

PLUS

BEZPŁATNY TYGODNIK W NOWYM JORKU

9 grudnia 2024

nr 50 (727)

December 9, 2024

BOM BLOCK O'TOOLE & MURPHY, LLP
WIERZBIICKI
WYPADKI • 646-351-8611
str. 2
POLSKI IMIGRANT OTRZYMUJE
BLISKO \$5MLN ZA WYPADEK
BUDOWLANY
ODSZKODOWANIA

Polski Gabinet Optyczny
EURO OPTICAL

Badanie wzroku - okulary i szkła kontaktowe
Diagnostyka i leczenie oczu
(alergie, infekcje, suche oczy,
usuwanie ciała obcego i inne dolegliwości)

Kontrola krótkowzroczności u dzieci
(szkła kontaktowe lub krople Atropine)

Szeroki wybór opraw okularowych i okularów słonecznych
(Prada, Gucci, RayBan, Tiffany&Co. i wiele innych)

Lekarz przyjmuje 4 dni w tygodniu
Gabinet otwarty
- od poniedziałku do soboty

65-45 Myrtle Ave
Glendale, NY 11385
718-366-7850
www.euro-optical.com

Akceptujemy większość
ubezpieczeń i planów unijnych

Mówimy po polsku
Serdecznie zapraszamy!

Wesołych Świąt

N
NOWOKUNSKI LAW FIRM PLLC

ADWOKAT Z 15-LETNIM DOŚWIADCZENIEM
Joanna Ewa Nowokuński

- **ROZWODY (CONTESTED I UNCONTESTED)**
- **SPRAWY RODZINNE (CUSTODY I CHILD SUPPORT)**
- **SPRAWY KARNE (DUI, DOMESTIC VIOLENCE, ASSAULT, ETC)**
- **SPRAWY IMIGRACYJNE**

861 Manhattan Avenue,
Suite 6, Brooklyn, NY 11222

MÓWIMY PO POLSKU! SE HABLA ESPAÑOL!
347-743-9058
TELEFONY CZYNNE CAŁĄ DOBĘ

www.jenlawgroup.com

Wszystkie WYPADKI

- Wypadki budowlane
- Błędy w sztuce lekarskiej
- Workers' Compensation
- Wypadki samochodowe
- Zaniedbania w domach opieki
- Potknięcia i poślizgnięcia

BROOKLYN • QUEENS • MANHATTAN
Zadzwoń teraz po bezpłatną konsultację: 516-202-7114
Adwokat ★★★★★

Edward Sanocki

JOANNA GWOZDZ
ATTORNEY AT LAW

str. 14

Czy małoletni ma dostęp do odziedziczonych pieniędzy?

122 Nassau Avenue,
Brooklyn, New York 11222
T: 718-349-2300

Str. 22-23

PLUS

Miesięcznik dla polonijnych dzieci w USA w wieku 5-10 lat!

Publikacja, która wciągnie Twoją pociechę we wspólny świat polskich bajek, legend, wierszy i ciekawych tamtówek!

PODARUJ ROCZNĄ PRENUMERATĘ PLUSIKA POD CHOINKĘ

DUŻE ZMIANY PLANÓW UBEZPIECZENIOWYCH MEDICARE
Od 15 Października do 7 Grudnia 2024

STR. 8

HALINA RUP
718-926-5180
LICENCJONOWANY BROKER
NY, NJ, PA, FLORIDA, CT

POLSKI IMIGRANT OTRZYMUJE BLISKO 5 MILIONÓW DOLARÓW ZA WYPADEK BUDOWLANY

Pan Antoni urodził się w Wadowicach. Bierzmował go sam metro-polita krakowski Karol Wojtyła. Imigracja w Stanach Zjednoczonych to w przypadku Pana Antoniego walka ze słabościami i trudna wędrówka w poszukiwaniu nowego życia, które bezlitośnie doświadczyło go w młodzińskich latach. Liczę, że odszkodowanie za wypadek budowlany, którego doznał, zaraz po tym jak po raz kolejny podniósł się, pomoże mu stanąć na nogi, aby odbudować relacje z rodziną i pozwoli na komfortową emeryturę w Polsce.

W tym miesiącu zakończyliśmy sprawę polskiego nieudokumentowanego imigranta, który w wieku 60 lat uległ wypadkowi na budowie w jednej z dzielnic na Queensie.

W dniu zdarzenia nad ranem odnotowano lekkie opady deszczu. Nasz klient wraz ze współpracownikiem mieli za zadanie przenieść deski z jednego poziomu rusztowania na drugi. Deski były dosyć ciężkie, ponieważ przesiąkły wodą deszczową. Nasz klient odbierał deskę od pracownika, który stał na wyższym poziomie rusztowania. Deska wyslizgnęła się pracow-

nikowi z ręk i uderzyła naszego klienta w klatkę piersiową przez co stracił on równowagę, poślizgnął się na mokrej platformie, po czym potknął się o deskę, która służyła jako wspornik pod kolejne piętro rusztowania. Poszkodowany poczuł ostry przeszywający ból w lewej kostce i uderzył kręgosłupem o rusztowanie.

Jak się później okazało, kostka uległa złamaniu. Konieczne było operacyjne zespolenie złamanych kości przy użyciu tytanowych płytek. Poszkodowany uskarżał się również na ból w kręgosłupie, który

wymagał długiego leczenia.

W tym przypadku sprawa sądowa została założona w sądzie cywilnym przeciwko właścicielowi inwestycji i firmie, która zbudowała rusztowanie. W pozwie wezwaliśmy pozwanych do zapłaty odszkodowania za doznany ból i cierpienie. Ubezpieczenie Workers' Compensation pracodawcy pokryło wszelkie koszty leczenia. W tej sprawie poszkodowany nie rościł utraconych zarobków, ponieważ w momencie zdarzenia był już w wieku przedemerytalnym i jako nieudokumentowany imigrant nie składał rozliczeń podatkowych. Wnieśliśmy jednak o odszkodowanie za koszty leczenia, które poszkodowany mógłby ponieść w przyszłości.

Po przeprowadzeniu przesłuchań sądowych złożyliśmy wniosek do sądu o orzeczenie odpowiedzialności cywilnej pozwanych. Prawnicy firmy ubezpieczeniowej agresywnie bronili sprawy, ale ostatecznie sędzia uznał, że pozwani nie zapewnili poszkodowanemu bezpiecznych warunków pracy i uznali pozwanych za odpowiedzialnych. W tym momencie zaczęto naliczać

odsetki od przyszłego werdyktu sądowego w wysokości 9 procent rocznie. Obrona wniosła apelację.

Na tydzień przed procesem sądowym po ponad trzech latach walki sądowej, pozwani zgodzili się wypłacić poszkodowanemu odszkodowanie w wysokości \$4,700,000.

Mediację prowadzili adwokaci Paweł P. Wierzbicki oraz Daniel O'Toole. Prowadziliśmy zarówno sprawę Workers' Compensation jak i sprawę cywilną klienta.

Mecenas Paweł P. Wierzbicki, Esq.
Jeżeli Państwo lub Państwa bliscy doznali obrażeń cielesnych w wyniku wypadku, zachęcam do kontaktu z naszą kancelarią. Aby umówić się na bezpłatną konsultację i porozmawiać bezpośrednio z mecenasem Wierzbickim w języku polskim mogą Państwo dzwonić na numer 646-863-5538 lub wysłać e-mail z zapytaniem na adres pwierzbicki@blockotoole.com.

Więcej bezpłatnych materiałów informacyjnych mogą Państwo znaleźć na naszej stronie internetowej www.blockotoole.com.

BOM BLOCK O'TOOLE & MURPHY, LLP
WIERZBICKI
WYPADKI • 646-351-8611

ODSZKODOWANIA
646•351•8611 | www.blockotoole.com

WYPADKI:

- W PRACY
- NA BUDOWIE
- SAMOCHODOWE
- NA POSESJI
- WORKERS COMPENSATION

NASZE WYNIKI MÓWIĄ SAME ZA SIEBIE:

- **PONAD MILIARD DOLARÓW UZYSKANYCH DLA NASZYCH KLIENTÓW**
- **NAJWYŻSZY WERDYKT SĄDOWY W STANIE NOWY JORK (110 MILIONÓW DOLARÓW)**
- **NAJWYŻSZE ODSZKODOWANIE W USA ZA WYPADEK BUDOWLANY**



**BEZPŁATNA KONSULTACJA BEZPOŚREDNIO
Z POLSKOJĘZYCZNYM ADWOKATEM**

Budynek One Penn Plaza, 53 piętro, Manhattan



Wszystkie WYPADKI



- Wypadki budowlane
- Błędy w sztuce lekarskiej
- Workers' Compensation
- Wypadki samochodowe
- Zaniedbania w domach opieki
- Potknięcia i poślizgnięcia

**Zadzwoń teraz
po bezpłatną
konsultację:
516-202-7114**

Adwokat ★★★★★
Edward Sanocki

WYPADKI W PRACY

\$4,250,000

Pracownik budowlany spadł z drabiny lądując na betonie, co spowodowało obrażenia prawego nadgarstka, prawego ramienia, prawego kolana i pleców, wymagające wielu operacji.

\$3,750,000

Pracownik budowlany stawiał rusztowanie na dachu. Drewniana deska, na której stał, pękła, powodując upadek z wysokości 10 stóp. Jego obrażenia obejmują złamania prawej nogi i złamania kręgow L1 i L2.

\$3,200,000

Pracownik budowlany spadł z wysokości około 5 stóp z drabiny podczas wieszania płyt gipsowo-kartonowych, raniąc dolną część pleców, lewe ramię i lewe kolano.

WYPADKI SAMOCHODOWE

\$11,200,000

Motocyklista potrącony przez pojazd podczas zawracania, doznający urazu rdzenia kręgowego skutkującego paraplegią i koniecznością poruszania się na wózku inwalidzkim.

BŁĘDY MEDYCZNE

\$62,000,000

Przebiecie jelita podczas laparoskopii powodującej wstrząs septyczny i konieczność wykonania kolostomii, gangrenę kończyn dolnych, obustronną amputację poniżej kolana i uszkodzeniem nerwu przedślonkowo-ślimakowego powodującą ciężką trwałą utratę słuchu.



SNT

Sanocki Newman & Turret, LLP

**Zadzwoń teraz po bezpłatną
konsultację: 516-202-7114**

Brooklyn • Queens • Manhattan

www.AdwokatSanocki.com

Co trzecia osoba w wieku 25–34 lata nadal mieszka Z RODZICAMI



1,7 mln, czyli 33 proc., młodych Polaków to tzw. gniazdownicy. – To osoby w wieku od 25 do 34 lat, które nadal mieszkają z rodzicami, nie posiadają własnych dzieci, współmałżonka, nie są również po rozwodzie lub nie są wdowcami – tłumaczy Paweł Murawski, konsultant z Głównego Urzędu Statystycznego. Zjawisko to jest silniejsze wśród mężczyzn i na obszarach mniej zaludnionych. W dużych miastach i aglomeracjach odsetek gniazdowników jest znacznie niższy.

Główny Urząd Statystyczny (GUS) w 2018 roku po raz pierwszy zbadał zjawisko charakterystyczne głównie dla południa Europy, ale istniejące również w Polsce. Mowa o gniazdownikach, czyli osobach w wieku 25–34 lata, którzy nadal mieszkają z rodzicami i nie założyli własnej rodziny. Obecnie GUS opublikował wyniki drugiej edycji badania odnoszącego się do sytuacji w 2022 roku. Jak wynika z najnowszych danych, odsetek gniazdowników w Polsce spadł w porównaniu do sytuacji sprzed sześciu lat.

– Co trzecia osoba w przedziale wieku 25–34 lata jest gniazdownikiem, czyli 33 proc. tej grupy. To jest już druga edycja badania, w tej edycji minimalnie liczba gniazdowników spadła, wcześniej było to 36 proc. – mówi Paweł Murawski.

Definicja „gniazdownika” jest precyzyjnie określona. Nie obejmuje ona np. osób, które

mają dzieci lub wróciły do rodzinnego domu po rozwodzie czy z powodu wdowieństwa. W jej granicach nie mieszczą się również osoby, które w przeszłości wyemigrowały do innego miasta lub za granicę i z jakichś powodów wróciły do rodziców.

– Dużo więcej gniazdowników stanowią mężczyźni. W tej najwyższej kategorii wieku 34 lat dwa razy więcej jest mężczyzn gniazdowników niż kobiet – tłumaczy konsultant GUS.

