHOMECARE.ORG

Nasza agencja oferuje doskonałą i niedrogą opiekę w twoim domu

Oferujemy opiekę w zakresie pomocy pielęgniarskiej CNA

PCA
HHA
CHORE
Adult Family Living

Opieka nocą
Opieka całodobowa
Opieka tymczasowa
Opieka na godziny
(pół etatu i cały etat)



Akceptujemy pacjentów z Title 19
Akceptujemy Long/short Term Care Insurance
(ubezpieczenie długoterminowe
oraz płatności z kont prywatnych

lic. HCA.0000796

Aria's

European Deli & Market

www.ariaseuropeandeliandmarket.com
(475) 675-5696

Zapraszamy

poniedziałek - sobota
9:00am - 7 pm
niedziela - zamknięte

Duży wybór europejskich produktów,
Gorące lunche domowej kuchni

Z okazji Świąt Wielkanocnych pragniemy złożyć naszym klientom najlepsze życzenia. Niech ten szczególny czas będzie dla wszystkich okresem zadumy, wyciszenia, wypoczynku i prawdziwej radości.

CVS/OXMOUR PLAZA, 223 West St. Seymour, CT


Alleluja dziś śpiewamy,
Bogu cześć i chwałę dajemy.
Bo Zmartwychwstał nasz Zbawiciel,
tego Świata Odkupiciel.
Zdrowia, radości i powodzenia,
to są nasze życzenia.
RADOSNEGO ALLELUJA
Właściciele wraz z personelem obsługi
BAŁTYK DELI STRATFORD
Station House Square
2505 Main Street, Stratford, CT 06615
Tel. 203 386 9400


Zdrowych i Pogodnych Świąt Wielkanocnych
pełnych wiary, nadziei i miłości
wszystkim członkom chóru im. Św. Faustyny,
grupie pasyjnej MOC i SIŁA, Ojcom Franciszkanom
i całej wspólnocie parafialnej
z kościoła św. Michała Archanioła w Bridgeport
życzy
Ewa Kamińska z mężem Andrzejem
oraz córką Andreą & Greg and Leon Christopher


POLSKIE DELIKATESY
BALTYK DELI
ZAPRASZAMY NA WIELKANOCNE ZAKUPY!!!
U nas możesz zamówić: TALERZ Z CIASTEM, TALERZ Z WĘDLINAMI
ŚWIĄTECZNE GODZINY OTWARCIA
04.14 Poniedziałek 11:00AM - 5:00PM
04.15 Wtorek 8:00AM - 6:00PM
04.16 Środa 8:00AM - 6:00PM
04.17 Czwartek 8:00AM - 6:00PM
04.18 Piątek 8:00AM - 6:00PM
04.19 Sobota 8:00AM - 2:00PM
Produkty mięsne, Przetwory mleczne, Pieczywo
Artykuły spożywcze, Ciasta i słodycze
Duży wybór ziół, leków i kosmetyków
Wyroby garmażeryjne
Pierogi, Gołąbki
Domowe świeże zupy i obiady
Napoje, Polskie piwo
Polska i Polonijna prasa
Wysyłamy paczki do Polski
POLECAMY
STATION HOUSE SQUARE
2505 MAIN ST. STRATFORD, CT 06615
TEL. 203 386 9400
SKLEP CZYNNY:
WTOREK - ŚRODA - CZWARTEK 8:00AM - 6:00PM
PIĄTEK 8:00PM - 6:00PM, SOBOTA 8:00AM - 3:00PM


Katrina's
TRAVEL LLC
KATARZYNA ZAMBRZYCKI
ZAPRASZAMY DO SKORZYSTANIA
Z NASZYCH WYJĄTKOWYCH OFERT
all-inclusive
vacations to
Carribean & Mexico
Wesołych Świąt Wielkanocnych
860-508-2491
sunnyallinclusivevacations@gmail.com
193 Merigold Dr.
New Britain, CT 06053


JTGHAMO
The Suit Store
1986
JTGHAMO.COM
137 Sisson Ave Hartford CT
06105 860-232-4405
(Exit 46 from I-84)
Fashion from Italy
20-50 % OFF
On all Suits
Suits Starting @$199.99
with this coupon or mention
Polonia newpaper.

LUCKY DISCOUNT LIQUOR

Next to - w sąsiedztwie C Town Supermarket and Lasowiak Deli



1.75ml Sobieski 80”	22.99+
1 litr Sobieski 80"	16.99+
750ml Sobieski 80”	13.99+
750ml Dalkowski Chocotella Liq.	16.99+

PadarewskicPolish Vodka	20.99
750 mlTangueray Sterling Vodka	16.99+
750 ml Żołądkowa Gorzka Orange	18.99+
750 ml Żubrówka Bison	30.99+



1 litr Zalewkowa Gorzka	18.99+
750 Nalewka Lwowecka/Cherry Liqueur	17.99+
750 ml Śliwowica - Plum	16.99+
1.75ml Soplica	23.99+
750 ml Advocat	18.99+



750ml Luksusowa	14.99+
1.75ml Luksusowa	26.99+
750 ml Soplica all flavors	14.99+
750 ml Belvedere (Reg&Fla)	29.99+
1.75ml Belvedere (Reg&Fla)	54.99+



1.75ml Finlandia	29.99+
750ml Finlandia	16.99+
750ml Ciroc all flavor	31.99+
1.75 ml Ciroc all flavor	52.99+

750ml Becherovka	30.99+
750ml JW Red Label	24.99+
1litr JW Red Label	31.99+
1.75ml JW Red Label	37.99+



750ml JW Double Black Label	36.99+
750ml JW Black Label	33.99+
750ml Chopin Vodka	30.99+

oraz wiele innych gatunków alkoholi i win

1.75 ml Spirytus Rektyfikowany Rectified Spirit		49.99+
750 ml Spirytus Rektyfikowany Rectified Spirit		23.99+
Bocian Vodka		19.99+
Bocian Premium Vodka		20.99+
Bocian Cherry&Black Current		19.99+
750ml Wisniowka - 80 Cherry Liquer		14.99+
750ml Wiśniak - 70 Cherry Liquer		12.99+
750ml Nuen Wisniowka 100proof		14.99+
750ml R.Jelinck Plum Brandy Honey		34.99+
750ml RJ Gold Plum Brandy Slivovitz 10 yrs		45.99+
750ml RJ Plum Brandy Slivovitz 5 yrs		29.99+
750ml Nalewka Bab(Cherry, Honey, Peach, Raspberry)		16.99+
Kagor Red Desert Wine		10.99
Benediktiner Beer	4 pk	7,99
Zetecky Lezak Beer	4 pk	7.99

Wielkanoc 2025



We carry following Polish Beer
Posiadamy w sprzedaży Polskie Piwo

Kozel Lezak
Kozel Cerny
Boss Beer
Prazubr
Okocim
Żywiec
Tyskie
Perla
Zubr
Tatra
Bojan
Luzak
Warka
Amber
Debowe
Lezansk
Łomża 4pk can
Zagłoba Premium
Burgkopf pineapple
Burgkopf grapefruit
Black Boss Porter94

We carry Import & Domestic Liqure & Beer & Wine
Posiadamy również w sprzedaży importowane i krajowe alkohole, piwo i wino

Happy Easter 2025

KAŻDEGO DNIA SPECJALNE PROMOCYJNE CENY!!!

Zapraszamy na WIELKANOCNE zakupy
Radosnego Alleluja!!!

Sklep czynny od Poniedziałku do Niedzieli
Pon.-Sob. - 10:00AM - 10:00PM, Niedziela 10:00AM- 6:00PM

Tel. 203 378 4000

330 Boston Avenue, Stratford, CT 06614

Luxe Ride Enterprise: Świetne Rozwiązanie w Zakresie Podróży i Wysyłki Paczek!

40 Broad St, New Britain, CT
(860) 922-1210
(860) 924-0913
(860) 357-3023

W Luxe Ride Enterprise dbamy nie tylko o Twoje potrzeby podróżnicze. Luxe Ride jest ekskluzywnym przedstawicielem usług firmy Dompak, która zajmuje się wysyłką paczek do Polski i reszty krajów Unii Europejskiej. Niezależnie od tego, czy odnawiasz paszport, potrzebujesz transport na lotnisko, szukasz ciekawej wycieczki, lub wysyłasz paczkę do Europy, Luxe Ride oferuje wszystko, czego potrzebujesz.

Oferowane Usługi:

- Transport na lotnisko
- Wycieczki z przewodnikiem
- Konsultacje podróżnicze
- Usługi notarialne i paszportowe
- Wysyłka paczek do Europy

dompak

Paczki do Polski i Europy





Pozłacane czasy

Anna Rawska

Alexander Berkman, anarchista, pisarz i współwłaściciel niewielkiej kafeterii w której robił kanapki i wypiekał lubiane przez sąsiedztwo ciastka, został wprowadzony do gabinetu na naradę dyrektorów Carnegie Steel Company jako specjalista od łamania strajków. Frick wstał, żeby się z nim przywitać. Berkman wyciągnął pistolet. Każdy z sześciu świadków tego zdarzenia opisał inaczej to, co działo się później. Fakty są takie, że Frick uniknął kuli w głowę, uniknął postrzału w serce i uniknął zasztyletowania. Najbardziej prawdopodobna wersja jest taka, że jeden z dyrektorów obecnych na naradzie podbił rękę napastnika z pistoletem i usiłował go rozbroić. W efekcie cała trójka znalazła się na podłodze, Berkman wyciągnął sztylet i wbił go w szyję ofiary, ale z boku.

Zakrwawiony Frick powiedział:

- Nie sądzę, że umrę, ale niezależnie od tego, czy tak się stanie, czy nie, firma będzie stosować tę samą politykę wobec pracowników.

Dyrektorzy pokiwali głowami, Berkman spojrzał z nienawiścią.

Sam Frick twierdził, że uratowała go interwencja z zaświatów jego pięcioletniej córki, która zmarła rok wcześniej na- jak się dziś podejrzewa- jakiś rodzaj infekcji wirusowej. W tamtych czasach- był rok 1892 - w US ponad 40% wszystkich zgonów stanowiły dzieci do piątego roku życia; obecnie są to niewielkie odsetki. Opieka lekarska była mizerna, warunki sanitarne podłe, dzieci umierały w rodzinach biednych i bogatych.

Po tym wydarzeniu Frick wydrukował podobiznę córki na czekach. Jak wspominają jego współcześni, był człowiekiem twardym w obejściu, niesympatycznym, kompletnie pozbawionym poczucia humoru. Pracę zaczynał o 3 nad ranem, ludzi traktował przedmiotowo. Rozczulał się jedynie na wspomnienie córki.

Andrew Carnegie i Henry Clay Frick mieli skomplikowane stosunki interpersonalne od samego początku znajomości. W wielkim skrócie; Frick wiedział, jak się robi koks, Carnegie miał więcej pieniędzy i szybko się okazało, że to on jest większościowym właścicielem ich przedsiębiorstwa. Carnegie kreował się na „światłego, nowoczesnego kapitalistę", Frick uważał się za pragmatyka. Mieli i wspólną cechę; ogromną potrzebę przejścia do historii.

