Aktualna informacja dla marynarzy. Nadal obowiązuje zwolnienie z kwarantanny po powrocie ze statku – stan na dzień 05-07-2021 r

Informujemy, iż nadal z obowiązku kwarantanny niezależnie od kierunku podróży (także po zmianach wprowadzonych 24-06-2021 r.) w ramach wykonywania czynności zawodowych nie muszą odbywać marynarze, rybacy oraz inni członkowie załóg statków morskich oraz statków żeglugi śródlądowej, a także serwisanci statków oraz inspektorzy administracji morskiej lub uznanych organizacji w celu wykonania inspekcji.

Źródło: www.omk.org.pl

Informacja o ograniczeniach i procedurach w podmianach załóg w portach na świecie.

W portach na całym świecie, obowiązują ograniczenia, środki bezpieczeństwa i procedury które cały czas się zmieniają w związku z dynamiką rozwoju pandemii.
Poniżej link do aktualizowanej mapy z zaznaczeniem części świata, Państwami i ograniczeniami związanymi z podmianami załóg.
Udostępniona jest na stronie UKP&I Club www.ukpandi.com.

http://geollectcoronavirusdashboard.com.s3-website.us-east-2.amazonaws.com/

Źródło: www.omk.org.pl

Szczepienie przeciwko covid-19 w książeczce szczepień.

Kilkukrotnie zgłaszano do OMK zapytania związane z potwierdzeniem szczepień przeciwko covid-19 w książęce szczepień w związku z czym, na podstawie korespondencji z Ministerstwem Zdrowia odpowiadamy oraz własnych doświadczeń odpowiadamy.
Mocno zalecamy, aby marynarze udający się na szczepienie przeciwko covid-19 zabierali ze sobą Międzynarodowe Książeczki Szczepień, potocznie zwane „żółtymi książeczkami szczepień". Lekarz kwalifikujący na szczepienie powinien wpisać, każdą dawkę przyjmowanego szczepienia wraz z podaniem rodzaju otrzymanej szczepionki.

Jeżeli zapomnieliśmy zabrać ze sobą książeczkę to wyjaśniamy, iż można otrzymać taki wpis także w późniejszym czasie. Jeżeli dana osoba przedstawi dowód szczepienie to każdy inny lekarz powinien dokonać odpowiedniego wpisu. W przypadku odmowy ze strony lekarza, informujemy, iż marynarze z OMK mogą się do nas zwrócić w celu otrzymania wytycznych z Ministerstwa.

W przypadku jakichkolwiek innych wątpliwości lub kłopotów prosimy o kontakt.

Źródło omk.org.pl

Rząd przyjął uchwałę w sprawie terminala instalacyjnego dla offshore.

Rząd przyjął w piątek uchwałę ws. budowy w Porcie Gdynia terminala instalacyjnego dla morskich farm wiatrowych. Według branży budowa tego portu to w tej chwili najpilniejsza część całego projektu polskiego offshore.

Jak poinformowała Kancelaria Prezesa Rady Ministrów, terminal instalacyjny zapewni skuteczny rozwój morskiej energetyki wiatrowej na Bałtyku w polskiej wyłącznej strefie ekonomicznej. Dzięki temu uda się m.in. zwiększyć bezpieczeństwo energetyczne państwa oraz zaktywizować proces rozwoju gospodarki. Działania te realizują cele "Polityki energetycznej Polski do 2040 r.".

"Przy wyborze lokalizacji terminala instalacyjnego dla morskich farm wiatrowych wzięto pod uwagę warunki techniczne polskich portów morskich. Istotnym aspektem było także ich położenie, które ma znaczenie z punktu widzenia ekonomicznej efektywności procesów inwestycyjnych w instalacje morskich farm wiatrowych na Bałtyku" - czytamy w komunikacie.

Dodano, że biorąc pod uwagę powyższe czynniki wybór Portu Gdynia jest optymalny. Port jest zlokalizowany najbliżej względem przyszłych morskich farm wiatrowych, które planowane są w ramach pierwszego etapu rozwoju tzw. projektu polskiego offshore. Dodatkowo już obecnie Port Gdynia jest wykorzystywany do przeładunków wielu elementów konstrukcyjnych farm wiatrowych.