W 2022 roku odsetek mężczyzn wśród gniazdowników wyniósł 63 proc., a wśród kobiet – 37 proc. Główny Urząd Statystyczny zbadał to zjawisko także w rozbiciu terytorialnym. W Polsce jest 659 gmin, w których mężczyźni gniazdownicy stanowią połowę męskiej populacji w tym przedziale wiekowym, natomiast wskaźnik dla kobiet powyżej 50 proc. osiągnęła tylko jedna gmina.



Największy odsetek gniazdowników odnotowano w województwach: świętokrzyskim (41 proc.), podkarpackim i lubelskim (po 39 proc.). Najmniejszy – nieprzekraczający 30 proc. – wystąpił w województwach: mazowieckim, pomorskim i dolnośląskim. Ponad połowa gniazdowników mieszkała w miastach, jednak zjawisko to jest wyraźnie mniejsze w dużych miastach oraz aglomeracjach. Tam gniazdowników statystycznie jest najmniej.

– Gniazdownicy zamieszkują przede wszystkim obszary o niskiej gęstości zaludnienia, obszary wiejskie. Jeśli chodzi o ich aktywność ekonomiczną, większość z nich pracuje. Jest to podobny odsetek jak w ogóle w społeczeństwie. Jeśli chodzi o ich wykształcenie, to wśród kobiet połowa z gniazdowników ma wykształcenie wyższe, wśród mężczyzn jest to jedna czwarta

– wylicza
Paweł Murawski.

Zjawisko gniazdowników, choć badane oficjalnie przez GUS od sześciu lat, nie jest czymś nowym w polskim społeczeństwie, również w Europie. Patrząc na nie w szerszym, europejskim aspekcie, widać, że na kontynencie jest ono mocno zróżnicowane. Upraszczając, na południu Europy to dość powszechne zjawisko, a im dalej na północ Starego Kontynentu, tym odsetek gniazdowników jest mniejszy. Polska klasyfikuje się mniej więcej w połowie stawki.

– We Włoszech czy w Hiszpanii nawet połowa

osób jest gniazdownikami, natomiast na północy Europy, w krajach skandynawskich, ta kultura wychodzenia z domu rodzinnego jest trochę inna. Tam w wieku już 18–19 lat osoby wyprowadzają się od rodziców i mieszkają niezależnie – zauważa ekspert GUS.

Przyczyny zjawiska nie są jednorodne i mogą wynikać – poza uwarunkowaniami kulturowymi – także ze względów ekonomicznych, społecznych czy zdrowotnych.

– Po części na pewno jest to sytuacja taka, że te osoby same są niepełnosprawne, więc nie mogą opuścić domu rodzinnego, albo mają niepełnosprawnych rodziców i muszą się nimi zająć, ale to jest niewielki odsetek – zauważa Paweł Murawski. – Wśród gniazdowników jest ponad dwukrotnie więcej osób niepełnosprawnych niż w grupie osób, które się już z domu wyprowadziły. Badaliśmy też niepełnosprawność rodziców gniazdowników i wyszło nam, że dużo więcej rodziców gniazdowników jest niepełnosprawnych niż wśród osób, które już dom rodzinny opuściły.

Liczba gniazdowników z niepełnosprawnościami na koniec 2022 roku wyniosła 102 tys., co stanowiło 5,9 proc. badanej populacji.

Z kolei co piąty gniazdownik miał rodzica z orzeczeniem o niepełnosprawności. Częściej niepełnosprawność dotyczyła matek niż ojców czy obojga rodziców.

Występowały też przypadki (1,7 proc. gniazdowników), gdzie zarówno rodzic, jak i gniazdownik były osobami z niepełnosprawnościami. Największy odsetek gniazdowników, którzy mieszkają z co najmniej jednym rodzicem z niepełnosprawnością, zanotowano w województwie lubuskim (30 proc.), najniższy w mazowieckim i opolskim (po 14 proc.).

– Liczba gniazdowników spada bardzo dynamicznie wraz z wiekiem. W wieku 25 lat ponad połowa osób jest gniazdownikami, a w wieku 34 tylko 20 proc., więc te osoby opuszczają dom rodzinny, tylko w trochę późniejszym czasie. To kobiety dużo szybciej opuszczają dom rodzinny niż mężczyźni – wyjaśnia konsultant GUS. – Granica wejścia w dorosłość z całą pewnością się przesunęła i to wynika nie tylko z naszych badań, ale też z informacji o czasie zawierania małżeństw, który jest z roku na rok coraz późniejszy. Przyczyny są tego bardzo różne, przede wszystkim są to zmiany kulturowe oraz kształcenie się osób przez dłuższy czas – coraz więcej osób kontynuuje naukę na poziomie wyższym lub nawet doktoranckim, to też determinuje to, że one później opuszczają dom rodzinny.

Źródło: newseria.pl

Czego pracodawca może się o tobie dowiedzieć

Zanim zaczniesz ubiegać się o pracę w USA, powinieneś wiedzieć wszystko o "background check", czyli o weryfikacji kandydatów przez pracodawcę, szczególnie, jeżeli jest coś w twojej przeszłości, co wolałbyś zachować dla siebie.

Program minimum

Zanim rozpoczniesz pracę w nowym miejscu, pracodawca zechce sprawdzić, czy jesteś uprawniony do pracy w Stanach Zjednoczonych, bo tego wymagają przepisy. Nawet jeżeli jesteś amerykańskim obywatelem i mówisz bez cienia akcentu, musisz okazać pracodawcy dokumenty, które udowodnią twoją tożsamość oraz prawo do pracy w USA. Nie później niż w pierwszym dniu po zatrudnieniu wypełnisz formularz I-9, a pracodawca zweryfikuje twoje dokumenty wyliczone w instrukcjach tego formularza (www.uscis.gov/files/form/i-9.pdf) przy pomocy komputerowego systemu zwanego E-Verify.

Na pozór na tym kończą się formalności. W rzeczywistości, zanim dostaniesz ofertę pracy, większy zakład pracy dokładnie cię prześwietli. Możesz nawet nie zauważyć, że na wniosku o pracę wstawiony jest paragraf, w którym wyrażasz zgodę na weryfikację swoich danych osobowych. Podpisując podanie, nie tylko ubiegasz się o zatrudnienie, ale również pozwalasz na wgląd do swoich kartotek w różnych bazach danych.

Kto może cię sprawdzić i dlaczego

Większość amerykańskich pracodawców jest ufnych: przyjmują na wiarę wszystko, co wpiszesz na podaniu o pracę i nie poproszą, żebyś przyniósł dyplom swojej szkoły czy pisemną opinię byłych pracodawców. Bądź jednak przygotowany na to, że pracodawcy skorzystają z usług którejś z firm wywiadowczych (screening company), która ma elektroniczny dostęp do wielu publicznych i utajonych danych oraz komercyjnych rejestrów. Wywiadownie zbierają i sprzedają informacje o osobach fizycznych i przedsiębiorstwach; wiele z nich specjalizuje się w ocenie potencjalnych pracowników (pre-employment screening).

Weryfikacja kandydatów (background check) może być powierzona albo bardzo staranna, zależnie od wymogów stanowiska i od ceny, jaką pracodawca jest

skłonny zapłacić. Najprostsza kontrola da tylko sprawdzian twojej historii kredytowej, podczas bardziej wnikliwej – detektyw dokładnie przeanalizuje twój życiorys.

Weryfikacja kandydatów jest wymagana w wielu resortach, takich jak usługi finansowe, obrót papierami wartościowymi, ochrona zdrowia, edukacja. Rodziny zatrudniające domowy personel często sprawdzają opiekunki do dzieci, nianie, gospoście, kucharzy czy kierowców zanim przyjmą ich do swoich domów i powierzą im swoje dzieci.

W wojsku, telekomunikacji, resortach pracujących na potrzeby obrony narodowej obowiązkowa jest rządowa kontrola bezpieczeństwa – government security clearance. Jest to licencja wydana przez agendę rządu federalnego, która upoważnia pracownika do dostępu do zastrzeżonych informacji (classified information), czyli uważanych za poufne lub tajne przez amerykański rząd. Nie jest łatwo cudzoziemcom dostać security clearance.

Czasem posada niekoniecznie dotyczy zastrzeżonych informacji, lecz pracodawca chce potwierdzenia prawdziwości faktów podanych na wniosku czy podczas rozmowy kwalifikacyjnej.

Raport kredytowy i konsumencki

Raport kredytowy, po który może sięgnąć pracodawca, zawiera przede wszystkim informacje o zadłużeniach – obecnych i dawnych – oraz o terminowości ich spłat. Raport konsumencki natomiast zawiera więcej: dane dotyczące przeszłości kryminalnej, prowadzenia samochodu, zatrudnienia, edukacji oraz informacje będące w domenie publicznej (public information). Oto dane zawarte w konsumenckim raporcie: adres zamieszkania obecny i poprzedni, status małżeński, numer Social Security; miejsce pracy obecne i poprzednie; roszczenia z tytułu ubezpieczenia od wypadków przy pracy (Workers Compensation claims); kartoteka medyczna, wojskowa; stan majątkowy, historia kryminalna,

wykształcenie, licencje zawodowe czy stanowe.

Konsumencki raport śledczy (investigative consumer report) posuwa się jeszcze dalej. Może zawierać bardzo osobiste szczegóły, takie jak reputacja czy charakter. Agencja wywiadowcza zdobywa te dane rozmawiając z sąsiadami, przyjaciółmi, współpracownikami itd. Raport śledczy bywa zamawiany przez kompanie ubezpieczeniowe czy bardzo wścibskich pracodawców.

Dla kierowców ważna jest też zawartość kartoteki drogowej. Możesz uzyskać dostęp do tej kartoteki osobiście albo za pomocą odpowiedniego serwisu (patrz <http://www.dmv.org/driving-records.php>).

Kto ma dostęp do twojego raportu kryminalnego

Od 2021 r. przepisy federalne zabraniają pytania o kryminalną przeszłość na wstępnych podaniach o pracę. Pracodawcy mogą oceniać przeszłość kryminalną kandydata dopiero w dalszych etapach procesu rekrutacji.

Sprawdzian kartoteki kryminalnej przezwany jest częścią background check i może wyjawiać ewentualne areszty i wyroki sądowe. Mając przeszłość kryminalną trudno jest znaleźć dobrą pracę, więc powinieneś dołożyć starań, by oczyścić swoją kartotekę, co wyjaśniam w książce pt. „Życie od nowa. Jak uporządkować problemy w urzędach”. Przepisy różnią się w poszczególnych stanach co do tego, kiedy pracodawca może odrzucić pracownika z powodu aresztu czy wyroku zapisanego w kryminalnej historii.

Potencjalny pracodawca nie może zamówić twojego raportu kryminalnego bez twojego pozwolenia. Jednak zazwyczaj udzielasz zgody

przez podpisanie wniosku o pracę, więc przeczytaj go uważnie. Jeżeli jesteś pytany, czy kiedyś byłeś karany za przestępstwo (felony), możesz uczciwie odpowiedzieć "nie", jeżeli byłeś skazany tylko za występki (misdemeanor).

Kiedy negatywne informacje się przedawniają

Ustawa Federal Fair Credit Reporting Act żąda, by informacje kredytowe i kryminalne starsze niż siedem lat zostały uznane za przedawnione, chyba że ktoś ubiega się o posadę, która płaci rocznie 75,000 dol. lub więcej, albo ubiega się o kredyt czy ubezpieczenie na życie wartę ponad 150,000 dol. Wyjątkiem jest również bankructwo, które pozostaje w kartotekach 10 lat od daty wyroku.

Wniosek

Zanim złożysz wniosek o nową pracę upewnij się, że informacje o tobie w różnych kartotekach są prawidłowe i korzystne. A jeżeli nie są, to bądź gotów wyjaśnić to potencjalnemu pracodawcy. W kolejnym numerze wyjaśnię, jak przepisy chronią twoją prywatność i jakie dają ci uprawnienia. Opiszę, kto ma dostęp do twojego raportu kryminalnego oraz co możesz zrobić, gdy odmówiono ci pracy z powodu zawartości twojego konsumenckiego raportu.

Elżbieta Baumgartner

Elżbieta Baumgartner jest autorką wielu książek-poradników, m.in. „Praca w Ameryce”, „Otwieram biznes”, „Życie od nowa”, „Powrót do Polski” i inne. Są one dostępne w wersji elektronicznej w witrynie Poradnika Sukces: www.Poradnik-Sukces.com, pocztą poczta@poradniksukces.com, tel. 1-718-224-3492.