Ich przedsiębiorstwo w Homestead, PA, skonstruowane było w sposób, który spotyka się i dziś; pracownicy mieszkali w osiedlu należącym do pracodawców,



Reklamy The Frick Collection wiszą w całym mieście

zaopatrywali się w sklepach na terenie. Carnegie wykańczał konkurencje zniżając ceny, Frick uważał, że pracownik jest elementem produkcji. Nie lubili się, ale żyli w symbiozie.

Wszystko to funkcjonowało dopóki dawało niebywałe zyski. Gdy przestało, doszli do wniosku, że najlepiej przedłużyć dzień pracy do 12 godzin i jednocześnie obniżyć wynagrodzenia. Gdy ogłoszono to pracownikom, Carnegie był już w podróży, zwiedzał Rzym i Wenecje i planował spotkania ze śpiewakami, których chciał zaprosić do otworzonej niedawno sali koncertowej, którą ufundował. Wspierał powstanie związków zawodowych, więc ich przywódcy starali się z nim skontaktować, bez skutku. Nie udało się to też reporterom.

Z liczącej prawie 4 tys.osób załogi, do związków należało zaledwie nieco ponad 800 osób. Frick jednak nie chciał wysłuchać związkowców, żeby nie nadać im ważności. Zamiast tego, podzielił pracowników na mniejsze grupy i spotykał się z każdą grupą osobno. Na jego warunki zgodziło się zaledwie 840 osób. Reszta zaczęła strajk, a on zaczął akcję wyrzucania rodzin z mieszkań.

Zamknął też bramy zakładu, wzmocnił ogrodzenia. Strajkujący poczuli się jak w twierdzy, wystawili warty i nie wpuścili tych, którzy stawili się do pracy.

Agencja Pinkertona kojarzy się na ogół z prywatnymi detektywami, którzy śledzą niewiernych współmałżonków, wyszukują świadków i zbierają dowody pominięte przez policję. Agencja robiła to, oczywiście, ale tak naprawdę zarabiała głównie na wynajmowaniu swoich ludzi do różnego typu akcji, także do ochrony łamistrajków. Frick wynajął 300 „pinkertończyków", jak ich nazywano. Zjawili się uzbrojeni w najnowsze winchestery. Strajkujący mieli jedynie stare strzelby, było ich jednak więcej. W czasie walki zginęło 14 strajkujących i 4 pinkertończyków, którzy w związku z tym wywiesili białą flagę. Po czym nastąpiło coś, czego nikt nie przewidział. Na pokonanych, zanim zdołali się wycofać, rzuciły się kobiety i dzieci. Z wściekłością.

Frick wezwał wtedy na pomoc gwardię, która szczelnie otoczyła teren i wygrała następne starcie, ale znów zginęli ludzie, setki zostało rannych, wielu ciężko. Na skutek tych wydarzeń kilka lat później w 26 stanach wprowadzono przepis zabraniający używania „sił zewnętrznych" do tłumienia strajków i protestów pracowników w firmach prywatnych.

Dwa lata po tych wydarzeniach Frick przyjął 30 milionów, które przyznał mu sąd w wyniku rozprawy mającej ustalić kto komu ile jest winien i nie apelował, choć swój wkład pracy i wartość udziałów wyceniał na więcej. Nie apelował też Carnagie. W autobiografii napisał, że wieść o stłumieniu strajku była najgorszym momentem jego życia i będzie o tym myślał w chwili śmierci. Frick nazwał go hipokrytą i upublicznił listy i telegramy, które między sobą wymieniali. Wynika z nich, że Carnegie dał Frickowi wolną rękę, akceptował kolejne posunięcia. Nigdy się do tego wprost nie przyznał. W osiedlu mieszkaniowym w Homestead wybudował nowe domy, boiska, salę koncertową i szkołę. W obszernej autobiografii nie wspomniał, że sam także kiedyś wynajął pinkertończyków i to dwa razy. Raz, żeby wprowadzić tańszych Węgrów i Słowaków do jednego ze swoich przedsiębiorstw i drugi raz, kilka lat później, żeby na ich miejsce wprowadzić jeszcze tańszych Irlandczyków. Nie mniej, został tak, jak chciał, filantropem; jego fundacja finansowała szkoły, uniwersytety i biblioteki. I co ciekawe; wspierał też związki zawodowe.

Frick do końca życia uważał, że właściciel ma prawo zmieniać warunki pracy w dowolny sposób. Obrazy i inne dzieła sztuki zaczął kolekcjonować, gdy przeniósł się do Nowego Jorku w 1905. Jego rodzina kontynuowała tę pasję i Frick's Collection obecnie składa się z ponad 1800 dzieł sztuki. Jest to najbardziej znana, najznakomitsza prywatna kolekcja na świecie.





Budynek przy 1 East 70th Street był remontowany przez cztery lata. Od 17 kwietnia kolekcja Fricka znów będzie tam dostępna, z wieloma nowymi obiektami. Na piętrze- wcześniej niedostępnym dla zwiedzających- będzie można obejrzeć portrety rodzinne Fricków, w tym zmarłej w wieku pięciu lat Marthy.

O żywność z robaków zamiast mięsa
Czy wiemy co jemy

Ja nie orientuję się, jak jest tam u Was, w zacofanejAmeryce – ale my, Europejczycy jesteśmy wyzwoleni z ciemnoty, konserwatyzmu i staroświeckosci, my jesteśmy nowocześni, bo mamy przodownicę w niesieniu rodzajowi ludzkiemu nowych haseł i nowego stylu życia - my mamy Unię Europejską. A ona – wie, jakie potrawy powinniśmy spożywać, co mamy mieć na stołach i w garnkach i chce nam narzucić „żywność z robaków zamiast mięsa i nabiału“. Przy pomocy rozporządzeń ustaliła, że trzeba się odżywiać robakami, owadami a także ich odchodami. Te ciała owadów i innych zwierząt **u nas** kryją się pod postacią popularnych konserwantów i barwników, proszku i znajdują się w prawie wszystkich środkach spożywczych.



Nic to, że pojawiają się – nieśmiało - głoszone obawy mówiące o niebezpieczeństwie spożywania owadów oraz o kwestiach etycznych związanych z ich hodowlą i przetwarzaniem. Obawy te dotyczą kwestii zdrowotnych, potencjalnych reakcji alergicznych - ale kto będzie się tym przejmowal? Zdrowie przywodców światowej „elyty” nie jest zagrożone... więc wszystko można. I to nic, że w procederze spożywania robactwa jeszcze brakuje wystarczających badań nad długoterminowymi skutkami jego spożycia przez ludzi.

Podstawy do powyższych unowocześnień naszego europejskiego postępowego odżywiania trzeba szukać na kartach Organizacji Narodów Zjednoczonych. Oto co można tam znaleźć: ONZ deklaruje, że populacja ludzi do 2030 roku wzrośnie do 8,5 miliarda, a do 2050 – do 9,7 miliarda. Zwiększenie populacji wiąże się ze zwiększeniem zapotrzebowania na białko dla ludzi, ale też dla zwierząt. ONZ uznaje, że konsumpcja owadów może być pomocna w walce z głodem na świecie. W Europie pierwsze przepisy w sprawie tej tak zwanej „nowej żywnosci „ zostały wprowadzone przez UE już 15 maja 1997 r. , po czym 20 grudnia 2017 roku - w załączniku do Rozporządzenia Wykonawczego Komisji (UE) 2017/2470 ogłoszono wykaz tej nowej żywności, zaś w styczniu 2023 roku wporowadzono nowe przepisy, na mocy których umożliwiono stosowanie nowej grupy „żywności”, (novel food) np. mąki z owadów jako dodatku do tego, co jemy. Rok 2025 przyniósł kolejne decyzje. UE zgodziła się na dalsze, poszerzone zastosowanie insektów w żywności.

Jeszcze w marcu 2023 urzędnicy unijni opracowali opowiednie przepisy, żeby określić, pod jaką nazwą mają występować te nowe owady na liście składników, na przykład „Mrożona pasta z larw Alphitobius diaperinus (chrząszcza pleśni zbożowej)” lub „Częściowo odtłuszczony proszek z Acheta domesticus (świerszcza domowego), a od 10 lutego br. *na mocy Rozporządzenia 2025/89*) Unia Europejska znowu wprowadziła na terenie całego kołchozu europejskiego nowe produkty, co nazwano zachęcająco i sprytnie: „dieta bezmięsna” i dopuszczono nowe elementy do spożycia przez bydło ludzkie, Są to żółte **mączniki** w postaci proszku poddanego działaniu promieni UV. Napracowano się bardzo i ogłoszono to wszystko w *Dzienniku Urzędowym Unii Europejskiej.* Natychmiast przyszło temu w sukurs Niemieckie Przedstawicielstwo Komisji Europejskiej i zebrało najważniejsze fakty, dotyczące obecnej debaty na temat dopuszczenia owadów do żywności, żeby nikomu nie umknęła przypadkiem wiadomość, co trzeba teraz jeść.

Oto co ustalono: - Owady są uważane za nową żywność w UE i **muszą być dopuszczone do obrotu!** Ta nowa żywność ma być oznaczana w ramach etykietowania zawierających ją środków spożywczych jako „mrożona”, „suszona/sproszkowana lub „sproszkowana cała”. Wybór spory, nie przegapić !....

Pojawiają się co prawda wypowiedzi, że po spożyciu owadów mogą wystąpić reakcje alergiczne - ale przeciez Soros nie musi ich konsumować...

Żeby zachować pozory troski o konsumentów „niesorosowych”, to produkty muszą być odpowiednio oznakowane. Posłuszne Polskie Ministerstwo Rolnictwa na przykład przygotowało projekt rozporządzenia, w którym wskazano, że „robacze jedzenie” ma być oznaczone w konkretny sposób. Resort proponuje, żeby był to znak, na którym widnieje owad i napis: „Zawiera owady jadalne”. Żeby i niepiśmienni mogli łatwo zakupić. Albo dla pisatych i czytatych – ma być podana naukowa nazwa owada po łacinie i w polskim tlumaczeniu. A więc bez okularów lub lupy – nie wybieraj się na zakupy! Ale ostatnio pojawiła się informacja, że tak naprawdę, to Eurokraci nie będę się przejmować specjalnym oznakowaniem żywności z robakami, larwami i tym podobnym. (...) Unijna komisarz do spraw zdrowia i bezpieczeństwa żywności Stella Kyriakides, oficjalnie oznajmiła, że: „Unia nie ma zamiaru zmuszać firm do oznaczania produktów, które zawierają robaki”. Tutaj jej wypowiedź: „Komisja nie rozważa obecnie dodatkowych wymogów dotyczących etykietowania żywności zawierającej owady, ponieważ istniejące ramy prawne zapewniają, że konsumenci są informowani o zawartości żywności”.

