



GoWEST
REALTY LTD. BROKERAGE

**SPRZEDAŻ
KUPNO
WYCENA**

URSZULA URBAŃSKA
416-456-7683

LUK Media **POLSKA
TELEWIZJA**

- 213 Polskich Kanałów
- 7 Dniowe Archiwum
- Filmy i Seriale

Tel: 365 777 6168

szczegóły str. 5

NIERUCHOMOŚCI STR. 9

**SPRZEDAŻ
KUPNO
WYNAJEM**

50 LAT NA RYNKU

GoWEST
REALTY LTD. BROKERAGE

416-534-3511
www.gowestrealty.ca

na czternaście dobrych dni...

PULS

20 YEARS ANNIVERSARY

Chocorates etc.ca
...always the best
905.682.8828

SUPER SZYBKI INTERNET

od \$29.95 MAX 50 Mbps Mbps

POLTEL COMMUNICATIONS www.poltel.com

416-255-2233 • 1-877-731-0000

DARMOWY! Nr 2 (545) 22.01.2026 - Toronto, Kanada • Tel. do redakcji: (647) 922-7817

Następny numer
5.02.2026

**SILNY
CZY MOŻE
BEZSILNY?**

czytaj str. 3

Cały świat żyje niepokojącymi słowami, które płyną z ust Donalda Trumpa. Głowa mocarstwa coraz łapczywiej spogląda bowiem w kierunku Grenlandii (czytaj Kuby, Iranu, Meksyku...) Ciągłe zaostanie narracji niesie ze sobą fale protestów wśród mieszkańców wielu zakątków świata.

STARSKY
FINE FOODS

czytaj str. 13, 15

KANCELARIA PRAWNA W POLSCE
RADCA PRAWNY MAŁGORZATA MILEWSKA

Już 14 lat pomocy prawnej dla Polonii

KOMPLEKSOWA OBSŁUGA PRAWNA NA TERENIE CAŁEJ POLSKI:
*SPADKI I DAROWIZNY *PRAWO RODZINNE
*NIERUCHOMOŚCI *SPRAWY SĄDOWE

M. MILEWSKA. KANCELARIA@gmail.com

TEL./FAX: 011 (48) 22-518-77-78
CELL: 011 (48) 664-063-301

czytaj str. 26

MORTGAGES

WOJCIECH ŚMIAŁEK
MORTGAGE BROKER

HIPOTEKI nowe i odnawiane
PROGRAMY dla Self - Employed
KONSOLIDACJA DŁUGÓW
PONAD 20 LAT DOŚWIADCZENIA

416. 561. 0049

email: voitek@thecln.com

202-1420 Burnhamthorpe Rd. E Mississauga ON L4X 2Z9

IMIGRACJA

Wanda Dobrowolska, M.A.
Licencjonowany Konsultant Imigracyjny

Wszelkie sprawy związane z imigracją do Kanady

905-271-4183

str. 25

95% str. 16

SPIRYTUS

www.polonee.ca
www.kannuk.ca
905.380.1669

ORBIT
RESTAURANT & EVENT VENUE

Dinner Special pon.-sob. \$19.99 zupa+drugie danie

urodziny jubileusze wesela chrzciny komunie stypy

Sobotnie dancengi Dania na wynos

905 290 7000

2025 Dundas St. E., Mississauga

STONE SELEX

CULTURED STONE • NATURAL STONE • BRICK VENEER • FAUX STONE SIDING

www.stoneselex.com

PO BEZPŁATNY KATALOG ODWIEDZ NASZĄ STRONĘ

SUPER KOLBASA & DELI

3615 DIXIE RD. Unit 8
Plaza Wisła, Mississauga

OPEN

905-206-1646

SUPER

KOLBASA & DELI

Zapraszamy!

Najdłużej otwarte delikatesy w Mississauga

PROMOCJE ZIMOWE:

- Ser M-C Dairy Bakers \$12.99 kg
- Ser Havarti Jalapeno \$18.99 kg
- Ser Rycki \$26.99 kg
- Mielone wieprzowe \$7.99 kg

- Mielone z piersi kurczaka \$12.99 kg
- Mini piersi kurze \$12.99 kg
- Domowa garmazierka
- Specjały: sernik, naleśniki

3615 DIXIE RD. UNIT 8, MISSISSAUGA

OTWARTE 7 DNI W TYGODNIU



Zorganizuj w ORBIT Resta

Idealne miejsce na:

- ✓ chrzciny i komunie
- ✓ wesela i jubileusze
- ✓ urodziny i imprezy rodzinne
- ✓ spotkania firmowe i eventy prywatne

Pyszne menu na każdą okazję - stworzone specjalnie z myślą o Tobie i Twoich gościach!

WALENTYNKI
w ORBIT - DZWOŃ
905-290-7000



ZAREZERWUJ TERMIN JUŻ DZIŚ
tel. 905 290 7000 !!

2025 Dundas Street East
Mississauga




Słowo wstępne

Znaleźli sposób

W dalekim lesie skrzyknęły się zwierzęta
"Ten łobuz skunks nas jeszcze popamięta"
Nie dość, że na wszystkich w naszym lesie knuje
To jeszcze podstępnie wszystkich podsikuje.

Myśli, że mu w tym lesie wszystko wolno
Podobno nawet zniewolił małą myszkę polną
Z kolegą kretem, który ślepy przecież, jest nikim
Ganiał po całym lesie nieletnie króliki.

A szanowną wielodzietną rodzinę liska
Chce wywalić beczelnie z ciepłego legowiska
Wiewiórkom grozi, że jak się nie wyniosą
To je pozbawi pazurków i że je puści boso.

Nie boi się łosia, jelenia ani niedźwiedzia
"Możecie mi wszyscy skoczyć" kiedyś powiedział
Trochę się boi ostrych kolców jeżozwierza
Dlatego mniej prześladowuje tego ładnego zwierza.

Niestety ten skunks wredny, chociaż nie duży
Ma stado wilków wiernych co mu pilnie służy
I co ten śmierdziel każe, robią bez gadania
Bo im przecież ta paskuda jedzenie nagania.

Aż wreszcie, jak słynna lisia TVFox podała
Zwierzyna na kongresie wszystkie siły zebrała
Złapała dziada skunksa, zagnała do nory
I jednym ruchem wycięła mu śmierdzące walory.

Z wielu puszczy i lasów świata przyszły gratulacje
Nawet misie polarne z dalekiej Grenlandii wznosiły owacje
Bo teraz skunks z kretem już bez cuchnącej broni
Może tylko po polu golfowym od dziury do dziury gonić.

z pozdrowieniem styczniowym - red.nacz. Piotr Hoffmann



UBEZPIECZENIA



Kasia Osinski 416.662.1670

SAMOCCHODY • DOMY • BIZNESY

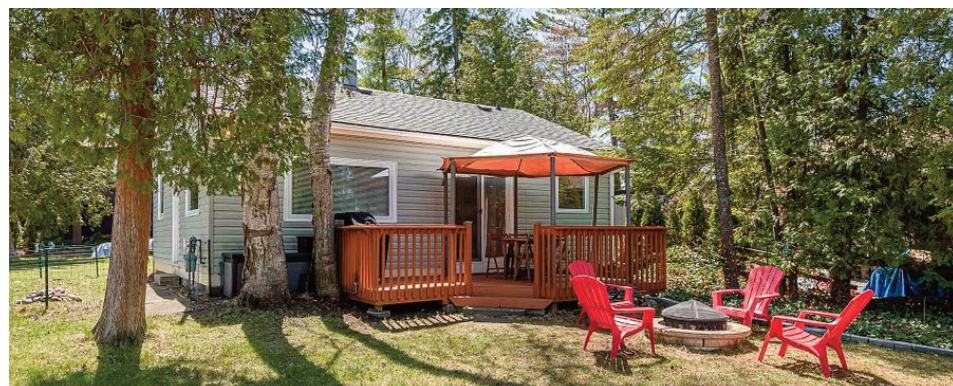
Zanim się ubezpieczysz sprawdź u mnie!

Konkurencyjne ceny - szybki serwis

- Travel i Visitor Insurance
- Mieszkania, łodzie, kontraktorzy

FORSTAR INSURANCE BROKERS INC.

kathy@forstar.ca



WASAGA BEACH

Urokliwy, 3 syp. całoroczny dom, zaledwie kilka kroków od plaży. Dom oferuje idealną równowagę między spokojnym, wiejskim życiem a codzienną wygodą. Działka 50x138. Fantastycznie wyremontowany w 2017 roku z modernizacją obejmującą płyty gipsowo-kartonowe, izolację, oświetlenie punktowe, zmodernizowaną kuchnię i łazienkę oraz nowy dach. Ciesz się ciepłym kominkiem i bliskością udogodnień, takich jak Canadian Tire, Super Centre, Starbucks, Tim Hortons, stacje benzynowe i lokalne restauracje. Zaledwie krótka przejażdżka do Collingwood i Blue Mountain. Fantastyczna okazja do całorocznego zamieszkania lub idealnego miejsca na ucieczkę od codzienności. Cena \$649,800

"Jest jedna rzecz. Moja własna moralność. Moje własne zdanie. To jedyna rzecz, która może mnie powstrzymać" - Donald Trump na pytanie, czy uznaje jakieś ograniczenia dotyczące jego działań na arenie międzynarodowej

"NATO powinno powiedzieć Danii, żeby natychmiast się stamtąd wyniosła. Dwa zaprzęgi psów nie wystarczą, tylko USA są w stanie obronić" - Donald Trump zdenerwowany po rozmowach w Białym Domu z delegacją Danii i Grenlandii

"Gdyby nie ja, NATO już by nie istniało!!! Zostałoby pogrzebane w popiołach historii. To smutne, ale prawdziwe!!!" - Donald Trump w miniony wtorek na swojej platformie Truth Social

"Z Donaldem Trumpem nie ma miejsca na dyplomację - jest jak T-Rex, albo się z nim sprzymierzysz, albo cię pożre" - apel gubernatora Kalifornii Gavina Newsom'a do Europy



Appliances Outlet Store

2025 Dundas St. East, Unit 2, Mississauga, ON L4X 1M2



SUPER SALE

Washers • Dryers • Refrigerators • Stoves

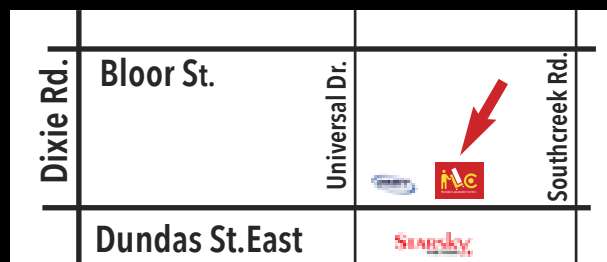
30% off
40% off
50% off

Great selection of new, scratch, and dent appliances at discount prices!

Sale



SPECIAL OFFER



SAMSUNG
KitchenAid
Whirlpool

Tel. 416-873-2030 •
www.rlccentre.com



WIADOMOŚCI Z KANADY

Nasze samoloty też lecą na Grenlandię

"Samoloty Dowództwa Obrony Północnoamerykańskiej Przestrzeni Powietrznej i Kosmicznej wkrótce przybędą do bazy Sił Kosmicznych Pituffik na Grenlandii. Jest to część planowanych wcześniej działań, realizowanych w zgodzie z władzami Danii i Grenlandii. Nie jest jednak jasne, jakie samoloty wysłano na wyspę, po co i oraz jakiego rodzaju misję mają one wykonywać.

"Samoloty Dowództwa Obrony Północnoamerykańskiej Przestrzeni Powietrznej i Kosmicznej (NORAD) wkrótce przybędą do bazy Sił Kosmicznych Pituffik na Grenlandii. Wraz z samolotami działającymi z baz w kontynentalnych Stanach Zjednoczonych i Kanadzie, będą one wspierać różne, od dawna planowane działania NORAD, bazując na trwałej współpracy obronnej między Stanami Zjednoczonymi i Kanadą, a także Królestwem Danii.

NORAD zaznaczyło przy tym, że ruch wojsk został skoordynowany z władzami Danii, a rząd Grenlandii został poinformowany o tych planach.

"NORAD rutynowo prowadzi ciągle, rozproszone operacje na rzecz obrony Ameryki Północnej, w jednym lub wszystkich trzech regionach NORAD (Alasce, Kanadzie i kontynentalnych Stanach Zjednoczonych)".

Przypomnijmy, że NORAD to dowództwo złożone z wojsk USA i Kanady, którego zadaniem jest obrona północnoamerykańskiej przestrzeni powietrznej i wczesne ostrzeżenie przed zagrożeniami.

Ostatnim działaniem NORAD na Grenlandii, o którym publicznie informowało dowództwo, były amerykańsko-duńskie ćwiczenia w Pituffik w październiku 2025 r. Manewry miały

wówczas zademonstrować możliwości "szybkiego rozmieszczenia sił i zaangażowania na rzecz bezpieczeństwa Arktyki". Mimo zapewnień o rutynowym charakterze wysłania samolotów, dochodzi do niego w kontekście podwyższonych napięć między USA, Grenlandią i Danią, spowodowanych roszczeniami prezydenta USA Donalda Trumpa do pozyskania Grenlandii.

Uścisnęli sobie dłonie

Premier Kanady Mark Carney wydał oświadczenie - Chiny i Kanada zawarły wstępne porozumienie, znoszące bariery handlowe. Chiny otworzą się na kanadyjskie produkty rolne, a Kanada przyjmie okazały kontyngent chińskich "elektryków".

Chiny i Kanada zawarły wstępne porozumienie, znoszące bariery handlowe, w tym w sprawie obniżki cel na kanadyjskie produkty rolne i otwarcie Kanady na chińskie auta elektryczne - poinformował w piątek premier Mark Carney po spotkaniu z chińskim przywódcą Xi Jinpingiem. Liderzy zapowiedzieli "nowe partnerstwo".

- To stosunki, które przez niemal dekadę były odległe i niepewne. Zaczęliśmy kalibrować od nowa nasze relacje z Chinami w sposób strategiczny, pragmatyczny i zdecydowany - ocenił Carney. Szef kanadyjskiego rządu podkreślił, że choć Ottawa i Pekin różnią się w wielu kwestiach, to dialog stał się "szczerzy i konsekwentny", co czyni relację "bardziej przewidywalną". Zaznaczył jednocześnie, że relacje z USA są "znacznie bardziej wieloaspektowe i szersze".

W ramach odwzajemnionej gospodarczej Ottawa zgodziła się na wpuszczenie na rynek 49 tys. chińskich pojazdów elektrycznych objętych preferencyjną stawką celną 6,1 proc. Pekin zobowiązał się do obniżenia od 1 marca cel na kanadyjski re-

pak do około 15 proc. oraz zniesienia "dyskryminacyjnych taryf" na groch, homary i kraby.

Carney potwierdził, że Kanada podtrzymuje politykę "jednych Chin", zaznaczając jednak, że w kwestii zagranicznych ingerencji wyznaczył Pekinowi wyraźne "czerwone linie".

Pierwsza od wielu lat wizyta kanadyjskiego premiera w Pekinie To pierwsza wizyta szefa kanadyjskiego rządu w Chinach od 2017 roku. Relacje Ottawy z Pekinem były w ostatniej dekadzie chłodne, m.in. z powodu aresztowania dyrektora finansowej Huawei i uwięzienia przez Chiny w ramach retorsji dwóch kanadyjskich obywateli, a także oskarżeń ze strony Kanady o chińską ingerencję w procesy wyborcze. W 2024 r. Kanada wprowadziła 100-proc. cła na chińskie samochody elektryczne, stal i aluminium, zaś Chiny w marcu 2025 r. wprowadziły cła m.in. na wieprzowinę, zaś w sierpniu ogłosiły cła antydumpingowe na import kanadyjskiego rzepaku.

Obecne zbliżenie następuje w obliczu rosnących napięć handlowych Kanady i ChRL ze Stanami Zjednoczonymi.

Chiny są drugim co do wielkości partnerem handlowym Kanady.



Wypróbuj Nasz Serwis za Darmo!

Zapraszamy: **Poniedziałek - Piątek 11-18, Sobota - Niedziela 11-16**

LUK MEDIA - TELEWIZJA ZA GROSZE

Najbardziej stabilne serwery na rynku

- Największy wybór polskich kanałów
- Anglojęzyczne programy z Kanady oraz USA
- Sport, filmy, seriale, wiadomości, programy dla dzieci i dla dorosłych
- Videoteka polskich filmów i seriali w jakości HD
- Skrzyneczki działają we wszystkich krajach świata

Tel: 365-777-6168

Mississauga
Head Office

2457 Dixie Rd.

Niagara Falls

Polonia European Market

6850 Thorold Stone Rd.

www.LukmediaToronto.com

Brampton

Sklep Aqua Shoe

20 Polonia Ave #112

(tylko odnowienia)

JESTEŚMY TWOIM OKNEM NA ŚWIAT

**7 DNIOWE
ARCHIWUM**

**Przekonaj się osobiście o jakości naszych usług
Oferujemy najnowsze polskie filmy oraz seriale**

**We are open
7 days a week**

WIADOMOŚCI ZE ŚWIATA

Kuba nad przepaścią

Po odcięciu wenezuelskiej "kroplówki" Kuba najpewniej nie zdoła się już wydzwignąć z zapaści. Iskrą zapalną mogą być gwałtowne rozruchy, gdyż Kubańcy nie są już zdolni do dalszych wyrzeczeń.

Przez wiele dekad USA utrzymywały embargo gospodarcze wobec Kuby, które jednak nie przynosiło żadnego skutku. Obecnie sytuacja jest zupełnie inna. Wcześniej Kuba była na garnuszku ZSRR i bloku państw komunistycznych. Później Rosja kontynuowała sowieckie wsparcie militarne dla Kuby, a rolę sponsora przejęła Wenezuela. Zaangażowana jednak od kilku lat w wojnę z Ukrainą Rosja nie ma możliwości prowadzić tzw. proxy war wobec USA, czyli wykorzystywać takie kraje jak Wenezuela, Kuba czy Nikaragua w roli strażaka. Ponadto ogłoszona w grudniu ub.r. przez administrację waszyngtońską Strategia Bezpieczeństwa Narodowego USA wyklucza możliwość utrzymywania przez Rosję jakichkolwiek przyćółków militarnych na półkuli zachodniej, która ma być wyłączną strefą wpływów USA. W tej sytuacji Kuba nie stwarza większego zagrożenia dla USA z wyjątkiem może nielegalnej emigracji. W odróżnieniu od Wenezueli Kuba nie ma aż tak dużych zasobów mineralnych, na których mogłoby zależeć USA. Sekretarz Stanu Marco Rubio, dziecko kubańskich emigrantów, zapytany o amerykańską interwencję na Kubie powiedział, że reżim w Hawanie "ma ogromny problem". Donald Trump nie owija w bawełnę - Weź-

miemy Kubę bez wysiłku, bo ten kraj nie ma samodzielnej racji bytu. Odetniemy pieniądze i wenezuelską ropę i taki będzie koniec. Trump wezwał Hawanę do „zawarcia układu” z Waszyngtonem, „zanim będzie za późno”.

Węgrzy nie popierają

- Przyszłość Grenlandii nie jest problemem Unii Europejskiej - stwierdził minister spraw zagranicznych Węgier Peter Szijjarto. Jak dodał polityk z obozu Viktora Orbana, jego kraj "zasygnalizował, iż nie poprze wspólnego oświadczenia UE w tej sprawie". Tymczasem zakusy Donalda Trumpa

Przewodniczący Rady Europejskiej Antonio Costa napisał, że państwa Wspólnoty jednomyślnie popierają Danię i Grenlandię i są gotowe bronić się przed wszelkimi formami przymusu.

Donald Trump zapowiedział wprowadzenie ceł na towary z ośmiu krajów europejskich w związku z planami zakupu Grenlandii. - Uważamy, że jest to kwestia dwustronna, którą można rozwiązać poprzez rozmowy między stronami. Nie sądzę, żeby była to kwestia Unii Europejskiej - powiedział Peter Szijjarto podczas briefingu w stolicy Czech.

Z kolei przewodniczący Rady Europejskiej Antonio Costa napisał w niedzielę w mediach społecznościowych, że państwa Wspólnoty jednomyślnie popierają Danię i Grenlandię (kraje NATO) i są gotowe "bronić się przed wszelkimi formami przymusu".

Donald Trump skierował swoją groźbę wobec ośmiu państw, które zadeklarowały udział w symbolicznych ćwiczeniach

wojskowych na wyspie, będącej autonomicznym terytorium Danii. Chodzi o Szwecję, Finlandię, Norwegię, Danię, Wielką Brytanię, Niemcy, Francję i Holandię.

Trump po raz pierwszy mówił o możliwych planach przejęcia kontroli nad Grenlandią w 2019 r., w czasie swej pierwszej kadencji prezydenckiej. Wówczas jego retoryka była łagodniejsza i ograniczała się do możliwego zakupu wyspy. Propozycje te szybko odrzuciły duńskie i grenlandzkie władze. "Grenlandia nie jest do kupienia" - mówią jej obywatele i rząd duński.

Prezydent zastrzył podejście po inauguracji drugiej kadencji w 2025 r. Zaczął argumentować, że wyspa jest potrzebna Stanom Zjednoczonym ze względów strategicznych i bezpieczeństwa narodowego (w domyśle całego świata ze względu na bogactwa naturalne której kryje), wskazując na rosnącą obecność Rosji i Chin w Arktyce.