Planowanie spadkowe

czyli jak uporządkować swoje sprawy w Stanach i w Polsce

Zadbaj o swoich bliskich, przekaz dorobek w odpowiednie ręce bez podatków i sądów. Pomoże w tym książka Elżbiety Baumgartner

"Planowanie spadkowe w Stanach i w Polsce" dostępna tylko w wersji elektronicznej w witrynie www.PoradnikSukces.com, tel. 718-224-3492, pocztą poczta@poradniksukces.com.

Również dostępne są: „Jak chować pieniądze przed fiskusem”, „Podręcznik ochrony majątkowej”, „Obywatelstwo z przeszkodami” i dwadzieścia kilka innych poradników.

www.PoradnikSukces.com

WYCIECZKI

Busem z Polskim przewodnikiem

Wycieczki dla osób "solo", par i rodzin

Floryda sylwestrowa - 10 dni: od 26 grudnia
(busem, dla osób „solo”, par i rodzin)

Waszyngton DC/dla szkoły / 1 dzień - 5 kwietnia 2025

Kaniony, Parki Narodowe, Dookoła USA /
16 dni 17 maja - 01 czerwca

PONADTO:

Niagara, Waszyngton, Nowy Jork (Christmas show 22 grudnia),
Amisze i inne wycieczki

Zobacz: www.ampolinc.com Napisz: ampoltours@yahoo.com Zadzwoni: 609-647-9054

Zobacz www.RadioRampa.com,

Agencja Anna-Pol Travel: 821 Manhattan Ave. Tel: 718-349-2423

Wescom Agency: 99 Norman Ave. Brooklyn, Tel: 718-383-7773

POLAMER

Szybka. Niezawodna. Polska.

Twoja zaufana firma wysyłkowa od 50 lat!

- **Paczki Lotnicze i Morskie** - do Polski i Europy
- **Kontenery** - z każdego miejsca w USA do każdego miejsca w Polsce
- **Mienie Przesiedlenia**
- **Samochody, Motocykle, Łodzie**
- **Przesyłki Komercyjne**
- **PolamerSEND** - paczki do Polski z każdego miejsca w USA
- **Dolary do Polski** - do odbioru w gotówce, na konto, nawet do domu
- **Bilety Lotnicze i Wakacje All-Inclusive**
- **Kwiaty** na każdy adres w Polsce
- **Zestawy** gotowe na każdą okazję

GREENPOINT

167 Greenpoint Ave.
Brooklyn NY 11222
Tel: (718) 349 1319

ROSELLE

275 Cox St.
Roselle, N.J. 07203
Tel: (908) 352 9100

MASPETH

64-02 Flushing Ave.
Maspeth NY 11378
Tel: (718) 326 2260

WALLINGTON

130 Main Ave.
Wallington NJ 07057
Tel: (973) 779 6613

www.polamerNY.com



DJ ADAMBAND
PROFESJONALNA OPRAWA
MŹYCZNA NA KAŻDĄ OKAZJĘ

- ✓ WESELA
- ✓ URODZINY
- ✓ CHRZCINY
- ✓ KOMUNIE
- I INNE IMPREZY

Adam Chrola
Tel. (203) 308-1791

eurodental
studio
est. 2005

Piękny uśmiech
to nasza specjalność!

✓ Kosmetyka dentystyczna

wybielanie - licówki kompozytowe - licówki porcelanowe

✓ Implanty

✓ Leczenie kanałowe

✓ Leczenie paradontozy

✓ Stomatologia cyfrowa

✓ Invisalign



Niech twój
uśmiech zabłyśnie!

Mówimy
po polsku

Akceptujemy
większość
ubezpieczeń!

150 Java Street, Brooklyn, NY 11222
718-389-1120

www.eurodentalstudiony.com

68-63 Fresh Pond Rd. Ridgewood, NY 11385
718-417-4544

Oman – CZ.2

Zwiedzając Maskat

Początek nowoczesnego państwa datuje się dopiero na 1970 rok, kiedy to Kabus ibn Said pokojowo (z pomocą Brytyjczyków) przejął władzę po swoim ojcu, umocnił pokój z plemionami wewnątrz kraju, i nazwał swój kraj Sułtanatem Omanu.

Sułtan rozbudował i unowocześnił morski port w Matrah i stworzył sprawnie funkcjonujący, międzynarodowy port lotniczy, gdzie turyści z większości państw świata otrzymują wizę na miejscu. Panującym ustrojem jest monarchia dziedziczna, jednakże władca konsultuje swoje decyzje w tradycyjnym zwyczaju konsensusu z jak największą ilością zainteresowanych stron. Największy dochód przyspa-

rza państwu eksploatacja bogatych złóż ropy naftowej i gazu ziemnego, spore dochody przynosi również wydobywanie rud miedzi, rybołówstwo i uprawy palmy daktylowej.

Liczba mieszkańców Maskatu wynosi obecnie (2024) 1,6 miliona, z czego mniej więcej połowa to zarobkowi imigranci. Tutaj znajdują się wszystkie najważniejsze instytucje kraju oraz Al Alam - pałac sułtana Omanu, a główną atrakcją turystyczną stolicy pozostaje portowa dzielnica Matrah z tradycyjnym bazarem (suk) oraz dzielnica Stary Maskat, gdzie znajduje się pałac sułtana i wspomniane powyżej portugalskie fortece z XVI wieku.

Turystyka raczej kuleje, gdyż wiedza o Omanie nadal pozostaje

znikoma - może to jest jednak powód, aby się tam udać? Fascynujący krajobrazowo Półwysep Musandam jest stosunkowo łatwo dostępny z niedalekiego Dubaju, jednakże dotarcie do Maskatu raczej wymaga komunikacji samolotowej, a więc droższej niż drogą lądową. Ceny noclegów w renomowanych, 4* hotelach niedaleko lotniska, wahają się w granicach \$100-150 za pokój w znośnych dla nas temperaturach w miesiącach zimowych, a najwygodniejszą i stosunkowo taną metodą na zwiedzanie miasta pozostaje nieoceniony Big Bus. Ten słynny w świecie turystyczny autobus typu „hop on, hop off” jest szczególnie przydatny w miastach rozległych, jak Maskat, gdzie spacerować raczej nie wchodzi w rachubę. Ważny jedną dobę bilet za ok. \$80 pozwala zwiedzać miasto według indywidualnych upodobań, z możliwością wysiadania i wsiadania tyle razy, ile tylko zechcemy. Z punktu widzenia pro-

fesjonalnej fotografii, osobiście preferuję bilet dwudobowy, za \$106, co pozwala nam drugiego dnia wybrać tylko atrakcje najciekawsze, wiedząc już, gdzie - i o jakiej godzinie - warto się stawić korzystając z optymalnego oświetlenia.

Mam nadzieję, że po takim przedstawieniu turystycznych walorów Maskatu, warto pomyśleć o jego odwiedzinach, przy okazji pobytu gdzieś w tym regionie świata. Szerokiej Drogi!

Tekst i zdjęcia: Andrzej Kulka

Autor jest zawodowym przewodnikiem i właścicielem biura podróży EXOTICA TRAVEL. Biuro organizuje wycieczki po całym świecie, w tym do Omanu i do Emiratów, od 8 grudnia 2024. Informacje i rezerwacje: EXOTICA TRAVEL, 6773 W. Belmont Ave, Chicago IL 60634. tel. (773) 237 7788, strona internetowa: <https://andrzejkulka.com/destinations/dubaj-oman-abu-dhabi/>



Pałac Sułtana Omanu



Brama wjazdowa do Maskatu

DUŻE ZMIANY PLANÓW UBEZPIECZENIOWYCH MEDICARE

Od 15 Października do 7 Grudnia 2024

PLANY SUPLEMENTAL AARP I ADVANTAGE

1. POMOC W ZAPISACH NA Medicare A+B
2. KOŃCZYSZ 65 LAT I POTRZEBUJESZ POMOCY W WYBORZE DODATKOWEGO PLANU DO Medicare?
3. PRZESTAŃ PŁACIĆ ZA Medicare \$174.90
4. ZNIŻKI NA LEKI (EPIC, extra Help)
5. OTC - DODATKOWE KARTY DLA SENIORÓW
\$215 - miesięcznie, można użyć do płacenia rachunków i żywności.

LOKALIZACJE:

987 Manhattan Ave, Brooklyn 9713 64 Rd, Queens 1120 Brighton Beach, Brooklyn



HALINA RUP
718-926-5180

LICENCJONOWANY BROKER
Nowy Jork, New Jersey, PA, FLORIDA, CT



Przystań łodzi, Maskat, Oman



Gmach parlamentu, Oman



Maskat, Oman



Kwiaty blisko pałacu sultana, Oman

Marta Marszalek
FLORIDA REALTOR

**MARZYSZ O FLORYDZIE?
SZUKASZ INWESTYCJI?**

ZADZWOŃ DO MNIE
727-454-8088

✉ **Marta1Realtor@gmail.com**
Buyer/Seller/Investor Representative

Jestem skutecznym i zaufanym agentem nieruchomości

CHARLES RUTENBERG REALTY
"The Standard of Excellence"

Okolice:
Palm Beach, FT Lauderdale, Miami, Clearwater,
Tampa, St. Petersburg, Sarasota

Biuro podróży EXOTICA TRAVEL
zaprasza na
WYCIECZKI
z polskim przewodnikiem

TAJLANDIA SINGAPUR BALI MALEZJA SYLWESTER
• 17 dni: 27 grudnia

SRI LANKA, MALEDIWY • 10 dni: 1 marca 2025

PERU • 10 dni, 26 kwietnia 2025

KENIA, TANZANIA, ZANZIBAR • 12 dni: 20 września 2025

MADAGASKAR • 11 dni: 3 października 2025

Bilety lotnicze, indywidualne pakiety APPLE VACATIONS: CANCUN – HAWAJE –
PUNTA CANA – PUERTO VALLARTA – DOMINIKANA – JAMAJKA

EXOTICA TRAVEL
6741 W Belmont Ave, Chicago IL 60634
tel. 773 237 7788 | facebook - andrzejkulka

www.andrzejkulka.com
email: andrzejkulka@aol.com

Brunetka wyjmując torebkę z cukierkami i pyta blondynkę:
 - Chcesz krówkę?
 - Nie, dziękuję jestem wegetarianką!



W przepełnionym tramwaju siedzi blady, siny wymęczony student.

Pod oczami sine cienie, przez lewą rękę przewieszony płaszcz.

Wsiada staruszka.

Student ustępuje jej miejsca i łapie się uchwyty.

Staruszka siada, ale zaniepokojona przygląda się studentowi:

- Przepraszam, młody człowieku! To bardzo ładnie, że zrobił mi pan miejsce, ale pan tak blado wygląda. Może pan chory? Może niech lepiej pan siada. Nie jest panu słabo?

- Ależ nie, nie! Niech pani siedzi. Ja tylko, widzi pani, jadę na egzamin, a całą noc się uczyłem, bo mam średnia 4,6 i chcę ją utrzymać.

- No to może da mi pan chociaż ten płaszcz do potrzymania?

- A, nie! Nie mogę! Zresztą to nie jest płaszcz. To kolega. On ma średnią 5.0.



Jeździ sobie Jasiu na rowerku koło domu i mówi:

- Mamusi, zobacz, jadę bez

jednej ręki.

- Mamusi, zobacz, jadę bez obu rąk.

- Mamusi, zobacz, jadę bez zębów.



Spotykają się dwa pająki.

Jeden pyta drugiego:

- Co robisz?

- Gram w muszki.

- A skąd je masz?

- Ściągnąłem sobie z sieci.



Spotyka doberman jamnika. Właściciel jamnika ostrzega właściciela dobermana:

- Weź Pan tego psa, bo to się źle skończy!

- Weź Pan lepiej tego swojego jamnika - odpowiada drugi - bo mój doberman zaraz go załatwi!

- Jak Pan chcesz - odpowiada właściciela jamnika.

Za chwilę oba psy wpadają na siebie i po krótkiej chwili doberman znokautowany, a jamnik jakby nigdy nic.

- Panie, sprzedaj Pan mi tego jamnika - prosi po chwili właściciel dobermana.

- Dobra, a za ile?

- Dam 3000 zł!

- Panie, 3000 zł kosztował krokodyl, a gdzie operacja plastyczna?