Opierając się na niemieckim źródle Feferalnego Ministerstwa Żywności – w środkach spożywczych owady i larwy nieoficjalnie istniały w NRF już od roku 1997.

W styczniu 2023 Unia wprowadzila na mocy rozporządzenia oficjalnie **świerszcza domowego** 2 (Acheta domesticus). Jest to częściowo odtłuszczony proszek – możesz go spożywać w chlebach i bułkach wieloziarnistych, batonach zbożowych, ciasteczkach i herbatnikach. Unijny dokument wskazuje, że np. w pieczywie wieloziarnistym dopuszczalne jest użycie maksymalnie 2 g tego odtluszczonego proszku ze świerszczy na 100 g produktu, zaś w batonach z ziaren zbóż - 3 g na 100 g produktu. Smacznego! Również dnia 5 stycznia 2023 Komisja Europejska zmieniła stare rozporządzenie nr 2470 UE z roku 2017 i wydała nowe – *Rozporzadzemnie Wykonawcze 2023/58* dla ludzkich zwierząt - zezwalające na wprowadzenie na rynek larw Alphitobius diaperinus **(pleśniakowca lśniącego)** w postaci mrożonej, pasty, suszonej i sproszkowanej jako nowej żywności

Owadem, ktory w lutym 2025 został oficjalnie na podstawie rozporządzeń dopuszczony w Europie jako żywność- jest **mącznik żółty**. Komisja Europejska uważa, że spożywajac go nie mamy się czego obawiać, ponieważ larwy będą napromieniowane promieniami UV. Mąkę i inne produkty mącznika żółtego w formie mrożonej, suszonej lub w proszku, produkować będzie i wprowadzać na rynek francuska firma Nutriearth,

Pod koniec stycznia 25 pojawił się chrząszcz mączny zw. **mącznik młynarek,** -Tenebrio molitor, (a właściwie jego larwy). Jest to owad, który dostał aprobatę Europejskiego Urzędu ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA) w styczniu br. Eksperci EFSA uznali mącznika młynarka za bezpieczne i wartościowe źródło białka, które może być alternatywą dla tradycyjnych produktów mięsnych. Jemy go w przekąskach, Burgerach i alternatywie dla mięsa. Jest to chrząszcz z rodziny czarnuchowatych. Owad dorosły osiąga rozmiar 12–20 mm, larwa – 30 mm. Na mocy rozporządzenia wykonawczego nr 2025/89 z dnia 20 stycznia 2025 UE wprowadziła zezwolenie na wprowadzenie na rynek proszku z całych larw mącznika młynarka jako nowej żywności w postaci mrożonej lub suszonej. Mącznik młynarek - jego suszone na gorąco larwy mogą być sprzedawane w całości lub zmielone jako żywność. Może być również stosowany jako proszek o zawartości do 10% w różnych produktach spożywczych, takich jak makarony, herbatniki lub produkty białkowe.



Dopuszczony przez Unią Europejską do spożycia jest jeszcze **wołek**

KATERING u JANINY
Polska Tradycyjna Kuchnia na każdą okazję
Dania obiadowe
Sałatki, surówki
Przekąski
Desery

Tel. 203-870-5730

zbożowy (Alphitobius diaperinus),

zwany pleśniakowcem lśniącym (jaka zachęcająca nazwa!), który w fomie mrożonej lub suszonej larwy występuje w postaci pasty i proszku. Znajduje się w kaszy, ryżu, makaronie. Polska firma *Proteine Resources* już stworzyła system chowu, hodowli i przetwórstwa pleśniakowca lśniącego na skalę przemysłową.

Jest jeszcze **szarańcza wędrowna** (Locusta migratoria), mrożona suszona i sproszkowana, znajduje się w mące. Jakież to wspaniałe ułatwienie życia dla rolnika! Niedługo nie będzie już musiał siać, kosić, młócić, odzielać ziarno od plewy, mielić we młynie ziarna żyta i pszenicy - bo mąka z tego dotychczas otrzymywana będzie wzbogacona o zmielone nogi i skrzydelka i odchody suszonej szaranczy. Toż to czysta troska o rolnika, który może spokojnie się wylegiwać i nie wysilać w pracy żniwnej.

Od tej pory wszystkie robaki, owady, ich części i larwy będą mogły być dodawane do takich produktów, jak chleb i bułki, ciasta i ciastka, produkty na bazie makaronu, przetworzone produkty z ziemniaków, ser i produkty z sera oraz musy owocowe i warzywne. To są „absolutne bomby proteinowe", wychwala unijna „elyta" - posiadają tłuszcze, mikroelementy i białko. A więc – nie musisz już jeść staroświeckich dostarczycieli białka jak kurczak, wołowina, ryby, masło, fasola, orzechy, ktore dotyczczas panowały w kuchni i na stole – jedz chrząszcza mącznego !

Podsumowujac: na stołach i w garnkach kuchennych mamy dzięki kołchozowi europejskiemu - do tej pory już do dyspozycji w postaci mrożonej, suszonej lub mielonej - następujęce robactwo - jego skrzydełka, nogi i odchody: **szarańcza wędrowna, świerszcz domowy, wołek zbożowy, mącznik młynarek.**



Jeśli chodzi o tropikalnego świerszcza domowego, o larwy trutnia pszczoły miodnej i larwy czarnej muchy żołnierskiej - to obowiązuje -jeszcze nadal – „zezwolenie przejściowe", ale nie obawiajmy się, nadejdzie i zezwolenie stałe.

Jaka bogata paleta, tylko wybierać i nie grymasić. I to jest wielkie, niesamowite osiągnięcie „elyt" nami rządzących, które należy podziwiać - i im nie zaprzeczać.

Żeby o tym przekonać – globaliści prześcigają się w argumentach. Podaje się na przykład takie: owady lub proszek z owadów są stosunkowo drogie jako składnik żywności. Dlatego dla wielu firm stosowanie tych produktów nie jest ekonomicznie opłacalne. Jeśli są one używane, to zazwyczaj w celach reklamowych lub w celu przyciągnięcia uwagi. To ma przekonać ludzkie zwierzęta, jak bardzo atrakcyjne, bo trudne do osiągnięcia są tak produkowane składniki tego, co jemy. Przekonuje się nas w ten sposób: owady są przecież regularnie spożywane w wielu innych częściach świata i stanowią doskonale alternatywne źródło białka. A uzyskanie tego - nie jest takie łatwe, bo żeby producenci tego „złota" mogli wprowadzić je na rynek – muszą ubiegać się w kołchozie europejskim o zezwolenie dla każdego jednego owada. W tym celu Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA) przeprowadza szczegółową ocenę naukową w ramach badania każdego wniosku postawionego o zezwolenie na produkcje tej novel food. .

Pojawiają się i takie argumenty, dlaczego warto o to walczyć: np.: konserwatystom, zapleśnialym reakcjonistom, którzy przed majem 1997 roku nie doświadczyli unowocześnienia stołu i kuchni przez Unię Europejską - imponować powinno już samo powyższe sformułowanie „nowa żywność". Co stare - jest „passe", czas na nowość !

Podawane sa argumenty dla tych, którzy jeszcze wątpią lub się wzdragają przed konsumowaniem tej nowej żywnosci. Na przykład:. Białko i inne skladniki odżywcze z tych robaków są bogate w kwasy tłuszczowe omega-3, witaminy z grupy B i ważne minerały, takie jak miedź, żelazo, magnez, mangan, selen i cynk. Przede wszystkim jednak. jak już wspomniano, są bardzo dobrym źródłem białka: mączniki, koniki polne, świerszcze i bawoły zawierają średnio 60 gramów białka na 100 gramów suchej masy. Oznacza to, że są one dwa do trzech razy bardziej bogate w białko niż wołowina, wieprzowina, kurczak, łosoś i ciecierzyca. Aby uzyskać taką samą ilość białka, należałoby zjeść trzy razy więcej steków niż owadów. Aby się najeść, wystarczy 50 gramów owadów. A więc rolnicy, niepotrzebne będą wasze świnie, krowy, owce, barany – nie musicie się trudzić w pielęgnowaniu, odżywianiu trzody chlewnej, eurokolchoz wyśle was z tym wszystkim na urlop i zapewni swojemu ludzkiemu bydłu zdrowe robactwo, które wyżywi - i uszczęśliwi.

I dalej: jedzenie owadów to oczywiście korzyści dla klimatu. Zielone szaleństwo nie popuszcza. Należy przeciez stworzyć alternatywy dla konwencjonalnych produktów pochodzenia zwierzęcego, powodowac mniejszą emisję gazów cieplarnianych i przez to chronić klimat.

Znajdują się tzw. eksperci, którzy głoszą tezę, że gdyby udział owadów w naszej codziennej diecie był wyższy, kraje uprzemysłowione mogłyby zmniejszyć spożycie mięsa i wynikające z tego problemy dla środowiska i klimatu. Wynika to z faktu, że hodowla owadów wymaga znacznie mniej wody i przestrzeni niż hodowla bydła, świń czy drobiu, a emisja CO_2 jest niższa. Owady nie puszczają (chyba) bąków, i potrzebują mniej paszy. Według centrum doradztwa konsumenckiego, jadalna część większości gatunków owadów, wynosząca 80%, jest około dwa razy wyższa niż w przypadku bydła, które stanowi jedynie około 40%. Rolnik nie będzie więc musiał kosić łąki, żeby zapewnić paszę dla bydła (z którego powoli i tak ma rezygnować), bo owady i wszystkie inne gady najadają się chwastami i badylami, a więc koszty ich´produkcji też będą niższe - a rolnik może się spokojnie wylegiwać pod gruszą (za którą pewnie będzie musiał zapłacić podatek).....

A oto na zakończenie – jeszcze raz lista produktów spożywczych, które mogą zawierać owady: m**akarony , herbatniki, produkty białkowe, pizza, przetworzone produkty ziemniaczane, gotowe zupy, sałatki, czekolada (robaki w czekoladzie mogą stanowić około 2-3% całego produktu), jogurty, danonki , pianki, alpejskie mleczko, galaretki, delicje, musli i batony. Barwnik z robaków (E120), znany pod nazwą koszenila bądź karmin znajdujemy w żelkach, dżemach czy napojach.**

Mogłabym jeszcze więcej na ten temat, ale nie chcę Czytelnikom psuć apetytu.

Maria Legiec

Monsignor Bojnowski Manor



5 Star Rating for Overall Quality Care
by Nursing Home Compare
www.medicare.gov

poziom naszego serwisu oceniany jest na 5 gwiazdek który możesz sprawdzić na

www.medicare.gov

* wykwalifikowany personel medyczny 24 godziny na dobę
* fizykoterapia oraz inne terapie dla pacjentów
* programy socjalne i terapeutyczne
* hospicjum
* piękne wnętrze
* pomoc w przygotowaniu pacjentów na powrót do domu
* koordynacja serwisów po powrocie do domu
* możliwość tymczasowej opieki nad pacjentem
* serwis klerykalny
* **rehabilitacja krótkoterminowa**
* **serwis terapeutyczny przez 7 dni w tygodniu**

Akceptujemy: Medicare, Medicaid, Blue Cross, Connecticare and Aetna Insurances.

tel. 860-229-0336

50 Pulaski St, New Britain, CT 06053



Silver Key Realty

Anna Pruszko
Broker
REB. 0792186

Tel. 203 906 2494

Kupno i sprzedaż nieruchomości,
wynajem mieszkań w Stanie Connecticut

Czarna seria Igi Świątek!