Dania wysła więcej wojsk

Dania wzmacnia swoją obecność wojskową na Grenlandii. Żołnierze rozpoczęli ćwiczenia w skrajnie trudnych warunkach Arktyki. Rozmieszczenie wojsk ma charakter długoterminowy i zbiega się z narastającą presją polityczną wokół strategicznie położonej wyspy oraz ostrymi wypowiedziami Donalda Trumpa.

Duńskie Dowództwo Obrony (FKO) poinformowało o rozmieszczeniu żołnierzy na Grenlandii w ramach ćwiczeń wojskowych. Jak podkreślono w komunikacie, żołnierze muszą tam trenować walkę w mrozie, silnym wietrze i głębokim śniegu, czyli w warunkach całko-

wicie odmiennych od tych, do których są przyzwyczajeni

Szef duńskiego resortu obrony nie krył krytyki wobec gróźb Trumpa, dotyczących Grenlandii, określając je jako "naprawdę, naprawdę bolesne". Jednocześnie zaznaczył, że Europa nie może pozwolić sobie na zerwanie relacji z USA.

- Jeśli Amerykanie wycofali się z NATO, stanęlibyśmy przed ogromnym wyzwaniem. To także powód, by Europa brała na siebie większą odpowiedzialność - ocenił Lund Poulsen. Najwyższy dowódca wojskowy Danii w Arktyce, generał dywizji Søren Andersen, przekazał, że około 100 żołnierzy już wcześniej przybyło do Nuuk, stolicy Grenlandii, a podobna liczba została rozmieszczona w zachodniej części wyspy. Wojsko bierze udział w manewrach pod kryptonimem "Arctic Endurance". Gen. Andersen podkreślił, że Arktyka zyskuje coraz większe znaczenie strategiczne, a Dania musi być gotowa na różne scenariusze. Jednocześnie Kopenhaga zwróciła się do NATO z propozycją zorganizowania misji sojuszniczej na Grenlandii. Duński minister obrony Troels Lund Poulsen poinformował o tym po spotkaniu z sekretarzem generalnym NATO Markiem Ruttem w Brukseli. - Zaproponowaliśmy taką misję i sekretarz generalny to odnotował - powiedział.

Duńscy żołnierze nie wrócą szybko do kraju. Gen. Andersen zapowiedział, że misja na Grenlandii może potrwać rok, a nawet dwa lata i będzie realizowana we współpracy z wojskami sojusznikami.

studiopuls2020@gmail.com

WIADOMOŚCI Z POLSKI

"Salomonowe" wyjście

Sejm na ostatnim posiedzeniu przyjął poprawki Senatu do ustawy budżetowej na 2026 r. i zakończył prace nad tym aktem prawnym. W ostatni wtorek ustawa budżetowa trafiła do Kancelarii Prezydenta Karola Nawrockiego. Zgodnie z konstytucją prezydent miał 7 dni na decyzję ws. budżetu. Zgodnie z prawem, prezydent może podpisać ustawę budżetową lub skierować ją do Trybunału Konstytucyjnego; nie może zawetować ustawy budżetowej.

W poniedziałek Karol Nawrocki poinformował, że podpisał ustawę budżetową na 2026 r., ale skierował ją do Trybunału Konstytucyjnego w trybie kontroli następczej. "Na moje biurko trafiła ustawa budżetowa. Zgodnie z Konstytucją prezydent nie może jej zawetować" - przyznał wprost prezydent na samym początku opublikowanego nagrania.

"To budżet oparty na gigantycznym zadłużeniu. Zadłużeniu, które w żaden sposób nie przekłada się na lepsze życie obywateli" - przekazał Karol Nawrocki i dodał, że "co trzecia wydawana złotówka pochodzi

z długu, to znaczy, że jest wydawana na kredyt".

Na nagraniu, gdzie Karol Nawrocki ujawnił podjętą decyzję w sprawie budżetu kraju pada wiele oskarżeń pod adresem rządu Donalda Tuska. "Ten budżet to budżet niezrealizowanych obietnic. Nie ma podwyższenia kwoty wolnej od podatków, nie ma podwójnej waloryzacji emerytur. Planowana waloryzacja będzie najniższa od lat. Przedsiębiorcy zapłacą wyższe składki, choć obiecywano im coś innego" - wyliczał prezydent.

"Szanowni Państwo, mimo mojej krytycznej opinii na temat tego budżetu, Konstytucja nie daje mi prawa go zawetować. Biorąc pod uwagę wszystkie przedstawione argumenty i kompetencje które posiadam, zdecydowałem się podpisać Ustawę budżetową, ale jednocześnie kieruję ją w trybie kontroli następczej do Trybunału Konstytucyjnego" - wskazał wprost pod koniec opublikowanego nagrania Karol Nawrocki. Dodał, że zdecydował się na ten ruch, gdyż podpisanie ustawy budżetowej jest konieczne dla zachowania stabilności państwa. Karol Nawrocki podkreślił jednak, że dokument zostaje zatwierdzony, a jednocześnie skierowany do Trybunału Konstytucyjnego, aby zabezpieczyć

przyszłość Polski. (Skierowanie ustawy do TK, to polityczny teatr bez realnych skutków - opinia ekonomistów i ministra finansów).

Prezydent w odezwie do Polaków wskazał, że w jego opinii brak budżetu nie rozwiązałby żadnego z problemów, z którymi obecnie mierzy się państwo. Karol Nawrocki wyjaśnił również, że gdyby podjął inną decyzję, to wówczas sytuacja budżetowa kraju mogłaby stanowić realne zagrożenie dla stabilności i przewidywalności funkcjonowania instytucji publicznych.

"Niepodpisanie ustawy budżetowej nie naprawi sposobu rządzenia" - dodał prezydent. "Rok 2026 będzie wyjątkowy z jeszcze jednego powodu. To pierwszy rok, w którym Ministerstwo Finansów otwarcie zakłada przekroczenie 60 proc. zadłużenia w stosunku do PKB obliczanego według przyjętych międzynarodowych standardów" - wskazywał Karol Nawrocki w kolejnej uwadze skierowanej w stronę rządu Donalda Tuska.

Ustawa budżetowa podpisana, ale trafi do Trybunału Konstytucyjnego. Co to oznacza?

Podpisanie ustawy budżetowej przez prezydenta oznacza zakończenie procesu legislacyjnego i wejście ustawy w życie po

jej ogłoszeniu w Dzienniku Ustaw. W przypadku budżetu państwa ma to szczególne znaczenie, bo zapewnia ciągłość finansowania państwa, od wypłat świadczeń, przez pensje w sferze budżetowej, po funkcjonowanie administracji. Na tym etapie ustawa jest już obowiązującym prawem i może być normalnie wykonywana.

Kontrola następstwa TK nie wstrzymuje działania ustawy. Budżet obowiązuje i jest realizowany tak długo, jak długo Trybunał Konstytucyjny nie wyda orzeczenia. Postępowanie przed TK toczy się niezależnie od bieżącego funkcjonowania państwa i może trwać miesiące. W tym czasie rząd działa w oparciu o przyjęty budżet, a obywatele nie odczuwają skutków samego skierowania ustawy do Trybunału.

Jeżeli Trybunał Konstytucyjny uzna, że niektóre przepisy ustawy budżetowej są niezgodne z Konstytucją, skutki zależą od treści wyroku. TK może uchylić zakwestionowane regulacje albo odroczyć utratę ich mocy, dając ustawodawcy czas na poprawienie prawa. Dopiero takie orzeczenie wywołuje realne skutki prawne, samo złożenie wniosku przez prezydenta ich nie powoduje.

www.puls-toronto.com



Donna Raczk Insurance Agency Inc.
Donna Raczk - Agent, 4161 Tomken Rd. Mississauga ON

Z nami poczujesz się bezpieczniej!

Nasza kompleksowa oferta obejmuje ubezpieczenia

- ŻYCIE I ZDROWIE • DOMY
- MIESZKANIA WŁASNOŚCIOWE
- MIESZKANIA WYNAJMOWANE
- BIZNESY • SAMOCHODY
- BENEFITY GRUPOWE



Skontaktuj się ze mną już dziś

905-755-0001

donnaraczka.com

Ubezpieczenie Desjardins dotyczy Certas Home and Auto Insurance Company, podmiotu zawierającego umowę ubezpieczenia komunikacyjnego i nieruchomości, lub Desjardins Financial Security Life Assurance Company, podmiotu zawierającego umowę na produkty ubezpieczeniowe i świadczenia dla osób żywych.

* Mogą obowiązywać pewne warunki, ograniczenia i wyłączenia. Klienci oszczędzają średnio 20%.

Oszczędności zależą od ich poszczególnych profili. Oszczędności i rabaty są określone w warunkach kwalifikowalności. Stawki i rabaty mogą się zmienić bez uprzedniego powiadomienia. Podane tu warunki ubezpieczenia są określone w polisie ubezpieczeniowej, która jest zawsze nadrzędna.

Desjardins®, Desjardins Insurance®, wszystkie znaki towarowe zawierające słowo Desjardins, a także powiązane loga są znakami towarowymi Fédération des caisses Desjardins du Québec i są używane na podstawie licencji.

Koniec hegemonii USA. Cztery kraje nowymi mocarstwami

Do głębokiego przygnębienia obywatelskiego doprowadza mnie obserwacja polskiej polityki, która pomimo tego, co się dzieje, przypomina bal na Titanicu. Jak nazwalibyśmy gospodarza domu, który widząc pożar ogarniający przybytek sąsiada i zbliżający się do jego własnego, piłby drinki i zażywał relaksu? Tak dziś działa polska klasa polityczna. Wykonuje działania w dużej mierze pozorne. My się wciąż narodowo nie przebudziliśmy ze snu o końcu historii - mówi Bartłomiej Radziejewski, prezes Nowej Konfederacji, autor książki "Nowy porządek globalny".

Przemysław Szubartowicz: Jaką pan ma nazwę na to, co się dzieje w świecie, a co inni nazywają kryzysem czy przełomem?

Bartłomiej Radziejewski: - To nowy porządek światowy. W latach 2008-2022 żyliśmy w okresie przejściowym, który uśmiercił dawny jednobiegunowy porządek i ukształtował ład czterobiegunowy z dwoma supermocarstwami - Chinami i Stanami Zjednoczonymi - i dwoma mocarstwami - Indiami i Rosją. Tylko że ciągle jeszcze jesteśmy jak bohater filmów science fiction, który doświadcza anomalii bycia jednocześnie w dwóch równoległych wszechświatach. Z jednej strony mamy nowy porządek światowy, z drugiej ciągle wiele instytucji,

nawyków, norm ze starego. Nowy porządek światowy się kształtuje, krystalizuje, ujawnia swoje kolejne konsekwencje, destabilizując nasze przyzwyczajenia, stare instytucje i normy. To nowa normalność, która generuje destabilizację, a ta, na nowym wyższym poziomie, jest strukturalną cechą epoki wielobiegunowej.

Donald Trump jest skutkiem czy przyczyną?

- Bardziej skutkiem, choć wywołuje też własne konsekwencje, rzecz jasna. Stary porządek charakteryzowała strukturalna niestabilność. Myśleliśmy, że ten jednobiegunowy porządek jest wiecznotrwały. Tymczasem był to jeden z najbardziej krótkotrwałych i niestabilnych porządków w historii ludzkości. Trwał krócej niż ład wersalski. Stany Zjednoczone, mając pozycję hegemonu światowego, stworzyły bardzo specyficzną formę imperializmu, którą nazywam imperializmem idealistycznym lub liberalnym. Opierał się on na uniwersalnej ideologii demokracji, kapitalizmu i praw człowieka. Stany Zjednoczone usiłowały przekształcać i organizować świat według niej, czego apogeum były interwencje w Iraku i Afganistanie. A te zakończyły się klęską.

Pycha?

- Tak, pycha charakteryzowała postawę amerykańską w tamtym okresie. Amerykanie uważali, że mają tak dużą przewagę nad każdym graczem, że mogą robić, co chcą.

Z drugiej strony ich pogoń za pieniędzmi, widoczna w szczególności w Chinach, oznaczała, że hodowali sobie przyszłego konkurenta. I tak oto doszliśmy do sytuacji, kiedy w okolicach 2008 roku na scenę mocarstwową wrócili Chiny i Rosja. Rosja w Gruzji zaimplementowała, że znowu jest mocarstwem i nie musi się liczyć z pomrukami świata zachodniego. A Chiny z kryzysu finansowego, gdy Zachód osłabł, wyszły znacznie wzmocnione, podbijając gospodarczo świat w różnych kierunkach. Już wówczas narodził się system trójbiegunowy.

Rozmawiamy po interwencji Stanów Zjednoczonych w Wenezueli, kryzys grenlandzki wisi na włosku, mamy niezakończoną wojnę w Ukrainie, a sytuacja w Iranie jest niestabilna...

- To są wszystkie symptomy krystalizacji nowego porządku światowego, który w ten sposób ujawnia swoją naturę i konsekwencje. Z tej perspektywy wybór Trumpa jest próbą dostosowania osłabionego supermocarstwa amerykańskiego do nowej rzeczywistości poprzez brutalny powrót Realpolitik. Za słabo zdajemy sobie w Europie sprawę z tego, jak bardzo Ameryka osłabła. Potęgą, która oddziaływała w latach poprzednich, w szczególności przed 2008 rokiem, dzisiaj w warunkach istnienia trzech innych mocarstw jest po prostu dalece niewystarczająca do obsługi dawnych zobowiązań. *dokończenie na str. 12*

Sukces? Nie dziękuję

Przez lata uczono nas, że życie to wyścig: więcej, szybciej, wyżej. Aby być kimś, należało nieustannie udowadniać swoją wartość. Dziś jednak coraz częściej słychać ciche znużenie tą narracją. Nie jest to protest, nie bunt, nie flagowe manifesty – raczej rezygnacja z wyścigu jako miary sensu. Coraz więcej ludzi mówi nie „chcę wygrać”, lecz „chcę mieć spokój”. Nie chodzi przy tym o lenistwo. To sygnał, że socjologiczna mapa ambicji wyraźnie się przesunęła.

Jeszcze niedawno definicja sukcesu była stosunkowo łatwa do sprawdzenia: tytuł, pensja, awans, dom, prestiż. Dziś coraz więcej osób odpowiada na pytanie o aspiracje inaczej – nie przez pryzmat statusu, lecz przez równowagę i sens. Globalne badania pokazują, że przedstawiciele pokoleń Z i milenialsów, mimo że wciąż chcą się uczyć i rozwijać zawodowo, rzadziej stawiają na pierwszym miejscu wspieranie się po korporacyjnej drabinie. W międzynarodowej ankiecie jedynie 6 procent przedstawicieli pokolenia Z uznało osiągnięcie pozycji lidera za główny cel kariery, podczas gdy zdecydowana większość wskazywała równocześnie znaczenie pieniędzy, sensu i dobrostanu.

Nie oznacza to braku ambicji, lecz jej redefinicję. Przedsiębiorczość, elastyczność, chęć uczenia się – tak. Kariera jako cel sam w sobie – już niekoniecznie. Ten trend daje się zauważyć w codziennym życiu. Coraz więcej młodych osób poszukuje pracy, która pozwala zachować równowagę między życiem osobistym a zawodowym, zamiast takiej, która pochłania czas, emocje i tożsamość.

Na rynku pracy zjawisko to ma swoją nazwę: quiet quitting, czyli cicha rezygnacja. Nie chodzi w nim o odejście z pracy, lecz o wycofanie się z narracji „więcej za wszelką cenę”. Pracownicy wykonują swoje obowiązki, ale nie utożsamiają się z firmową opowieścią o sukcesie. Nie zostają po godzinach, nie gonią za uznaniem – pracują dokładnie tyle, ile wynika z umowy. Taka postawa, choć pozornie bierna, w rzeczywistości wiele mówi o kondycji współczesnego rynku pracy.

Zjawisko to widać na co dzień: w rozmowach, a jeszcze częściej w zachowaniach. W coworkingach, kawiarniach, na platformach freelancowych. Młodzi ludzie nie mówią już o swojej pracy jak o tożsamości, lecz jak o środku do celu – celu, który coraz rzadziej bywa karierą, a coraz częściej życiem poza biurem. Coraz więcej decyzji dotyczących ścieżki zawodowej uwzględnia dziś zdrowie psychiczne i satysfakcję z codzienności, a nie wyłącznie

wysokość pensji.

Ogromną rolę w tej zmianie odgrywają media społecznościowe, które przez lata pełniły funkcję nieformalnej giełdy sukcesów. Każdy mógł zobaczyć, kto jest gdzie, z kim, za ile i jak wygląda jego życie. Przez długi czas ta nieustanna ekspozycja była motorem aspiracji. Dziś coraz częściej działa jak ściana. Zamiast mobilizować, przytłacza. Zamiast inspirować, wywołuje zmęczenie. Według badań amerykańskiego Pew Research Center ponad 60 procent młodych dorosłych przyznaje, że media społecznościowe sprawiają, iż częściej porównują się z innymi, a niemal połowa mówi wprost, że te porównania obniżają ich poczucie własnej wartości.

Ten mechanizm jest prosty: jeśli codziennie widzi się cudze zwycięstwa, trudno uwierzyć w sens własnej drogi. Jeśli sukces zawsze wygląda spektakularnie, zwykłe życie zaczyna wydawać się porażką. W takim świecie rezygnacja z wyścigu przestaje być słabością, a zaczyna być formą samoobrony. Coraz więcej osób ogranicza obecność w sieci, usuwa aplikacje, nie dlatego, że nie potrafi grać w tę grę, lecz dlatego, że nie chce już brać w niej udziału. To także jeden z powodów, dla których nowa definicja ambicji brzmi dziś inaczej: mniej „pokazać”, więcej „przeżyć”.

Zmienia się również samo pojęcie dorosłości. Przez dekady oznaczało ono stabilność, odpowiedzialność, przewidywalność i zgodę na długoterminowe zobowiązania. Dziś coraz częściej dorosłość rozumiana jest nie jako wytrwałość w jednym modelu życia, lecz jako umiejętność jego modyfikowania. Dorośli nie chcą już „zaciskać zębów”, chcą umieć się wycofać. Nie chcą trwać, chcą mieć wybór. W tym sensie dojrzałość przestaje polegać na wytrzymywaniu, a zaczyna polegać na uważności wobec siebie.

Zmienia się także język, którym ludzie opisują samych siebie. Jeszcze niedawno klasyczne pytanie „Czym się zajmujesz?” było niemal tożsame z pytaniem o tożsamość. Dziś coraz częściej odpowiedzi brzmią: „Różne rzeczy”. „Nie definiuję się pracą”. „To tylko etap”. Te krótkie frazy mówią więcej niż tysiąc definicji sukcesu.

Ten trend nie dotyczy wyłącznie młodych. Coraz liczniejsze są relacje osób w średnim wieku, które po latach budowania kariery mówią: „Nie chcę już walczyć”. Nie oznacza to rezygnacji z życia ani z planów. Oznacza raczej rewizję celu wyścigu. Po latach pytanie nie brzmi już: „Co jeszcze mogę osiągnąć?”, lecz: „Czy w ogóle chcę w to grać?”. Jedni nazywają to kryzysem ambicji, inni – zmianą



priorytetów, jeszcze inni – nową dojrzałością. Każda z tych perspektyw oddaje to samo zjawisko: oddzielanie sensu od narracji sukcesu.

Psychologowie obserwują, że coraz więcej ludzi zaczyna rozróżniać dwa pojęcia: ambicję jako chęć wspierania się wyżej w strukturach społecznych oraz aspirację jako pragnienie osobistego rozwoju i dobrostanu. Coraz częściej to właśnie aspiracje stają się realnym wyznacznikiem życiowych decyzji, bez potrzeby potwierdzania ich na zewnątrz.

Proces ten ma konsekwencje nie tylko dla jednostek, ale również dla całego społeczeństwa. Zmienia się rynek pracy, ponieważ pracownicy bardziej cenią elastyczność i sens pracy niż prestiż. Zmienia się edukacja, ponieważ młodzi wybierają kierunki, które dają im narzędzia do życia, a nie jedynie portfolio. Zmienia się także konsumpcja, ponieważ coraz rzadziej kupujemy to, co sygnalizuje sukces, a coraz częściej to, co daje komfort i znaczenie.

Nie jest to rewolucja z transparentami. To raczej milcząca redefinicja oczekiwań wobec życia. Nie chodzi o to, by przestać marzyć. Chodzi o to, by przestać mierzyć marzenia cudzymi miarami.

Anna Drutis

JO & JOHN

MEAT PRODUCE & DELICATESSEN LTD.

Wyroby własne bez konserwantów wędzone na naturalnym drewnie owocowym
Mięsa wieprzowe, wołowe, wędliny, kury, kurczaki
Specjalności firmy: kielbasa biwakowa, parówki, kaszanka, biała kielbasa



2001-A Wharton Way, Mississauga 905.848.5194

otwarte
6 dni
w tygodniu
Niedziela
zamknięte

GoWEST

REALTY LTD. BROKERAGE

- ✓ DOŚWIADCZENIE
OD 1975r. NA RYNKU
- ✓ PEŁEN SERWIS
DLA SPRZEDAJĄCYCH
- ✓ DARMOWA
WYCENA

TORONTO OFFICE:
416-534-3511

NIERUCHOMOŚCI

2026/03



GoWestREALTY.CA

FACEBOOK.COM/GoWestREALTY

GoWEST!
NAJLEPSZE JEST**416-706-1425****Chris Gawryś**
WŁAŚCICIEL[®]

ELLIOT LAKE

Hillside Dr./Roman Ave./Hart Rd.