SPRZEDAŻ ♦ KUPNO ♦ WYNAJEM

EXIT
ALL SEASONS REALTY

NIERUCHOMOŚCI
QUEENS, BROOKLYN, LONG ISLAND
i STATEN ISLAND NY

BEZPŁATNA WYCENA

Jarosław Kaszuba
917-903-3106
Lic. RE Broker

Barbara Kot
917-862-3725
Lic. RE Broker

Z TYM OGŁOSZENIEM
Pokrywamy koszty adwokata przy sprzedaży domu do **\$2000**



Studentom warszawskich uczelni polecono nauczyć się na pamięć książki telefonicznej a potem zbadać ich reakcje na to polecenie.

Studenci uniwersytetu zapytali:

- Po jaką cholerę?

Studenci politechniki zaczęli robić ściągę, a studenci Akademii Medycznej zapytali tylko:

- Na kiedy.

Góry. Malarz maluje pejzaż. Podchodzi baca, patrzy jak artysta wiernie kopiuje widok i mówi:

- Cholera, ile to się człowiek musi namęczyć, jak nie ma aparatu.

Wykładowca zapisuje na tablicy cyfry 5, 4 i 3.

Następnie zwraca się do studentów:

- Proszę państwa, podnosimy rączki i ładnie machamy w kierunku tablicy!

Zaskoczeni studenci podnieśli ręce i machają.

Nauczyciel po chwili dodaje:

- I tym jakże optymistycznym i sympatycznym akcentem pożegnali się państwo z tymi ocenami



dompak
Jesteśmy Lepsi!

Z DOMPAK WYŚLESZ

- ✓ Paczki do Polski i Europy
- ✓ Serwis od drzwi do drzwi
- ✓ Mienia Przesiedlenia
- ✓ Samochody, Motocykle, ATV
- ✓ Wynajęcie części kontenera
- ✓ Kontenery małe i duże

ŚLEDZENIE PRZESYŁEK **POWIADOMIENIA EMAIL** **BEZPIECZNA DOSTAWA**

Ph: 732.325.3322

Przesyłki możesz nadać w biurach Dompak
oraz w autoryzowanych punktach NY, NJ, PA, CT, NC, VA

DOMPAK CORPORATION
201 Hartle St. Suite A,
NJ 08879, Sayreville
Ph: 732.325.3322

DOMPAK TRAVEL
25 Locust Ave.,
NJ 07057, Wallington
Ph: 201.706.9812

DOMPAK SHIPPING & TRAVEL
61-65 56th Road
NY 11378 Maspeth
Ph: 718.705.0070

SPRAWDŹ
Twoje dane
i adres dostawy

www.dompak.us **Paczki do Polski | Parcels to Europe** **Ph: 732.325.3322**

Brak zgody małżonka lub małżonki na rozwód nie jest istotny w stanie Nowy Jork

Często otrzymuję pytania: „Czy muszę zgodzić się na rozwód? Czy jeśli nie podpiszę dokumentów, proces rozwodowy zostanie wstrzymany?” Odpowiedź brzmi: Nie.

W stanie Nowy Jork zgoda małżonka lub małżonki nie jest wymagana, aby uzyskać rozwód. Istotne jest jednak, aby druga strona (pozwany) została poinformowana o wszczęciu sprawy rozwodowej poprzez doręczenie pozwu rozwodowego. Doręczenie to nadaje sądowi jurysdykcję nad sprawą (Supreme Court).

Jak wygląda doręczenie dokumentów rozwodowych?

Doręczenia dokumentów rozwodowych nie może dokonać osoba, która sama jest stroną

w sprawie (powód/ka). Może to zrobić ktoś inny, kto:

- ukończył 18 lat,
- zamieszkuje w stanie Nowy Jork.

Często do doręczenia wybiera się znajomego lub członka rodziny, ale z uwagi na delikatny charakter spraw małżeńskich wiele osób unika angażowania bliskich. Najczęściej wynajmuje się gońca sądowego (tzw. *process server*), który dostarcza dokumenty do domu, miejsca pracy lub innego miejsca, gdzie można zastać pozwanego. Dokumenty mogą być doręczane przez sześć dni w tygodniu, z wyjątkiem niedziel.

Od chwili doręczenia dokumentów pozwany ma 20 dni na złożenie odpowiedzi (*Answer*). W tym momencie zgoda na

rozwód przestaje mieć znaczenie. Ignorowanie dokumentów i brak odpowiedzi mogą działać na naszą niekorzyść, ponieważ powód/ka może kontynuować sprawę bez naszej obecności. Wówczas sąd rozstrzyga rozwód na podstawie wyłącznie roszczeń powoda. Może to być szczególnie problematyczne w sytuacji, gdy w grę wchodzi podział majątku lub potencjalne roszczenia o alimenty małżeńskie – ich brak może oznaczać znaczące straty dla pozwanego.

Prawo rozwodowe w stanie Nowy Jork

W Nowym Jorku sądy nie podważają decyzji o rozwodzie, jeśli jedna ze stron zdecyduje się na taki krok. Prawo nie wymaga zgody drugiej strony ani nie ocenia, kto ponosi winę za rozpad związku. Decyzja o rozwodzie bywa trudna, ale jeśli ktoś nie widzi innego wyjścia, przepisy nie zmuszają do trwania w związku, który nie funkcjonuje jako zdrowa relacja.

Jeśli zostanie nam doręczony

pozew rozwodowy, a naszą pierwszą reakcją jest odrzucenie rozwodu z powodów emocjonalnych (np. czujemy się skrzywdzeni, oszukani lub wykorzystani) warto podejść do sytuacji logicznie. Nadmierna emocjonalność może skutkować decyzjami, które przyniosą nam szkody finansowe lub prawne. Z czasem możemy dojść do wniosku, że rozwód był nieunikniony i korzystny dla obu stron.

Podsumowanie

Zgoda na rozwód w stanie Nowy Jork nie jest wymagana, a powód rozwodu nie wpływa na podział majątku. Warto jednak zachować zdrowy rozsądek i podejść do procedury rozwodowej z rozwagą, aby uniknąć niepotrzebnych strat finansowych.

O dalsze pytania lub konsultacje proszę pisać do mnie na email: joanna@jenlawgroup.com lub dzwonić 347-743-9058. Jeżeli Państwo macie również komentarze to zapraszam do komunikacji.

Mecenas Joanna E. Nowokuński



Dom pogrzebowy w Ridgewood
663 Grandview Avenue, Ridgewood, NY 11385
718-366-3200
www.MortonRidgewood.com

MORTON FUNERAL HOME/ RIDGEWOOD CHAPELS

Dom pogrzebowy służący wszystkim lojalnie
i z poświęceniem przez ponad 100 lat,
dbający o rzetelność i sumienność
w organizacji ceremonii pogrzebowej

Nasza lokalizacja na Long Island



PARK FUNERAL CHAPELS

2175 Jericho Turnpike, Garden City Park, NY 11040
516-747-4300
www.ParkFuneralChapels.com

Pełne usługi pogrzebowe
już od \$4995

Weześniejsze
planowanie pogrzebu

Kremacja zwłok

Transport zwłok do Polski
w konkurencyjnych cenach

Przedstawicielstwa
na terenie całej Polski

Usługi pogrzebowe z zachowaniem wymogów określonych właściwymi przepisami prawa

Śniadanie zjedz sam, obiadem podziel się z przyjacielem, a kolację oddaj wrogowi – mówi staropolskie przysłowie potwierdzając z dawien dawna znaną prawdę, że właśnie śniadanie jest najważniejszym posiłkiem dnia. Pamiętajmy jednak, że nierozsądne dostarczanie kalorii nawet o poranku może spowodować, że przybędą nam kilogramy. Oto kilka najczęściej popełnianych śniadaniowych błędów.



Śniadanie *po królewsku*

A propos śniadaniowych przysłów i porzekadeł, warto zapamiętać i to, które mówi: zjedz śniadanie jak król, obiad jak książę, a kolację jak ubogi. Wcielenie go w życie sprawi, że będziemy jeść zdrowo, dostarczając organizmowi tego, co potrzebuje we właściwych porach dnia.

Soki oszukują

Niektórzy są przekonani, że szklanka soku pomarańczowego z rana to najlepszy sposób na rozpoczęcie dnia. Nic bardziej mylnego. Wiele soków jest bowiem dosładzanych cukrem. Najlepsza metoda na pożywny napój to wyciśnięcie go ze świeżej pomarańczy. Jeszcze zdrowsze jest po prostu wypicie szklanki wody i zjedzenie pomarańczy w całości. Cały owoc zawiera pełnowartościowy zestaw witamin, który pomaga także pohamować apetyt aż do lunchu.

Zresztą picie szklanki wody przed śniadaniem jest bardzo dobrym zwyczajem. Nawadnia organizm i jednocześnie zapewnia uczucie sytości. Spowoduje także, że zjesz ok. 90 kcal mniej. Tę metodę często polecają lekarze i dietetycy wszystkim tym, którzy chcą stracić na wadze.

Mała czarna dozwolona

Nie musisz rezygnować z rytualnej filiżanki porannej kawy, nawet jeśli zamierzasz zmieniać swoje nawyki żywieniowe na zdrowsze. Dopóki nie jesteś nadwrażliwy na kofeinę i nie masz medycznych przeciwwskazań, żeby ją spożywać, kawa polepszy twój nastrój i funkcjonowanie mózgu. Nie oznacza to jednak, że można ją pić w ilościach hurtowych. Jeśli wypijamy rano kilka filiżanek, żeby się dobudzić, może to z czasem spowodować bezsenność. I choć kawa sama w sobie nie powoduje tycia, jednak to, co do niej dodajemy niestety tak. Cukier, syropy smakowe, bita śmietana mogą zamienić kawę w prawdziwą bombę kaloryczną. Jeśli przy tym wypijamy dwie lub

po ich zjedzeniu możemy odczuwać spadek energii, a następnie atak wilczego głodu. I koło się zamyka. Zdecydowanie lepiej zjeść na przykład pełnoziarnistego tosta. Posiłek można wzbogacić w białko, sięgając po odtłuszczonego jogurt lub chudą



chwilą zjadłeś swój posiłek, weź głęboki wdech i ... skoncentruj się na zdrowotnych celach. W końcu, co jest lepsze: smak muffinki czy smak zwycięstwa nad słodką pokusą?



wędlinę albo jajko. Dzięki takiemu zestawowi poczujesz się syty na dłużej. Kluczem do zdrowego odżywiania jest planowanie. Jeśli jednak w pośpiechu nie zdążysz zjeść śniadania, miej pod ręką pożywne przekąski, np. orzechy czy migdały w szafce przy biurku. Kiedy dopadnie nas wilczy apetyt, skutecznie pomogą go zwalczyć. Za to nie polegaj zbyt nisko na musli. Większość batoników i płatków to szybka i wygodna przekąska, jednak zawierają dużo kalorii, niektóre z nich tyle, co deser. To niestety zbożowa przekąska w przebraniu. Dostarczą ci znacznie więcej cukru niż potrzebujesz.

Nauč się liczyć

Zjedzenie na śniadanie niskotłuszczowych białek, owoców czy warzyw w połączeniu z pełnoziarnistym pieczywem to świetny sposób, żeby przygotować swoje ciało i umysł na codzienne zmagania. Jednak warto upewnić się, ile kalorii pochłaniasz w porannym posiłku, żeby mieć pewność, na co jeszcze możesz sobie pozwolić w ciągu dnia. Dlatego kiedy współpracownicy częstują cię swoim śniadaniem w postaci muffinki czy kawałka ciasta, a ty właśnie przed

więcej takich kaw, dzień po dniu, może się uzbierać pokaźna suma kalorii, która z czasem przełoży się na kilogramy. Jeśli słodzisz kawę, staraj się codziennie redukować dawkę cukru, aż do momentu, kiedy odkryjesz, że niesłodzona też może dobrze smakować.

Skuš się na zdrowie

Na czarnej liście śniadaniowych przekąsek są gofry i naleśniki, szczególnie te z węglowodanowymi dodatkami, jak na przykład słodki sos toffi. Bułeczki maślane są pyszne, ale staraj się nie ulegać tej pokusie. Słodkie rogaliki, drożdżówki i inne białe wypieki są kuszące, jednak

Procenty i automaty

Nawet jeśli jesteś na wakacjach all inclusive, nie przesadzaj z wysokokalorycznymi napojami od rana. Alkohol ma mnóstwo tzw. pustych kalorii. I tak na przykład porcja alkoholu w Bloody Mary to dodatkowe 100 kcal. Poza tym, twój pierwszy posiłek ma cię przede wszystkim odżywić, a nie „dać kopa”. A co robić, gdy od rana nic nie zjedliśmy, a w pobliżu jest tylko automat z jedzeniem? Zazwyczaj oferuje tylko chipsy i słodkie, które zawierają dużo tłuszczu i kalorii. Dlatego staraj się omijać go szerokim łukiem. Jeżeli pokusa jest zbyt silna, wybierz raczej orzeszki lub mieszanekę studencką zamiast słonych przekąsek i słodkich batoników.