Iga Świątek w środę 26 marca zakończyła niestety swoją przygodę z zawodami WTA rangi 1000 w Miami i uległa rewelacji turnieju Alexandrze Eali 2:6, 5:7. Dla drugiej rakiety świata była to bez wątpienia dotkliwa porażka, która dodatkowo miała jeszcze jeden istotny wymiar - reprezentantka Polski kontynuuje bowiem pewną passę, której bez dwóch zdań wolałaby uniknąć, patrząc na własne ambicje i swój, niezmiennie wielki, potencjał.



Iga Świątek świetnie radziła sobie w kolejnych fazach turnieju Miami Open - zaczęła od pokonania Francuzki Caroline Garcii, a potem ogrywała też Belgijkę Elise Mertens oraz Ukrainkę Elinę Switolinę. W końcu przyszedł czas na ćwierćfinał zmagań.

W nim raszynianka starła się z reprezentantką Filipin Alexandrą Ealą. Z jednej strony faworytka potyczki wydawała się oczywista - sportsmenka z Azji zajmuje bowiem jak na razie tylko 140. miejsce rankingu WTA. Z drugiej zaś strony 19-latka wcześniej eliminowała Madison Keys czy Jelenę Ostapenko...

Eala ostatecznie również i w pojedynku ze Świątek pokazała sportowy charakter i wygrała 6:2, 7:5. Tym samym Polka może zapomnieć o sięgnięciu po trofeum na Florydzie, ale... to jeszcze nie wszystko. Warto zerknąć tu w statystyki.

Iga Świątek bez finału od 10 turniejów. Kiedy przełamie tę serię?

Jak wskazano na profilu „OptaAce" druga rakieta globu zaliczyła właśnie 10. turniej z rzędu, w którym nie zdołała przedrzeć się do finału. Po raz ostatni taka sztuka udała jej się na ubiegłorocznym Rolandzie Garrosie. Później wszystko układało się następująco (lista nie obejmuje United Cup czy Billie Jean King Cup):

Wimbledon: 1/16 finału
Igrzyska olimpijskie: półfinał (i późniejszy wygrany mecz o brąz)
Cincinnati: półfinał
US Open: ćwierćfinał
WTA Finals: faza grupowa
Australian Open: półfinał
Doha: półfinał
Dubaj: ćwierćfinał
Indian Wells: półfinał

Oczywiście na liście aż roi się od półfinałów i takich osiągnięć też nie należy dezawuować - co jednak dla tysięcy tenisistek jest sufitem, dla postaci tak zdolnej jak Iga Świątek bez dwóch zdań nie jest wypełnieniem ambicji. Nowa szansa na przełamanie niechcianej passy już jednak niedługo

Eksperci nie mają złudzeń. Iga Świątek wciąż bardzo nerwowa na korcie

W ostatnim czasie pojawiło się wiele oznak tego, że Iga Świątek coraz częściej podchodzi do swoich spotkań z bardzo dużą negatywnych emocji. Szczególnie było to widocznie podczas starcia w ramach Indian Wells z Mirrą Andriejewą, gdzie raszynianka zaprezentowała zebranym bardzo nieeleganckie zachowanie, za które później przyszło jej przepraszć. Już wówczas wiele osób zwróciło uwagę na bardzo dziwne zachowania Świątek na korcie i poza nim. Naturalnie mecz z Ealą śledzili kibice, wśród których znaleźli się także eksperci, którzy i tym razem zarzucili Idze zbytnią nerwowość. „Tak nerwowa ja dziś Iga Świątek ostatnio była chyba w olimpijskim półfinale. Ale tam była szczególna stawka" - napisał w swoim poście Łukasz Jachimiak.

Jego zdanie podziela między innymi redaktor naczelny magazynu Tenisklub Adam Romer, który wypunktował kilka problemów w przegranym przez Świątek starciu. „Nie doszła do ładu ze swoim tenisem i przegrała. Powodów było kilka. [...]. Doskonale taktycznie przygotowana rywalka i niewytłumaczalne nerwy od początku meczu." - pisze za pośrednictwem serwisu „X" Romer.

Na czynnik nerwowości w grze Igi zwrócił uwagę również Hubert Błaszczyk. „[...].Przy takim spięciu i paraliżu posypało się wszystko. [...]. Od początku są problemy z takimi meczami. Choćby z Putinacewą na Wimbledonie" - pisze na swoim profilu Błaszczyk, przypominając porażkę Świątek z 2024 roku, kiedy to po 3 setach uległa Julii Putinacewie w 1/16 Wimbledonu.

W oparciu o opinie ekspertów oraz przede wszystkim obserwacje poczynione podczas spotkania z Ealą łatwo można więc zauważyć, że Iga Świątek nie przegrała spotkania z rywalką, a przede wszystkim z samą sobą. Duża nerwowość w grze raszynianki spowodowała ogrom błędów, które w konsekwencji doprowadziły do sensacyjnej porażki. Sensacyjnej, bowiem ostatni raz Świątek przegrała z zawodniczką spoza TOP 100. rankingu WTA... cztery lata temu.

Kiedy kolejny występ Igi Świątek?

Raszynianka ma bowiem w planie grę na zawodach rangi 500 w Stuttgarcie, które odbędą się między 14 a 21 kwietnia.

El. MŚ 2026. Plan wykonany. Tak wygląda tabela polskiej grupy

Reprezentacja Polski po dwóch bramkach Karola Świderskiego pokonała w Warszawie Maltę 2:0 w swoim drugim meczu eliminacji mistrzostw świata 2026. W drugim spotkaniu grupy G Litwa zremisowała z Finlandią. Tak wygląda tabela polskiej grupy.

Karol Świderski wpisał się na listę strzelców w 27. i 51. minucie, a w końcówce spotkania czerwoną kartką ukarany został napastnik gości Ilyas Chouaref.

Drugi gol był zarazem setnym



trafieniem biało-czerwonych na PGE Narodowym. Pierwszą bramkę na tym stadionie uzyskał 8 czerwca 2012 Robert Lewandowski — w meczu z Grecją na otwarcie Euro 2012. Polscy piłkarze wykonali plan. Po meczach z Litwą i Maltą mają komplet punktów.

El. MŚ 2026. Tak wygląda tabela polskiej grupy

W przegranym wcześniej w Kownie drugim spotkaniu tej grupy Litwa, pokonana przez biało-czerwonych 1:0, zremisowała z Finlandią 2:2.

Goście prowadzili po golach Kaana Kairinena (4.) i Joela Pohjanpalo z rzutu karnego (17.), ale gospodarze uratowali punkt dzięki trafieniom Armandasa Kucysa (39.) i Gvidasa Gineitisa (69.).

Tabela grupy G

1	Polska	2 6 3-0
2	Finlandia	2 4 3-2
3	Litwa	2 1 2-3
4	Holandia	0 0 0-0
5	Malta	2 0 0-3

Tak ESPN pisze o Wojciechu Szczęsnym. Amerykanie już wydali wyrok

Szesnaście. Tyle spotkań dla FC Barcelony w tym sezonie rozegrał już Wojciech Szczęsny. Zero. Tyle porażek ponieśli w nich Katalończycy. Nasz golkiper w przeciągu pół roku z piłkarskiego emeryta stał się pierwszym bramkarzem w klubie, który ma niemałe szanse na potrójną koronę. Jego dokonania przykuły uwagę dziennikarzy nawet w USA. Telewizja ESPN szeroko opisała powrót Szczęsnego z emerytury. Amerykanie nie mieli wątpliwości, jak to wszystko określić.

Gdy Alexander Sorloth w meczu ligowym Atletico Madryt - FC Barcelona w 70. minucie trafiał na 2:0, wydawało

Teresa Ciechanowski D.M.D.
Serdecznie zaprasza do gabinetu dentystycznego
T.C. Dental
Oferujemy pełny zakres usług dentystycznych
Honorujemy większość ubezpieczeń medycznych
Prosimy dzwonić pod numer
860-229-0622
Mówimy po Ukraińsku
Akceptujemy pacjentów w wieku do 21 lat z ubezpieczeniami stanowymi
Husky A, Husky B
LEKARZ I PERSONEL MÓWIĄ PO POLSKU
393 West Main St.New Britain, CT



się, że to koniec. Koniec wspaniałej serii Wojciecha Szczęsnego w katalońskim klubie. Piętnaście meczów bez porażki i na tym Polak miał poprzestać. Jednak nic z tego. Gol Roberta Lewandowskiego na 1:2 uruchomił ofensywną maszynę Hansiego Flicka, która jak się rozpędziła, to rozjechała Atletico bardzo brutalnie. Cztery gole, triumf 4:2, Szczęsny wciąż niezwyciężony. Nieźle jak na kogoś, kto jeszcze na początku września zeszłego roku mógł planować np. wypad na ryby, ciesząc się emeryturą.

Szczęsny już nie chciał futbolu. Jednak futbol nadal chciał Szczęsnego

Barcelona jest liderem La Liga, a po niespodziewanym odpadnięciu Liverpoolu w 1/8 finału, także głównym faworytem do wygrania Ligi Mistrzów. Szczęsny już dokonał czegoś niesamowitego, ale wygranie tych trofeów wyniosłoby całą tę historię na jeszcze wyższy poziom. Tymczasem zdaniem Amerykanów, ona już jest „historią sezonu" w światowej piłce. Polakowi artykuł poświęciła internetowa strona telewizji ESPN.

Amerykańscy dziennikarze podkreślili, że nasz rodak przeszedł ekspresową drogę od kogoś bez chęci do gry w piłkę, do jednego z liderów prawdopodobnie najmocniejszego zespołu na świecie. - Nieco ponad 200 dni temu Wojciech Szczęsny nie miał już do tego serca. Wiemy o tym, ponieważ właśnie w ten sposób ogłosił swoje odejście na emeryturę. Reprezentant Polski zrzekł się kilku milionów euro wynagrodzenia od Juventusu i odszedł ze sportu, w którym jego osiągnięcia przerosły „nawet jego najśmielsze marzenia". Emerytura trwała ledwie miesiąc. Kontuzji doznał Marc-Andre Ter Stegen, a Barcelona użyła Roberta Lewandowskiego, by zadzwonić do Polaka i go przekonać - czytamy.