2+3 2 **\$399,900**

Pięknie odnowiony bungalow (2,200 sf). Prof. wyk. piwnica z osob.wej. Prywatne dwu-poziomowe podwórko, garaż.

416-706-1425
Chris Gawryś⁽³⁾



TORONTO

Waterfront

1 1 **\$544,800**

Apart. z ikonicznym widokiem i garażem, Super udogod. w bud. Blisko CN Tower, Rogers Centre, nadbrzeże, TTC, sklepy.

416-995-7767
Piotr Woznowski⁽¹⁾



TORONTO

Waterfront

1+1 1 **\$569,800**

Nowoczesny apart. z garażem w centrum m. Super udogod. w bud. Blisko nadbrzeże, TTC, sklepy, restauracje, rozrywka.

416-995-7767
Piotr Woznowski⁽¹⁾



GRIMSBY

Grimsby Beach

2 2 **\$578,888**

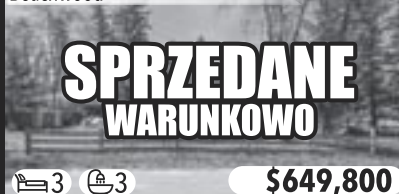
Wyjątkowy apartam. z widok.na Toronto i j.Ontario, 2m. parking. Super udogodod. w bud. Blisko plaża, parki, QEW, 403, stacja GO.

416-995-7767
Piotr Woznowski⁽¹⁾



WASAGA BEACH

Beachwood

3 3 **\$649,800**

Uroczy całoroczny dom przy cichej alejce. Blisko plaży, sklepów, restauracji. Niedaleko od Collingwood i Blue Mountain.

416-706-1425
Chris Gawryś⁽³⁾



SEVERN

Fesserton

2 1 **\$719,000**

Duża działka z domem z bali łączącym wiejski charakter wraz z nowoczesnością. Całoroczna rekreacja. Blisko Georgian Bay.

416-706-1425
Chris Gawryś⁽³⁾



TORONTO

Junction Triangle

2 2 **\$825,000**

Solidny Townhouse z wysoką wyk. piwnicą i podwórkim. Blisko stacji metra, UPX, TTC, parków, restauracji, sklepów.

416-706-1425
Chris Gawryś⁽³⁾



HALTON HILLS

Georgetown

3 3 **\$949,900**

Pięknie wyremont. nowoczesny dom z garażem i sporym podwórkim. Blisko szkoły, sklepy, stacja GO, parki. Dobra lokaliz.

647-291-6378⁽¹⁾
Krystyna Grabowski



MILTON

Coates

3+1 4 **\$1,099,999**

Dom z wyk. piwnicą, garażem i ogrodzonym podwórkim. Cicha ulica, blisko parki, sklepy, szpital, 401, 407, 403.

416-970-7325
Dan Jolic⁽¹⁾



BRAMPTON

Huttonville

4 3 **\$1,299,000**

Elegancki dom z dala od zgiełku miasta z 3 garażami i ładnym podwórkim. Blisko sklepy, parki, restauracje, hwy.

647-291-6378⁽¹⁾
Krystyna Grabowski



TORONTO

Moss Park



1,800,000

Okazja dla inwestorów i deweloperów. Działka w rejonie przyszłego rozwoju miasta i planowanej stacji Moss Park.

416-706-1425
Chris Gawryś⁽³⁾



MISSISSAUGA

Erindale

4+1 4 **\$2,525,000**

Odnowiona rezydencja przy cichej i rodzinnej ul. Podwójny garaż, ogrodz. podwórko. Blisko parków, szkół, sklepów, QEW.

647-997-6278
Daria Krajewski⁽¹⁾



MISSISSAUGA

Mineola

4+1 3 **\$2,989,000**

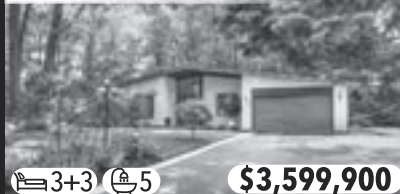
Okazja do remontu lub przebudowy! Dom na pięknej i dużej (100x360ft) działce w prestiżowej i wygodnej lokalizacji.

905-617-1277
Mila Gawrysiak⁽²⁾



OAKVILLE

Eastlake

3+3 5 **\$3,599,900**

Unikatowy, nowoczesny dom po remoncie, na ogromnej działce, przy prestiżowej ulicy. Możliwy osobny apartament.

905-483-4511
Anna Czarnecka⁽²⁾



OAKVILLE

Old Oakville

6 5 **\$4,400,000**

Oszalamiająca, prof. wyremot. posiadłość w stylu wiktoriańskim z dużym garażem. Blisko centrum. Unikat!

416-706-1425
Chris Gawryś⁽³⁾



WARSZAWA

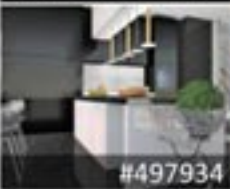
Włochy

**\$15,000,000**

INWESTYCJA! Duża działka komercyjna 2,5ha blis. lotniska i sklepów wielkopow. Super lokalizacja oraz dojazd!

416-995-7767
Piotr Woznowski⁽¹⁾



SPRZEDANY  #497934 Produkcja z kamienia (Guelph)	SPRZEDANY  #354536 Dystrybutor tworzyw sztucznych (GTA)	SPRZEDANY  #502829 Dystrybucja i serwis systemów alarmowych (Orangeville)	SPRZEDANY  #745205 Niszowy biznes produkcyjny (GTA)	SPRZEDANY  #156272 Niszowy biznes produkcyjny (Cambridge)
SPRZEDANY  #272979 Centrum remontu domu (Barrie)	SPRZEDANY  #305609 Warsztat obróbki skrawaniem CNC (GTA)	SPRZEDANY  #662635 Warsztat CNC (GTA)	SPRZEDANY  #862467 Dystrybutor i serwis narzędzi (Cambridge)	SPRZEDANY  #838155 Spa medyczna (GTA)
SPRZEDANY  #171359 Dystrybutor kosmetyków – e-commerce (GTA)	SPRZEDANY  #952334 Producent mięsa od 70+ lat (GTA)	SPRZEDANY  #984722 Drukarnia (SW Ontario)	SPRZEDANY  #169850 Produkcja mięsa dla zwierząt (Cobourg)	 ZESKANUJ KOD, ABY ZOBACZYĆ AKTUALNE OFERTY



MYŚLISZ O SPRZEDAŻY BIZNESU?

Firmy, które przyciągają kupujących:

- ✓ Przychody roczne: \$0.5–25 mln
- ✓ Dobrze prowadzona księgowość
- ✓ Potencjał wzrostu lub stabilne zyski

Branże, na których się koncentrujemy:

- ✓ Produkcja | Dystrybucja | Usługi
- ✓ Logistyka | Branże niszowe

Poufny proces sprzedaży prowadzony przez Transworld Business Advisors of Ontario

tworld.com/ONTARIO 

647.946.2610 

tbaontario@tworld.com 

TRANSWORLD BUSINESS ADVISORS OF ONTARIO
3280 Bloor Street West, Suite 1140, Toronto, ON, M8X 2X3
Independently owned and operated

\$1,540,000  #679296 Dom aukcyjny online (GTA)	\$1,400,000 SPRZEDANY WARUNKOWO  #523171 Producent wystaw targowych (GTA)	\$998,000 SPRZEDANY WARUNKOWO  #150248 Centrum serwisowania aut - franczyza (GTA)	\$850,000  #673082 Producent sprzętu AGD (Ottawa)	\$750,000  #551677 Sklep rowerowy z serwisem (GTA)
\$575,000  #135613 Serwis klimatyzacji dla trucków (GTA)	\$550,000  #731369 Produkcja i instalacja okładzin budowlanych (GTA)	\$550,000 SPRZEDANY WARUNKOWO  #737932 Biznes szyldowy i poligraficzny (GTA)	\$440,000  #269923 Firma czyszcząca elewacje domów - franczyza (GTA)	\$400,000 WŁAŚNIE WYSTAWIONY  #493519 Firma malarska - franczyza (SW Ontario)
\$400,000 WŁAŚNIE WYSTAWIONY  #840493 Sklep używanej odzieży - franczyza (GTA)	\$399,000 WŁAŚNIE WYSTAWIONY  #704071 Centrum korepetycji i nauki (Niagara)	\$340,000  #601242 Butik - produkty medyczne dla kobiet (KWC)	\$320,000  #117173 Szkoła muzyczno-artystyczna (GTA)	 ZESKANUJ KOD, ABY ZOBACZYĆ AKTUALNE OFERTY



KUP BIZNES W ONTARIO

- ✓ Poufne oferty - reprezentujemy sprzedawców biznesowych
- ✓ Firmy generujące gotówkę od pierwszego dnia
- ✓ Nowe zlecenia dodawane na bieżąco

Branże:

- ✓ Produkcja | Dystrybucja | Usługi
- ✓ Logistyka | Branże niszowe

Zacznij proces zakupu prowadzony przez Transworld Business Advisors of Ontario

tworld.com/ONTARIO 

647.946.2610 

tbaontario@tworld.com 

TRANSWORLD BUSINESS ADVISORS OF ONTARIO
3280 Bloor Street West, Suite 1140, Toronto, ON, M8X 2X3
Independently owned and operated

NIERUCHOMOŚCI**Co Warto Wiedzieć...****Rynek nieruchomości w Ontario: spokój, perspektywa i dobre decyzje**

Od ponad 35 lat pracuję w branży nieruchomości w Ontario i jedno mogę powiedzieć z pełnym przekonaniem: każdy rynek jest inny, ale każdy rynek ma swój rytm.

Obecna sytuacja budzi wiele emocji – nie dlatego, że domy się nie sprzedają, ale dlatego, że wiele osób boi się podjąć złą decyzję. To bardzo ludzkie. Niepewność powoduje, że odkładamy decyzje, nawet wtedy, gdy racjonalnie wiemy, że mamy dobre opcje.

To nie jest rynek pośpiechu

Dzisiejszy rynek nieruchomości nie nagradza szybkich ruchów ani presji.

Nagradza natomiast:

- dobre przygotowanie
- realistyczne oczekiwania
- spokojne spojrzenie na własną sytuację życiową

Nie ma jednej odpowiedzi na pytanie: czy to dobry moment na sprzedaż lub zakup. Dla jednych odpowiedź brzmi „tak”, dla innych „jeszcze nie” – i obie są właściwe.

Ontario to nie jeden rynek

Warto pamiętać, że dziś rynek nieruchomości w Ontario nie jest jednolity. Różnice potrafią być ogromne:

- między miastami
- między dzielnicami
- a czasem nawet między jedną ulicą a drugą

Dlatego ogólne nagłówki w mediach rzadko oddają rzeczywistą sytuację konkretnego domu czy mieszkania.

Sprzedaż bez presji

Wielu właścicieli nieruchomości myśli: „Poczekam, aż będzie idealny moment”.

Z doświadczenia wiem, że idealny moment rzadko ogłasza się sam. Zazwyczaj przychodzi wtedy, gdy:

- zmienia się sytuacja rodzinna
- pojawiają się nowe potrzeby
- ważniejsza staje się wygoda niż spekulacja

Sprzedaż nieruchomości nie zawsze musi oznaczać pośpiech. Czasem zaczyna się od rozmowy, analizy i spokojnego planu – nawet jeśli realizacja nastąpi później.

Kupno z długą perspektywą

Kupujący również podchodzą dziś ostrożnie – i słusznie. Mniej konkurencji oznacza więcej czasu na decyzje, a czas często bywa największym sprzymierzeńcem rozsądnych wyborów.

Nieruchomości zawsze były decyzją długoterminową. Jeśli patrzymy na nie przez pryzmat lat, a nie miesięcy, emoc-

je tracą na sile, a na znaczeniu zyskuje stabilność.

Na zakończenie

Po wielu cyklach rynkowych wiem jedno: rynek się zmienia, ale potrzeba domu, bezpieczeństwa i stabilności pozostaje.

Jeśli dziś nie czują się Państwo gotowi – to w porządku.

Jeśli rozważają Państwo swoje opcje – warto je poznać spokojnie i bez presji.

Podjęcie właściwej decyzji zawsze wynika z dobrej informacji.

•••••

Skorzystaj z usług: **URSZULA URBAŃSKA - PIOTR WOŹNOWSKI TEAM**. Każdemu, kto zamierza podjąć decyzję zmiany miejsca zamieszkania, służymy bezpłatną wyceną nieruchomości, ciekawym i skutecznym programem marketingowym, fachową poradą i ciekawymi ofertami rynkowymi, zarówno na terenie GTA jak i poza jego granicami. Nasza wiedza i doświadczenie pomagają naszym klientom w podjęciu właściwej decyzji.■

**Urszula Urbańska**

jest absolwentką Socjologii UW.
Od 34 lat zajmuje się sprzedażą nieruchomości. Obecnie pracuje w Go West Realty Ltd.
Tel. 416-456-7683

Pomagamy naszym klientom w zakupie nieruchomości w Polsce

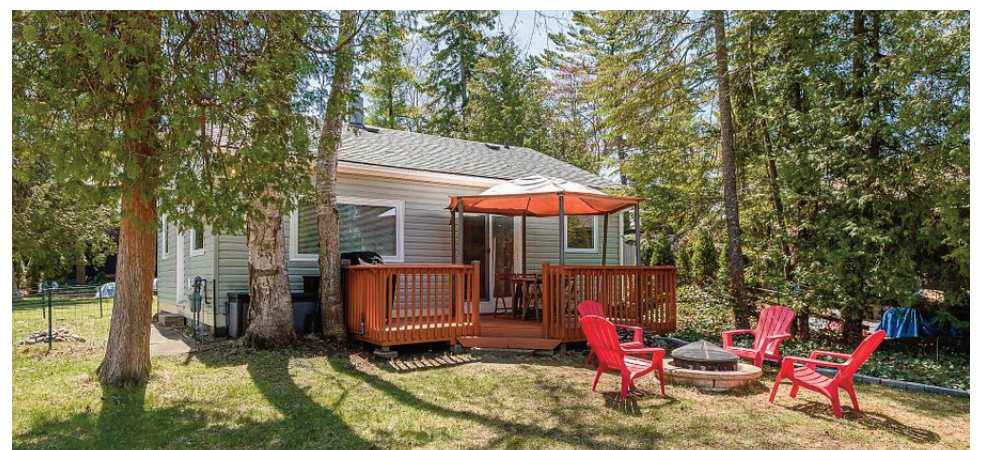
Skorzystaj z usług - URSZULA URBAŃSKA - PIOTR WOŹNOWSKI TEAM

CHCESZ POZNAĆ WARTOŚĆ SWOJEJ NIERUCHOMOŚCI? - ZADZWOŃ DO NAS SPECJALIZUJEMY SIĘ W SPRZEDAŻACH ROZWODOWYCH I SPADKOWYCH

Urszula Urbańska 416-456-7683 • Piotr Woźnowski 416-995-7767

WASAGA BEACH

Urokliwy, 3 syp. całoroczny dom, zaledwie kilka kroków od plaży. Dom oferuje idealną równowagę między spokojnym, wiejskim życiem a codzienną wygodą. Działka 50x138. Fantastycznie wyremontowany w 2017 roku z modernizacją obejmującą płyty gipsowo-kartonowe, izolację, oświetlenie punktowe, zmodernizowaną kuchnię i łazienkę oraz nowy dach. Ciesz się ciepłem kominka i bliskością udogodnień, takich jak Canadian Tire, Super Centre, Starbucks, Tim Hortons, stacje benzynowe i lokalne restauracje. Zaledwie krótka przejażdżka do Collingwood i Blue Mountain. Fantastyczna okazja do całorocznego zamieszkania lub idealnego miejsca na ucieczkę od codzienności. Cena \$649,800

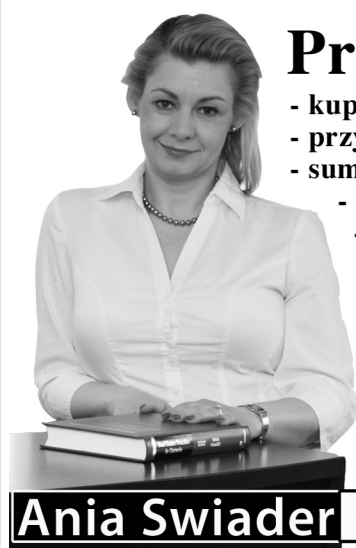
**Prawo Nieruchomości**

- kupno, sprzedaż, refinansowanie
- przyjazna obsługa, rzetelna porada
- sumienność i terminowość
- konkurencyjne ceny
- centralna lokalizacja (Dundas/Dixie)

3034 Palstan Rd. #306
Mississauga ON, L4Y 2Z6
www.swiaderlaw.com
email: aswiader@swiaderlaw.com

Tel: 905.273.6333 fax: 905.277.8333

Barrister-Solicitor-Notary Public



Ania Swiader

Koniec hegemonii USA...

dokończenie ze str. 7

Trump, jako gracz międzynarodowy, jest próbą dostosowania się do tej sytuacji, co przybiera postać radykalnego odcięcia wszelkich idealistycznych założeń. Na powrocie do polityki siły i dążeniu do globalnego koncertu mocarstw. To ostatnie zostało wyrażone w koncepcji C5, gdzie obok czterech wymienionych miałyby być jeszcze Japonia. Zwróćmy uwagę, że koncert mocarstw oznacza również mocarstwowe strefy wpływów...

Porwanie prezydenta Maduro jest tego przejawem?

- Tak. Zarazem jest to powrót do doktryny Monroego. Chodzi o to, żeby Amerykanie mieli wyłączność na dominację na zachodniej półkuli. Dlatego też eliminacja wpływów chińskich i rosyjskich w Wenezueli jest z ich punktu widzenia ważna. Podobnie jak Grenlandia.

W Europie jest strach, że szykuje się konflikt między jednym państwem NATO a drugim. To jest realne?

- Jak najbardziej jest to realne. Grenlandia jest kolejnym puzzle na zachodniej półkuli, który chcą opanować Stany Zjednoczone. Ocieplenie klimatu sprawia, że otwierają się wrota dla żeglugi i handlu na Oceanie Arktycznym. Kto zapanuje nad Grenlandią i Kanadą, będzie w połowie kontrolował ten akwen. Duńska wyspa to także bogactwo surowców i nowe możliwości projekcji siły. Hasła Trumpa dotyczące Grenlandii są konsekwentnym rozwinięciem idei wyłącznego panowania na zachodniej półkuli. Myślę, że nie dojdzie do użycia siły militarnej, natomiast prędzej czy później Stany Zjednoczone zdobędą Grenlandię. Dzisiejsze groźby właśnie służą temu, żeby ten kraj opanować.

Czy Europa jest gotowa na nowy porządek światowy?

- Europa jest zupełnie niegotowa. Zbyt długo śniła o końcu historii i wiecznym pokoju. Przekonana, że jest jednym z centrów współczesnego świata. Nie tylko w takim sensie, że komfort życia jest tu wysoki, co jest wciąż niezaprzeczalnym faktem, ale dlatego, że

sądziła, że jest wzorem do naśladowania dla świata i ośrodkiem siły, z którego promieniują wzorce na bliskie i dalsze otoczenie. Po latach okazało się, że strategia lizbońska była kompletną kląpą. A europejskich eksperymentów integracyjnych nikt na świecie nie naśladuje.

Ale to jednak Europa podtrzymuje Ukrainę.

- Ukraina coraz wyraźniej przegrywa wojnę z Rosją, która mówi już językiem zwycięzcy. A fakt, że Ukraina wciąż trwa, zawdzięcza jednak Ameryce. Europejskie zdolności wojskowe zostały zredukowane do tak niskiego poziomu, że gdyby nie Stany Zjednoczone, to Rosja mogłaby stawiać warunki kolejnym krajom europejskim.

Ale aktualna pomoc finansowa Europy idzie w miliardy, a Ameryki tylko w setki milionów.

- To prawda. Stany Zjednoczone zupełnie zredukowały pomoc finansową dla Ukrainy, natomiast ja mówię o zdolnościach wojskowych. Europa nie ma po prostu sprzętu wojskowego, którym walczą dzisiaj Ukraińcy. Amerykański sprzęt najpierw był dawany, teraz jest sprzedawany, bo Amerykanie ewoluują w kierunku robienia coraz lepszego biznesu w obronie ukraińskiej. To jest dla nich bardzo dobry biznes. Jednocześnie przerzucają na Europę odpowiedzialność, koszty związane z tym konfliktem oraz ewentualną powojenną stabilizację.

Jaki będzie finał agresji Putina? Finlandyzacja Ukrainy czy jej upadek? A może jednak jakiś rodzaj podmiotowego zwycięstwa?