Uchwała zakłada przygotowanie w Porcie Gdynia odpowiedniego zaplecza portowego do obsługi morskich farm wiatrowych oraz stworzenie wymaganej infrastruktury.

Źródło: gospodarkamorska.pl

Kadry. Branża ostrzega przed poważnym niedoborem marynarzy już w 2026 roku.

Rosnące zapotrzebowanie na standardy wyszkolenia, wydawania świadectw i wacht (STCW) certyfikowanych oficerów może oznaczać, że w 2026 roku do obsługi światowej floty handlowej potrzeba będzie kolejnych 89 510 oficerów, wynika z nowego raportu.

Nowy raport dotyczący siły roboczej marynarzy opublikowany przez Międzynarodową Izbę Żeglugi i BIMCO szacuje, że 1,89 miliona marynarzy obsługuje obecnie światową flotę handlową, liczącą ponad 74 000 statków.

Według opublikowanych danych, obecnie brakuje 26 240 certyfikowanych oficerów STCW, co wskazuje, że popyt na marynarzy w 2021 roku przewyższył podaż.

Chociaż od 2015 roku nastąpił wzrost podaży oficerów o 10,8 procent, niedobór ten może wynikać ze zgłoszonego wzrostu liczby oficerów potrzebnych na statkach, przy czym na miejsce wymagane jest średnio 1,4 oficera.

Ponadto istnieje szczególny brak kilku kategorii oficerów . Brakuje funkcjonariuszy z doświadczeniem technicznym, zwłaszcza na szczeblu kierowniczym.

Coraz większy udział kobiet w puli marynarzy

Raport ujawnia, że w sektorach tankowców i jednostek przybrzeżnych odnotowano niedobór oficerów pokładowych szczebla kierowniczego.

- Aby sprostać przyszłemu zapotrzebowaniu na marynarzy, ważne jest, aby branża aktywnie promowała karierę na morzu i wzmacniała edukację morską oraz szkolenia na całym świecie, z naciskiem na różnorodne umiejętności potrzebne do bardziej ekologicznego i bardziej połączonego cyfrowo przemysłu – Guy Platten, sekretarz generalny zauważył Międzynarodową Izbę Żeglugi.

- Wgląd i wkład danych od firm żeglugowych, krajowych administracji morskich oraz instytucji edukacji morskiej i szkoleń w nowy raport jest nieoceniony w uzyskaniu obrazu tego, na co nasza branża musi się przygotować w przyszłości rekrutacji i zatrzymywania marynarzy powiedział sekretarz generalny BIMCO, David Loosley.

Jednak z bardziej pozytywnej strony, w ciągu ostatnich pięciu lat branża poczyniła znaczne postępy w zmniejszaniu wskaźnika rotacji oficerów z 8 do 6 procent, zatrzymywaniu wykwalifikowanych marynarzy i zwiększaniu liczby lat ich służby na morzu.

Najnowsze statystyki pokazują również, że istnieje pozytywna tendencja w równowadze płci, z około 24 059 kobietami pełniącymi funkcję marynarzy, co stanowi wzrost procentowy o 45,8 procent w porównaniu z raportem z 2015 roku.

W zeszłym miesiącu agencja załogowa Danica Crewing Services ostrzegła, że niedobory załogi zaczynają być widoczne z powodu ograniczeń w podróżowaniu na Covid-19 i opóźnień w szczepieniach.

Źródło: gospodarkamorska.pl

Przeładunki w portach Szczecin i Świnoujście cały czas w górę.

Zespół portów Szczecin-Świnoujściem utrzymał w lipcu br. wzrostowy trend w przeładunkach. W porównaniu do lipca ub. roku tegoroczne wyniki są o 15 proc. lepsze. Dotychczas w tym roku obydwa porty obsłużyły prawie 19 mln ton ładunków.

Pierwsze półrocze 2021 ze wzrostem 11,5 proc. - króluje węgiel i ruda

Wyniki przeładunkowe po pierwszym półroczu br. są w obu portach o 11,5 proc. lepsze aniżeli w tym samym czasie ubiegłego roku.

W portach jest więcej węgla, rudy, zboża, drobnicy i kontenerów. Węgiel i ruda zanotowały wzrost na poziomie 35 proc. w porównaniu do pierwszych sześciu miesięcy 2020 roku. Dwucyfrowy wzrost o 13 proc. ma też drobnica, w tym drobnica promowa 16 proc. Kontenery zakończyły półrocze wynikiem o 7,6 proc. lepszym w porównaniu do tego samego okresu ub. roku. W takich grupach towarowych jak zboża, inne masowe oraz paliwa wielkości są w zasadzie analogiczne jak w pierwszych sześciu miesiącach 2020 roku.