Flick zrobił wszystkim na przekór. Dziś może triumfować

Amerykanie zwrócili uwagę na początkowy sceptycyzm, gdy Hansi Flick dał mu miejsce w składzie kosztem Inakiego Peni. - Kiedy 34-latek niespodziewanie został bramkarzem pierwszego wyboru, a wychowanek akademii Inaki Pena został zdegradowany, zapanowała konsternacja i spory chaos. Niemniej Hansi Flick wyrzucił Penę i awansował faceta, który zrezygnował z futbolu i zajął się paleniem, zakupami spożywczymi i oglądaniem śródziemnomorskiego zachodu słońca w Marbelli - pisze autor artykułu Graham Hunter.

Złe wspomnienia? Ławka? Szczęsny pokonał wszystko i napisał historię jak nikt inny

Dziennikarz zauważył też, że w tym wszystkim Barcelona była przecież klubem, który mógł mu się źle kojarzyć. - Jego debiut w Lidze Mistrzów przypadł na mecz z Barceloną Pepa Guardioli w Londynie, który Arsenal wygrał 2:1. Ale w rewanżu na Camp Nou, w 17 minucie, zwichnął palec radząc sobie ze strzałem Daniego Alvesa i zszedł z boiska kontuzjowany, a potem Arsenal został wyeliminowany (2:1, 1:3 w 1/8 finału w marcu 2011 roku przyp. red.) - czytamy.

- Jednak dziś to wielkie, polskie serce bije szybciej. Znalazł się na szczycie La Liga, stał się faworytem do awansu do półfinału Ligi Mistrzów, a już teraz mówi się o przedłużeniu kontraktu, co może nastąpić przed jego 35. urodzinami w przyszłym miesiącu. Panie i panowie: Wojciech Szczęsny jest historią tego sezonu. Jego powrót z emerytury przekroczył już granicę marzeń - podsumowuje ESPN.

Na podstawie: PAP, informacje własne, Gazeta.pl, Inte
Andrzej Wieciorkowski ria

Wielkanoc – czas ciszy, nadziei i odrodzenia

ciąg dalszy na str. 2

uczestniczy w wydarzeniach zbawczych – to swoista „uczta tajemnicy".

Wielki Czwartek – pamiątka Ostatniej Wieczerzy

Wieczorna Msza Wieczerzy Pańskiej przypomina ustanowienie Eucharystii i sakramentu kapłaństwa. Szczególnym momentem liturgii jest gest umycia nóg – na wzór Chrystusa, który stał się sługą swoich uczniów. Po Eucharystii Najświętszy Sakrament zostaje przeniesiony do tzw. „ciemnicy" – miejsca adoracji, symbolizującego modlitwę Jezusa w Ogrodzie Oliwnym i początek Jego męki. Ołtarz pozostaje obnażony – znak pustki i opuszczenia.

Wielki Piątek – adoracja Krzyża

To jedyny dzień w roku, gdy nie sprawuje się Mszy Świętej. Kościół skupia się na rozważaniu męki i śmierci Zbawiciela. Centralnym punktem liturgii jest uroczysta adoracja Krzyża – bez śpiewów, bez dzwonów, w ciszy przerywanej tylko modlitwą. Komunia Święta jest rozdawana z Hostii konsekrowanych dzień wcześniej, a Najświętszy Sakrament przenoszony jest do Grobu Pańskiego. Wierni pozostają na adoracji do późnych godzin. To dzień postu ścisłego i refleksji nad bezgraniczną miłością Boga.

Wielka Sobota – cisza oczekiwania i Wigilia Paschalna

W ciągu dnia Kościół trwa w milczeniu przy Grobie Pańskim. Wierni nawiedzają kościoły, modlą się przy symbolicznym grobie Jezusa, przynoszą pokarmy do święcenia. Dopiero po zmroku rozpoczyna się Wigilia Paschalna – najbogatsza i najbardziej uroczysta liturgia całego roku.

W ciemności świątyni zapala się paschał – wielką świecę symbolizującą Zmartwychwstałego. Liturgia światła przechodzi w rozbudowaną liturgię słowa, która prowadzi przez historię zbawienia od stworzenia świata aż po zwycięstwo Chrystusa nad śmiercią. Po raz pierwszy od Wielkiego Czwartku rozbrzmiewa radosne „Alleluja". Następuje poświęcenie wody, odnowienie przyrzeczeń chrzcielnych i wreszcie Eucharystia – święto nowego życia.

Zmartwychwstanie – triumf światła nad ciemnością

Triduum kończy się radosnym porankiem Niedzieli Zmartwychwstania, często poprzedzonym procesją rezurekcyjną. Dzwony biją na chwałę zwycięskiego Chrystusa, a Kościół ogłasza całemu światu: **„Chrystus zmartwychwstał! Prawdziwie zmartwychwstał!"**

W tych dniach warto zatrzymać się choć na chwilę – zostawić za sobą codzienne sprawy i wejść w to wielkie misterium miłości, cierpienia i nadziei. Bo Triduum Paschalne to nie tylko historia sprzed wieków, ale zaproszenie do osobistego spotkania z Żywym Bogiem.

Wielkanoc w polskim domu – tradycja pełna ciepła

W Polsce Wielkanoc to święta rodzinne, pachnące białą kiełbasą, chrzanem i świeżo upieczoną babką. Rankiem w Niedzielę Wielkanocną siadamy razem do stołu, dzielimy się jajkiem i składamy sobie życzenia – często bardzo proste, ale płynące z serca: „zdrowia, spokoju, nadziei".

Polskie zwyczaje są pełne symboliki – malowanie pisanek, które przypominają o pięknie życia; święcenie pokarmów, które pokazuje, że nawet codzienne jedzenie może być znakiem Bożej obecności. A w Lany Poniedziałek, mimo całej powagi świąt, pozwalamy sobie na trochę radości – śmiech, zabawa i wiadro wody to wyraz wiosennego przebudzenia.

Wielkanoc na świecie – różne twarze jednej tajemnicy

Wielkanoc obchodzona jest na całym świecie, a każdy kraj dodaje do niej coś własnego.

W **Hiszpanii** Wielki Tydzień to czas spektakularnych procesji. Przez ulice przechodzą bractwa w tradycyjnych strojach, niosąc figury świętych – to święto zmysłów, emocji i wspólnoty.

W **Włoszech** króluje rodzinna atmosfera i słodka „colomba" – ciasto w kształcie gołębicy. Papież wygłasza swoje „Urbi et Orbi" – błogosławieństwo dla świata, które przypomina, że nadzieja nie zna granic.

W **Niemczech** dzieci szukają ukrytych jajek, które zostawił Osterhase – wielkanocny zając. Tamtejsza Wielkanoc ma też aspekt ekologiczny – często łączy się z budzeniem natury i powrotem do życia po zimie.

W **Etiopii** świętuje się z postem, tańcem i radością – chrześcijanie obrządku koptyjskiego przygotowują się przez długie tygodnie do dnia Zmartwychwstania.

Dlaczego Wielkanoc jest tak ważna?

Bo to święto życia. Nie tylko tego po śmierci – ale również tu i teraz. To święto wiary w to, że nawet z największego cierpienia może zrodzić się nowe światło. Dla chrześcijan to pamiątka największego cudu – zmartwychwstania Jezusa. Dla każdego z nas – wierzącego czy nie – to przypomnienie, że po każdej zimie przychodzi wiosna.

Wielkanoc to coś więcej niż święto. To moment zatrzymania, oddechu, czułości. Czas, by spojrzeć na życie z nową nadzieją, by uwierzyć, że nawet w najciemniejszą noc można odnaleźć światło. I może właśnie to jest najpiękniejszy cud tych świąt.

opracowała A.Z



Mąż mówi ze zdziwieniem do żony, która zazwyczaj godzinami rozmawia przez telefon:
- Nie mogę wprost uwierzyć, że rozmawiałaś dzisiaj zaledwie 15 minut?!
- Bo to była pomyłka...

***

Żona mówi do męża.
- Kochanie, co kupimy matce na urodziny?
- Wiem, że chciała co coś na prąd. Może krzesło?

***

Co mówi kobieta po wyjściu z łazienki?
- „Ładnie wyglądam?“
A co mówi facet po wyjściu z łazienki?
- „Na razie tam nie wchodź!“

***

Klient podchodzi do właściciela pubu.
- Szefie! Ile litrów piwa dziennie sprzedajecie?
- A, tak ze 200 litrów.
- A nie chcielibyście sprzedawać ze 300 litrów dziennie?
- No pewnie! A jak to zrobić? Ma pan jakąś radę? Pomysł?
- Mhm... nalewajcie pełne kufle.

***

Sekretne laboratorium wytwórni narkotyków.
- Nieźle mi wyszła ta ostatnia amfa.
- Dlaczego tak uważasz?
- Trochę proszku wysypało mi się na ziemie na której był ślimak.
- I co?
- Nie wiem, biega gdzieś tutaj...

***

Zauważyłem że kawa rodzi agresję.
Wczoraj wypiłem w knajpie jedenaście piw, a żona w domu tylko dwie kawy.
Nie macie pojęcia jaka była wkurzona, gdy wróciłem...

***

Działkowiec pyta sąsiada:
- Co tam wczoraj za święto mieliście, tak wszyscy tańczyliście?
- Dziadek ul przewrócił.

***

Człowiek, który ustępuje, kiedy nie ma racji, to mędrzec.
Człowiek, który ustępuje, kiedy ma rację, musi być żonaty?

***

Żona do męża:
- Jak wygrasz w lotto, to od razu robię sobie naciąganie zmarszczek, botoks i sztuczne cycki. Co ty na to?
- A co byś powiedziała, gdybym za tę kasę zrobił tuning naszego Tico?
- No co ty? Po co będziesz ładował kasę w starego grata, jak możesz mieć nówkę sztukę?
- Cieszę się, że mnie rozumiesz.

***

Nauczycielka pyta się klasy:
Dzieci, kto w waszej rodzinie jest najstarszy?
- U mnie dziadek
- W mojej rodzinie babcia
- Pra-pra-pra-pra babcia
- To niemożliwe!

- Dla-dla-dla-czego?

***

-Mamo, nie wyobrażasz sobie co się stało! Strasznie się pokłóciliśmy! Coś okropnego!
- Spokojnie, córuś, nie denerwuj się. W każdej rodzinie od czasu do czasu zdarzają się konflikty?
- No, wiem. Ale co zrobić z trupem?

***

Koleś w restauracji pyta sie kelnera:
- Te paszteciki z zająca to są naprawde z zająca?
- Oczywiscie, choc z niewielką domieszka koniny dla smaku!
-A ile jest tego dodatku?
- No tak naprawdę to pół na pół: jeden zając + jeden koń!

***

-Dlaczego na polowaniu strzelał pan do swojego kolegi? ? pyta sędzia na rozprawie.
- Wziąłem go za sarnę.
- A kiedy spostrzegł pan swoją pomyłkę?
- Kiedy sarna odpowiedziała ogniem?

***

Środek zimy.
Po lesie chodzi zdenerwowany niedźwiedź i kopie drzewa, łamie choinki, przegania zające i inne wilki. I mruczy pod nosem:
- Po co ja piłem kawę we wrześniu???????

***

Przychodzi student na stołówkę:
- Poproszę dwie parówki.
Z głębi słychać głosy: bo-ga-ty, bo-ga-ty, bo-ga-ty!
- I osiem widelców, dodaje..