- To jest fundament przyszłości, który wciąż jest nierozstrzygnięty. Jeżeli Ukraina zostanie zneutralizowana przez Rosję, to następna w kolejności może być na przykład Mołdawia. Potem kraje bałtyckie i Polska. Natomiast jeżeli Ukraina przetrwa jako podmiotowe państwo, to rosyjska agresja na Polskę czy kraje bałtyckie nie będzie sensowna z punktu widzenia geografii wojskowej. Dlatego absolutnym kluczem do przyszłości jest to, czy Ukraina przetrwa jako państwo zdolne do odpierania kolejnych rosyjskich agresji. Europa musiałaby finansować jej armię przez kolejne lata po zawarciu pokoju, żeby tak się stało.

Pańska wizja jest katastroficzna.

- Realistyczna. Proszę zauważyć, że podkreślam, że wciąż otwarta jest sprawa, czy Ukraina przetrwa jako podmiotowe państwo. Jeżeli tak będzie, to kupi nam to kolejne lata. Stany Zjednoczone, owszem, wycofują się z Europy, ale ten plan nie zawiera póki co idei całkowitego zdjęcia parasola. Problem polega na tym, że chociaż Stany Zjednoczone publicznie ogłaszają w autoryzowanym planie pokojowym, że będą mediatorem między NATO a Rosją, to stawiają się w jakiś dziwny sposób poza NATO. Groźba użycia siły wobec Danii jest z kolei zakwestionowaniem fundamentów całego Sojuszu Północnoatlantyckiego.

Gdzie w tym wszystkim jest Polska?

- Polska jest w szczególny sposób niesamodzielna w dziedzinie bezpieczeństwa, bo o ile dla Niemiec, Francji czy Włoch zagrożenie rosyjskie jest dość abstrakcyjne, to dla nas już nie. Niestety, nie wykorzystaliśmy czasu na to, żeby się przygotować na taki świat.



ADWOKAT / NOTARIUSZ

NATALIA BIAŁKOWSKA

IMIGRACJA - ponad 60 sposobów na zalegalizowanie pobytu i pracy w Kanadzie

PEŁNOMOCNICTWA I SPADKI - power of attorney for personal care, for property, last will and testament

NOTARIUSZ - potwierdzenie podpisu, przygotowanie dokumentów: upoważnienia międzynarodowe, oświadczenia (bankowe, medyczne, rządowe), itp.

NB LAW FIRM

W SAMYM CENTRUM (DOWNTOWN) TORONTO

WWW.NBLAWFIRM.CA

BEZPŁATNE KONSULTACJE:

416-550-4746



**We've got
something
special
under wraps.**

Korupcja? Jaka korupcja?

Donald Trump uwielbia otrzymywać drogie prezenty: samoloty, zegarki czy ostatnio datki na wielką salę balową. W zamian można liczyć na przychyłność prezydenta USA i jego administracji, w tym na ułaskawienie. Korupcja? Jaka korupcja?

Latem tego roku prezydent Donald Trump oświadczył, że w Białym Domu brakuje sali balowej. Miejsca, które w razie potrzeby mogłoby pomieścić kilkuset gości na oficjalnym wydarzeniu. Szybko też zaprezentował receptę: nowy obiekt, który miałby zostać dodany do Wschodniego Skrzydła Białego Domu. Jeszcze pod koniec lipca prezydent zapewniał, że nowa budowla "nie naruszy obecnego budynku", że "będzie blisko, ale nie będzie się z nim stykała". Zapewnił też o swoim ogromnym szacunku dla najważniejszej rezydencji w USA.

W kolejnych miesiącach prezydent z upodobaniem prezentował nowe grafiki pokazujące, jak miałyby wyglądać i ustawiał makiety w Gabinetie Ovalnym. Brakowało jednak szczegółowych informacji i precyzyjnego projektu.

A później, 20 października, pod Białym Domem pojawiły się buldożery. Zanim zdeorientowani dziennikarze zdążyli poinformować opinię publiczną, rozbiórka Wschodniego Skrzydła była już w toku, a prezydent potwierdził tylko, że całe zostanie zburzone.

Ostatecznego projektu dalej nie było (nie ma go zresztą do tej pory). Prezydent wciąż domagał się zwiększania rozmiarów sali - według ostatnich założeń ma mieć ponad 8 tys. metrów kwadratowych i pomieścić nawet 1350 gości. Oznacza to, że "dodatek" do Białego Domu byłby znacząco większy od samej historycznej rezydencji. Koszt budowy urosł do 300 mln dolarów.

Biały budynek o klasycznej architekturze z dużą amerykańską flagą przed wejściem. Po lewej rozległy zielony trawnik, po prawej trwa budowa z widocznymi maszynami i żółtymi dźwigami. W tle drzewa w jesiennych kolorach i miejskie zabudowania.

Tymczasem w Stanach Zjednoczonych trwało zamknięcie rządu, czyli shutdown. Wielu pracowników federalnych i żołnierzy zastanawiało się, jak poradzą sobie bez wynagrodzenia za swoją pracę. A Donald Trump zajmował się wielką i drogą dobudówką, ozdobioną mnóstwem złotych ornamentów.

W listopadzie Biały Dom ujawnił listę 37 darczyńców. Lista nie jest kompletna, nie wiadomo też, ile wpłaciły poszczególne osoby i podmioty.

Tradycyjnie już nie zabrakło na tej liście największych gigantów technologicznych: Apple, Google, Meta, Amazon czy Microsoft. Są też spółki, które czerpią ogromne zyski na współpracy z rządem federalnym: Lockheed Martin, Booz Allen czy Palantir. A poza tym branża kryptowalutowa, energetyczna czy tytoniowa.

Na liście widnieją również darczyńcy indywidualni, w tym tacy, którzy na co dzień... pracują w administracji - jak Howard Lutnick (sekretarz handlu) czy Kelly Loeffler, odpowiadająca za relacje z małym biznesem.

Kolejnych ciekawych informacji dostarczył raport organizacji Public Citizen dotyczący zaangażowania lobbystów w kwestię finansowania sali balowej.

Autorzy wyliczyli, że spośród podmiotów przedstawionych na liście ujawnionej przez Biały Dom 26 stanowią korporacje. Aż 17 z nich, a więc dwie trzecie, reprezentują zaledwie trzy firmy zajmujące się lobbieniem: Miller Strategies, Ballard Partners i Michael Best Strategies.

Dla Ballard Partners jeszcze do niedawna pracowała Susie Wiles, obecnie szefowa personelu Białego Domu, a także Pam Bondi, obecna prokurator generalna Stanów Zjednoczonych. Szefem Michael Best jest z kolei Reince Priebus, szef personelu Białego Domu z początków pierwszej kadencji Trumpa. Jak donosiły media, niedawno odbyło się przyjęcie w Sali Wschodniej Białego Domu (wkrótce ma się pojawić przejście właśnie z niej do nowej sali balowej), na którym pojawili się szefowie wszystkich trzech firm lobbujących, a także wpływowi przedstawiciele firm technologicznych i kryptowalutowych.

Sala balowa to tylko jedna z inicjatyw, która pozwala Donaldowi Trumpowi gromadzić pieniądze i drogie podarunki.

Takie doniesienia pojawiają się od początku kadencji: inne państwa, wielkie korporacje i zamożni darczyńcy co rusz finansują jakąś inicjatywę (jak wielka parada wojskowa w Waszyngtonie), wspierają ważny dla prezydenta projekt (jak wspomniana sala balowa), pomagają mu w kluczowych momentach (dokładając się do żołdu dla żołnierzy) albo zwyczajnie umilają mu życie (przekazując luksusowy samolot na jego użytek).

Majątek samego Trumpa w porównaniu z zeszłym rokiem zwiększył się o 3 mld dolarów, czyli o ok. 70 proc.

Wiele z tych darowizn jest przedstawianych przez obecną administrację jako służących przede wszystkim Amerykanom: dzięki nim będą mieli na przykład piękniejszą stolicę. Pozostaje jednak pytanie: jak na tym zyskuje sam Trump?

Po pierwsze, niezależność od Kongresu w kwestiach dla siebie istotnych. Administracja Trumpa pokazała w ostatnich miesiącach, że nie zawaha się sięgnąć po nietypowe sposoby, by naruszyć władzę Kongresu nad "sakiewką" i zwyczajnie nie zrealizować uchwalonych w budżecie wydatków. O wiele trudniej jest jednak jakieś środki wydać bez zgody

polityków na Kapitolu. Pomysły takie jak upiększanie Waszyngtonu o nową salę balową czy łuk triumfalny, większy od paryskiego, mogłyby nie wzbudzić entuzjazmu w obydwu izbach. Dzięki zewnętrznemu wsparciu Trump nie musi się zajmować żmudnym budowaniem kompromisu i skupić się na kształtowaniu własnego dziedzictwa.

Ale to nie wszystko. Mimo że Donald Trump nie będzie się ubiegał o reelekcję, wciąż gromadzi pieniądze poprzez specjalnie w tym celu założone organizacje. W sierpniu serwis Politico donosił, że udało im się pozyskać ponad 200 mln dolarów. To zaś daje Trumpowi ogromną siłę polityczną, której widocznym efektem była wyjątkowa uległość republikańskiej strony Kongresu wobec prezydenta. Jesienią 2026 roku odbędą się wybory połówkowe, poprzedzone prawyborami w niektórych stanach i okręgach wyborczych. Organizacje powiązane z Trumpem dysponują odpowiednimi zasobami, by wypromować alternatywnego kandydata dla każdego polityka, któremu będzie z prezydentem nie po drodze.

Czasem pomoc zamożnych darczyńców pozwala też prezydentowi na poprawienie wizerunku. Kiedy trwał shutdown i coraz bardziej palącą kwestią stawał się żołd dla żołnierzy, na scenę wkroczył jeden z najhojniejszych darczyńców prezydenta, oferując 130 mln dolarów z własnej kieszeni. W skali potrzeb sił zbrojnych USA było to niewiele (dwutygodniowa pensja dla wszystkich żołnierzy to koszt ponad 6 mld dolarów), ale ten gest pozwolił prezydentowi na chwilę oddechu. Mógł powiedzieć, że podczas kiedy demokraci wciąż nie chcą otworzyć rządu, on sam szuka wszelkich sposobów, by znaleźć pieniądze dla wojska.

To nie tylko luksusowy samolot przekazany na użytek prezydenta przez Katarczyków. Organizacja Citizens for Responsibility and Ethics naliczyła ponad 20 hoteli, apartamentowców i pól golfowych zawierających nazwisko "Trump" w nazwie, które aktualnie powstają lub mają powstać w tak różnych krajach jak Serbia, Wietnam czy Arabia Saudyjska.

Do tego dochodzą olbrzymie korzyści z wejścia w branżę kryptowalut. Według szacunków agencji Reuters przychody Trump Organization w pierwszej połowie 2025 roku wzrosły do 864 mln dolarów z zaledwie 51 mln w analogicznym okresie rok wcześniej. Z kolei wyliczenia "Forbesa" pokazują, że majątek samego Trumpa w porównaniu z zeszłym rokiem zwiększył się o 3 mld dolarów, czyli o ok. 70 proc.

W pierwszym tygodniu listopada Biały Dom odwiedziła delegacja ze Szwajcarii. Prezydent otrzymał wyjątkowo cenne podarki: zegar na biurko, wyprodukowany przez Rolex, niedostępny w sprzedaży oraz wartą 130 tys. dolarów sztabkę złota ze spersonalizowanymi grawerunkami upamiętniającymi jego prezydenturę.

Opinia publiczna zapewne nigdy by o tym nie usłyszała, ale Trump nie mógł się oprzeć, by nie umieścić pięknych prezentów na swoim biurku w Gabinetie Ovalnym. Wkrótce w internecie zaczęły się mnożyć pytania o pochodzenie nietypowych przedmiotów. 10 dni po wizycie Szwajcarów, 14 listopada, prezydent ogłosił, że cła, które wcześniej nałożył na ten kraj, zostaną obniżone z 39 do 15 proc.

Trzech mężczyzn ujętych w gabinecie o wystroju oficjalnym, jeden z nich siedzi za dużym biurkiem i jest ubrany w niebieski garnitur z żółtym krawatem, dwaj stoją obok i prezentują dużą tablicę z medalami lub odznaczeniami.

Donald Trump lubi otrzymywać prezenty

O skuteczności podarków dla Trumpa wiedzą również państwa zatoki. Zjednoczone Emiraty dostaną najbardziej zaawansowane mikroprocesory potrzebne do rozwoju sztucznej inteligencji, Arabia Saudyjska będzie mogła kupić najnowocześniejsze samoloty F-35, a kiedy izraelskie pociski spadły na Katar, prezydent wydał rozporządzenie, w którym stwierdził, że każdy atak na to państwo zostanie uznany za zagrożenie dla bezpieczeństwa USA.

Korporacje liczą na to, że po hojnych darowiznach administracja nie wprowadzi nieprzychylnych im regulacji, pozwoli na ewentualną fuzję lub da kolejny rządowy kontrakt. Na szczególną uwagę zasługują firmy z branży technologicznej i kryptowalutowej, które, przestraszone zapędami regulacyjnymi i antymonopolowymi administracji Bidena, teraz ustawiają się do Trumpa w kolejce.

Są także rzeczy prozaiczne - jak osobista wolność. Wielu prezydentów dokonywało kontrowersyjnych ułaskawień pod koniec urzędowania w Białym Domu, ale prezydent Trump nie zamierza czekać. Na przykład wiośnią ułaskawił dwóch mężczyzn skazanych za oszustwo: Trevora Milтона i Paula Walczaka. Żona pierwszego wpłaciła miliony na kampanię prezydencką Trumpa, matka drugiego wydała milion na możliwość zjedzenia kolacji w Mar-a-Lago. Do listy kontrowersyjnych ułaskawień można także dodać byłego dyrektora giełdy kryptowalutowej Binance, Changpenga Zhao, skazanego za nieprawidłowości umożliwiające pranie pieniędzy.

Ta ostatnia sprawa pokazuje też, jak ważną rolę odgrywają pośrednicy - najczęściej lobbyści blisko powiązani z Białym Domem. Nie ma mowy o prostych transakcjach - coś za coś. Chodzi raczej o wspieranie bliskich prezydentowi inicjatyw albo firm należących do prezydenckiej rodziny, by w zamian otrzymać dostęp do głowy państwa oraz niezbędną przychyłność. ■



Hundreds of
specialty deli items
are waiting for you at
our newly designed
flagship location.

We've doubled our footprint to bring you
more great products from Europe and across the globe. Come
experience the new Starsky Fine Foods
at 2040 Dundas Street East, Mississauga.

COMING EARLY 2026

STARSKY
FINE FOODS 



Polonee Distillery
380 Vansickle Rd. # 450
St. Catharines, ON

95% SPIRYTUS



\$44
750 ml

UWAGA! Wyjątkowo 95% Spirytus
będzie można kupić w niedzielę
1 lutego w godz. 9 am - 2 pm
w Polskim Centrum Kultury
w Mississauga, 4300 Cawthra Rd.

**MOŻESZ KUPIĆ
TYLKO W WYTWÓRNI**
w każdą sobotę
od 12:00 do 17:00 (12-5 pm)

www.polonee.ca • www.kannuk.ca • 1-905-380-1669



Metro Hearing and Tinnitus Treatment Clinic



Jako specjaliści nie tylko od słuchu, ale także od zapobiegania demencji, jako nieliczni w Kanadzie możemy naszym pacjentom oferować najnowsze i niezwykle skuteczne aparaty słuchowe !!

APARATY SŁUCHOWE ODMŁADZAJĄCE MÓZG

**Zachowaj sprawność mózgu i niezależność od innych osób!
Zdrowy mózg to także zdrowe i sprawne ciało wolne od chorób!**

905 273 7717

3024 Hurontario Street, unit G 5
MISSISSAUGA ON L5B 4M4

SKRZYŻOWANIE HURONTARIO / DUNDAS -- OBOK HAKIM OPTICAL
UWAGA - DUŻY DARMOWY PARKING JEST DOSTĘPNY ZA BUDYNKIEM

PRZECZYTAJ BARDZO WAŻNY ARTYKUŁ NA STRONIE 21

TANIE DACHY METALOWE



LONDON
ECO-METAL
MANUFACTURING INC.

- Nowoczesny system blachodachówek
- 55 lat gwarancji
- Estetyczne dachy w stylu Europejskim, stalowe lub aluminiowe dostępne w szerokiej gamie kolorów i profili.

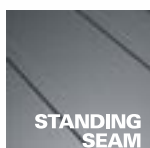
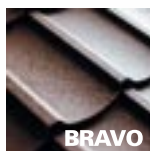
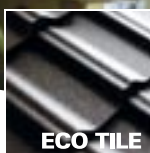
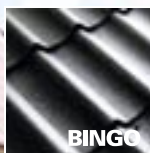
ZADZWOŃ DZISIAJ

Toll free: **1.833.377.9393**
Salon firmy: **905.564.7663**

SALON FIRMY

1759 Britannia Rd. E. #6/7
Mississauga, ON L4W 4E1
Poniedziałek - piątek
9:00 do 17:00

www.londonecometal.com



Euro Market Delicatessen

Wędliny, Sery, Ciasta, Pieczywo
Wiele produktów z Polski
i innych krajów europejskich
i polonijna prasa
wysyłka paczek do Polski

GORĄCY BUFET !!!

3480 Fairview St. Burlington
(905) 333-5831



Nie Płacisz Dopóki Nie Wygramy

Zadzwoń po bezpłatną konsultację:

416.825.9901



Barbara K. Opalinski, J.D.
Adwokat

Barbara mówi płynnie po polsku

NASZA SPECJALNOŚĆ TO:

- Wypadki samochodowe
- Poślizgnięcia i upadki
- Pogryzienia przez psa
- Urazy mózgu
- Urazy ciała
- Chroniczny ból
- Utrata zarobków
- Wszelkie odmowy ubezpieczeń inwalidzkich
- Roszczenia ubezpieczeniowe
- Odszkodowania z tytułu polisy na życie

Toronto: 130 King Street West, Suite 1900 M5X 1E3

Mississauga: 4 Robert Specks Parkway, 15th Floor L4Z 1S1

Etobicoke: East Tower, 3250 Bloor St. W. Suite 600 M8X 2X9

info@opalinskilaw.ca

www.opalinskilaw.ca

Gotujemy smacznie i zdrowo

KIEŁBASA W SOSIE POMIDOROWYM



Składniki

300 g białej fasoli, np Jaś karłowy
300 g kielbasy wędzonej, np myśliwskiej
200 g boczku
2 marchewki
1 cebula
2 ząbki czosnku
500 ml bulionu drobiowego
1 puszka pomidorów krojonych
1 łyżka koncentratu pomidorowego,
1 łyżeczka tymianku
½ łyżeczki chili
1 liść laurowy
sól, pieprz (do smaku)
masło klarowane (do smażenia)

Przygotowanie

Przełóż zawartość patelni do garnka. Połącz z fasolą. Zalej gorącym bulionem i zagotuj. Dodaj do garnka pomidory, koncentrat pomidorowy, tymianek, chili i listek laurowy. Wymieszaj. Włóż kielbasę. Gotuj kielbasę w sosie pomidorowym na wolnym ogniu przez około 2 godziny. Pod koniec gotowania dopraw danie do smaku solą i pieprzem. Namocz fasolę w zimnej wodzie pozostaw na całą noc. Następnego dnia odcedź, opłucz i zalej świeżą wodą. Do wody dodaj trochę soli. Ugotuj fasolę do miękkości. Obsmaż na patelni pokrojoną na kawałki kielbasę. Pokrój boczki w kostkę. Obierz cebulę i marchewkę i także pokrój w kostkę. Obierz i posiekaj czosnek. Na patelni, na której smażyła się kielbasa, wysmaż boczki. Jeśli tłuszczu będzie zbyt mało, dodaj trochę masła klarowanego i zeszklaj na nim cebulę. Następnie dołóż na patelnię marchewkę, a gdy nieco zmięknie – czosnek. Smaż jeszcze przez chwilę.

SIEKANE KOTLETY Z KURCZAKA



Składniki

500 g fileta z piersi kurczaka
1 papryka czerwona
1 mała cebula
5 pieczarek
1/3 pęczka natki pietruszki
70 g tartego sera mozzarella
3 jajka
2 łyżki majonezu
3 łyżki mąki
sól
pieprz

Przygotowanie

Fileta myjemy i oczyszczamy. Kroimy w bardzo drobną kostkę i przekładamy do miski. Cebulę i paprykę również kroimy w drobną kostkę, pieczarki natomiast ścieramy na dużych oczkach tarki a natkę pietruszki siekamy. Wszystkie warzywa przekładamy do miski z kurczakiem. Teraz wbijamy do całości jajka. Dodajemy majonez, mąkę i bardzo dokładnie mieszamy. Solimy i pieprzymy do smaku. Z wymieszanego farszu formujemy kotlety. Na patelni rozgrzewamy olej i smażymy obu stron na złoty kolor. Usmażone kotlety zdejmujemy z patelni i odsączamy na ręczniku papierowym.