Pandemia pokazała jak ważny jest port

Okres pandemii dowiódł jak ważny jest port dla gospodarki kraju i regionu. W wymagającym okresie nie było ani jednego dnia przestoju w portach. Pozostały one w pełni operacyjne, świadcząc usługi swoim klientom. W całym ubiegłym 2020 roku spadki w przeładunkach wyniosły jedynie 3 proc. Przypadły na okres od stycznia do sierpnia ub. roku. Wyniosły okresowo minus 7 do 8 proc. Natomiast od września do końca ub. roku były już wzrosty przeładunkowe. W tej chwili wszystko już praktycznie wróciło do normy. Można zatem powiedzieć, że porty w

zasadzie przeszły bezkolizyjne przez okres pandemii, w czym duża zasługa przedsiębiorstw przeładunkowych operujących w portach.

TOP 10 przedsiębiorstw przeładunkowych dzierżawiących tereny portowe od ZMPSiŚ

Najwięcej masy ładunkowej obsłużono na Terminalu Promowym w Świnoujściu (drobnica), który zamknął półrocze wielkością 7,5 mln ton. Tuż za nim z wynikiem 2,1 mln ton jest Bulk Cargo Port Szczecin (węgiel, ruda, inne masowe, drewno, drobnica). Podium zamyka OT Świnoujście (węgiel, ruda, inne masowe, zboże, drobnica) osiągając półroczny wynik na poziomie 1,8 mln ton obsłużonych ładunków.

W pierwszej piątce biorąc pod uwagę wypracowany wynik operacyjny znalazły się także świnoujski terminal LNG oraz DB Port Szczecin (inne masowe, zboże i drobnica), odpowiednio 1,5 mln oraz 850 tys. ton obsłużonych ładunków.

Kolejne miejsce z wynikiem 308 tys. ton ładunków zbóż przypada firmie Bunge (zboża) operującej w Świnoujściu. Tuż za nią z wynikiem 275, 232 i 129 tys. ton obsłużonych ładunków są Szczecin Bulk Terminal (zboże), Fast Terminals (inne masowe, drewno, drobnica) i Viterra Szczecin (zboże, drewno i inne masowe). Trzycyfrowy wynik 103 tys. ton obsłużonych ładunków – paliw wypracowała w minionym półroczu firma Oktan Energy & V/L Service.

Listę zamykają spółki Cronimet (inne masowe), General Cargo Terminal (drewno, drobnica) i Baltic Stevedoring Company (inne masowe, drobnica) z wynikiem odpowiednio 58, 54 i 36 tys. ton obsłużonych ładunków.
(…..)

Źródło: gospodarkamorska.pl

Wielka Brytania i USA również oskarżają Iran o atak na tankowiec na Morzu Arabskim.

Wielka Brytania oskarżyła w niedzielę Iran o przeprowadzenie czwartkowego ataku na tankowiec na Morzu Arabskim, w który zginęło dwóch członków załogi - Brytyjczyk i Rumun. Także Stany Zjednoczone obarczyły Iran winą za ten atak.

"Wielka Brytania potępia bezprawny i bezlitosny atak na statek handlowy u wybrzeży Omanu, w którym zginęli obywatele brytyjski oraz rumuński. Uważamy, że atak ten był zamierzony, celowy i stanowił wyraźne naruszenie przez Iran prawa międzynarodowego. Z ocen brytyjskich wynika, że jest wysoce prawdopodobne, iż Iran zaatakował MV Mercer Street na wodach międzynarodowych u wybrzeży Omanu 29 lipca, używając jednego lub więcej bezzałogowych statków powietrznych (UAV)" - napisał w oświadczeniu brytyjski minister spraw zagranicznych Dominic Raab.

Jak podkreślił, Iran musi zaprzestać tego typu ataków, a statki muszą mieć możliwość swobodnego poruszania się zgodnie z prawem międzynarodowym. Dodał, że Wielka Brytania pracuje razem z partnerami nad wspólną reakcją na ten niedopuszczalny atak.