***

W święta wielkanocne baba idzie do kościoła aby się wyspowiadać.
Patrzy a jej koleżanka chodzi dookoła kościoła.Zaczepia ją i się pyta:
– Hej dlaczego tak chodzisz wokół kościoła?
Koleżanka odpowiada:
– No bo tyle razy co zdradziłam męża tyle razy muszę obejść kościół dookoła.
Baba na to:
– Aha, to ja w takim razie idę po rower.

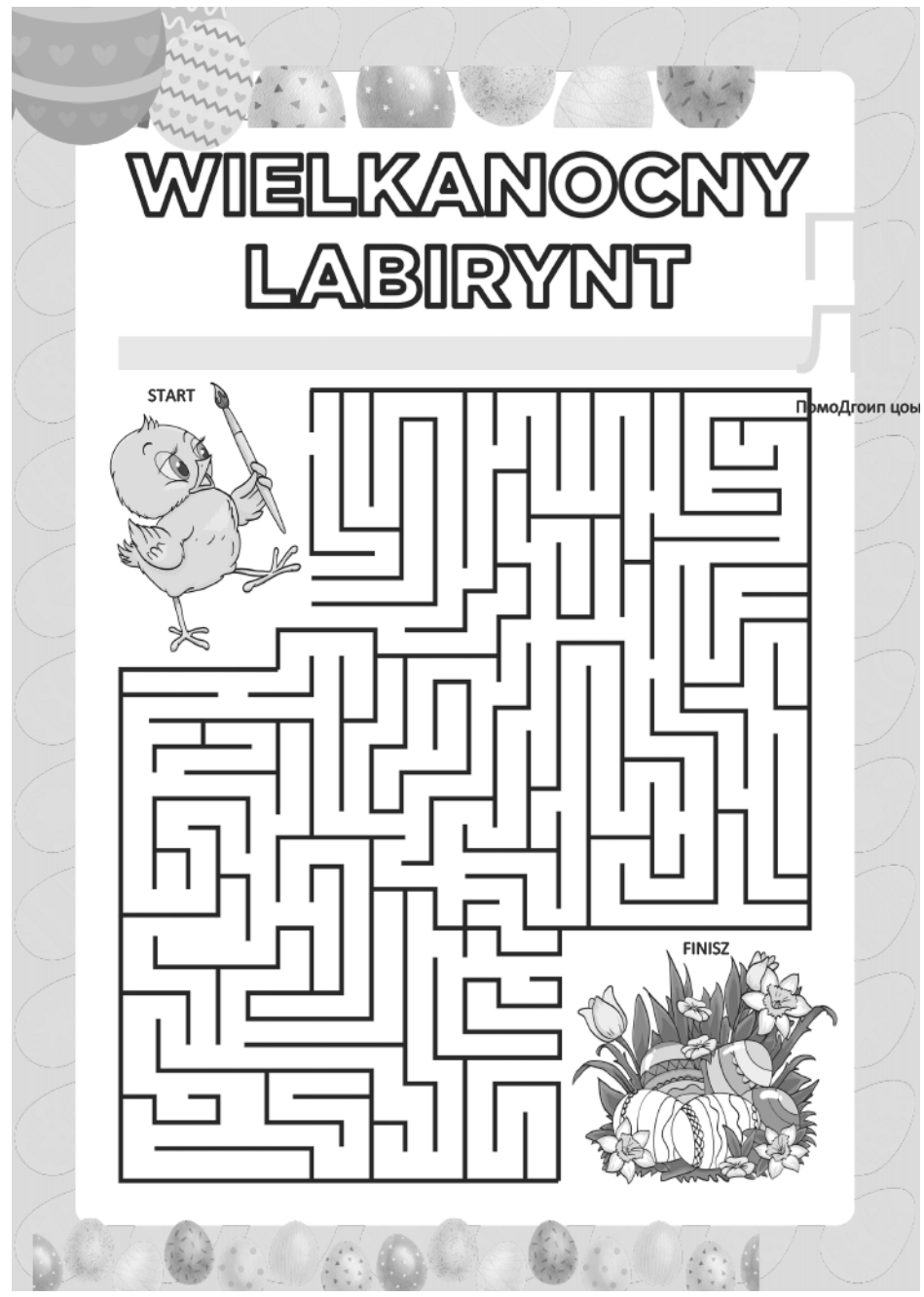
***

Przed świętami wielkanocnymi zajączek odwiedzając niedźwiedzia wręczył mu wielkanocną pisankę. Gdy misiek wziął ją w łapy, pisanka wybuchła i wybiła mu wszystkie zęby.
Zajączek patrzy na niedźwiedzia i mówi:
– Co tak gębę otworzyłeś? Nigdy nie widziałeś kinder-niespodzianki?

***

Sobota Wielkanocna, święcenie pokarmów w koszyczkach. Pisanka mówi do pisanki z drugiego koszyczka:
– Mnie malował Michał Anioł!
Druga:
– Mnie Jan Matejko!
Pisanka w trzecim koszyczku nie odzywa się, więc ją pytają:

Dla Milusińskich



– A ciebie kto malował?
– Głupio mi się przyznać... Ja już takie kolorowe wyszedłem z kury.

***

- Dlaczego nie byłeś wczoraj w pracy?
- Miałem zapalenie ucha środkowego.
- Nie bujaj, przecież ucho jest lewe i prawe!

***

Dwaj kolesie w kawiarni.
- A wiesz Marian, że każdy człowiek ma jakieś nawyki?
- Tak, naprawdę? A ja też mam?
- Tak. Ty Marian na przykład zawsze mieszasz herbatę z cukrem prawą ręką.
- No i co z tego?
- A większość ludzi używa łyżeczki.

***

- Wyobraź sobie, że Henryk zastrzelił swoją niewierną żonę!
- Mój Boże, jakie to szczęście, że nie wyszłam za Henia tylko za ciebie Marianie...

***

Kiedy można powiedzieć, że masz naprawdę duży problem?
- Kiedy w dniu Sądu Ostatecznego stoisz w kolejce do Pana Boga tuż za Matką Teresą,
a Bóg mówi do niej: ”No cóż, córko, chyba wiesz, że można było zrobić nieco więcej.”

***

- Za chwilkę przyjdzie do nas mój kolega - komunikuje Marian Helenie.
- Ty chyba oszalałeś?!
Mieszkanie nieodkurzone, w łazience mam zamoczone pranie, obiad mi się przypalił, dziecko ma biegunkę,
a Ty mi bez uprzedzenia gości zapraszasz...?
- Nie denerwuj się. To nic nie szkodzi. Mój kolega zamierza się żenić,
więc zaprosiłem jego do nas, żeby zobaczył jak wygląda życie rodzinne.

***

Barman pyta klienta, który dopiero wszedł do baru:
- Co pan pije?
- Codziennie rano szklankę soku owocowego, miksturkę na łupanie w krzyżu, a w sobotę kufelek piwa razem z przyjaciółmi.
- Chyba nie zrozumieliśmy się do końca - mówi uprzejmie barman. Pytałem, co by pan chciał?
- Mój Boże...Chciałbym być bogaty, mieć domek nad morzem, podróżować po świecie...
- Może jeszcze raz zadam pytanie. Czy chce się pan tu czegoś napić?
- Czemu nie... a co pan właściwie ma ?
- Ja? Niewiele. Kłopoty. Trochę długów. Drużyna, której kibicuję, przegrała, kiepsko mi tu płacą, doskwiera mi samotność...

Opracował
Jacek Zawojski

Kącik Poezji

BARWY KOLORÓW

Przemierzając szlaki barwne
Tę kolorowankę Ziemi
Czuję, że wciąż jest normalnie
Że świat nie chce barw swych zmienić.

Lecz co ponoć nie trwa wiecznie
Dobrze, że trwa do tej pory
Bo czuć mogę się bezpieczniej
Znając ścieżek swych koloryt.

Staram się ze swoim życiem
Wciąż obchodzić należycie
Gdy pod farby kładę szkice!

Czasem, aż ze szczęścia krzyknę
Hen w dalekich świata stronach
Że wciąż niebo jest błękitne
Że wciąż trawa jest zielona!

Niech tak będzie po wsze czasy
Na nic płacz impresjonisty
Obraz świata stworzył klasyk
A pastele dawno wyschły.

Krzysztof Cezary Buszman

SPOKÓJ

Ze spokojem pośród wojen
Wolę się pokojem zająć
Życie daje mi co moje
Wielką radość z tego mając.

A ta radość tak radosna
Że jej można pozazdrościć
Pragnie przy mnie już pozostać
Co dnia pragnąc wzajemności.

Nie ma przecież w tym nic złego
I dobrego jak na złość
Że coś wciąż wynika z czegoś
Po to by się stało coś!

Widzę jasno sprawy dalsze
Walk nachalnych nadaremność
Dzisiaj z nikim już nie walczę
I nikt też nie walczy ze mną.

Bo wyszedłem wreszcie z mroku
Żeby serce z ran uleczyć
Ty mi dałaś święty spokój
A ja w zamian Ci człowieczy!

Krzysztof Cezary Buszman

GŁOS

Głos wewnętrzny
Do mnie dobiegł
Nigdy nie rób
Nic wbrew sobie.

Lecz od święta
I na co dzień
Zawsze wszystko
Z sobą w zgodzie.

Bo cóż z tego
Że się chwytasz
Postawionych
W poprzek pytań,

Jeśli choćby
W jednym słowie
Nie chce ziścić
Ich odpowiedź!

Krzysztof Cezary Buszman

Co mnie tu trzyma

Tyle zmierzchów, tyle świtań,
a zostało mnóstwo pytań,
gdzieś się wszystko rozpłynęło
- gdzie i co?

Czy za dużo było zdarzeń,
czy zabrakło nas do marzeń?
Co uczynić? Kogo winić?
Brnąć?

Żal;
jaki to ma sens?
Nie przeniesie mnie
w inny wymiar.

Sam
wybrać muszę cel,
sam dowiedzieć się,
co mnie tu trzyma.

To wydaje się tak proste,
kiedy zapał w sercu ostygł,
gdy się tli to, co paliło
- gdzie ten żar?

Które zło na dobro zmienię?
Ile szczęścia, gdy bez ciebie
zyskam to, co jest udziałem
par?

Kazimierz Kochański

Zawroty

I cóż
że kocham
sasanki
Sine Mgły na Wyżynach
zwinki i zaskrońce
klękam przed moją wiosną
a skronie gorące
przeistoczeniem

w pochyleniu głowy
myśli przyziemne

i cóż
że to moje
Zalesie
– Górne.

Kazimierz Kochański

Znosy

Wyszedłem do ludzi;
oblegli ulice
- wszyscy na drugą stronę
przechodzą - bo trzeba...
Rozglądają się, biegną
- ale nie do siebie -
czy po to, by mieć pewność,
czy żeby się nie bać?