WOŁOWINA STIR-FRY



Składniki

około 140 g makaronu do dań z woka
250 g wołowiny, np rostbefu
1 czerwona papryka
1 marchewka
1 cebula
2 ząbki czosnku
3 łyżki sosu sojowego
2 łyżki sosu chili
1 łyżka sosu rybnego
olej rzepakowy

Etapy przygotowania

Ugotuj makaron zgodnie z opisem na opakowaniu. Odcedź. Skrop odrobiną oleju. Oczyść wołowinę. By łatwiej było ją pokroić, możesz włożyć ją na pół godziny do zamrażarki. Pokrój mięso na bardzo cienkie plasterki. Usuń z papryki gniazdo nasienne. Mięsz pokrój w paski. Obierz marchewkę (wybierz średniej wielkości okaz albo dwa mniejsze) i pokrój w słupki. Pokrój cebulę w piórka, a czosnek na plasterki. Mocno rozgrzej w woku (lub głębokiej patelni) olej. Krótko podsmaż na nim mięso, cały czas mieszając w trakcie smażenia. Przełóż mięso na talerz. Do rozgrzanego woka wrzuć cebulę, a po chwili paprykę i marchewkę. Smaż warzywa przez kilka minut, cały czas mieszając. Gdy nieco zmiękną (mają pozostać chrupkie), dołóż do woka czosnek i smaż jeszcze przez chwilę. Z powrotem włóż do woka mięso oraz makaron. Wlej sos sojowy, chili i rybny. Smaż całość jeszcze przez chwilę, cały czas mieszając.



GOŁĄBKI PO CYGAŃSKU



Składniki:

1 kg mielonego mięsa wieprzowego,
1 kg białej kapusty,
ok. 100-120 g ryżu,
4 jaja,
5 ząbków czosnku,
2 średnie cebule,
garść kaszy manny lub bułki tartej,
oleju do smażenia przyprawy: pieprz, majeranek, słodka i ostra papryka, gałka muskatołowa

Przygotowanie

Kapustę zetrzyj na tarce o grubych oczkach lub rozdrobnij przy użyciu szatkownicy, posyp solą i zagnieć, żeby puściła nadmiar wody. Ugotuj ryż, a cebulę poszatkuj i przesmaż razem z mielonym mięsem. Połącz wszystkie składniki i dopraw do smaku. Z powstałej masy formuj owalne kotlety i podsmaż je ze wszystkich stron do zrumienienia. Gołąbki po cygańsku przełóż do naczynia żaroodpornego, zalej sosem pomidorowym i piecz do miękkości. Podawaj z ziemniakami, chlebem lub solo.

Tel. do Redakcji:
647-922-7817

studiopuls2020@gmail.com

www.puls-toronto.com



STONE SELEX .com

LIGHTWEIGHT STONE VENEER ... FOR LIFE.

po bezpłatny
katalog
odwiedź
naszą
stronę:

www.stoneselex.com

CENY DETALICZNE I HURTOWE. ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY KONTRAKTORÓW

4-4444 EASTGATE PARKWAY, MISSISSAUGA **905.672.2887**

BARRIE | BRANTFORD | GUELPH | MARKHAM | MILTON | MISSISSAUGA | MONTREAL | NEWMARKET | OTTAWA | TORONTO

Korupcja? Jaka korupcja?

dokończenie ze str. 14

Zhao postawił na człowieka, który do niedawna nie był szerzej znany, 35-letniego Chesa McDowella. McDowell drogę do prawdziwej kariery rozpoczął od... polowania na niedźwiedzie, na które zaprosił Dona Trumpa Jr. jeszcze w 2016 roku. Po tym jak Trump wygrał po raz drugi, był już gotowy do gry o większą stawkę. Zaprosił do współpracy syna jednego z szefów kampanii Trumpa, jednego z głównych doradców Roberta Kennedy'ego jr. i wkrótce razem otworzyli nową firmę lobbingową z siedzibą przy Pennsylvania Avenue (przy której znajduje się również Biały Dom). O samym McDowellu zrobiło się głośno kilka miesięcy wcześniej, kiedy wyszło na jaw, że pewien inwestor z Florydy wynajął go, by pomógł mu kupić... Nord Stream 2.

Kłopoty z pieniędzmi przepływającymi ze świata wielkich korporacji oraz z innych państw do amerykańskiej polityki nie zaczęły się oczywiście od Donalda Trumpa.

W ostatnich latach było kilka głośnych skandali korupcyjnych. Na początku tego roku wpływowy demokratyczny senator Bob Menendez został skazany na 11 lat więzienia właśnie za korupcję.

Od dawna problemem są również pieniądze, które trafiają do polityki zupełnie legalnie: poprzez mechanizmy finansowania kampanii wyborczych czy darowizn na różne niewinnie brzmiące cele, jak prezydenckie biblioteki. Te ostatnie, stanowiące coś w rodzaju połączenia prezydenckiego archiwum i muzeum od dawna stanowią znakomity sposób na gromadzenie środków przez urzędujących prezydentów - George W. Bush zebrał na ten cel pół miliarda dolarów, Barack Obama nawet dwa razy więcej. Bill Clinton z kolei ułaskawił biznesmena Marca Richa, po tym jak jego ekszona wpłaciła kilkaset tysięcy dolarów na jego bibliotekę.

Trump jednak idzie dalej niż poprzednicy. Oferuje więcej możliwości przekazania wsparcia: przebudowa stolicy, żołd dla żołnierzy czy wielka parada wojskowa. Osłabia zdolności państwa do przeciwdziałania korupcji. Ułaskawia podejrzanych i skazanych za

korupcję (ostatnio demokratycznego kongresmena Henry'ego Cuellara). Nie cofa się nawet przed bardzo ostentacyjnymi działaniami, jak przyjęcie samolotu od Katarczyków. Tym samym tworzy klimat, w którym przyniesienie złotej sztabki do Gabinetu Ovalnego w charakterze подарunku nie wydaje się pomysłem niedorzecznym.

Magazyn "The Economist" porównał ostatnio czasy Trumpa do wieku połączanego (ostatnie dekady XIX wieku, kiedy szczególne wpływy w Waszyngtonie osiągnęli magnaci przemysłowi) i czasów Nixona (częścią słynnej afery Watergate było finansowanie Nixona przez korporacje i zamożnych darczyńców). Autor tego tekstu znalazł jednak powód do optymizmu: po każdym z tych okresów nadużyć następował czas niezbędnych reform.

Według najnowszych analiz "The New York Times", tylko w trakcie sprawowania urzędu Trump zarobił co najmniej 1,4 mld dol., a rzeczywista suma może być znacznie wyższa. Zyski te pochodzą z licznych źródeł, w tym z kryptowalut, licencjonowania nazwiska oraz prezentów od zagranicznych przywódców.



BARDZO WAŻNY ARTYKUŁ Metro Hearing Clinic

Demencja powodowana przez wadę słuchu nie tylko niszczy chorego, ale także jego rodzinę. Czy naprawdę warto ignorować problemy ze słuchem, tracąc siebie i najbliższych, będąc zdany na swoją łaskę i ewentualną opiekę?

Piszemy o tym dlatego, że ciągle zauważamy znaczną różnicę w podejściu do tematyki słuchu reprezentowaną przez Kanadyjczyków a przybyłych tu z różnych stron imigrantów, którzy nawet w części nie cenią tak swojego zdrowia jak ludzie mieszkający na tym kontynencie od urodzenia.

Tytuł artykułu odwołuje się do większej części naszej Polonii, która jest już w tym wieku i w większości, podobnie jak i nasi tutejsi rówieśnicy, ma problemy ze słuchem. Różnica w dbałości o nasze zdrowie przejawia się również w liczbie sprzedanych aparatów słuchowych, a także w zapobieganiu demencji określającej stopień zainteresowania społeczeństwa swoim zdrowiem a zwłaszcza problematyką słuchu. Duża różnica w wielkości sprzedaży specjanych w aparatury słuchowych i zapobieganiu demencji w Stanach Zjednoczonych i w Polsce obrazuje nam również ogromną różnicę w podejściu do życia i oczekiwań a przede wszystkim dbałości o swoją własną przyszłość, niezależność a także co najważniejsze stan zdrowia.

Od stanu mózgu zależy stan zdrowia - to mózg steruje wszystkimi organami i ciałem !!!

W roku 2011 sprzedaż aparatów słuchowych w Stanach Zjednoczonych osiągnęła, dla porównania, wartość 2 766 301 sztuk, co w przeliczeniu na liczbę mieszkańców, biorąc pod uwagę liczbę ludności w Stanach w 2011 roku (310 500 000 zgodnie z US News World Report), daje nam jeden sprzedany w Stanach Zjednoczonych aparat słuchowy na 11.22 mieszkańców. Dla porównania, kierując się analogicznym przeliczeniem (liczba ludności Polski w 2011 roku, zgodnie z danymi Wikipedii, to 38 580 000), wartość ta dla Polski wynosi jeden aparat słuchowy na 511.44 mieszkańców.

Jednym z podstawowych powodów tak niskiej popularności aparatów słuchowych w Polsce - jak również wśród Polaków mieszkających zagranicą - to niska świadomość znaczenia słuchu dla człowieka jako całości, biorąc pod uwagę zdrowie fizyczne i zdrowie psychiczne

Znaczenie słuchu dla postępu procesu starzenia i zaburzeń osobowości, poprzez częstsze występowanie na przykład depresji czy przyspieszonej demencji starczej, a następnie pogarszającym się gwałtownie - aż do samej śmierci - stanem zdrowia, już nawet w wieku siedemdziesięciu lat jest bardzo istotne, a mimo to bardzo często kompletnie ignorowane.

Mimo, że alarmujące artykuły, poświęcone powikłaniom nieskorygowanej utraty słuchu, ukazują się już także w Polsce i to od przynajmniej ostatnich dziesięciu lat, a wszystkie doniesienia są natychmiast publikowane przez media, to ich odzew pozostaje bardzo nikły a nawet, prawdę powiedziawszy, żaden. Tymczasem w Kanadzie mamy dostęp do ogromnej ilości informacji na ten temat, które robią duże wrażenie na Kanadyjczykach, ale również nie przebijają się do świadomości, mieszkających tu, obywateli pochodzenia polskiego. Pisząc od lat artykuły na ten temat, nie tylko do polskich gazet, ale także do niemieckich czy angielskojęzycznych, wydawanych w Ontario, zauważamy reakcję różnych grup narodowościowych na przytaczane w naszych artykułach informacje ze świata nauki, dotyczące audiologii. Dziedzina ta przeżywa w ostatnich latach ogromny rozwój, dotycząc badań nad mózgiem, a w połączeniu z geriatrią kliniczną, także badań nad starzeniem się naszego organizmu i wpływu słuchu na nasze zdrowie fizyczne i psychiczne. Terapie lecznicze za pomocą bodźców słuchowych, stawały się rzeczywistością na naszych oczach a zwiększone wymogi wykształcenia w audiologii osiągają już poziom doktoratu i wymagają siedmiu lat dedykowanych temu kierunkowi studiów.

Najważniejsze wyniki badań zostały już wielokrotnie opublikowane dawno temu, między innymi w HUFFPOST HEALTHY LIVING z 12 stycznia 2014 przez Toma Rokins w artykule „The Links Between Hearing Loss and Dementia”, w którym pisze on wprost:

Czy zauważyłeś ostatnio, że twój słuch się pogorszył? Czy kiedy jesteś z przyjaciółmi w klubie lub siedzisz z twoim partnerem przed telewizorem, zauważyłeś, że jest ci coraz trudniej zrozumieć co zostało właśnie powiedziane?

Jeżeli tak, to mam dla ciebie złą wiadomość: wyniki badań już z 2011 roku stwierdzają, że utrata słuchu bardzo prawdopodobnie, spowoduje wystąpienia u ciebie wczesnej starczej demencji.

Wracając do tytułu naszego artykułu, mamy nadzieję, że dla większości naszych czytelników, życie nawet po sześćdziesiątce ma ciągle dużo do zaoferowania i stale ma się na nie ochotę. Wszystkich, którym ich własna przyszłość jak i jakość samego życia leży na sercu, zapraszamy na kompleksowe, bezpłatne (koszt badania słuchu nie jest pokrywany przez OHIP) badanie słuchu, a także test sprawności mózgu (dostępny tylko u nas) którego wyniki wyjaśni Państwu dokładnie, czego możecie się spodziewać, biorąc pod uwagę słuch i jego wpływ na wasz mózg nie tylko w najbliższej przyszłości, ale też już za parę lat a czasem nawet szybciej niż można by się tego można spodziewać. ■

Zapraszamy na konsultacje,

Alicja Maria i Janusz Toboła - Metro Hearing and Tinnitus Treatment Clinic • www.metro-hearing-tinnitus.com • www.metrohearing.ca tel. 905-273-7717

Pogotowie Ratunkowe Real Estate !!!

Wzrost oprocentowania mortgage • Spadek cen • Niepewny rynek

Nie wiesz co zrobić? Zadzwoń do nas !!!

Bezpłatne wizyty
domowe !!!

Urszula Urbańska
416-456-7683 - direct



Peter Woźnowski
416-995-7767 - direct
416-534-3511 - office

Odpowiemy na każde Twoje pytanie i pomożemy bezstresowo w podjęciu właściwej decyzji.

Czy warto je nosić

W tkaninach syntetycznych mogą znajdować się substancje, które wpływają na ludzki układ hormonalny i to niekorzystnie. Składniki potencjalnie zaburzające gospodarkę hormonalną tkwią ponadto w kosmetykach.

Chemikalia stosowane są w odzieży jako środki hydrofobowe, zmniejszające palność, biocydy, itp. Obejmują zarówno ftalany, polibromowane etery difenylowe, substancje perfluoroalkilowe, jak i substancje, które mogą uwalniać EDC (alkilofenole, dioksyny).

Organizacja medyczna Endocrine Society zwraca uwagę, że EDC mają prawdopodobnie wiele właściwości zaburzających gospodarkę hormonalną.

Na świecie istnieje prawie 85 tys. substancji chemicznych wytwarzanych przez człowieka, z wieloma z nich ludzie mają kontakt każdego dnia. Tylko ok. 1 proc. został przebadany pod kątem bezpieczeństwa, a 1 tys. lub więcej może mieć negatywny wpływ na gospodarkę hormonalną.

Naukowcy sądzą, że EDC mogą m.in. przyspieszać dojrzewanie płciowe i zmniejszać liczbę komórek jajowych w jajnikach. W tym roku uruchomiono nawet pięcioletni program FREIA, koncentrujący się na wpływie EDC na zdrowie kobiet. Ruszyła m.in. kampania uświadamiająca na temat tego, co nosimy, a co może niekorzystnie oddziaływać na zdrowie.

Weźmy chociażby substancje perfluoroalkilowe i polifluoroalkilowe, znane powszechnie pod nazwą PFAS. To popularne syntetyczne związki chemiczne stosowane w przemyśle tekstylnym. Te substancje zaburzające gospodarkę hormonalną nie ulegają rozkładowi po uwolnieniu do środowiska i z czasem ulegają akumulacji. Nazywa się je dlatego wiecznymi chemikaliami.

Z kolei bromowane środki zmniejszające palność (BFR) są stosowane w branży elek-

troniki, odzieżowej i znajdują się ponadto w materiałach używanych w przemyśle meblarskim. Endocrine Society podaje, że substancje te mogą być związane z nieprawidłowym funkcjonowaniem hormonów tarczycy, która odgrywa kluczową rolę m.in. w rozwoju płodu i dziecka. Ryzyko narażenia jest o tyle duże, że grupa BFR przedostaje się z produktów na zewnątrz i może osiadać w kurzu i na żywności.

Wiele sportowych ubrań wykonano z tkanin syntetycznych, takich jak spandex, nylon czy poliester, które są poddawane działaniu substancji chemicznych, takich jak ftalany, bisfenole i wspomniane bromowane środki zmniejszające palność. Stosuje się je w celu zwiększenia rozciągliwości czy odporności na wilgoć.

Zatem kiedy np. pocimy się podczas wykonywania ćwiczeń, substancje z tych "nieodpowiednich materiałów" wnikają w skórę i potencjalnie, jak przewidują naukowcy, umożliwia to im przedostanie się do organizmu.

Chodzi o syntetyczne dodatki, które znajdują się w odzieży sportowej lub w meblach: PBDE i HBCDD. Środki te mogą wywoływać zaburzenia endokrynologiczne, wykazują neurotoksyczność, hepatotoksyczność i mogą przyczyniać się do powstawania nowotworów.

"Negatywne skutki stosowania środków zmniejszających palność, obecnych np. w kurzu czy mikrowłóknach, podkreślają zasadniczą potrzebę dalszych badań w tym obszarze" - czytamy w analizie. I rzeczywiście europejscy naukowcy coraz częściej badają ich wpływ na zdrowie.

Badacze zauważają, że ludzka skóra ma naturalne właściwości ochronne, które bronią nas przed różnego typu bakteriami, promieniowaniem ultrafioletowym, itp. Jednak zarazem skóra jest stale narażona na działanie szerokiej gamy ksenobiotyków pochodzących z wielu źródeł zanieczyszczeń emitowanych ze środowiska, w którym żyjemy. ■

Kraj na receptę

Wyobraź sobie receptę od lekarza, która zamiast leku zawiera zalecenie wizyty w kraju 265 tysięcy wysp i 100 tysięcy jezior, którego ponad 60 proc. powierzchni porastają dziewicze lasy. Brzmi jak pomysł na zdrowy odpoczynek? Za ideą stoi porozumienie lekarzy i organizacji turystycznej, a przyświeca mu idea: "zwolnij, a będziesz zdrowszy". Lekiem na całe zło ma być Szwecja. Oto dlaczego.

Szwedzka agencja turystyczna Visit Sweden ogłosiła w 2025 roku, że Szwecja została pierwszym krajem na świecie, który lekarze mogą "przepisać" pacjentom jako terapię wspierającą zdrowie. Inicjatywa nazwana "The Swedish Prescription" to projekt łączący medycynę prewencyjną, turystykę zdrowotną i marketing miejsc. Ma zachęcać pacjentów-turystów i lekarzy do rozmowy o korzyściach, jakie może przynieść kontakt z naturą, aktywność na świeżym powietrzu i zanurzenie się w innym rytmie życia podczas pobytu w Szwecji.

Choć oferta ta może brzmieć jak żart, stoi za nią solidna idea: istnieją badania naukowe potwierdzające, że natura i aktywność fizyczna mają realny wpływ na zdrowie psychiczne i fizyczne. Moc korzyści terapeutycznych ma przynieść już samo zwolnienie tempa i przejście do świata offline, gdzie natura i drugi człowiek są ważniejsze niż pośpiech, praca i social media. Podczas wypoczynku w Szwecji zaleca się zwłaszcza spacerować po lasach (tzw. kąpiele leśne), naturalne spa w chłodnych w jeziorach lub gorących źródłach



oraz tradycyjne skandynawskie sauny. Mają one przynieść chwile wyciszenia i relaksu, a także wymierne korzyści dla organizmu - mogą naturalnie i łagodnie wpłynąć na obniżenie poziomu kortyzolu, ciśnienia tętniczego, poprawić sen i koncentrację. Za naturą podążać ma też szwedzki styl życia - łączący spokój, swobodę, poszanowanie dla jednostki, z ciepłymi kontaktami międzyludzkimi celebrowanymi m.in. podczas tradycyjnych spotkań z kawą i ciastkiem, zwanymi fika. Ta regularna przerwa na kawę i

rozmowę, traktowana jest przez Szwedów nie jako luksus, lecz jako element higieny psychicznej. Fika to bowiem rozmowy bez przerywania, długie spacery bez celu i poczucie, że czas nie jest przeciwnikiem. Na oficjalnej stronie kampanii pacjenci mogą pobrać specjalny formularz "recepty" na pobyt w Szwecji i porozmawiać z lekarzem o jego możliwym zastosowaniu. Lekarze zaangażowani w projekt - w tym specjaliści z Wielkiej Brytanii, USA, Holandii i Niemiec - potwierdzają, że spędzanie czasu na łonie natury i uczestnictwo w kulturze są działaniami wspierającymi zdrowie i chętnie podpisują takie "recepty", jeśli uznają to za pomocne dla pacjenta. W komunikacie Visit Sweden podkreślono, że nie jest to refundowany program medyczny - koszty podróży, pobytu i leczenia ponosi sam pacjent - ale raczej narzędzie do zachęcania do stylu życia sprzyjającego równowadze i regeneracji.

Szwecja ma wyjątkową przewagę naturalną nad innymi miejscami na świecie - ponad 69 proc. jej powierzchni pokrywają lasy, a krajobraz jest jednym z najbardziej otwartych i spokojnych w Europie. Dzięki szwedzkiej zasadzie allemansrätten każdy ma prawo swobodnie wędrować i obcować z naturą. Kraj od lat plasuje się też wysoko w rankingach jakości powietrza i dobrostanu mieszkańców.

Eksperti podkreślają, że przepisanie kontaktu z naturą nie zastępuje leczenia medycznego, ale może stanowić dodatkowe wsparcie w przypadku dolegliwości takich jak stres, zmęczenie, trudności z koncentracją czy bezsenność. Trend ten - znany jako "social prescribing" lub "nature prescribing" - jest już obecny w systemach opieki zdrowotnej w kilku krajach świata, gdy lekarze zalecają pacjentom spędzanie czasu w naturze lub uczestnictwo w społecznych aktywnościach.