Także sekretarz stanu USA Antony Blinken podkreślił, że Stany Zjednoczone są przekonane, że atak przeprowadził Iran, wykorzystując do tego drony.

"Takie działania zagrażają swobodzie żeglugi na tej ważnej trasie, a także światowemu transportowi i handlowi oraz życiu osób na atakowanych statkach" - podkreślił w oświadczeniu.

Tankowiec Mercer Street, którego armatorem jest firma Zodiac Maritime należąca do izraelskiego miliardera Ejala Ofera, został zaatakowany w nocy z czwartku na piątek u wybrzeży Omanu. W piątek o przeprowadzenie ataku oskarżył Iran izraelski minister spraw zagranicznych Jair Lapid. W niedzielę z kolei rzecznik irańskiego MSZ odrzucił izraelskie oskarżenia jako bezpodstawne i zapewnił, że Iran nie brał udziału w ataku.

Źródło: gospodarkamorska.pl

Polska oddała hołd powstańcom warszawskim.

O godz. 17 - w godzinie "W" - o której 77 lat temu wybuchło Powstanie Warszawskie, w stolicy rozległ się dźwięk syren w hołdzie uczestnikom zrywu. Na minutę na ulicach przystanęli przechodnie, zatrzymały się samochody, tramwaje oraz autobusy.
O to, aby jak co roku 1 sierpnia, w godzinę "W" polacy uczcili minutą ciszy pamięć o zrywie, apelowali przedstawiciele Związku Powstańców Warszawskich, Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej oraz władze stolicy.

Źródło: pap.pl

Nadwyżka budżetu po czerwcu wyniosła 28 mld zł.

Nadwyżka budżetu po czerwcu br. wyniosła 28 mid zł; dochody budżetu do końca czerwca 2021 r. sięgnęły 234 mid zł i były o 18,5 proc, wyższe od uzyskanych w tym samym okresie 2020 r. - poinformowało w czwartek PAP Ministerstwo Finansów.
Jak podało MF, w okresie styczeń-czerwiec 2021 r. wykonanie dochodów budżetu państwa wyniosło ok. 234 mid zł i było wyższe o ok. 36,6 mid zł, czyli o 18,5 proc, wobec wykonania w okresie styczeń-czerwiec 2020 r.
Resort dodał, że dochody z VAT w I półroczu br. wyniosły 101,6 mid zł i były wyższe o ok. 23,2 mid zł, tzn. o 29,6 proc, w stosunku do analogicznego okresu roku 2020.
„Wysokie dynamiki wzrostu związane są z jednej strony z zamrożeniem gospodarki podczas pierwszej fali pandemii w ubiegłym roku, z drugiej są wynikiem silnego odbicia gospodarczego. W maju br. notowaliśmy dwucyfrowe wzrosty w sprzedaży sprzedanej przemysłu i sprzedaży detalicznej, co stanowi bazę podatkową w czerwcu" - powiedział PAP minister finansów Tadeusz Kościński.
Z danych MF wynika, że po sześciu miesiącach 2021 r. dochody z PIT wyniosły 33,6 mid zł i były wyższe o ok. 5,1 mid zł
czyli o 17,7 proc, od tych z podobnego okresu roku 2020, dochody z CIT natomiast sięgnęły ok.
25,5 mid zł i były wyższe o ok. 3,4 mid zł (tj. 15,4 proc.) wobec okresu styczeń-czerwiec 2020 r., zaś dochody z akcyzy sięgnęły ok. 33,8 mid zł, tj. były wyższe o 1,4 mid zł, czyli o 4,3 proc, licząc rok do roku.
WI półroczu br. wykonanie dochodów niepodatkowych wyniosło ok. 32,1 mid zł i było wyższe o ok. 0,8 mid zł, tj. o 2,6 proc, w stosunku do wykonania w okresie styczeń-czerwiec 2020 r. - podał resort finansów.
„Wyższe wpływy w porównaniu do analogicznego okresu roku ubiegłego z tytułu dochodów niepodatkowych należy wiązać między innymi z wyższą czerwcową wpłatą z tytułu wpłaty z zysku NBP, która była wyższa o 1,4 mid zł, czyli o 19,4 proc, w stosunku do analogicznego okresu roku 2020" - poinformowało MF.
Według MF wydatki budżetu od początku stycznia do końca czerwca br. wyniosły ok. 206 mid zł.