Ciepło - w telefonach -
pod palcami radość;
choć wypełniona przestrzeń,
wszystko jakby puste.
Nadszedł sygnał z kieszeni,
pewnie dzwoni żona:
„po drodze kup kapustę".
Uczyniłem zadość.

Miasto, jak w gorączce;
coś się dzieje, wszędzie
- pani kupiła zegar,
powód, by się śpieszyć.
Wciąż pragnę wyjść na ludzi;
więc, żeby nie zgrzeszyć,
zawracam (tylko spokój)
z podświadomym: - prędzej!

Kazimierz Kochański

FRASZKI

Kombinuj dziewczyno

Jakżeby tu uchylić
rąbka tajemnicy
nie tracąc nieroztropnie
przymiotów dziewicy?

Kolejny suplement

Tylko ten prawdę chwali,
kto z prawdy korzysta;
a prawda, choć bezbarwna,
to nieprzezroczysta.

Kazimierz Kochański



POLONIJNE PROGRAMY RADIOWE

VOICE OF POLAND w każdą niedzielę o godz 8:30 do 9:00, WNTY, 1120 AM. Na komputerze:

POLSKIEKSPRESS@SNET.NET

Aktualności, polska muzyka, koncert życzen, kącik poezji, dzieje wybitnych Polaków, ważne wiadomości bieżące.

Kontakt Teresa Borowska. 860-229 6470

Highlander Tree Sevices, polska firma oferuje Polonii usługi wycinania drzew. Posiadamy licencję i ubezpieczenie. Shelton. Tel. 203-922-8803. Zenek.

Malowanie wewnątrz, zewnątrz, mycie domów, ściąganie tapet, szpachlowanie sufitów oraz małe naprawy (stolarka, moldingi) Stanisław tel. 860-518-5826.

Sprzedam Volvo 2007 po remoncie 90,000 mil, silnik commins 450, gotowy do pracy. Tel. 203-450-5567.

Sprzedam Honda Fit 2013, 220000 mile, chodzi bardzo dobrze $1450.

Tel. 860-894-9209



OGŁOSZENIA za $5

max 15 wyrazów

Sprzedam, kupię, oferuję pracę, szukam pracy, do wynajęcia, usługi, inne

Wypełniony kupon proszę przesłać na adres:

Polonia Publishing, PO Box 563, Oxford, CT 06478

z załączonym czekiem wystawionym na Polonia Publishing.

Tekst:

Ilość wydań_____ Łączna opłata_____($5 za każde wydanie)

Do informacji redakcji:

Imię i nazwisko_____

Addres_____Tel._____

POLONIA – Dwutygodnik Społeczno - Kulturalny

adres: P.O. Box 563, Oxford, CT 06478
tel./fax: (203) 881-1962
email: Poloniakaz@aol.com
web: Polonia-news.com

REDAKCJA: Kazimierz Kochanowicz - wydawca, redaktor naczelny, Alina Zawojski - redaktor wydania, Alicja Kochanowicz - opracowanie graficzne, Andrzej Więciorkowski - redaktor, ogłoszenia, reklamy, Zofia Więciorkowska - redaktor, WSPÓŁPRACUJĄ:Wioletta Jusiński, Anna Czop, Maria Legiec, Jacek Zawojski,

Nie zamówionych materiałów redakcja nie zwraca. Zastrzega sobie również prawo skracania i opracowania tekstów niezamówionych. Za treść i język tekstów redakcja nie ponosi odpowiedzialności. Przedruk bez zezwolenia wzbroniony.
© 2009 Polonia Publishing, LLC

Aromaterapia – przyjemny sposób na poprawę zdrowia

Aromaterapia, to nic innego jak leczenie zapachem. Wiele roślin posiada zapachy o działaniu terapeutycznym. Skoncentrowane w olejkach eterycznych, dają spore możliwości zastosowania. Aromaterapia jest przyjemnym sposobem na poprawę odporności oraz złagodzenie wielu dolegliwości. Jak jest stosowana?

Historia aromaterapii sięga kilku tysięcy lat przed naszą erą. Dziś jest jedną z metod medycyny alternatywnej i obecnie przeżywa swój rozkwit. Tę metodę szczególnie upodobały sobie osoby, które szukają nietypowych sposobów na leczenie popularnych dolegliwości i wzmocnienie organizmu. Oprócz tego, aromaterapia może być źródłem prawdziwego relaksu.

Jakie formy aromaterapii są stosowane?

Inhalacja – to jeden z popularniejszych metod stosowania aromaterapii. Pewnie wiele z Was pamięta ten sposób na udrożnienie dróg oddechowych i uporanie się z katarem. Do miski z gorącą wodą nalewa się kilka kropel olejku eterycznego. Nachylamy się nad miska i wdychamy opary. Ten sposób działa nie tylko na drogi oddechowe. W zależności od rodzaju olejku, możemy wspomóc nasz w organizm w walce także z innymi schorzeniami.

Masaże – z powodzeniem stosowane np. w salonach SPA. Olejki eteryczne mieszane są z olejami pochodzenia roślinnego, które wykazują pozytywne działanie dla skóry. Pod wpływem ciepła rąk, zapach ulatnia się i potęguje efekt zrelaksowania. Masaż olejkami eterycznymi, można także wykonać w domu przy pomocy bliskiej osoby. Wystarczy olejek zmieszać np. z oliwą z oliwek lub olejem kokosowym i delikatnie wmasować w skórę.

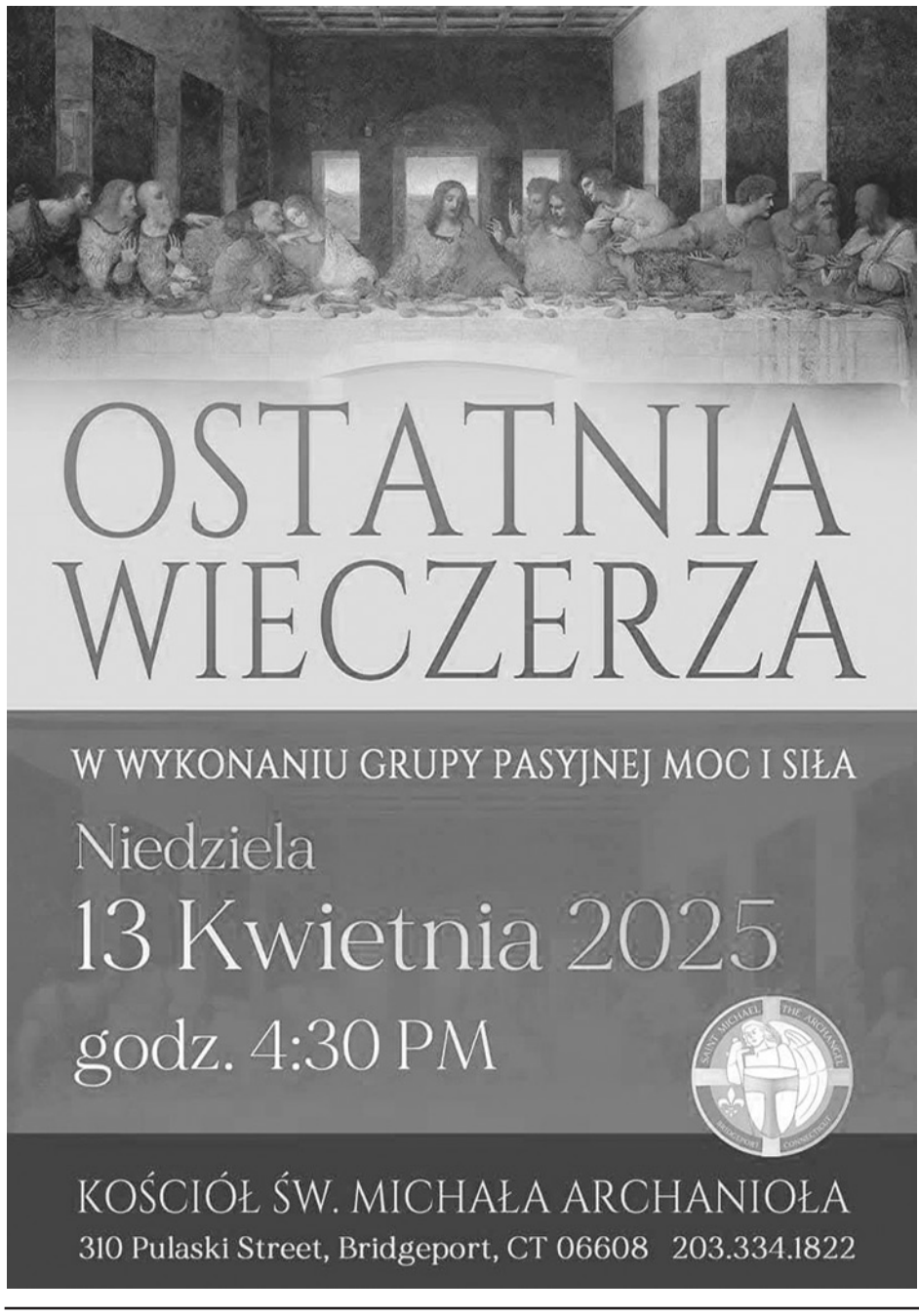
Zapach uzyskany z pomocą kominka – to miły sposób na poprawienie atmosfery w domu, a jednocześnie terapię z olejkami, które służą zdrowiu. Kominki do olejków eterycznych można kupić w wielu sklepach. W zależności od wielkości kominka, mieszamy wodę z kilkoma kroplami olejku a pod miseczką umieszczamy świeczkę – podgrzewacz. Pod wpływem ciepła zapach ulatnia się i rozchodzi po całym domu.

Kąpiel – to wody dodajemy kilka kropel olejku eterycznego lub mieszaninę kilku różnych olejków. Nie siedzimy w wannie zbyt długo – maksymalnie 10 lub 15 minut. Po kąpieli, nie myjemy ciała tylko wycieramy je ręcznikiem.

Kompres – terapia polegająca na bezpośrednim kontakcie ze skórą. Gazę moczymy w roztworze wody i olejku eterycznego i przykładamy w chore lub bolące miejsce. Kompresy stosuje się m.in. na bóle głowy, bóle mięśni i stawów.







Rodzaje i zastosowanie olejków eterycznych

Rodzajów olejków eterycznych jest mnóstwo. Aby jednak dobrze z nich korzystać, trzeba zapoznać się z ich właściwościami i przeznaczeniem. Skuteczność aromaterapii w dużym stopniu uzależniona jest od jakości olejków. Tanie, syntetycznie wytwarzane olejki nie przyniosą oczekiwanego efektu. Olejki z naturalnymi wyciągami powinny być stosowane w roztworach. Aplikowane bezpośrednio np. w postaci kompresu mogą podrażnić skórę. Oto kilka rodzajów olejków eterycznych stosowanych na codzienne dolegliwości:

Olejek sosnowy – to popularny olejek stosowany w udrażnianiu dróg oddechowych. Szczególnie polecany przy kaszlu, przeziębieniach i bólach gardła. Dobrze działa także na bóle reumatyczne oraz problemy skórne w postaci trądziku pospolitego – szczególnie jeśli zmiany występują na ramionach lub plecach (kąpiele aromaterapeutyczne)

Olejek sandałowy – można go stosować w kąpielach, masażach oraz kominkach. Działa uspokajająco i relaksująco. Łagodzi stres i rozdrażnienie. Pomaga w stanach zapalnych dróg moczowych. Na skórę działa odkażająco a także przeciwzmarszczkowo.