Jedź śniadania

Wielu ludzi w porannym pośpiechu zapomina o śniadaniu, sądząc, że w ten sposób uda im się „zaoszczędzić” jeden posiłek, przyczyniając się do utraty zbędnych kilogramów. Jednak nawet jeśli budzisz się z pełnym żołądkiem po sytej kolacji, spróbuj przekąsić coś z rana. Pamiętaj, że ciężkie posiłki zjadane późnym wieczorem mogą obciążyć twój układ trawienny, a także pogorszyć jakość snu. Ale pomijanie śniadań też nie jest dobrym rozwiązaniem, bo może spowolnić twój metabolizm. Dlatego sięgnij po pełnoziarniste pieczywo, odtłuszczonego jogurt lub świeże owoce.



Czy małoletni ma dostęp do odziedziczonych pieniędzy?



Gdy zmarły rozważa zapis testamentowy w postaci kwoty pieniężnej dla osoby nieletniej, powinien rozważyć kilka bardzo istotnych kwestii. Po pierwsze, powinien rozważyć, czy pieniądze powinny być przechowywane w funduszu testamentowym do czasu osiągnięcia przez beneficjenta określonego wieku, którym może zarządzać ta sama osoba dorosła, która je wychowuje, o ile jest wyznaczona w testamencie jako do tego upoważniona.

Tak więc dobre planowanie może być wspianą rzeczą - jednak

czasami ludzie nie planują odpowiednio, a osoba niepełnoletnia bezpośrednio dziedziczy pieniądze. Może tak być, ponieważ:

- ★ małoletni jest wymieniony jako uprawniony z polisy na życie lub konta emerytalnego;
- ★ osoba zmarła bez testamentu, więc nie ma woli dotyczącej sposobu, w jaki beneficjent otrzymuje pieniądze;
- ★ osoba miała testament (być może testament "zrób to sam"), ale nie odniósł się do niego w odpowiedni sposób;
- ★ zmarły zmarł w wyniku czyjegoś zaniedbania i toczy się proces sądowy, którego nikt nie przewidział, w którym środki są wypłacane bezpośrednio małoletnim.

W każdym z tych scenariuszy sąd wyda zarządzenie, że fundusze zostaną wypłacone opiekunowi majątku osoby niepełnoletniej, o ile przekraczają one \$10,000. Opiekunem majątku może być ale nie musi, ta sama osoba co rodzice

małoletniego - rodzice są opiekunami naturalnymi, ale aby otrzymać środki w imieniu małoletniego beneficjenta lub duże sumy pieniędzy w imieniu małoletniego beneficjenta, muszą być wyznaczeni przez sąd jako opiekunowie środków pieniężnych. Bardzo często środki te trafiają na rachunek bankowy prowadzony wspólnie z Sekretarzem Sądu, który zabrania wypłaty środków bez zezwolenia sądowego.

W jakich okolicznościach opiekun mógłby chcieć złożyć wniosek do sądu przechylący się do wniosku? Dlaczego nieletni potrzebowałby dostępu do pieniędzy; na przykład:

- decyzja o uczęszczaniu do szkoły prywatnej zamiast publicznej;
- czesne w college'u;
- zakup używanego samochodu - dojazd do pracy;
- możliwość studiowania za granicą.

Do sądu należy decyzja czy są to potrzeby, za które małoletni powinien zapłacić za siebie (z funduszy małoletniego znajdujących się w posiadaniu sądu), czy też ktoś inny powinien pokrywać te wydatki. Na przykład, jeśli osoba składająca wniosek o wycofanie jest rodzicem

małoletniego, prawo nowojorskie zobowiązuje rodziców do pokrycia niezbędnych wydatków dziecka, takich jak jedzenie, odzież, schronienie, edukacja itp.

Jeżeli sąd otrzyma wniosek od rodzica, zażąda wyjaśnienia, dlaczego rodzic nie jest w stanie samodzielnie pokryć tych wydatków lub zapłacić je z własnych pieniędzy, a nie dziecka. Jednak w sytuacjach, gdy majątek małoletniego jest znaczny i / lub rodzice nie posiadają własnego dochodu lub majątku, aby w inny sposób dokonać takiego wydatku, sąd często zezwala na wypłatę środków, zakładając, że jest to w najlepszym interesie nieletniej osoby.

Aby uniknąć kłopotliwych wniosków do sądu o zezwolenie na użycie środków finansowych na rzecz małoletniego, można przed śmiercią zabezpieczyć samych nieletnich jak i ich opiekunów poprzez sporządzenie odpowiednich dokumentów w postaci ustanowienia trust dla nieletnich.

Skontaktuj się z prawnikiem w celu ustalenia jak najbardziej optymalnego planu dla twoich bliskich.

Mecenas Joanna Gwóźdź

K A N C E L A R I A P R A W N A



**JOANNA
GWOZDZ**
ATTORNEY AT LAW



Świadczymy usługi kompleksowego doradztwa prawnego w zakresie następujących gałęzi prawa:

- | | | |
|---------------------|---------------------------|---------------|
| ✓ Estate Planning | ✓ Medicaid | ✓ Trusts |
| • Testament | ✓ Asset Protection | ✓ Revocable |
| • Power of Attorney | ✓ Prawo Spadkowe, Probate | ✓ Irrevocable |
| • Health Care Proxy | | |

**122 Nassau Avenue,
Brooklyn, New York 11222**

**T: 718-349-2300, F: 718-349-2332
joannagwozdzlaw@gmail.com**

MYŚLISZ O KUPNIE NIERUCHOMOŚCI?

SKORZYSTAJ Z PROFESJONALNEJ
PORADY OD KONSULTANTA DS. KREDYTÓW
HIPOTECZNYCH PSFCU

ZAKUP, REFINANSOWANIE LUB INWESTYCJA W NIERUCHOMOŚCI

Skontaktuj się z Wojtkiem Wykowskim, Konsultantem ds. Kredytów Hipotecznych i dowiedz się jak PSFCU może pomóc Ci osiągnąć Twoje cele związane z nieruchomościami: od kredytów hipotecznych na dom, refinansowanie lub inwestowanie w nieruchomości. Jeśli masz jakiegokolwiek pytania, my mamy na nie odpowiedzi!

Wojtek Wykowski

Konsultant ds. Kredytów
Hipotecznych PSFCU

NMLS ID 2247526

tel. 917-971-2721

wwykowski@psfcu.net



NIERUCHOMOŚCI REZYDENCYJNE
Z WKŁADEM WŁASNYM JUŻ OD 3%



NIERUCHOMOŚCI
WIELORODZINNE



FINANSOWANIE NIERUCHOMOŚCI
INWESTYCYJNYCH

Kredyty hipoteczne PSFCU dostępne są w stanach:



NY



NJ



CT



PA



IL



FL



IN



☎ 1.855.PSFCU.4U (1.855.773.2848)

🏠 www.psfcu.com | www.NaszaUnia.com

*Minimalny wkład własny w wysokości 3% dotyczy kredytów hipotecznych na domy jednorodzinne 5-, 7- i 10-letnich ze zmiennym oprocentowaniem. Oprocentowanie jest oparte na historii kredytowej i zdolności wnioskodawcy do spłaty kredytu. Wykupienie prywatnej polisy ubezpieczeniowej kredytu hipotecznego (PMI) jest wymagane dla wszystkich kredytów z wkładem własnym mniejszym niż 20%. Kredyty hipoteczne nie są dostępne we wszystkich stanach. Produkty i usługi są dostępne dla członków PSFCU. Mogą obowiązywać inne ograniczenia.



PSFCU is an Equal Opportunity Lender.

CO NAPRAWDĘ JEST W TOREBCE EKSPRESOWEJ HERBATY?



HERBATA EKSPRESOWA TO COŚ, CO PIJAMY NAJCZĘŚCIEJ. TANIA, NAJNIŻSZEJ JAKOŚCI, A JEDNAK CIESZĄCA SIĘ OGROMNĄ POPULARNOŚCIĄ. CZY TO, CO JEST W TOREBCE, TO NAPRAWDĘ ŚMIECI Z HERBACIANEJ FABRYKI? CZY PRZY PARZENIU HERBATY EKSPRESOWEJ MUSIMY WOGÓLE PRZESTRZEGAĆ JAKICHŚ ZASAD I CZY TAKI NAPAR JEST ZDROWY?

Przede wszystkim obalić trzeba mit, że herbata ekspresowa znajduje się poza kręgiem zainteresowań herbaciarzy i poza wszelkimi zasadami parzenia. Parzenie szczura, moczenie skarpety, herbata na smyczy. Tak czasem pogardliwie mówią koneserzy o herbatce ekspresowej. Jednak herbata to herbata, jako taka zaś może się tak samo przeparzyć lub niedoparzyć, może być dobra i niskiej jakości. Producenci ekspresówek od lat starają się sprawić, by herbata ta była powtarzalna i w miarę bezproblemowa, czyli parzyła się tak, by nie trzeba jej poświęcać uwagi. Może jest to jedna z rzeczy, które drażnią znawców?

Oni chcieliby, by herbatce zawsze poświę-

cano należną uwagę.

Aby zrozumieć wygodę torebki, należy najpierw zastanowić się, czym jest parzenie herbaty. Nie zachodzi tu żadna reakcja chemiczna, jest to zwykłe rozpuszczanie w rozpuszczalniku substancji w nim rozpuszczalnej. Trochę jak rozpuszczanie soli w wodzie przy robieniu solanki. W przypadku herbaty rozpuszczalnikiem jest także woda. Substancjami rozpuszczalnymi zaś jest cała gama związków chemicznych obecnych w liściach herbaty. Od kofeiny odpowiadającej za pobudzenie po tearubiginę dającej kolor naparu.

Znajdziemy tu szereg polifenoli, wśród nich liczne, cenne dla zdrowia przeciwutleniacze,

znajdziemy odpężającą L-Teaninę, ściągającą taninę, która jest garbnikiem, minerały i witaminy.

Oczywiście w herbatce jest też masa substancji w wodzie nierozpuszczalnych, gdyby tak nie było, nie pozostałyby żadne fusy. Wszystko to, co się rozpuściło, przedostaje się do naparu. Aby zrobić to skutecznie, należy dobrać parametry parzenia, czyli temperaturę wody, ilość herbaty i czas parzenia. Jeśli rozpuści się tych substancji za mało, herbata będzie niedoparzona, czyli słaba, jak się mówi potocznie. Jeśli rozpuści się ich za wiele będzie gorzka, czyli przeparzona. Żeby to wszystko jeszcze bardziej skomplikować trzeba zauważyć, że

poszczególne substancje zawarte w herbacie rozpuszczają się w różnym tempie i przy różnej temperaturze. Możemy więc zaparzyć herbatę wodą w temperaturze pokojowej, a czas parzenia wydłużyć do kilku godzin, w ten sposób uzyskamy w pełni zaparzony napar, ale będzie miał on zaledwie połowę kofeiny.

Wróćmy więc do naszej torebki ekspresowej. Herbata w niej zamknięta jest najdrobniejszej frakcji. Oznacza to, że parzymy herbaciany pył.

I nie, nie jest to kurz zamieciony w fabryce herbaty. Tak źle mówi się czasem o taniej herbacie ekspresowej, lecz każdy z nas po chwili zastanowienia dojdzie do wniosku, że gdyby fabryka herbaty posiadała maszynę, która podczas obróbki liści wytwarzała aż tyle pyłu, by starczyło na wszystkie ekspresówki, to należałoby czym prędzej się jej pozbyć, bo przynosiłaby więcej strat niż pożytku. Herbaciany pył jest przetwarzany do tej postaci przemysłowo i nie jest to odpad. Oczywiście herbata liściasta musi zostać odpylona, nim trafi do sprzedaży, ponieważ pył i liście parzą się inaczej i trudno byłoby zaparzyć dobrą herbatę z mieszanki liści i pyłu. Pył ten rzeczywiście nie jest wyrzucany, lecz produkuje się z niego ekspresówki lub ekstrakt do wyrobu herbacianych napojów butelkowanych. Produkuje się z niego też kofeinę stosowaną w napojach energetyzujących i w farmacji. Z całą pewnością jednak nie można powiedzieć, że herbata ekspresowa jest zmiąta z podłogi.