Dla wielu pacjentów i podróżników pomysł ten brzmi jak nowa forma wellness travel - podróż nie tylko jako przyjemność, ale też jako inwestycja w zdrowie. W mediach społecznościowych i forach dyskusyjnych nie brakuje entuzjastycznych komentarzy na temat korzyści, jakie daje obcowanie z naturą i szwedzkim stylem życia. Ale nic nie stoi na przeszkodzie, by zorganizować sobie taką terapię także w innych krajach, w tym - we własnym.

Kiciusie - cisi zabójcy

Wraz z psami stanowią najliczniejszą grupę zwierząt domowych na całym świecie. Bywają bez troski, potrafią rozczulić swoich opiekunów i wydają się niegroźne. Chyba że przekroczą próg domu i wyjdą w teren, gdzie uruchamia się ich naturalny instynkt łowiecki. Mowa o kotach, które każdego roku zabijają miliony ssaków i ptaków.

Drapieżnictwo kotów na ptakach ma charakter sezonowy, przy czym większość ptaków ginie wiosną (szczyt odnotowano w czerwcu), a minimum późną jesienią (listopad). Neutralizowanie przez koty młodych ptaków, zdaniem autorów badania, może ograniczać produktywność populacji ptaków.

- W Chinach czy Stanach Zjednoczonych dane te są bardziej drastyczne. W każdym z tych państw koty zabijają kilka miliardów ptaków i nawet kilkadziesiąt miliardów ssaków rocznie.

Skala problemu jest globalna, a na całym świecie ofiarami kotów padają zwierzęta należące do ponad 2000 gatunków, w tym ok. 350 gatunków zagrożonych wyginięciem.

- Koty przyczyniły się również do wymarcia ponad 60 gatunków zwierząt, z czego 27 w samej Australii i Nowej Zelandii. W konsekwencji uznaje się je za jeden z najpoważniejszych antropogenicznych czynników pogarszających stan różnorodności biologicznej.



- Źródłem tak ogromnej listy ofiar jest silny instynkt łowiecki kota. Zwierzę to poluje nie tylko w celu zdobycia pokarmu, lecz także po to, by zaspokoić potrzeby behawioralne. Ofiary nie rzadko są ścigane, ranione i traktowane jak zabawka, zanim zostaną zabite lub porzucone - często ciężko poranione, cierpiące i przerażone.

Ptaki przebywające w miejscu, w którym obecne są koty,

skracają czas żerowania, co może prowadzić do niedożywienia.

- Stwierdzono również wyraźne obniżenie sukcesu lęgowego - w tym zmniejszenie liczby składanych jaj czy porzucanie lęgów. W sezonie lęgowym najbardziej narażone są podloty i młode, niedoświadczone ptaki, które stają się łatwym celem kotów.

Zwolennicy wypuszczania na zewnątrz tzw. kotów udomowionych wychodzą z założenia, że zwierzęciu powinno się zapewnić odpowiednią przestrzeń, ponieważ kot mający możliwość swobodnego poruszania się poza domem przez kilka godzin dziennie, zaspokaja swoje naturalne instynkty eksploracyjne. Ponadto swoboda na zewnątrz i związana z tym większa aktywność fizyczna kota ma zapobiegać powstawaniu otyłości u mruczka, redukować potencjalny stres i nudę oraz pozytywnie wpływać na jego ogólną kondycję.

Jeżeli opiekunowie kotów skupią się na ich potrzebach w domu, zapewnią kotu ruch, wysiłek intelektualny, odpowiednie żywienie i interakcję z człowiekiem, wówczas kot nie będzie miał żadnej potrzeby wychodzenia z domu.

W 2022 r. na mocy rozporządzenia mieszkańcy niemieckiego Walldorf otrzymali zakaz wypuszczania swoich kotów na zewnątrz od kwietnia do sierpnia. Powód podjęcia takiej decyzji był oczywisty - ochrona ptaków, których populacja gwałtownie zaczęła spadać na skutek instynktu łowieckiego czworonogów.

Rozporządzenie miało na celu ochronę dzierlatki zwyczajnej, czyli ptaków należących do rodziny skowronków. Są one bardzo łatwym celem dla kotów, ponieważ swoje gniazda zakładają na ziemi.

Władze Walldorf wskazywały, że jeśli nie wprowadzą zakazu wypuszczania kotów, istnieje bardzo duże ryzyko utraty występowania dzierlatki zwyczajnej w tamtejszej okolicy. Za złamanie zakazu opiekunom kotów groziły wysokie kary - 500 euro, jeśli kot zostanie znaleziony na zewnątrz, a także 50 tys. euro w przypadku skrzywdzenia dzierlatki zwyczajnej przez kota.

Lokalne stowarzyszenie ochrony zwierząt krytykowały rozwiązanie władz Walldorf, wskazując, że rozporządzenie oznacza dla kotów ogromne ograniczenie oraz stres. "Negatywny wpływ kotów na populację ptaków śpiewających jest i tak dyskusyjny i, o ile nam wiadomo, nie został jeszcze udowodniony w przypadku dzierlatki zwyczajnej w Walldorf" - tłumaczyło wówczas Niemieckie Stowarzyszenie Ochrony Zwierząt.

Choć przepisy wprost nie zabraniają wypuszczania kotów z domu, to jednak opiekunowie czworonogów są za nich odpowiedzialni i w niektórych przypadkach za wybryki swojego pupila wypuszczonego na zewnątrz mogą otrzymać wysoki mandat.

Certyfikowane kursy przez MTO (Symulator Jazdy)
Przygotowanie do egzaminów G1, G2, G



PRAWO JAZDY G1.G2.G \$460
Ins. BARBARA MAKA
Tel. **905.302.1782**
1945 Dundas St. East Unit # 207 Mississauga
www.naukajazdy.ca

Protezy Dentystyczne



KASIA DORMAN
280 The Queensway Etobicoke
(416)251-6147

International TVN Program



ITVN, czwartek, 2026-01-22

1:30	Kropka nad i - magazyn
1:55	Uwaga! - magazyn interwencyjny
2:15	Megatransportsy - program rozrywkowy
2:50	Rozmowy w toku - program publicystyczny
3:35	Miasto kobiet 2 - program publicystyczny
4:20	Opowieści małżeńskie 2 - serial obyczajowy
5:05	Druga szansa 4 - serial obyczajowy
5:55	Naprawy nie do naprawy 6 - program motoryzacyjny
6:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
7:20	Rozmowy w toku - program publicystyczny
8:10	Detektywi 5 - serial kryminalny
9:00	Dzień Dobry TVN - magazyn
12:25	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
13:00	Fakty - program informacyjny
13:35	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
14:25	Doradca smaku - program kulinarny
14:35	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
15:25	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
15:50	Życie na kredycie 4 - program publicystyczny
16:15	Wojny samochodowe 20 - program motoryzacyjny
17:05	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
17:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
18:20	Detektywi 5 - serial kryminalny
19:10	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
20:00	Fakty - program informacyjny
20:30	Pogoda - program informacyjny
20:40	Kropka nad i - magazyn
21:05	Uwaga! - magazyn interwencyjny
21:20	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
21:50	Doradca smaku - program kulinarny
21:55	Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
22:05	19 + - serial obyczajowy
22:30	Nic do zgłoszenia 6 - program edukacyjny
23:25	Najlepsze sportowe samochody ostatnich lat - prog. moto
23:50	Dawid Andres z buta - program rozrywkowy
0:40	Rozmowy w toku - program publicystyczny

ITVN, piątek, 2026-01-23

1:30	Kropka nad i - magazyn
1:55	Uwaga! - magazyn interwencyjny
2:15	Megatransportsy - program rozrywkowy
2:50	Rozmowy w toku - program publicystyczny
3:35	Miasto kobiet 2 - program publicystyczny
4:20	Opowieści małżeńskie 2 - serial obyczajowy
5:05	Przepis na życie - serial obyczajowy
5:55	Magiel Towarzyski 21 - magazyn
6:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
7:20	Rozmowy w toku - program publicystyczny
8:10	Detektywi 5 - serial kryminalny
9:00	Dzień Dobry TVN - magazyn
12:25	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
13:00	Fakty - program informacyjny
13:35	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
14:25	Doradca smaku - program kulinarny
14:35	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
15:25	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
15:50	Magda gotuje internet 2 - program kulinarno-rozrywkowy
16:15	Zakup w ciemno 4 - program edukacyjny
17:05	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
17:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
18:20	Detektywi 5 - serial kryminalny
19:10	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
20:00	Fakty - program informacyjny
20:25	Pogoda - program informacyjny
20:35	Czarno na białym - magazyn reporterów
21:05	Uwaga! - magazyn interwencyjny
21:20	Podatek od miłości - komedia, Polska 2017, reż.: B. Ignaciuk
23:00	Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
23:10	Doradca smaku - program kulinarny
23:15	Wyburzacz 8 - program rozrywkowy
23:50	Magiel Towarzyski 21 - magazyn
0:25	Magiel Towarzyski 21 - magazyn
1:00	Diagnoza 4 - serial obyczajowy

ITVN, sobota, 2026-01-24

1:30	Czarno na białym - magazyn reporterów
2:00	Uwaga! - magazyn interwencyjny
2:15	Magiel Towarzyski 21 - magazyn
2:50	Druga szansa 4 - serial obyczajowy
3:35	Druga szansa 4 - serial obyczajowy
4:20	Druga szansa 4 - serial obyczajowy
5:05	Kuchenne rewolucje 31 - program kulinarno-rozrywkowy

5:50	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
6:35	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
7:20	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
8:10	DeFacto 13 - program informacyjny
8:35	DeFacto 13 - program informacyjny
9:00	Dzień Dobry TVN - magazyn
12:30	Co za tydzień - program rozrywkowy
12:50	Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
13:00	Fakty - program informacyjny
13:25	Wojny samochodowe 20 - program motoryzacyjny
14:15	Mobilni mechanicy - program motoryzacyjny
15:15	Dawid Andres z buta - program rozrywkowy
16:05	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
16:50	Droga do oświecenia - program dokumentalny
17:15	Nic do zgłoszenia 6 - program edukacyjny
18:00	Gwiazdy lumpeksów 2 - program lifestylowy
18:45	Usterka 15 - program poradnikowy
20:00	Fakty - program informacyjny
20:25	Pogoda - program informacyjny
20:30	Uwaga! - magazyn interwencyjny
20:45	Defacto 7 - Flesz - program informacyjny
21:00	Ukryta gra - film sensacyjny, Polska, USA 2019, reż.: Ł. Kościński
22:45	Chyłka-Kasacja - serial sensacyjny
23:35	Idź na całość - program rozrywkowy
0:20	Nauka Jazdy 6 - program edukacyjny
0:45	Doradca smaku - program kulinarny
0:50	Magiel Towarzyski 21 - magazyn

ITVN, niedziela, 2026-01-25

1:30	Fakty - program informacyjny
1:55	Pogoda - program informacyjny
2:00	Defacto 8 - Flesz - program informacyjny
2:15	Magiel Towarzyski 21 - magazyn
2:50	Opowieści małżeńskie 2 - serial obyczajowy
3:35	Opowieści małżeńskie 2 - serial obyczajowy
4:20	Przepis na życie - serial obyczajowy
5:05	Rozmowy w toku - program publicystyczny
5:50	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
6:35	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
7:20	Kuchenne rewolucje 23 - program kulinarno-rozrywkowy
8:10	DeFacto 13 - program informacyjny
8:35	DeFacto 13 - program informacyjny
9:00	Dzień Dobry TVN - magazyn
12:30	Nowa Maja w ogrodzie 3 - program ogrodniczy
12:55	Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
13:00	Fakty - program informacyjny
13:25	Zjednoczeni w Europie - dokument
14:00	Inspirujące kobiety - program lifestylowy
14:25	Na Wspólnej Omnibus 24 - serial obyczajowy
15:50	Ukryta gra - film sensacyjny, Polska, USA 2019, reż.: Ł. Kościński
17:10	Mobilni mechanicy - program motoryzacyjny
17:45	Wojny samochodowe 20 - program motoryzacyjny
18:30	Nauka Jazdy 6 - program edukacyjny
18:55	Wyburzacz 8 - program rozrywkowy
19:30	Droga do oświecenia - program dokumentalny
20:00	Fakty - program informacyjny
20:25	Pogoda - program informacyjny
20:30	Czarno na białym - magazyn reporterów
21:00	Kuchenne rewolucje 31 - program kulinarno-rozrywkowy
21:55	Dawid Andres z buta - program rozrywkowy
22:45	Zakup w ciemno 4 - program edukacyjny
23:35	Doradca smaku - program kulinarny
23:45	Superwizjer - magazyn reporterów
0:20	Kuchenne rewolucje 23 - program kulinarno-rozrywkowy
1:05	Nowa Maja w ogrodzie 3 - program ogrodniczy

ITVN, poniedziałek, 2026-01-26

1:30	Fakty - program informacyjny
1:55	Doradca smaku - program kulinarny
2:05	Megatransportsy - program rozrywkowy
2:40	Rozmowy w toku - program publicystyczny
3:25	Miasto kobiet 2 - program publicystyczny
4:10	Opowieści małżeńskie 2 - serial obyczajowy
4:55	Przepis na życie - serial obyczajowy
5:45	Chyłka-Kasacja - serial sensacyjny
6:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
7:20	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
8:10	Detektywi 5 - serial kryminalny
9:00	Dzień Dobry TVN - magazyn
12:25	Inspirujące kobiety - program lifestylowy
12:50	Doradca smaku - program kulinarny
13:00	Fakty - program informacyjny
13:35	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
14:25	Doradca smaku - program kulinarny
14:35	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
15:25	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
15:50	Gadżet 4.0 - program rozrywkowy
16:15	Kuchenne rewolucje 31 - program kulinarno-rozrywkowy
17:05	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
17:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
18:20	Detektywi 5 - serial kryminalny
19:10	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
20:30	Pogoda - program informacyjny
20:40	Kropka nad i - magazyn
21:05	Uwaga! - magazyn interwencyjny
21:20	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
21:50	Doradca smaku - program kulinarny
21:55	Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
22:05	19 + - serial obyczajowy
22:30	Największe polskie katastrofy: Prom Heweliusz - dok.
23:25	Tajemnica zawodowa - serial obyczajowy
0:10	Droga do oświecenia - program dokumentalny
0:35	Doradca smaku - program kulinarny
0:45	Kuchenne rewolucje 23 - program kulinarno-rozrywkowy

ITVN, wtorek, 2026-01-27

1:30	Kropka nad i - magazyn
1:55	Uwaga! - magazyn interwencyjny
2:15	Megatransportsy - program rozrywkowy
2:50	Rozmowy w toku - program publicystyczny
3:35	Miasto kobiet 2 - program publicystyczny
4:20	Opowieści małżeńskie 2 - serial obyczajowy
5:05	Przepis na życie - serial obyczajowy
5:55	Magiel Towarzyski 21 - magazyn
6:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
7:20	Rozmowy w toku - program publicystyczny
8:10	Detektywi 5 - serial kryminalny
9:00	Dzień Dobry TVN - magazyn
12:25	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
13:00	Fakty - program informacyjny
13:35	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
14:25	Doradca smaku - program kulinarny
14:35	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
15:25	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
15:50	Usterka 15 - program poradnikowy
16:15	Nic do zgłoszenia 6 - program edukacyjny
17:05	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
17:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
18:20	Detektywi 5 - serial kryminalny
19:10	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
20:00	Fakty - program informacyjny
20:30	Pogoda - program informacyjny
20:40	Kropka nad i - magazyn
21:05	Uwaga! - magazyn interwencyjny
21:20	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
21:50	Doradca smaku - program kulinarny
21:55	Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
22:05	19 + - serial obyczajowy
22:30	Babski biznes - program lifestylowy
23:25	Kuba Wojewódzki 20 - program rozrywkowy
0:15	Gadżet 4.0 - program rozrywkowy
0:40	Rozmowy w toku - program publicystyczny

ITVN, środa, 2026-01-28

1:30	Kropka nad i - magazyn
1:55	Uwaga! - magazyn interwencyjny
2:15	Megatransportsy - program rozrywkowy
2:50	Rozmowy w toku - program publicystyczny
3:35	Miasto kobiet 2 - program publicystyczny
4:20	Opowieści małżeńskie 2 - serial obyczajowy
5:05	Przepis na życie - serial obyczajowy

5:55	Mobilni mechanicy - program motoryzacyjny
6:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
7:20	Rozmowy w toku - program publicystyczny
8:10	Detektywi 5 - serial kryminalny
9:00	Dzień Dobry TVN - magazyn
12:25	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
13:00	Fakty - program informacyjny
13:35	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
14:25	Doradca smaku - program kulinarny
14:35	Diagnoza 4 - serial obyczajowy
15:25	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
15:50	Najlepsze sportowe samochody ostatnich lat - prog. moto.
16:15	Babski biznes - program lifestylowy
17:05	Zakochani po uszy - serial obyczajowy
17:30	Jestem z Polski 14 - program dokumentalny
18:20	Detektywi 5 - serial kryminalny
19:10	Ukryta prawda - serial fabularno-dokumentalny
20:00	Fakty - program informacyjny
20:30	Pogoda - program informacyjny
20:40	Kropka nad i - magazyn
21:05	Uwaga! - magazyn interwencyjny
21:20	Na Wspólnej 24 - serial obyczajowy
21:50	Doradca smaku - program kulinarny
21:55	Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
22:05	19 + - serial obyczajowy
22:30	Gwiazdy lumpeksów 2 - program lifestylowy
23:25	Usterka 15 - program poradnikowy
23:50	Misja Afganistan - serial sensacyjny
0:40	Rozmowy w toku - program publicystyczny



ECO-METAL CONSTRUCTION CORP.

zatrudni dekarzy

na terenie Greater Toronto Area (GTA) i Ottawa na stanowiskach

Crew leaders (stawka \$20+ /hr)

Wymagania:

- Minimum 3 lata doświadczenia z dachami metalowymi
- Ważne prawo jazdy
- Znajomość języka angielskiego w mowie i piśmie

Roofing Apprentice (stawka \$16+ /hr)

Wymagania:

- Minimum rok doświadczenia z dachami metalowymi
- Ważne prawo jazdy
- Znajomość języka angielskiego na poziomie podstawowym

General Labour (stawka \$14+ /hr)

Wymagania:

- Praca na wysokościach

Firma oferuje benefity oraz możliwość awansu z odpowiednim stażem pracy i kwalifikacjami.

Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie resume na adres

e-mail: jpikulski@londonecoroof.com lub o telefon: 519 851-2264

Skontaktujemy się tylko z wybranymi kandydatami.



www.londonecometal



Poradnik Imigracyjny
Wanda Dobrowolska, M.A.
Tel: 905-271-4183



WIADOMOŚCI IMIGRACYJNE

Job bank i LMIA

Oczekiwania dotyczące korzystania z kanadyjskiej giełdy pracy (Job Bank) uległy pozornie małym ale bardzo istotnym zmianom. Pierwsza zmiana to, że pierwotnie pracodawcy mogli zapraszać do złożenia CV, obecnie natomiast mogą indywidualnie przyjmować lub odrzucać podania złożone bezpośrednio na platformie job bank. Oznacza to, że giełda pracy jest obecnie w pełni zintegrowanym systemem śledzenia kandydatów. Pracodawcy pragnący złożyć LMIA mają obowiązek ogłaszania pozycji w job bank oraz korzystania z bazy kandydatów zgłoszonych bezpośrednio do platformy job bank. Oficerowie Service Canada mają możliwość weryfikacji czy pracodawcy uczciwie podeszli do procesu rekrutacji, przejrzyli wszystkich kandydatów i odbyli rozmowy kwalifikacyjne jeśli były wskazane w danej sytuacji. Pracodawcy są odpowiedzialni za zatrzymywanie i odrzucanie danego kandydata. Konsultanci i inni reprezentanci nie mogą zajmować się rekrutacją i nie powinni uczestniczyć w bezpośrednim przyjmowaniu czy odrzucaniu kandydatów, gdyż może to negatywnie wpłynąć na wiarygodność rekrutacji, a co za tym

Kolejna zmiana dotyczy przedłużania ogłoszeń w job bank. Obecnie nie można już przedłużyć na 30 dni tylko na maksymalnie 14 dni. Nie można przedłużyć ogłoszenia jeśli kandydaci nie są właściwie ocenieni, zaproszeni lub odrzuceni przez pracodawcę. Ponieważ przygotowanie i czas procesu podania LMIA, to obecnie około 3 miesiące, a ogłoszenia w job bank są obowiązkowe od początku rekrutacji aż do otrzymania decyzji LMIA, znaczną uwagę poświęca się na właściwe prowadzenie job banku. Wyniki rekrutacji są również szczegółowo omawiane podczas rozmów z oficerem Service Canada. Sam proces LMIA stał się bardzo restrykcyjny jeśli chodzi o dokumenty pracodawców, ich odpowiedniość do procesu pod względem finansowym. Dokumenty finansowe z Urzędu skarbowego muszą potwierdzać dodatni bilans pozwalający na opłacenie przyszłej pensji pracownika. Sprawy LMIA stały się bardzo trudne również ze względu na ograniczenia związane z pozycjami w tzw. niskiej i wysokiej płacy. LMIA w ramach wysokiej płacy (36.00 na h i więcej) mogą dać do 3 lata pozwolenia na pracę, ale nie wszystkie zawody mogą być potraktowane w tej kategorii, gdyż statystyki job banku określają zakres możliwych płac dla danej pozycji. Jeśli oferowana płaca jest za wysoka, budzi to w tej chwili wątpliwości oficera. Natomiast LMIA w niskiej płacy (poniżej 36.00 na godzinę) mają szereg ograniczeń w zależności od sektora przemysłowego. Tylko niektóre sektory mogą w ogóle złożyć podanie w regionie o czynniku bezrobocia 6% i więcej (obecnie tylko Thunder Bay, Kingston, Peterborough obecnie). Dodatkowo procent pracowników na LMIA do wszystkich pracowników firmy nie może przekroczyć 10%, a w uprzywilejowanych sektorach 20%. Uprzywilejowane sektory to budownictwo, opieka zdrowotna – szpitale, pielęgniarstwo i opieka domowa oraz produkcja żywności.