Olejek grejpfrutowy – z powodzeniem stosowany podczas masaży antycellulitowych. Działa energetyzująco i dobrze napina skórę. Stosowany w kominkach – łagodzi także bóle głowy.

Olejek różany – ogromne właściwości relaksujące i odprężające. Stosowany przy stanach depresyjnych. Olejek różany dodawany jest do wielu kosmetyków ze względu na właściwości tonizujące.

Olejek eukaliptusowy – popularny olejek o właściwościach silnie przeciwbakteryjnych. Skutecznie wzmacnia odporność organizmu. Niektórzy stosują go także w celu odstraszania owadów.

To tylko kilka przykładów rodzajów olejków eterycznych. Swoją przygodę z aromaterapią dobrze zacząć od lektury lub rozmowy z profesjonalistą. Leczenie zapachem jest bardzo popularne szczególnie w krajach azjatyckich. Aromaterapia nie zastąpi medycyny w leczeniu poważnych schorzeń, jednak może wspomóc w walce z codziennymi dolegliwościami.

Krzysztof Czopkiewicz

WESOŁEGO ALLELUJA

Wszystkim
Członkom Naszej
Unii, ich Rodzinom
i całej Polonii życzy
Polsko-Słowiańska
Federalna Unia
Kredytowa.



POLISH &SLAVIC FEDERAL CREDIT UNION

ZNAJDŹ NAS NA

1.855.PSFCU.4U (1.855.773.2848)

www.psfcu.com | www.NaszaUnia.com

Obfitości Bożych darów, jakie wysłużył nam Jezus przez swoją bolesną Mękę, Śmierć i chwalebne Zmartwychwstanie.



Z okazji zbliżających się Świąt Wielkiej Nocy wszystkim Uczniom, Rodzicom, Nauczycielom, Absolwentom, Sponsorom i Duchowieństwu Parafii Najświętszego Imienia Jezus

Radosnego Alleluja

zdrowia i pogody ducha oraz Błogosławieństwa Bożego życzy
Dyrekcja, Grono Pedagogiczne i Rada Rodziców
Polskiej Szkoły Sobotniej
im. A. Mickiewicza w Stamford



Radosnego Alleluja!!!

Parafianom kościoła Św. Michała Archanioła w Bridgeport
Uczniom, Absolwentom, Rodzicom,
Nauczycielom, Sponsorom, Darczyńcom
oraz okolicznej Polonii
składają
Ojcowie Franciszkanie
oraz
Zarząd
Szkoły Kultury i Języka Polskiego
im. Św. Jana Pawła II w Bridgeport

STONE & GARDEN
NEWINGTON LLC

W OFERCIE:

- Przesiewana ziemia ogrodowa
- Kamienie ozdobne - duży wybór
- Dekoracyjne ściółki z kory naturalne i koloryzowane
- Drewno kominkowe
- Piasek murarski
- Miał kamienny

200 FRANCIS AVENUE
NEWINGTON, CT 06111
860.666.TREE (8733)

Odbiór na miejscu lub z dostawą do domu





RADOSNEGO ALLELUJA!

Tony Colagiovanni - właściciel
www.newingtonstoneandgarden.com
MÓWIMY PO POLSKU!







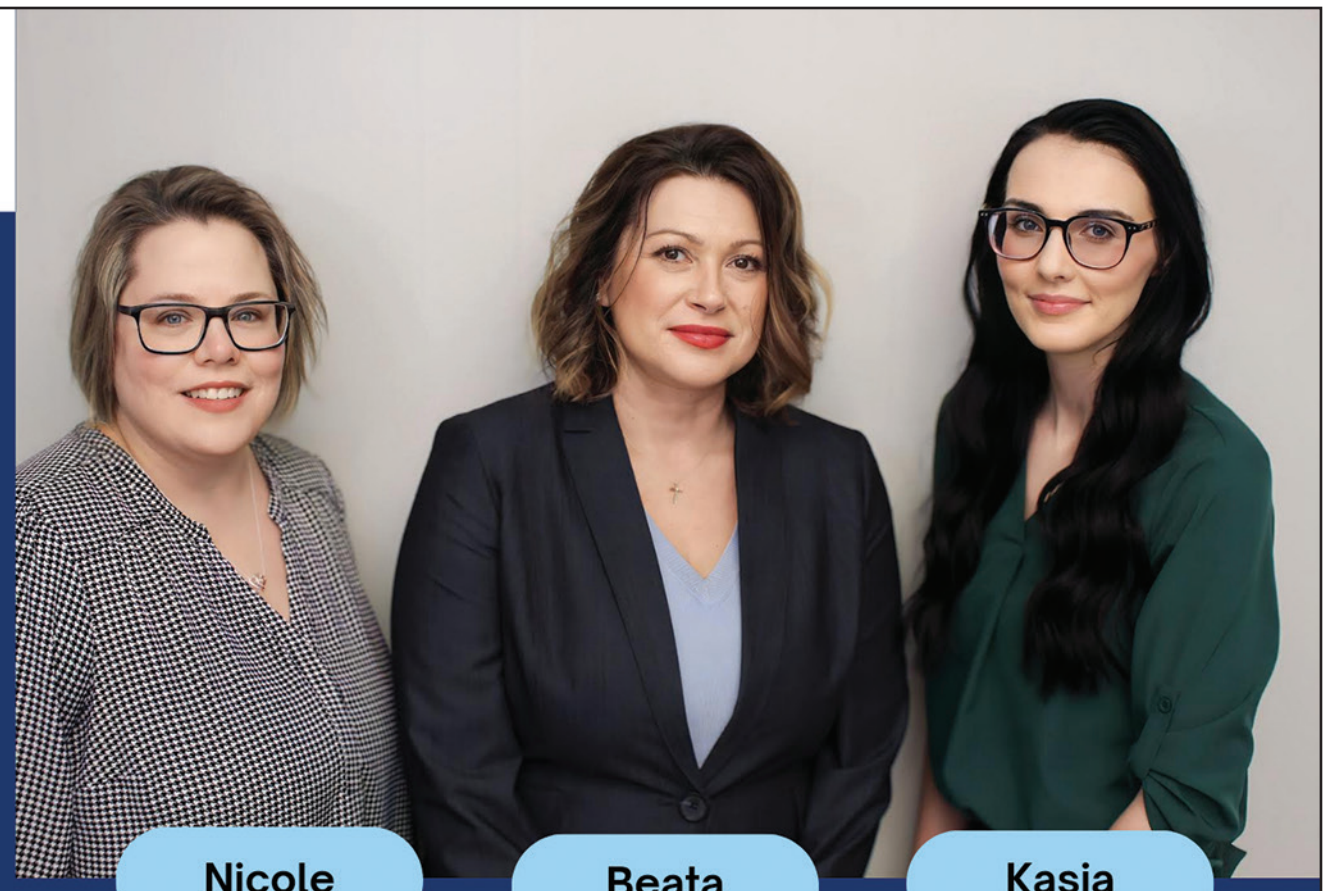


RAYMOND
SENIOR PLANNING

MEDICARE
DLA SENIORÓW

Bezpłatna pomoc w:

- Medicare
- IRA,401K inwestycje
- Ubezpieczenia na życie
- Access Health
- Szara karta
- Dodatkowe plany ubezpieczeń



Nicole | Beata | Kasia

Lokalizacja w New Britain

195 West Main Street,
New Britian, CT 06052

Pon- Pt 9:00am-4:00pm
Sobota: Tylko by appointment

Lokalizacja w Southington

360 North Main Street Suite 5
Southington CT, 06489

Tylko by appointment

(203) 699-2611

email: raymondseniorplanning@gmail.com | website: www.raymondseniorplanning.com

POLISH HELPING HANDS LLC



ZAJMUJEMY SIĘ OPIEKĄ NAD OSOBAMI STARSZYMI.
WIĘC JEŚLI TO JEST TWOIM POWOŁANIEM, PRZYJDŹ DO NAS.

Zapewniamy bardzo dobre warunki pracy!

15 New Britain Ave,
Unionville, CT06085

TEL. 860-404-0499

pc&h
polishcaregivers and homemakers

HOME CARE AGENCY

Oferujemy:

- opiekę nad starszą osobą
- opiekę z zamieszkaniem
- opiekę na nocną zmianę
- godzinną opiekę

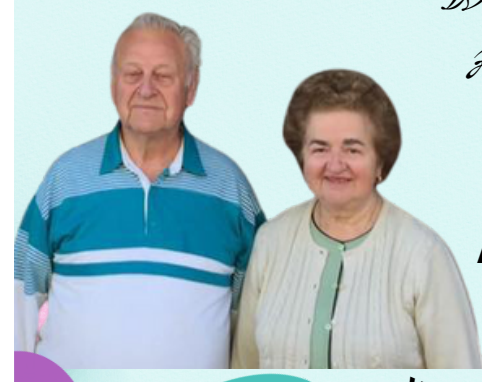
Jeśli jesteś empatyczną osobą i praca ze starszymi ludźmi jest Twoją pasją, dzwoń do nas!
Zawsze znajdzie się dla Ciebie miejsce w naszym zespole.



(860) 826-2990
www.polishcaregivers.com

POLDAREX
w New Britain zaprasza na zakupy
56.
ROCZNICA w biznesie

Wszystkim klientom życzymy zdrowych i wesołych Świąt Wielkanocnych!



BOGATY ASORTYMENT KARTEK
UPOMINKI OKAZYJNE
TOWARY Z POLSKI
ZIOŁA I HERBATY

WYSYŁKA PACZEK DO POLSKI I INNYCH KRAJÓW

GODZINY OTWARCIA
PON-PT. 9AM-6PM
SOBOTA 9AM-4PM
NIEDZIELA NIECZYNNE

102 Broad Street
New Britain, CT 06053
tel. 860-225-9275
email: Poldarex@comcast.net

Luxeride travel

RADOSNYCH ŚWIĄT WIELKANOCNYCH PEŁNYCH NADZIEI, POKOJU I BOŻEGO BŁOGOSŁAWIEŃSTWA!

ZBLIŻAJĄCE SIĘ WYCIECZKI:



Nowy Orlean - miasto muzyki, magii i bagien
30.05-03.06.2025
cena:1.390 $



Nashville: country, whisky, wodospady i Elvis
06-10.06.2025
cena: 1.250 $ (bus z NY, New Britain)



Najpiękniejsze Parki UTAH
13-17.06 2025
Cena: 1.350 $





(860) 924 0913
(860) 357 3023
(860) 922 1210

WWW.LUXERIDETRAVELS.COM