Zalewamy ją wrzątkiem, bo jest to herbata zwykle czarna, nie odmierzamy dozy, bo torebka to torebka, akurat na kubek. Nie pilnujemy czasu, ponieważ parzy się ekspresowo z uwagi na drobną postać i nie robi się gorzka nawet, gdy o niej zapomnimy. Jednak jak się to dzieje, że nie musimy zwracać zbyt uwagi na parametry parzenia, skoro w torebce mamy taką samą herbatę jak ta w pełnych liściach? W dodatku parzy się szybko, więc można by pomyśleć, że skoro tak, to tym bardziej wymaga ostrożności. Cząstki liści są tak rozdrobnione, że woda błyskawicznie penetruje na wskroś każdą drobinę. Duży liść potrzebuje czasu, by nasiąknąć i odpowiednio się zaparzyć. W ekspresówce wszystko od razu wyciągamy do naparu i nic więcej tam praktycznie nie zostaje. Odpowiednio dobrana kompozycja i ilość suszu sprawia, że herbata się nie przeparzy, ponieważ wszystko, co w niej było do rozpuszczenia, już się rozpuściło. To nie nasz rozpuszczalnik się wysycił, lecz zabrakło już tego, co było do rozpuszczenia. Jedyna więc zasada, jakiej musimy przestrzegać, to temperatura, powinna to być świeżo zagotowana woda. Teoretycznie moglibyśmy torebkę wyjąć już po minucie parzenia, przynajmniej krócej moczylibyśmy tworzywo, z jakiego jest zrobiona, lecz właściwie, jeśli ją zostawimy, też nic się nie stanie z samą herbatą. Łatwo zrozumieć, że producentom na tym zależy. Klient chętniej wybierze herbatę, której nie musi pilnować. Czy więc możemy uznać, że jest to



taka sama herbata jak liściasta? Tak samo dobra i zdrowa? No właśnie nie do końca. Nawet jeśli herbata będąca surowcem wyjściowym do zrobienia ekspresówki była dobrej jakości. To sam fakt zmielenia sprawia, że jakość szybko traci. Tak jak dzięki dużemu kontaktowi z wodą z uwagi na drobną postać parzy się szybko, tak też przez duży kontakt z powietrzem szybko wietrzeje. Im drobniejsza herbata, tym trudniej ją przechować. Oczywiście pakuje się ją szczelnie, czasem nawet foliuje się osobno każdą torebkę. Nie zmienia to za wiele. Herbata zawsze ma kontakt z powietrzem i traci. Z tego samego powodu zmielona kawa pakowana jest hermetycznie.

Druga sprawa to fakt, że przemysłowa produkcja i masowa sprzedaż nie jest zbyt pospieszna. Herbata jakościowa i droga dostarczana jest w miarę szybko. Całe tony ekspresówki płyną miesiącami przez oceany, zaś w samych magazynach i sklepach też spędzają w najlepszym razie tygodnie.

Mimo to nie możemy powiedzieć, że herbata zwietrzała jest niezdrowa. Ona zwyczajnie nie jest prozdrowotna. Jeśli chcemy dostarczyć sobie aktywnych substancji, powinniśmy wybrać produkt wyższej jakości. Zwietrzała ekspresówka, może i nie jest ich całkowicie pozbawiona, lecz z pewnością ma ich nieporównanie mniej.

Dochodzi do tego kwestia samej torebki. Początkowo były to jedwabne woreczki. Nie każdy zna tę historię, lecz wynalazek herbaty ekspresowej powstał, jak wiele rewolucyjnych odkryć, przypadkiem. Sprzedawca herbaty rozesłał do potencjalnych klientów próbki „na raz” swej herbaty spakowane w ozdobne, jedwabne woreczki. Zaskoczony zaczął otrzymywać korespondencje z uwagami, że bardzo to praktyczne, ale przydałby się sznurek, by

wygodniej wyciągało się te torebki z imbryka. Pojął wtedy, że został źle zrozumiany i ludzie wrzucali do dzbanków całe torebki. Pomysł jednak poszedł w świat. Później używano gazy, klejonego papieru i wreszcie tworzyw sztucznych. Te ostatnie budzą najwięcej kontrowersji, ponieważ dowiedziono, że napar z takiej torebki, najczęściej piramidki, ale nie tylko, zawiera ogromne ilości mikroplastiku. Wybierając torebki z papieru musimy myśleć o tym, jak zostały sklejone. Jeśli będą to bezklejowe torebki składane, będziemy się zastanawiać, jakich chemikaliów użyto do wybielenia i przetworzenia materiału. Nawet jeśli znajdziemy torebkę najlepszą i najbezpieczniejszą, to ostatecznie i tak nie wygra z sypaną herbatą.

Ostatnia kwestia to ekologiczność. Herbata sypana zdecydowanie wygrywa. Na dowolną jej ilość potrzebujemy właściwie pojedynczego opakowania. W przypadku ekspresówki każde dwa gramy herbaty to torebka, sznureczek, bilecik, kopertka, czasem jeszcze osobna foliowa torebka. Wszystko to jest w pudełku, a pudełko jest zapakowane jeszcze w folię. Szczerze mówiąc trudno sobie wyobrazić, by śmieci mogło przy tym powstać jeszcze więcej.

Podsumujmy więc plusy i minusy ekspresowej herbaty. Przede wszystkim jest niedroga i łatwo dostępna, jest wygodna w użyciu i parzeniu, a do jej przygotowania starczy kubek. Jest to jednak herbata niskiej jakości, uboga w prozdrowotne substancje, właściwe dla herbaty. Sama torebka może być szkodliwa, a na pewno jest nieekologiczna.

Jesteśmy bardzo herbaciarskim narodem, herbaty pijamy dużo i często. Aby czerpać z niej pełni smaku i zdrowia wystarczy tylko zrewidować codzienne nawyki. Herbata sypana nie musi być skomplikowana. Jak do niej właściwie podejść, opowiemy wkrótce.

Moje lekarstwa są za drogie!

Zacznę od tego, że nie ma ubezpieczenia na lekarstwa z Medicare (Part D), które pokrywa 100% kosztów wszystkich leków. Każdego roku otrzymujemy telefony od klientów narzekających na zbyt wysokie koszty leków. Jest kilka sposobów na ich obniżenie. Po pierwsze należy pytać lekarzy czy mogą przepisać leki produkowane na licencji leku oryginalnego tzw. Generic. Jeśli to możliwe, zaoszczędzicie setki a nawet tysiące dolarów rocznie. Jeśli musicie brać leki oryginalne (Brand) ich koszt z kieszeni może niekiedy osiągnąć setki lub nawet tysiące dolarów rocznie. Poczynając od następnego roku została zlikwidowana tzw. dziura w pokryciu (ang. Coverage Gap). Była to prawdziwa zmora dla osób biorących dużo drogich leków. **Od nowego roku rząd federalny narzucił na kompanie ubezpieczeniowe „pułap” \$2,000 rocznie. Jeśli ktoś ma zapisane drogie leki, których roczny koszt przekroczy \$2,000, nie zapłaci ani centa ponad tę kwotę w danym roku kalendarzowym.** Dodatkowo, aby oszczędzić na kosztach leków, oferowane są programy pomocy oferowane przez władze stanowe i federalne. W Stanie Nowy York można się

ubiegać o program **EPIC**. Osoby o niższych dochodach i skromnych zasobach finansowych mogą się również kwalifikować na Medicare Savings QMB lub QI. W skrócie omówię te programy.

- **Program EPIC** jest to stanowy program pomocy dla członków Medicare, których roczne dochody nie przekraczają \$75,000 dla osób samotnych i \$100,000 dla małżeństw. Zasoby finansowe nie są brane pod uwagę. Jak więc widać, większość emerytów może się o ten program ubiegać. Nasze biuro bezpłatnie pomaga wypełnić wnioski na EPIC. Posiadacze tego programu mogą liczyć na obniżenie kosztów do \$20 na miesiąc za jeden lek.

- **QMB i QI.** Głównym celem tych programów jest zniesienie miesięcznej składki na Medicare Part B, \$185 w 2025. Każda osoba zakwalifikowana na jeden z tych programów, automatycznie otrzyma Extra Help, czyli dopłatę do lekarstw z Social Security. Posiadacze Extra Help zapłacą nie więcej niż \$12.20 za jeden lek w 2025. Aby się zakwalifikować miesięczny dochód i zasoby finansowe nie mogą przekraczać \$2,350 dla osób samotnych i \$3,189 dla małżeństw. Zasoby finansowe nie są brane pod uwagę.

- **Extra Help.** Jest to program federalny oferowany przez Social Security. Benefity opisałem powyżej. Posiadacze Extra Help zapłacą nie więcej niż \$12.20 za jeden lek w 2025. Aby się zakwalifikować, miesięczne dochody i zasoby finansowe nie mogą przekraczać \$1,903 dochody i \$22,590 zasoby dla osób samotnych lub \$2,575 dochody i \$34,600 zasoby finansowe dla małżeństw.

Czytelników z innych stanów niż NY i NJ również zachęcam do dzwonienia w tych sprawach. Pomożemy zapoznać się z istniejącymi u Was programami pomocy.

Zachęcamy Państwa do dzwonienia celem sprawdzenia czy kwalifikujecie się na jakiś program pomocy, dzwoniąc pod numer **718-383-0314.**

Mieszkańców Nowego Jorku zapraszam do naszego nowego biura przy 169 Norman Ave, Brooklyn (Greenpoint).

**Stanisław Gil
Greenpoint Senior Services**



101 NORTH 10TH STREET
SUITE 303
BROOKLYN, NY 11249

(347) 563-2605

WWW.JODREBRENECKI.COM

WYPADKI:

• WYPADKI BUDOWLANE

• POTKNIĘCIA I
POŚLIZGNIĘCIA

• WYPADKI
SAMOCHODOWE

• WORKERS'
COMPENSATION

I WSZYSTKIE INNE
RODZAJE WYPADKÓW



JODRÉ BRENECKI LLP
ADWOKACI

PRAWO PRACY:

• NIEZAPŁACONE
WYNAGRODZENIE
I
NADGODZINY

• Dyskryminacja
w
miejscu
pracy

UZYSKALIŚMY MILIONY

W
ODSZKODOWANIU
DLA
NASZYCH
KLIENTÓW

ADWOKAT
NICOLE BRENECKI
MÓWI PO POLSKU



\$2,850,000

DLA OFIARY WYPADKU
SAMOCHODOWEGO
UZYSKANE W
CIĄGU 11 MIESIĘCY
BEZ SKŁADANIA
SPRAWY W SĄDZIE

\$860,000

DLA PRACOWNIKA
BUDOWLANEGO,
KTÓRY DOZNAŁ
BEZOPERACYJNEGO
URAZU ŁOKCIA

\$75,000

NA RZECZ EMERYTA,
KTÓRY PODCZAS
REMONTU DOMU DOZNAŁ
GŁĘBOKIEGO SKAŁECZENIA
PRZEDRAMIENIA

I DUŻO WIĘCEJ...



RATED BY
Super Lawyers®
Nicole Brenecki

RATED BY
Super Lawyers®
Rising Stars
Nicole Brenecki

RATED BY
Super Lawyers®
Nicole Brenecki



Super Lawyers®



RATED BY
Super Lawyers®
Jordan Jodre

RATED BY
Super Lawyers®
Rising Stars
Jordan Jodre

RATED BY
Super Lawyers®
Jordan Jodre

SELECTED IN 2023
THOMSON REUTERS

SuperLawyers.com

SELECTED IN 2022
THOMSON REUTERS

SELECTED IN 2021
THOMSON REUTERS

SELECTED IN 2020
THOMSON REUTERS

SuperLawyers.com



21.03 - 19.04

BARAN Ten tydzień będzie stać pod znakiem zamieszania i emocjonalnych huśtawek na polu miłosnym i uczuciowym. Postaraj się odrobić zaległości w intymnych kontaktach i relacjach. Może po prostu udało ci się zaniedbać potrzeby bliskich, rodziny i partnera.



20.04 - 22.05

BYK Będziesz odczuwać przypływ mocy i energii. Ruszysz do działania, odrobisz zaległości, wywiążesz się z zawartych umów. Poczujesz, że udało ci się zrealizować swoje ambitne plany, że skutecznie i konsekwentnie dążysz do wyznaczonego celu.