Po więcej informacji dzwonić do: Wanda Dobrowolska - Licencjonowany Konsultant Imigracyjny T el: (905) 271 - 4183



Piszemy do Was, bo sytuacja w Kijowie wymaga natychmiastowej reakcji. Termometry w stolicy Ukrainy pokazują 17 stopni poniżej zera, a w tym mrozie aż 70% mieszkańców miasta pozostaje odciętych od dostaw prądu i ogrzewania.

Ludzie przebywają w wychłodzonych mieszkaniach i piwnicach. Zakładają na siebie kilka warstw ubrań, by utrzymać temperaturę ciała. Nad ich głowami latają rosyjskie drony i rakiety, które celowo niszczą infrastrukturę energetyczną.

Brak prądu oznacza brak możliwości ugotowania ciepłego posiłku, rozładowane telefony i utratę kontaktu z bliskimi w czasie ataku.

Organizujemy zbiórkę na konkretny cel – chcemy kupić i wysłać do Kijowa jak najwięcej generatorów prądu i stacji zasilających. Te urządzenia ratują życie. Generator pozwala ogrzać pomieszczenie, w którym chronią się starsi ludzie i dzieci. Umożliwia zagotowanie wody. Daje światło, które w wojennej rzeczywistości przywraca choć namiastkę bezpieczeństwa.

Prosimy o Wasze wpłaty. Polacy wiedzą, czym jest solidarność w trudnych chwilach. Każda złotówka przybliży nas do wysłania transportu ze sprzętem. Dla nas to gest wsparcia – dla nich realna szansa, by przetrwać zimę.

Do tej pory zebrano 5,169,158 zł

Czy ONI będą lepsi od Fenicjan?

Czy bank centralny Wielkiej Brytanii powinien przygotować się na wypadek globalnego kryzysu finansowego, który mógłby wybuchnąć w razie oficjalnego potwierdzenia istnienia życia pozaziemskiego przez Stany Zjednoczone? Była analityczka instytucji, Helen McCaw, ostrzega, że taka wiadomość mogłaby w ciągu kilku godzin doprowadzić do "totalnej destabilizacji rynków", masowego wycofywania depozytów i załamania systemu finansowego.

Helen McCaw, która przez dekadę pracowała w dziale bezpieczeństwa finansowego Banku Anglii, skierowała do prezesa tej instytucji, Andrew Baileya, list z apelem o opracowanie planów awaryjnych na wypadek ujawnienia pozaziemskiej inteligencji przez administrację Donalda Trumpa lub inny rząd, bo jej zdaniem reakcja rynków mogłaby być w takiej sytuacji natychmiastowa i ekstremalna.

W przypadku oficjalnego ogłoszenia, popartego jednoznacznymi dowodami, w ciągu kilku godzin można spodziewać się całkowitej niestabilności finansowej. Musimy być przygotowani na taki scenariusz, nawet jeśli wydaje się mało prawdopodobny. Była analityczka ostrzega, że nagłe "ujawnienie" mogłoby doprowadzić do tzw. szoku ontologicznego - psychologicznej reakcji ludzkości na utratę dotychczasowego obrazu świata. W praktyce oznaczałoby to chaos na giełdach, utratę zaufania do metod wyceny aktywów i ryzyko upadłości banków.

McCaw przedstawia kilka możliwych reakcji rynków finansowych. W pierwszej fazie mogłoby dojść do gwałtownej ucieczki kapitału w kierunku złota, metali szlachetnych czy obligacji rządowych. Chociaż i one mogą utracić status bezpiecznej przystani, jeśli nowe technologie umożliwią pozyskiwanie metali z asteroid, bo nadpodaż surowców z przestrzeni kosmicznej mogłaby drastycznie obniżyć ich wartość.

Niewykluczone są też kryptowaluty, a przede wszystkim Bitcoin, który może okazać się najstabilniejszym aktywem w razie "ujawnienia obcych", bo jego ograniczona podaż - ustalona na 21 milionów monet - chroni go przed wspomnianym wyżej "kosmicznym efektem nadprodukcji".

McCaw ostrzega jednak, że nawet on nie jest wolny od zagrożeń, bo komputery kwantowe oraz manipulacje społeczne (np. zachęcanie do korzystania z alternatywnych kryptosieci) mogłyby podważyć jego stabilność w dłuższej perspektywie.

I choć wizja "kryzysu UFO" może brzmieć jak spekulacja z pogranicza science fiction, Bank Anglii traktuje ją jak realne zagrożenie systemowe - obok cyberataków, pandemii czy upadku globalnych łańcuchów dostaw. ■

§ KANCELARIA PRAWNA W POLSCE

PONAD 15 LAT POMOCY PRAWNEJ POLONII KANADYJSKIEJ

JAK OBJĄĆ SPADEK W POLSCE

z Warszawy pisze radca prawny Małgorzata Milewska - Kita

Kontynuujemy cykl publikacji, dotyczących postępowań przed sądami i urzędami w Kraju. Jednocześnie oferujemy wyjątkowe rozwiązanie dla Polonii kanadyjskiej – możecie Państwo uzyskać informacje o bieżących zmianach przepisów w sprawach spadkowych, nieruchomości i obywatelstwa polskiego, kierując zapytania na adres e-mail: m.milewska.kancelaria@gmail.com

Zgodnie z polskim prawem, spadek po rodzicach przysługuje dzieciom w równych częściach, chyba że rodzice pozostawili testament. Jak uzyskać swoją część spadku? Do rozporządzania majątkiem spadkowym położonym w Polsce wymagane jest, odmiennie niż w Kanadzie, uzyskanie prawomocnego postanowienia Sądu o stwierdzeniu nabycia spadku albo notarialnego poświadczenie dziedziczenia. Sąd albo notariusz stwierdza, kto nabył spadek, na wniosek jednego z uprawnionych spadkobierców po upływie sześciu miesięcy od daty śmierci spadkodawcy lub wcześniej, pod warunkiem złożenia przez wszystkich spadkobierców oświadczenia o przyjęciu spadku. Przed wystąpieniem do Sądu z wnioskiem o stwierdzenie nabycia spadku należy ustalić, w sądzie właściwym dla ostatniego miejsca zamieszkania spadkodawcy albo w Krajowej Izbie Notarialnej, czy takie postępowanie nie zostało już przeprowadzone z wniosku innego spadkobiercy. Drugim ważnym krokiem jest ustalenie, jakie składniki majątku wchodziły do spadku, w szczególności poprzez sprawdzenie w wypisach ksiąg wieczystych czy nieruchomości, które za życia spadkodawców stanowiły ich własność, wchodziły nadal do spadku czy też zostały przekazane przed ich śmiercią na rzecz rodzeństwa lub innych osób np. na mocy umowy darowizny. W takim przypadku pozostałym spadkobiercom przysługuje zachowek. Prawo do zachowku przysługuje najbliższym także w przypadku, gdy zostali oni pominięci w testamencie. Bez znaczenia pozostaje okoliczność, czy nieruchomość spadkowa została zbyta po śmierci rodziców przez spadkobierców w Polsce, bowiem są oni zobowiązani do spłaty pozostałym dzieciom wartości ich udziału w spadku. Bez znaczenia pozostaje także wymeldowanie spadkobiercy z nieruchomości spadkowej. Natomiast warto w tym miejscu zasygnalizować, że w przypadku umowy dożywocia, zawartej przez spadkodawcę z jednym ze spadkobierców, pozostałym spadkobiercom zachowek nie przysługuje. W przypadku nabycia prawa do spadku, ze względu na trudności z administrowaniem z Kanady nieruchomościami spadkowymi w Polsce, optymalnym sposobem działu spadku jest uży-

skanie spłaty pieniężnej od pozostałych spadkobierców lub sprzedaż nieruchomości. Trzeba dodać, że w przypadku bezumownego korzystania przez pozostałych spadkobierców lub osoby trzecie z nieruchomości spadkowej, osoby te są zobowiązane do zapłaty spadkobiercy wynagrodzenia za bezumowne korzystanie, do 6 lat wstecz, z przysługującym mu udziału w tej nieruchomości. W każdym przypadku trzeba możliwie jak najszybciej ustalić, czy przysługuje Państwu prawo do spadku, czy też do zachowku lub do zapisu testamentowego, ponieważ te dwa ostatnie uprawnienia przedawniają się już z upływem lat pięciu od daty śmierci spadkodawcy, a w przypadku istnienia testamentu – z upływem lat pięciu od daty ogłoszenia testamentu przez Sąd bądź przez notariusza. Co prawda prawo do spadku nie ulega przedawnieniu, jednakże w przypadku nieruchomości istnieje realne ryzyko utraty prawa ich własności wskutek zasiedzenia nieruchomości przez pozostałych spadkobierców czy też przez osoby trzecie. W przypadku postępowania spadkowego z udziałem spadkobierców, zamieszkałych w Kanadzie, nie ma konieczności ich przyjazdu do Polski, albowiem mogą oni być reprezentowani przed Sądem polskim przez pełnomocnika, a zeznania mogą być przez nich składane – co jest nowym rozwiązaniem – zdalnie (online) z dowolnego miejsca ich pobytu. W szczególności w sprawach spadkowych, gdzie brak jest współdziałania spadkobierców, warto skorzystać z pomocy prawnika.



**Radca prawny w Warszawie
Małgorzata Milewska-Kita
tel. + 11 48 22 518 77 78
kom. + 11 48 664 063 301**

ZA DWA TYGODNIE – DZIEDZICZENIE TESTAMENTOWE W POLSCE

Autorem jest radca prawny Małgorzata Milewska-Kita z Kancelarii Prawnej w Warszawie. Artykuł ten nie stanowi porady prawnej. Zapraszamy do korzystania z usług Kancelarii tel. +11 48 22 518 77 78, e-mail: m.milewska.kancelaria@gmail.com - Radca prawny Małgorzata Milewska-Kita od ponad 14 lat służy pomocą prawną Polonii kanadyjskiej w sprawach spadkowych, nieruchomości, sądowych i innych na terenie całej Polski.

42 karaty

W południowoafrykańskiej kopalni Cullinan Mine, nieopodal Pretorii, odkryto wyjątkowo rzadki niebieski diament o masie prawie 42 karatów. Eksperti sugerują, że na aukcji może on zostać sprzedany za około 40 mln dol. - pochwalił się właściciel kopalni, firma Petra Diamonds.

Odkryty przed kilkoma dniami kamień należy do kategorii ultrazadkich diamentów typu IIb, które stanowią mniej niż jedną dziesiątą procenta wszystkich naturalnych diamentów. Według branżowego portalu Naturaldiamonds tego typu kamienie zawierają śladowe ilości boru i są niemal pozbawione azotu.

Handlarz diamentami z Johannesburga Gregory Katz w rozmowie z południowoafrykańskim serwisem informacyjnym News24 powiedział, że kamień może kosztować od 30 do 40 mln dolarów.



Duży, surowy diament o nieregularnych brzegach trzymany na otwartej dłoni na tle ciemnego tła. Kamień odbija światło, podkreślając jego przezroczystość.

Istniejąca od 1902 roku kopalnia Cullinan zajmuje wyjątkowe miejsce w historii jubilerstwa. To właśnie stamtąd pochodzi słynny diament Cullinan, odkryty w 1905 roku - największy surowy diament o jakości jubilerskiej, jaki kiedykolwiek znaleziono. Kamień został oszlifowany na dziewięć



Kancelaria Prawna w Polsce

Oferujemy kompleksową obsługę prawną na terenie całej POLSKI w zakresie:

- reprezentacja przed urzędami i sądami na terenie całej Polski
- spadki i darowizny • prawo rodzinne • nieruchomości
- sprawy sądowe • rejestracja spółek
- sprawy gospodarcze i handlowe

Cell. 011 (48) 664-063-301
ul. Pileckiego 110/41
02-781 Warszawa
Tel./Fax: 011 (48) 22-518-7778

Małgorzata Milewska
Radca Prawny
m.milewska.kancelaria@gmail.com

głównych klejnotów, z których kilka jest obecnie częścią Brytyjskich Klejnotów Koronnych, będących jednym z symboli brytyjskiej monarchii.

Branża diamentowa obecnie przeżywa poważny kryzys, któremu towarzyszy szybki

wzrost popularności laboratoryjnie hodowanych diamentów, znacznie tańszych od naturalnych kamieni szlachetnych. W październiku Petra informowała, że średnia cena ich nieoszlifowanych diamentów spadła o 13 proc. ■

Redaguje zespół. Wydawca JP7 Ltd.

Redaktor naczelny: Piotr Hoffmann



Pierwszy zastępca red. nac. i Redaktor Graficzny: Jacek Kowalczyk

Skład komputerowy: Seweryn Reszka - www.zecernia.ca

Współpracują: Wanda Dobrowolska, Małgorzata Milewska-Kita,

Seweryn Reszka, Alicja i Janusz Toboła, Anna Drutis,

Urszula Urbańska, Jan Hoffmann

Adres: 1320 Mississauga Valley Blvd. Apt. 511, Mississauga ON L5A 3S9

e-mail: studiopuls2020@gmail.com. www.tygodnikpuls.com Tel. do redakcji: 647-922-7817

REDAKCJA PULS NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA TREŚĆ REKLAM
I NIE KONIECZNIE UTOŻSAMIA SIĘ Z TREŚCIĄ ARTYKUŁÓW.

CLEAN MAX CAR WASH LTD.

- Mycie samochodów wewnątrz i zewnątrz
- Szczegółowe czyszczenie wnętrza
- Ręczne suszenie i woskowanie
- 24 godzinna obsługa
- Gaz Propan 24 godziny (butle i samochody)
- Zniżka dla Seniorów

OTWARTE CODZIENNIE od 8:00 do 19:00
Tel. 905.625.1982
www.cleanmaxcarwash.net

2141 DUNDAS ST. EAST, MISSISSAUGA, ONTARIO L4X 1M3

PRZEPROWADZKI

Home Art Moving Delivery

- Niskie ceny
- Profesjonalne usługi
- Zniżki dla seniorów
- Bezplatna wycena
- Kupuję też używane meble

647-892-4675

**Eddie's Meat
and Deli Market**
zatrudni ekspedientkę
na stanowisko Deli,
full time.

Po więcej informacji
prosić Anetę lub Gosię.

Tel. 905-625-9617

Polska Credit Union 'St. Stanislaus - St. Casimir's
Polish Parishes Credit Union Limited'
(www.polcu.com)

POSZUKUJE KASJERÓW
do oddziałów
w **TORONTO i MISSISSAUGA.**
Pozycje pracy - na pełny etat.

Wymagana znajomość obsługi komputerów oraz
języka polskiego i angielskiego.
Podanie o pracę prosimy przesłać do
Human-Resources Department
na adres e-mail: falfust@polcu.com

POTRZEBNA KUCHARKA NA PÓŁ ETATU

DO POLSKIEJ RESTAURACJI
w MISSISSAUGA

Tel. 905-290-7000

REKLAMA, KTÓRĄ NAPRAWDĘ WIDAĆ

Ekran LED w Centrum Kultury
SUBSKRYPCJA MIESIĘCZNA



10 sekund Twojej reklamy jest
powtarzane ok. 240 razy dziennie
Opłata \$100 miesięcznie
CZYLI tylko \$3.00 DZIENNIE !!!

JAK DZIAŁA REKLAMA LED?

1. Przekazujesz gotowy plakat lub grafikę
2. Tworzymy dynamiczne video
- animacja/edycja grafiki dostępna za dodatkową
opłatą (opcja extra).
3. Reklama wyświetlana jest codziennie,
przez cały miesiąc, bez przerw.
4. Klienci zapamiętują Twoje logo
- wysoka częstotliwość emisji zwiększa
rozpoznawalność marki.

EKSPOZYCJA REKLAMY

- Ekran działa 16 godzin dziennie, 7 dni
w tygodniu, przez cały miesiąc.

KONKRETNE LICZBY

- Około 240 emisji dziennie
- Około 7200 emisji miesięcznie

KOSZT REKLAMY

- \$100.00 miesięcznie
 - To tylko \$3 dziennie!
- Limitowana ilość reklam - gwarancja lepszej
widoczności każdej firmy.
„Jedną z najtańszych i najbardziej widocznych
form reklamy lokalnej.”

ELEVATE DISPLAY

- Tel. 416-707-9340 • 416-417-2655
- E-mail: axislasers@hotmail.com
lub art@zecernia.ca

R E K L A M A

Polish Art Connections & Luminaris Art
zapraszają na

NAJŚMIESZNIEJSZE WYDARZENIE TEGOROCZNEJ ZIMY

KABARETOMANIA

OGRZEJ SIĘ DOWCIPEM!

28 LUTEGO 2026
GODZ. 19.00

JOHN PAUL II POLISH CULTURAL CENTRE
4300 CAWTHRA RD,
MISSISSAUGA, ON L4W 3P4

BILETY DO NABYCIA:

- Księgarnia Papier (Dorothy): 905.408.0400, Plaza Włosa 905.236.9994
- Plakart Theatre (Dorothy): 905.279.2666
- Polska Canadian Kultura Inc. Jaka Paska: 905.300.9990
- Nova Printing (905) 281-2221

oraz na stronie internetowej: www.luminarisart.com

INFORMACJA I REZERWACJA:
(416) 807-7768, (416) 414-7882, (416) 371-8972

BILETY: \$60, \$80

Wojtek GAWENDA
z Kabaretu Pod Białym

RAD70

SPONSORZY:

- RYWIEK
- domator TEAM
- Schiffert's BENTLEY
- JO & JOHN
- ANIA M. GODEK
- CANADA POLAND
- LEZAK

HOROSKOP

Baran

Szybko chwytaj korzystne okazje, które niesie Mars! Przyszłość ma dla Ciebie prawdziwe skarby: kasę, miłość, podróże...Od wtorku Słońce i Merkury dadzą Ci wiary w sukces. Do czwartku Mars będzie przynosił coraz to nowe zadania, a od piątku zachęci do uprawiania sportu i hobby. W poniedziałek i wtorek Księżyc wesprze Cię w szybkim załatwieniu ważnych spraw. Od piątku Księżyc pomoże Ci odreagować stresy, najlepiej na randce lub w kinie albo na koncercie. Wenus przypomina, że potrzebujesz trochę rozrywki i zabawy.

Byk

Szybko wyjaśnisz kilka trudnych spraw, ale może być trochę nerwowo. Dlatego częściej się do wszystkich uśmiechaj, może też upiec ciasto. Wróci humor. W poniedziałek i wtorek Księżyc doda Ci siły i w ekspresowym tempie uporaś się z ważnymi zadaniami. Od wtorku uważaj, bo Słońce i Merkury sprawią, że ludzie mogą się czepiać i nie rozumieć, jakie masz cele i poglądy. W środę i czwartek Księżyc wyjaśni zagadki. Jowisz w sekstylu zadba, byś był lubiany, nawet jeśli ktoś się na Ciebie złości. Do czwartku Mars zachęca do działania, ale od piątku przez Marsa uważaj na słowa, nie eskaluj konfliktów. W weekend odpocznij.

Bliznięta

Przed Tobą wspaniały tydzień, dlatego nie przejmuj się cudzym narzekaniem i o nic się nie martw. To Twój czas, więc realizuj swoje ambitne plany. Wenus zapewni Ci wspaniały nastrój. W poniedziałek i wtorek Księżyc sprzyja szybkim sukcesom. Od wtorku Słońce i Merkury zapewnią Ci jeszcze więcej szczęścia i rozwiążesz zagadki, które ostatnio trochę Cię stresowały. W środę i czwartek Księżyc radzi działać i nie tracić czasu na bezproduktywne dyskusje. Od piątku Mars i Księżyc zapowiadają zabawę, ale znajdź też chwilę na odpoczynek.

Rak

Unikaj kłótni z osobami, które są mniej doświadczone. Niech uczyć się na własnych błędach, a Ty sam pracuj na swój sukces. Mars do czwartku pomoże Ci szybko działać, a dzięki Jowiszowi nie zabraknie Ci optymizmu. Od wtorku spokojniej, bo Słońce i Merkury przestaną tworzyć nerwową opozycję do Twojego znaku. W środę i czwartek Księżyc radzi rozglądać się za nowymi okazjami, także do nauki. Saturn i Neptun sprawią, że zyskasz na tym więcej, niż sądzisz. Od piątku zwolnij tempo i odpocznij. Księżyc zadba o wygodę.

Lew

Sprzyja Ci szczęście, choć będziesz bardzo zaganiany. Bądź dobrej myśli, szukaj ludzi, którzy myślą podobnie do Ciebie, wszystko się uda! W poniedziałek i wtorek Księżyc radzi unikać sporów. Od wtorku Słońce i Mars zapewnią Ci powodzenie, jeśli tylko wykażesz się cierpliwością i nie dasz się podpuścić do niepotrzebnych kłótni. Mars od piątku też zachęca do działania, tylko się nie spiesz. Wenus i Pluton spowodują, że i tak nic Ci nie ucieknie. Od piątku Księżyc przyniesie Ci powodzenie. W weekend znajdź czas na odpoczynek i odcięcie od tego, co Cię stresuje. Uran radzi skupić się na domu, kondycji i urodzie.

Panna

Zwolnij tempo i nie porywaj się na zbyt ryzykowne przedsięwzięcia. Przemysł dobrze strategię i realizuj ją na spokojnie, a osiągniesz sukces. We wtorek Słońce i Merkury sprawią, że zrobi się spokojniej. Do czwartku Mars zapewni Ci powodzenie i pomoże zaplanować różne zadania. W środę i czwartek Księżyc każe uważać na ludzi, którzy obiecują zbyt wiele. Jowisz radzi, żebyś skupiła się na własnych sprawach. Uran sprzyja większym zyskom, ale Saturn i Neptun przestrzegają przed ryzykiem.

Waga

Będziesz miała siłę i optymizm, ale w weekend przeznacz więcej czasu na relaks i przyjemności. Zadbaj o pyszną dietę! W poniedziałek i wtorek Księżyc zapewni Ci świetny humor, a Wenus przyniesie szczęście w miłości. Od wtorku Słońce i Merkury ześlą dobre wiadomości i artystyczne natchnienie. Do czwartku Mars pomoże Ci dokończyć różne sprawy. Od piątku Mars sprzyja nauce, ciekawym spotkaniom i zakupom. W weekend postaw na relaks, bo od piątku Księżyc sprawi, że możesz być trochę przemęczona. Lepiej zająć się własną kondycją i zdrowiem, a nie od świtu gdzieś pędzić.

Skorpion

Staraj się brać rady i uwagi innych do serca, szczególnie od osób starszych. I śmiało pokazuj, co potrafisz, a zasłużysz na uznanie i premię! W poniedziałek i wtorek Księżyc radzi unikać stresu i ryzyka. Od wtorku Słońce i Merkury zapewnią Ci powodzenie – w niemal każdym aspekcie życia, jeśli tylko wykażesz się cierpliwością i dyplomacją. Wenus i Pluton zachęcają do działania, ale bez pośpiechu, z listą zadań. Jowisz, Saturn i Neptun sprawią, że i tak wszystko wykonasz, punkt po punkcie. W środę i czwartek Księżyc pozwoli poczuć się dobrze i oddać się zajęciom, które Cię odrestosowują.

Strzelec

Można będzie na Ciebie liczyć w każdej trudnej sprawie. Dodasz też otuchy komuś, kto zmagą się z różnymi problemami. W poniedziałek i wtorek Księżyc sprzyja podróżom, zakupom i nowym znajomościom. Od wtorku Słońce i Merkury przyniosą odkrywcze pomysły. Wenus radzi szukać pomocników, a nawet budować nowe koalicje. W środę i czwartek Księżyc przypomni Ci o zaległych sprawach, które musisz szybko załatwić. Saturn i Neptun przestrzegają, by nie odkładać niczego na później. Od piątku Księżyc pomoże zawierać nowe znajomości, a Mars pokaże, że warto wyznaczać sobie nowe cele.

Koziorożec

Szukaj nowych okazji, ale nie przesadzaj z ryzykiem. Do czwartku Mars radzi pilnować tego, co jest dla Ciebie ważne. We wtorek Słońce i Merkury opuszczają Twój znak i poczujesz, że możesz pozwolić sobie na więcej luzu. Jednak nie osiadaj na laurach, bo ważne sprawy same się nie załatwią i do czwartku Mars radzi wszystkiego pilnować. Jowisz sprzyja pracy i sukcesom. Saturn i Neptun we wszystkim Ci pomogą. Uciekaj tylko od nudy, rutyny i towarzyskich plotek. Jednak od piątku działaj ostrożnie. Księżyc każe nie spieszyć się z decyzjami.

Wodnik

Przed Tobą ważny tydzień. Słońce i Merkury pomogą Ci wykorzystać Twoje talenty w drodze do sukcesu. W poniedziałek i wtorek Księżyc poprawi Ci humor i doda optymizmu. Od wtorku Słońce i Merkury sprawią, że Twój autorytet wzrośnie i ludzie będą się z Tobą liczyć. Wenus sprzyja miłości i poprawie relacji. Pluton doda Ci wytrwałości. Jednak plany mogą się ciągle zmieniać, bo dzięki Uranowi to, co znane, wyda Ci się nudne. Od piątku Mars zachęca do aktywnego odpoczynku. Od piątku Księżyc zapowiada wyjazdy i spotkania z przyjaciółmi.

Ryby

Ktoś postawi przed Tobą wymagania, które okażą się prawdziwym wyzwaniem. Ogarniesz, jesteś teraz silniejsza, niż myślisz! Jowisz sprzyja działaniu i zapewni Ci szczęście do ludzi. Saturn i Neptun pomogą wywiązać się z obowiązków. Do czwartku Mars będzie dodawał Ci odwagi. W środę i czwartek Księżyc poprawi Ci humor i zagwarantuje szczęście w miłości. Uran sprzyja dobrej zabawie, randkom i sztuce. Dzięki niemu uda Ci się złapać trochę oddechu od codzienności.

KRZYŻÓWKA

niejeden ze ska-kanką	Seba-stian za kółkiem	psoty	Jędru-sik, aktorka	miejsce bitwy z 1812r.	miesz-kancki Talinnu	Okupnik z Blue Cafe	skały war-stwowe	góry w Turcji	pachnie jak skar-petka
					tradycy-jny strój japoński	miasto z tamą na Niu			Tade-usz, prezen-ter
syn króla Dawida	szale-niec					potrzeb-ne na planszy	autor "Lalki"		
					toster				
Dvorak, kompo-zytor	miesz-kaniec Berlina	publika, widzo-wie					Persja dziś		
					Azouka z boska			cecha dostoj-nego	święty z Padwy
wielkie rolki ma-teriału	buszcz z wełny owczej						pokryty piórami		
			złota Zyg-munta I	pośród kręco-nych włosów	przyja-ciel Garriel-da	pamięć kompu-tera	ptak nocny	algierski port	otacza lagunę
zawiera-cha	dzielną histonę	kolor w kartach	rodzina malpa-tek						patron Szwecji
							pięknie mówi		
...Broc-kovich w filmie			...Wilde, piosen-karka				za loko-motywą		
głos świersz-cza						izowy przy oku			

"Uważam, że to psychologicznie niezbędne do osiągnięcia sukcesu. Sądzę, że własność daje coś, czego nie można uzyskać przez dzierżawę czy traktat. Posiadanie daje dostęp do rzeczy i elementów, których nie da się zdobyć, podpisując tylko dokument" - prezydent Donald Trump w odpowiedzi na pytanie czy ma zamiar przejąć Grenlandię

SUDOKU

	3	8					5	
7		9	4				1	
			3					2
6					3		2	
3							4	
5		4			8	9		
								3
	2	7			9			
9						2	6	4

POGODA

Toronto

czwartek

piątek

sobota

niedziela

poniedziałek

wtorek

środa

- 2°

- 10°

- 13°

- 9°

- 10°

- 9°

- 7°



chaotyczna i subiektywna historia rocka • www.perfectrockband.pl

Rock'N'Roll@wnia

34 Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

<https://eskarbonka.wosp.org.pl/cocabicyga> - tu można wspomóc Orkiestrę.

Jak co roku w styczniu, od 34 lat, odbędzie się finał WOŚP.

W Toronto Orkiestra będzie grała w restauracji Fregata (1900 Dundas St. W. - Mississauga). Koncert poprowadzi Ursula Madey z Radia Bis Hamilton (101.5 FM) a wystąpią: duet wokalny ARTEMYAK i rockowa grupa FAZA, a do tańca zagrają DJ West i DJ Andy. Dla dzieci zajęcia plastyczne - malowanie plakatu WOŚP. Portrety na żywo proponuje Paint Brush Fashion.

Odbędą się licytacje: bilety na mecze Toronto Maple Leafs i Toronto Raptors, biżuteria Anya Bloom, gadżety WOŚP i wiele innych atrakcji oraz Świąteczko Do Nieba.



Konsul Generalny RP w Toronto - p. Marek Ciesielczuk zachęca do zbiórki na Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy.

Moi Faworyci - FAZA Polski Rock



KONCERT FINAŁOWY
NIEDZIELA, 25.01.2026 godz. 14
"FREGATA"
1900 Dundas St E, Mississauga

W PROGRAMIE KONCERTU:

wystąpią:

JAK CO ROK
MALUJEMY Z DZIEĆMI
OBRAZ Z SERCEM

DZIECI PROJEKTUJĄ
PLAKATY WOŚP

PORTRETY NA ŻYWO
by PAINT BRUSH FASHION

LICYTACJE

BILETY:
TORONTO MAPLE LEAFS VS PHILADELPHIA FLYERS
TORONTO RAPTORS VS DETROIT PISTONS

BIŻUTERIA ANYA BLOOM
SZTUKA
USŁUGI
GADŻETY WOŚP

... I WIELE INNYCH

NA PARKIET ZAPRASZAJĄ

ARTEMYAK - VOCAL DUET

FAZA ROCK BAND

WEST

ANDY

koncert poprowadzi **Ursula Madey**

www.wosp.ca email: sztabtoronto@gmail.com

wsparcia nas mediafne

ZIOŁA

200 ziół różnych gatunków

Health From Nature

(na rynku od 1989 roku)

47 Roncesvalles Ave. Toronto

(416) 532-9805

info@healthfromnature.ca





Chce spełnić swoje ostatnie marzenie

Krzysztof Baranowski wdowiec po Bogumile Wander chce spełnić ostatnie marzenie.

Bogumiła Wander była jedną z największych gwiazd w historii Telewizji Polskiej. Jej imponująca kariera, która rozpoczęła się jeszcze w latach siedemdziesiątych, sprawiła, że do dziś wspomina się ją jako prawdziwą ikonę mediów publicznych.

Do jej znaków rozpoznawczych należała elegancja, nienaganna dykcja i wyjątkowy profesjonalizm. Nic więc dziwnego, że wiadomość o odejściu 80-letniej prezenterki poruszyła nie tylko jej bliskich i przyjaciół, ale także całe środowisko rodzimego dziennikarstwa.

Opiekę nad chorującą kobietą sprawował jej mąż - Krzysztof Baranowski. Niestety, z czasem stan 80-latki mocno się pogorszył, więc trafiła ona do ośrodka, w którym mogła liczyć na profesjonalną opiekę.

86-letni podróżnik mocno przeżył stratę ukochanej żony. Mężczyzna, który dwukrotnie opłynął kulę ziemską, skupił się na swojej ulubionej aktywności i jakiś czas temu ogłosił ambitne plany, związane z kolejną odważną przygodą. Krzysztof Baranowski wyruszył w kolejny rejs.

"Na zakończenie życia chcę sprawić sobie jeszcze jedną wielką przyjemność, wyruszyć w rejs" - zdradził w rozmowie z mediami.

W tym samym wywiadzie mówił, że nie boi się przeciwności i ma zamiar po raz trzeci okrążyć Ziemię.

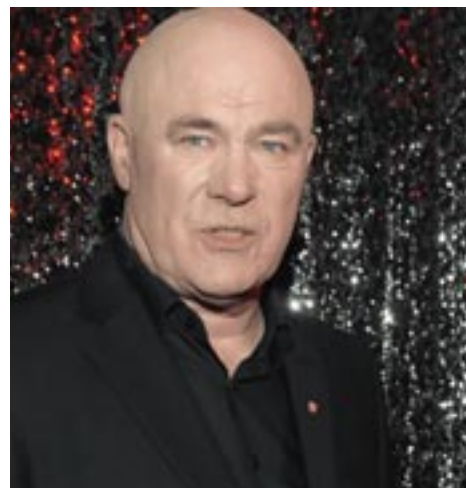
Niestety, ostatnio Krzysztof Baranowski wpadł w poważne tarapaty. Z powodu awarii autopilota zmuszony był przerwać rejs. Kapitan dryfował w okolicach Kanału Panamskiego, czekając na wsparcie.

"Postój jest konieczny, w oczekiwaniu na nadejście nowego autopilota. Zepsuł się już drugi autopilot i teraz zamówiłem już trzeci. Jak doleci, będę płynąć dalej" - relacjonował dziennikarzom.

W rozmowie przyznał, że sól morską, wilgoć i tropikalny skwar są bardzo niekorzystne dla każdego sprzętu elektronicznego.

"Tylko człowiek musi się trzymać. Daję radę. Trzymam się nieźle" - dodał. Legendarny żeglarz nie wie, ile jeszcze drogi zostało mu do pokonania.

"Trudno oszacować, ile już za nami. Jacht żaglowy nie jest tramwajem, który jeździ według rozkładu" - podsumował.



Rynkowski wraca na scenę

Ryszard Rynkowski miał niezwykle trudny 2025 rok. W czerwcu znalazł się w centrum niemałego skandalu. Miał wrócić na scenę jesienią, jednak właśnie wtedy spotkała go największa strata. Niespodziewanie zmarła jego ukochana żona. Problemy piosenkarza nie mają końca - a teraz w sprawie najbliższych planów głos zabrał jego menadżer w oficjalnym oświadczeniu.

Ryszard Rynkowski wpadł w niemałe kłopoty w czerwcu 2025 roku. Spowodował wtedy kolizję drogową, niestety będąc pod wpływem. Potwierdziła to w listopadzie przedstawicielka prokuratury. Od wiosny muzyk mierzył się ze sporą krytyką. Do występowania na scenie miał wrócić dopiero 19 października, kiedy zaczynała się jego trasa koncertowa.

Niestety 18 września 2025 roku zmarła żona Ryszarda - Magdalena Edyta Rynkowska. Nagłe odejście ukochanej było niezwykle trudnym przeżyciem. Mało kto miał nadzieję, że artysta będzie w stanie występować w kolejnym miesiącu - na decyzję piosenkarza przyszło jednak trochę poczekać.

Jesienna trasa koncertowa Rynkowskiego obejmowała siedem miast: Warszawę, Wrocław, Piotrków Trybunalski, Radom, Kwidzyn, Piłę i Poznań. Jak sprawdziliśmy we wrześniu, większość biletów była już wyprzedana. 6 października pojawiło się wreszcie oświadczenie menedżera piosenkarza, Bogdana Zepa. Potwierdziły się smutne przypuszczenia.

"Koncert w Warszawie się nie odbędzie, przenieśliśmy wszystko na wiosnę. Wszystkie październikowe koncerty są przeniesione na wiosnę" - mówił wtedy.

Fani rozumieli, że muzyk potrzebuje cza-

su, aby dojść do siebie po stracie. Teraz jednak w sprawie pojawiły się nowe, nieoczekiwane informacje. Choć w oświadczeniu menadżera jest mowa o wiosnie, wygląda na to, że Rynkowski wróci na scenę znacznie wcześniej.

Z informacji zawartych na portalach zajmujących się sprzedażą biletów wynika, że pierwszy koncert Rynkowskiego jest zaplanowany już na 31 stycznia 2026 roku. Wydarzenie ma odbyć się w Pruszkowie.

Widać jednak wyraźnie, że Ryszard nie rzuca się w wir pracy. W pierwszej połowie roku będzie występować średnio raz w miesiącu. Po Pruszkowie zagra koncert w Tomaszowie Mazowieckim - 2 lutego, a później 22 marca pojawi się w Warszawie. Na kwiecień zaplanowano dwa wydarzenia - we Włocławku i Piotrkowie Trybunalskim.



Wakacje z Pazurami

Cezary Pazura oraz jego żona Edyta świetnie czują się w roli celebrytów i czerpią ze swojego statusu pełnymi garściami. W zeszłym roku zdecydowali się zaprosić chętnych fanów na wspólne wakacje. Tym razem również ruszają z podobnym przedsięwzięciem. Okazuje się jednak, że na taki wyjazd będą mogli pozwolić sobie tylko nieliczni.

Związek Cezarego Pazury z młodszą o niemal trzy dekady Edytą Zając od samego początku budził w całym kraju ogromne emocje.

W mediach pojawiało się wiele krytycznych komentarzy i miało to bardzo negatywny wpływ na zakochanych, sprawiając, że trudno było im budować bliskość.

Na szczęście małżonkom udało się uporać z trudnościami i dziś tworzą jedną z najbardziej zgranych par w rodzimym show-biznesie.

Aktor i jego druga połówka znakomicie

dogadują się nie tylko w kwestiach prywatnych, ale także zawodowych, pełnymi garściami czerpiąc ze swojej popularności.

W zeszłym roku gwiazdor kina wraz z żoną zaoferował fanom możliwość spędzenia urlopu w swoim towarzystwie. Chociaż aby przeżyć taką przygodę, trzeba było głębiej sięgnąć do kieszeni, chętnych nie zabrakło.

Nic więc dziwnego, że w tym sezonie celebryci ruszają z podobnym przedsięwzięciem i mają zamiar zwiedzić Sri Lankę oraz Malediwy.

Dla urlopowiczów przewidziane są liczne atrakcje, w tym wycieczki i pobyt w pięciogwiazdkowych hotelach. Nie zabraknie także wyjątkowych posiłków oraz polskiego przewodnika.

Niestety na wakacje w towarzystwie Cezarego Pazury i jego żony Edyty będą mogli pozwolić sobie jedynie bardziej zamożni wielbiciele pary - 10-dniowy pobyt w towarzystwie celebrytów został wyceniony na 5,9 tys. dolarów.

Jakby tego było mało, kwota nie uwzględnia kosztów przelotu.

"To już nasz czwarty wspólny wyjazd. Zainteresowanie tym razem, jeśli chodzi o kierunek, było naprawdę bardzo duże (...). Trzon grupy zawsze jest stały. Zawiązały się między nami niesamowite przyjaźnie. Natomiast doszło kilka dodatkowych, nowych osób, co też nas bardzo cieszy" -

"Cena podana jest w dolarach, dlatego że rynek walutowy bardzo dynamicznie się zmienia. Ponieważ wyjazd jest za parę miesięcy, nie wiemy, co się wydarzy" - dodała.

W wyprawę z małżeństwem Pazurów wybierze się jednak jedynie 15 szczęśliwców.

"Przed wszystkim chcemy utrzymać kameralny charakter tych wyjazdów. Duża grupa nie jest w stanie wejść wszędzie. Nam zależy, żeby to były wyjątkowe miejsca. Poza tym atrakcje i program, który przygotowujemy - przy dużej grupie nie bylibyśmy w stanie tego zrealizować" - podsumowała Edyta. ■

**Czytasz
PULS
wiesz
więcej**

www.puls-toronto.com



1005 Garrison Road
FORT ERIE
 Ontario L2A 1N8

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!

- OFERUJEMY:** świeże wędliny • ciasta • pieczywo
 • nabiał • napoje • słodycze • polskie gazety
 • wyroby domowej roboty: pierogi, gołąbki, krokiety, sałatki, zupy
 • inne polskie produkty i wiele więcej...

PONIEDZIAŁKI - SENIORS DAY
10% OFF

Tel. 905-380-4026

WEBSITE:

www.elvis-deli.com

GODZINY OTWARCIA

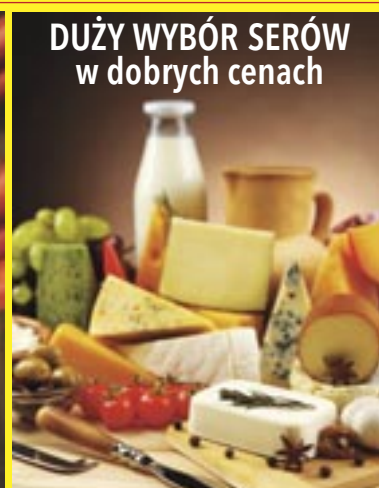
- poniedziałek - środa - 10:00 am - 5:00 pm
 czwartek - piątek - 10:00 am - 6:00 pm
 sobota - 10:00 am - 3:00 pm
 • **niedziela** - nieczynne



Sprzedajemy wyroby produkowane przez
 SUPER SAUSAGE Z HAMILTON • EDDIE'S MEAT & DELI MARKET
 i BRANDT z Mississauga i WAGNER'S MEAT z Toronto



DUŻY WYBÓR SERÓW
 w dobrych cenach



Dodatkowa lokalizacja



12 King. St. Welland,
ON, L3B 3H9



**NAJWAŻNIEJSZE
POZOSTAŁO BEZ ZMIAN**

**PIWO ŁOMŻA
NAJWYŻSZA JAKOŚĆ
PROSTO Z POLSKI**

W roku 1968 z dala od wielkomiejskiego zgiełku w browarze w Łomży uwarzono pierwsze piwo typu Lager. Od tego czasu nasi browarnicy tworzą piwo, które **leżakując w swoim tempie** dojrzewa do pełni smaku.

DOSTĘPNE: w sklepach LCBO oraz w wybranych supermarketach.
Jeżeli nie ma piwa Łomża w Twoim sklepie, poproś managera by je zamówił.

NUMER PRODUKTU: 540815