23.04 - 21.06

BLIŹNIĘTA Pełen pozytywnej energii tydzień. Możesz teraz zaczynać nowe przedsięwzięcia, podejmować ważne decyzje. Spokojne podejście do wszelkich zagadnień sprawi, że wszystkie problemy będą rozwiązane dyplomatycznie i z korzyścią dla siebie. W sprawach uczuciowych dobry czas.



22.06 - 22.07

RAK W tym tygodniu wykażesz się entuzjazmem i zapałem. Będziesz cały czas wśród ludzi, będziesz wymieniał myśli i informacje. Zachowasz równowagę ducha i harmonijne relacje z innymi ludźmi. Świetnie w sferze uczuciowej, będziesz nadawać na tych samych falach co partner i do związku powróci dawna namietność.



23.07 - 23.08

LEW Nabierzesz teraz stanowczości i pewności siebie. Być może otrzymasz prezent od losu w postaci nowych możliwości i ciekawych propozycji. Korzystnie będą wyglądały twoje sprawy zawodowe. Odżyje twoje życie towarzyskie i uczuciowe.



24.08 - 23.09

PANNA Będziesz teraz bardzo wszystko przeżywać, źle znosić wszelkie zmiany w życiu. W dodatku tych zmian może być dużo. Także w kontaktach z innymi możesz mieć problemy. Staraj się reagować mniej gwałtownie, posłuchaj z uwagą rad innych osób.



23.09 - 22.10

WAGA Gwiazdy wróżą korzystny czas w uczuciach. Samotne osoby będą miały dużo okazji do poznania nowych ludzi, mogą teraz też poznać kogoś w kim się zakochają. W stałych związkach dobre porozumienie z partnerem.



23.10 - 21.11

SKORPION Będziesz teraz we właściwy sposób ocenia sytuację i wyciągniesz trafne wnioski. Dużą rolę w podejmowaniu decyzji odegra twoja intuicja. Możesz jej w pełni zaufać. W pracy uda ci się wykorzystać okazję. Podejmiesz nowe wyzwania.



22.11 - 21.12

STRZELEC Spojrzysz teraz na życie bardziej realnie, zaakceptujesz różne ograniczenia. Uda ci się przezwyciężyć przeciwności losu, twoje wybory okażą się bardzo dobre. W domu nastąpi zdecydowana poprawa atmosfery. W sprawach uczuciowych dobry czas.



22.12 - 19.01

KOZIOROŻEC To bardzo dobry czas na wszelkiego rodzaju pracę umysłową, negocjacje i współpracę z innymi. Trzeba się będzie wykazać wytrwałością i pracowitością. Będziesz szybko reagować, trafnie oceniać oraz obserwować ludzi i sytuacje. Nie zaniedbuj najbliższych i częściej z nimi przebywaj.



20.01 - 18.02

WODNIK Nabierzesz teraz łatwości wystawiania się i precyzję operowania słowem. Bez problemu oczyścisz atmosferę w swoim związku i poprawisz relacje z bliskimi. Nawet jeśli pojawią się konflikty, posłużą one twórcemu uwalnianiu napięć.



19.02 - 20.03

RYBY Bardzo ciekawy tydzień. Będzie rozpierać cię energia, zapragniesz działać, by ją rozładować. Może stać się coś, co uwolni Cię od nudy i rutyny, a przy tym sprawi, że trochę odżyjesz.

KANCELARIE ADWOKACKIE

NOWY JORK - WARSZAWA



mec. **Jerzy Sokół**

Adwokat jest absolwentem prawa Uniwersytetu Warszawskiego oraz University of Connecticut, z praktyką w Polsce i USA

SPRAWY W USA:

- Spadkowe i testamenty
- Imigracyjne: obrona przed deportacją/przesłuchania w sądach/redukcja kaucji
- Bankructwa

SPRAWY W POLSCE:

- Sprawy spadkowe i testamenty
- Odzyskiwanie mienia
- Sprawy majątkowe
- Sprawy karne/ cywilne

861 Manhattan Avenue, pokój 6
Brooklyn, NY 11222
adwokatsokol@gmail.com

Adres biura w Polsce:
ul. Prusa 2, 00-439 Warszawa
tel. 011-48-22-219-5088

718-389-5115
www.adwokatsokol.com



I.C.E. Transport Co., Inc.

Oferujemy **fachowość i doświadczenie** dla małych i dużych klientów. Zapewniamy **atrakcyjne i konkurencyjne stawki** na przewóz i inne usługi. Gwarancją jakości naszych usług jest **ponad 30 lat działalności** na rynku amerykańskim.

- Transport całych kontenerów od drzwi do drzwi między USA i Europą (Import & Export)
- Kontenery małe (20ft), duże (40ft i 40ft HC) i specjalistyczne (20ft & 40ft Open Top, 20ft & 40ft Flat Rack)
- Wysyłka samochodów, maszyn, motocykli, ATV, jet-skis i łodzi
- Wysyłka mienia przesiedleńczego
- Wysyłka ładunków handlowych i ponadgabarytowych
- Oddziały w Polsce, Niemczech, Wielkiej Brytanii, na Litwie, Węgrzech i w Portugalii
- Agencja celna w Gdyni
- Przygotowujemy dokumentację transportową i celną

Mówimy po polsku

Biuro główne:

219 South Street
Suite 100
New Providence, NJ 07974

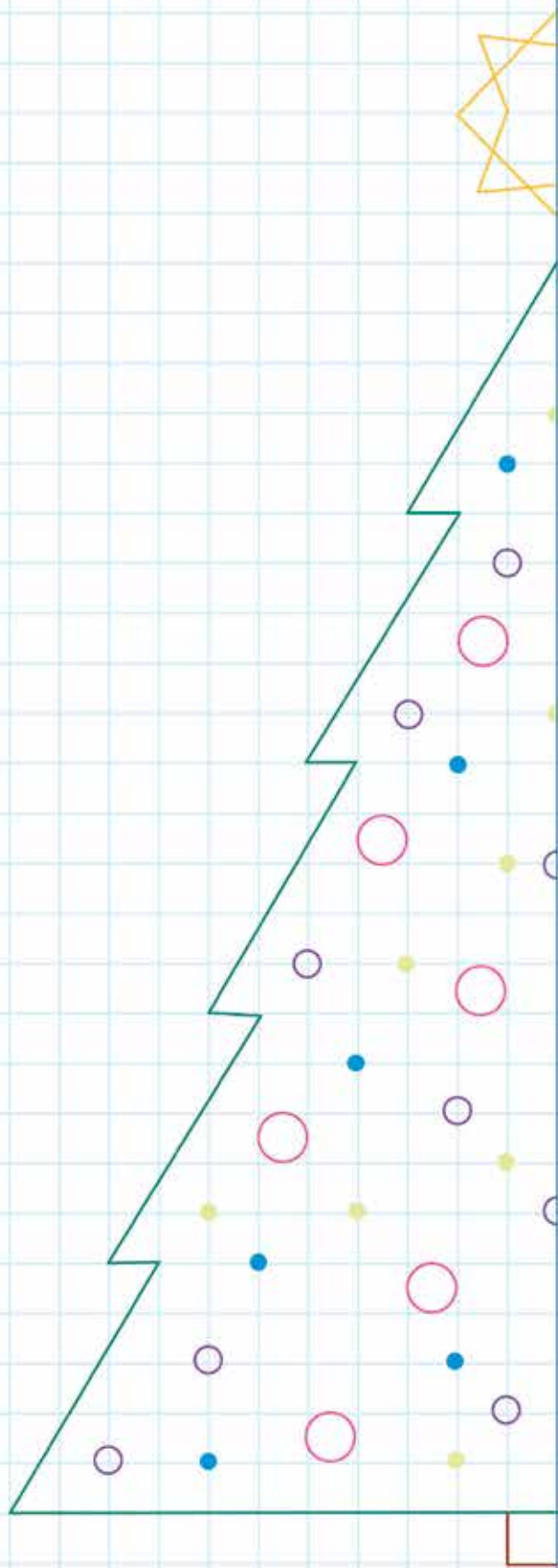
tel: 732-516-9555
fax: 732-516-9777

www.icetransport.com
stawki@icetransport.com

Narysuj drugą połowę choinki.

Pokoloruj
choinkę, gdy
już będzie
cała.

Postaraj
się, by prawa
strona choinki
była odbiciem
lewej.



PLUSIK[®]

- ✓ **LITERATURA I ILUSTRACJA NA NAJWYŻSZYM POZIOMIE**
- ✓ **WCIĄGAJĄCE AKTYWNOŚCI**
- ✓ **NAUKA CZYTANIA ZE ZROZUMIENIEM**
- ✓ **TRENING UMIEJĘTNOŚCI SZKOLNYCH**
- ✓ **ZAGADKI, KONKURSY I GRY PLANSZOWE**

**PRENUMERATA
JUŻ OD \$9.99
ZA MIESIĄC**

**MIESIĘCZNIK DLA
POLONIJSKICH DZIECI
W USA
W WIEKU 5-10 LAT**

Wysyłka gratis

- prosto do Twojego domu - najwygodniej, najpewniej!

www.plusik.us

(973) 928-3838 | 63 Union Blvd, Wallington NJ 07057





**PLUSIKOWY
ORZEŁEK**

PLUSZOWA MASKOTKA

\$19.99

DARMOWA WYSYŁKA



Rozwiązanie krzyżówki prześlij do nas e-mailem na adres ogloszenia-ny@tygodnikplus.com lub na nasz adres pocztowy **63 Union Blvd, Wallington NJ 07057** wraz z podaniem imienia, nazwiska i dokładnego adresu. Wszystkie prawidłowe rozwiązania przesłane do dnia 16.12.24r. wezmą udział w losowaniu nagrody.

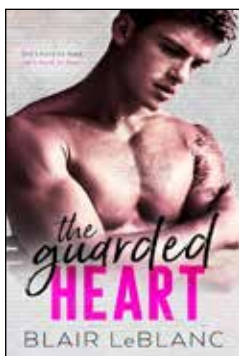
Dane laureata obecnej krzyżówki zamieścimy na naszej stronie w dniu 23.12.24r. Nadesłanie przez Czytelnika rozwiązania krzyżówki oznacza, iż wyraża on zgodę na opublikowanie imienia, nazwiska oraz miejsca zamieszkania na liście laureatów. Rozwiązania prosimy przysyłać tylko raz. Duplikaty będą kasowane.

Sponsorem nagrody jest

Tygodnik **PLUS**



NAGRODA TYGODNIA



Za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki

z nr. 48 (725) nagrodę wylosowała

Pani Zofia Wiszniewska z Brooklyn.

Gratulujemy!

Hasło – „Kłopoty ze spadkiem”

stado koni	▼	kamizel- ka ratun- kowa	▼	zwierzy- niec niebieski	▼	12	przywara stożek usypiskowy	▼	ryglują- ce zam- knięcie	▼	używany do budowy dróg	▼
▼				▼			do wy- równy- wania tynku	▼	2			
niszczy uprawy		pod umową żywi się rybami	▼			13					broń kawale- rzysty	▼
wdzięk, piękno	▼						w niej wykłady majątek ziemski	▼				
▼							wycina drzewa w lesie	▼				
8												
zakładane przez kłusowników			impert- nent	▼								
liczba przeży- tych lat	posag		gaz palny	▼		5			9			
Katerina ... łyżwiarka						11	pomalo- wane jajo			zmielony węgiel		kwaśny cytryny
▼							dostojnik kościelny awantura	▼				▼
10												
uszko- dzenie urzędze- nia	▼									czerwo- ny na Monte Cassino	minerał, krzemian wapnia i tytanu	▼
▼												
						14	... Hari piekiel- ny pier- wiastek	▼				
owoc z rozetą liści			gagatek, ziółko	▼								
			zasłona w oknie	▼								
wśród białizny damskiej np. toledo, cordoba												
szkodnik upraw ... Krucz- kowski	▼									3	nie- tykalna świętość	fajerwerk
4										himalaj- ska koza		▼
▼										stępka		
▼												
							tajniki zawodu	▼				6
popis diwy np. kor- moran	▼											
▼						7	widz na trybunie	▼				
▼							pieniądz określo- nego kraju	▼				
15												1

Odszkodowanie w wysokości \$8,750,000 uzyskane na rzecz polskiego imigranta przez mec. Pawła P. Wierzbickiego i mec. Daniela O'Toole jest najwyższym odszkodowaniem za wypadek budowlany odnotowanym w stanie Nowy Jork w roku 2022.

BLOCK O'TOOLE & WIERZBICKI, LLP
WIERZBICKI
100 EAST 42ND STREET, 11TH FLOOR
NEW YORK, NY 10017
TEL: 212-691-1800

2022 TOP1
CONSTRUCTION
ACCIDENT
SETTLEMENT
RESULT IN ALL NEW
YORK STATE

2022 TOP1
NAJWYŻSZE ODSZKODOWANIE ZA WYPADK
BUDOWLANY W STANIE NOWY JORK
ODNOTOWANE W STANIE BUDOWLANIA
KONSTRUKCJI (ZAKŁADZONYCH DANYCH)

\$8,750,000

Jeżeli chcesz bezpłatnie skonsultować swoją sprawę wypadkową z
mec. Wierzbickim zadzwoń pod numer 646-351-8611

646-351-8611 BLOCKOTOOLE.COM/POLSKI

FAMILY DENTAL CARE
Bożena Piekarz-Lesiczka D.D.S.

Tel: **718-472-4344**
146 Driggs Ave.
Brooklyn, NY 11222

GENERAL DENTIST

- ✗ Laminaty, koronki, mostki
- ✗ Leczenie kanałowe
- ✗ Korony na implanty
- ✗ Stomatologia dziecięca
- ✗ Kosmetyka
- ✗ Protetyka i ortodoncja
- ✗ Czyszczenie i wybielanie zębów

www.doctorbozenapiekarz.com

Szkolenia BHP
dla pracowników budowlanych
OSHA, SST, Scaffolds

OSHA4US Jacek M
86-16 Queens Blvd, Elmhurst,
NY 11373 (suite 203).
Stacja metra "Grand Ave / Newtown"
- Linia: M i R.
Tel: 347-684-4650

Polonez

Paczki do Polski

Nie zdążyłeś na święta?
Pamiętaj, że choinka stoi
jeszcze cały styczeń!

*Wyślij taniej
i szybciej z Polonezem*



Znajdź punkt Poloneza
w twojej okolicy:

☎ 908-862-1700
polonezamerica.com





BRUDNE RĘCE

chirurgów uśmiercały zamiast leczyć

Jeszcze na początku XIX w. chirurdzy kroili pacjentów brudnymi rękami. Nie myli ich nawet po sekcji zwłok, gdy udawali się tuż po tym przyjmować porody. Nosili czarne fartuchy, by łatwiej było na nich ukryć ślady krwi. Lekarz, który wpadł na prostą zależność – brudne ręce = zakażenie – popadł w obłęd, bo środowisko nie dało mu wiary. Dlaczego tyle wieków musiało minąć od stworzenia mydła do jego powszechnego stosowania, również w medycynie? I komu udało się w końcu odkazić sale operacyjne?

Mydło znane już było w 2800 p.n.e. w Babilonii, choć służyło ono głównie do prania ubrań. Mistrzami w mydlarstwie byli mieszkańcy syryjskiego Aleppo. Starożytni wytwarzali go z popiołu, oleju cyprysowego i oleju z nasion sezamu. Musiały jednak minąć tysiące lat, by weszło do użytku powszechnego i stało się podstawą codziennej higieny. Starożytni Rzymianie na przykład woleli od mydła wmasowywanie olejów, a potem zeszkrobywanie ich. Warstwa odchodziła wraz z brudem. Galowie z kolei produkowali go z tłuszczu zwierzęcego, ale z pewnością jego zapach nie zachęcał do częstego mycia. Inaczej było z mydłami z krajów arabskich. Tam do jego produkcji stosowano olejki roślinne.

Pomimo tego, że ojciec medycyny – Hipokrates – podkreślał znaczenie higieny, którą zalecał jako środek zapobiegający epidemiom, to przez wieki ludność dziesiątkowała choroby związane z brudem np. dur brzuszny powszechnie znany jako choroba brudnych rąk.

POWOLNE PRZEBŁYSKI

Przypalanie ran (kauteryzacja), chleb z pajęczyną - to były średniowieczne sposoby na rany. Cyrulicy, czyli można powiedzieć - ówczesni chirurdzy, byli odrębną profesją przez długie lata, bo lekarze nie chcieli wykonywać operacji. Oprócz nich w średniowieczu byli też nacinacze, którzy zajmowali się przepuklinami, otwierali przetoki, przeprowadzali trepanacje. Te ostatnie wykonywane były bez znieczulania. Przyżęgało się jedynie rozżarzonym żelazem i gotującą się smołą. Nikt nie zająknął się jeszcze wtedy o zachowaniu odpowiednich standardów higienicznych.

NIE LEK, NIE ZABIEG, ALE MYCIE RĄK RATUJE ŚWIAT

Aż do połowy XIX w. nikt nie wpadł na to, że to mycie rąk ratuje przed gorączką połogową, która zabijała od 10 do 20 proc. rodzących. To lekarz węgierskiego pochodzenia, który

doczekał się w Budapeszcie swojego pomnika - Ignaz Semmelweis wpadł na bardzo prostą zależność. Pracował w wiedeńskim szpitalu, który miał dwa oddziały położnicze. W jednym z nich „gorączka połogowa” trawiła pacjentki bardziej. Skąd ta różnica i w ogóle sama choroba i dlaczego u kobiet rodzących w domu zdarzała się rzadziej? Odpowiedź na te pytania wkrótce się znalazła. Zaczęło się od pewnego tragicznego wypadku, któremu uległ jego przyjaciel, profesor medycyny sądowej - Jakob Kolletschka, gdy przeprowadzał sekcję zwłok w 1847 roku. Skaleczył się skalpelem i wkrótce potem zmarł z powodu zakażenia, które się wdało. Semmelweis powiązał pewne fakty, gdy okazało się, że jego przyjaciel miał takie same objawy, jak rodzące w szpitalu kobiety. W jednym oddziale jednak porody odbierały położne, w drugim studenci, którzy przychodzili do pacjentek wprost po sekcji zwłok. Nie myli nawet rąk. Na tym pierwszym oddziale gorączka wśród pacjentek zdarzała się rzadziej. Gdy tylko lekarz powiązał to wszystko ze sobą,

od razu podzielił się spostrzeżeniem.

„Nazajutrz u wejścia sali porodowej ustawiono umywalnię i polecono studentom, aby myli ręce roztworem chlorku wapnia” – pisze Jan Aubery w książce „Wielkie Zwycięstwa Medycyny”.

Dosłownie w ciągu kilku dni, tak prosta czynność, do której do tej pory nie przykładano żadnej wagi, doprowadziła do tego, że śmiertelność wśród kobiet na oddziale wywołana gorączką połogową spadła poniżej 1 proc. Niestety, odkrycie nie spotkało się ze zrozumieniem studentów, ale i samego przełożonego Semmelweisa. Wyrzucił go z pracy. „Zaryglował” przed nim drzwi kliniki, gdy ten wręcz obsesyjnie czuwał nad higieną lekarzy w szpitalu. To wszystko doprowadziło do tego, że ten medyczny rewolucjonista popadł w obłęd. Umarł w celi szpitala psychiatrycznego nie spotkawszy się ze zrozumieniem ze strony środowiska lekarskiego. Coś, co dziś wydaje się podstawą higieny, kiedyś uznawane było wręcz za herezję.

SZPITALA – DOMY ŚMIERCI

Również Angielka Florence Nightingale, matka współczesnego pielęgniarstwa, spotkała się z brakiem zrozumienia. Walczyła ona o życie żołnierzy podczas wojny krymskiej w latach 1853 – 1856. Walczyła o to, by przed opatrywaniem ran w szpitalach polowych

zachowano podstawową higienę. Jej wysiłki szły na marne, ale pojawił się brytyjski chirurg – Joseph Lister. To jemu udało się sprawić, że odeszło do lamusa twierdzenie chirurga Jamesa Y. Simpsona – w 1869 roku wskazywał, że „żołnierz na polu bitwy pod Waterloo ma większe szanse na przeżycie niż człowiek, który idzie do szpitala”. Dzięki Listerowi zaczęto przykładac większą wagę do mycia rąk, i to przed każdym zabiegiem, oraz dezynfekcji chirurgicznych narzędzi. Ale do tego przełomowego w medycynie momentu pobyt w szpitalu w większości przypadków równał się z przeniesieniem na tamten świat lub trwałym kalectwem.

Rzecz tak oczywista w dzisiejszych czasach pozwoliła na to, że gangrena przestała być tak powszechna jak katar jesienią, a amputacja zakażonej kończyny rzadziej stosowana. Listerowi udało się zmienić wizerunek lekarza, który w końcu przestał być kojarzony tylko z rzeźnikiem. To właśnie ryzyko zakażenia pacjenta zmniejszało liczbę ingerencji chirurgicznych, nawet po tym, gdy odkryto eter i zaczęto go stosować przy usypianiu chorych w czasie operacji. I pomimo tego, że wynalezienie znieczulenia pozwalało na przeprowadzanie operacji na większą skalę, to śmiertelność pacjentów wcale nie zmniejszyła się – higiena szpitalna pozostawała wiele do życzenia. Wiktoriański szpital pełen był nie tylko bakterii i wirusów, ale też robactwa i szczurów.

„Najgorsze ze wszystkiego było to, że szpitale nieustannie cuchnęły moczem, kałem i wymiocinami. Obrzydliwa woń przenikała każdy oddział chirurgiczny. Odór był tak ohydny, że niekiedy lekarze chodzili z chusteczkami

przyciśniętymi do nosa. To właśnie ów afront dla zmysłów stanowił najtrudniejszy test dla studentów chirurgii podczas pierwszego dnia ich pracy w szpitalu” – opisuje Lindsey Fitzharris w książce pt. „Rzeźnicy i lekarze. Makabryczny świat medycyny i rewolucja Josepha Listera”.

BEZPOŚREDNIA WALKA Z PATOGENAMI

Przez wiele lat Listerowi nie dawało spokoju, skąd bierze się stan zapalny. W końcu doszedł do wniosku, że nie można zapobiec kontaktowi rany z patogenami, dlatego należy drobnoustroje wyniszczyć w samej ranie, jeszcze przed tym, zanim dojdzie do zakażenia. Z pomocą przyszedł Ludwik Pasteur, który odkrył, że mikroorganizmy można zabić stosując wysoką temperaturę, filtrację albo środki odkażające. Lister skoncentrował się na tej ostatniej metodzie. Po kilku nieudanych próbach użycia kwasu karbolowego w dezynfekcji ran, odniósł sukces. Używany w miejskich ściekach jako środek odkażający, zadziałał również w tym przypadku. Co prawda wywoływał pewne podrażnienia skóry, ale mocno ograniczył ryzyko pojawienia się stanu zapalnego.

W latach 80. XIX w. dezynfekcja została uznana za powszechny sposób radzenia sobie z infekcjami operacyjnymi. W dowód uznania za wkład wniesiony do chirurgii dostąpił zaszczytu operowania samej królowej Wiktorii (1871). Naciął jej ropień i zastosował dezynfekcję karbolem. Gdy wrócił po udanym zabiegu do swoich studentów miał zażartować, że jest jedynym człowiekiem, który kiedykolwiek godził nożem królową. To wydarzenie ostatecznie przypieczętowało jego sukces. I całych pokoleń później – zaczęliśmy dłużej żyć.

Klaudia Torchała,
zdrowie.pap.pl



- ✓ Rozliczenia podatkowe indywidualne i biznesowe
- ✓ Pełna księgowość
- ✓ Rejestracja i rozwiązywanie biznesów

Ponad 15 lat doświadczenia

Katarzyna Gnatek
KG Business Services Inc
861 Manhattan Ave Ste# 5
Brooklyn, NY 11222
718-340-3808
Email: kasia@kgtax.nyc



Wypadek w pracy?
Wpadka z adwokatem?
Po co?



- ✗ Wypadki w pracy
- ✗ Wypadki komunikacyjne i drogowe
- ✗ Błędy lekarskie
- ✗ Urazy i szkody zadane przez policję
- ✗ Występujemy nawet w sprawach zleconych przez innych prawników!



William Schwitzer
& Associates, PC

820 Second Ave., 10th Floor
New York, NY 10017
www.wsatlaw.com

Całodobowa polska linia:
646-879-6490

Voted **TOP RATED** Lawyers

Przykładowe wygrane procesy naszej kancelarii

\$27,700,000.00

Verdict for Motor
Vehicle Accident

\$19,800,000.00

Verdict Motor
Vehicle Accident

\$8,400,000.00

Verdict Construction Worker

\$5,600,000.00

Settlement Construction
Accident Plumber

\$5,500,000.00

Settlement Laborer