Źródło: pap.pl

Kierowca autobusu, który przejechał nastolatkę w Katowicach z zarzutem zabójstwa.

31-letni kierowca miejskiego autobusu, który w sobotę rano przejechał w Katowicach 19- letnią dziewczynę, usłyszał w niedzielę zarzut jej zabójstwa, a także zarzuty usiłowania zabójstwa dwóch innych osób - poinformowała prok. Monika Łata z zespołu prasowego katowickiej prokuratury okręgowej.
Prokuratura będzie wnioskować o tymczasowe aresztowanie podejrzanego. Usłyszał on zarzut dokonania zabójstwa 19-let niej Barbary Sz. oraz dwóch innych osób, które znajdowały się przed autobusem w chwili, gdy kierowca ruszył.
Zatrzymany krótko po wypadku 31-latek został przewieziony do Prokuratury Rejonowej Katowice-Północ w niedzielę krótko przed 10.30; po godzinie 14.00 jego przesłuchanie dobiegło końca. Mężczyzna składał wyjaśnienia - ich treść nie jest na razie znana.
Wcześniej policja przekazała prokuraturze dotychczas zgromadzony materiał dowodowy, m.in. zebrane dotąd zeznania świadków oraz ustalenia poczynione dzięki nagraniom wypadku - zarówno tym z monitoringu, jak i tym wykonanym smartfonami przez świadków.

Do wypadku doszło w sobotę przed szóstą rano opodal przejścia dla pieszych w pobliżu zbiegu ulic Mickiewicza i Stawowej - w ścisłym centrum Katowic. Na dostępnym w mediach społecznościowych amatorskim nagraniu widać, jak kierowca autobusu najeżdża na grupę młodych ludzi, z których część uczestniczyła w bójce na pasie ruchu. Nastolatka znika pod kołami pojazdu, który ciągnie ją przez kilkadziesiąt metrów, zaś jeden z mężczyzn jest popychany przez jadący autobus, inni uciekają na boki.
Za zabójstwo i usiłowanie zabójstwa grozi kara do 25 lat więzienia lub dożywocie.

Źródło: pap.pl

Skarb Państwa dokapitalizuje ElectroMobility Poland 250 mln zł..

Skarb Państwa podpisał umowę inwestycyjną z ElectroMobility Poland, zgodnie z którą państwo obejmie nowe akcje spółki o wartości 250 min zł. Dokapitalizowanie EMP pozwoli przeprowadzić m.in. prace przygotowawcze związane m.in. z budową fabryki Izery w Jaworznie - podała PAP spółka.
"Środki, które pozyskamy w ramach umowy inwestycyjnej pozwolą na realizację absolutnie kluczowych celów projektowych, tj. fmalizację rozmów biznesowych z kluczowymi partnerami czy rozpoczęcie współpracy z dostawcą platformy" - wyjaśnił PAP prezes ElectroMobility Poland Piotr Zaremba. Ocenił, że zaangażowanie Skarbu Państwa w Izerę, czyli pierwszy polski samochód elektryczny, jest gwarantem kontynuowania prac w najważniejszych obszarach i zapewnia projektowi stabilność.
Spółka ElectroMobility Poland poinformowała PAP, że 29 lipca Skarb Państwa podpisał umowę inwestycyjną ze spółką, na mocy której państwo obejmie nowe akcje EMP o wartości 250 min zł. "Podpisanie umowy i dokapitalizowanie EMP umożliwia realizację kolejnego etapu rozwoju projektu polskiej marki samochodów elektrycznych. Dotychczasowi udziałowcy spółki pozostają w mniejszościowym akcjonariacie" - przekazała spółka.
Jak wyjaśniono, nowe akcje wyemitowane zostaną w wyniku podwyższenia kapitału zakładowego spółki. Ich zakup zostanie w całości pokryty wkładem pieniężnym ze środków pochodzących z Funduszu Reprywatyzacji. "Środki te przeznaczone będą, między innymi na rozpoczęcie współpracy z dostawcą platformy technologicznej, kontynuowanie prac inżynieryjnych, działania przygotowawcze związane z budową fabryki w Jaworznie" - poinformowano.

Jak wskazał prezes Zaremba, etap przygotowawczy, który obejmuje umowa inwestycyjna zaplanowany jest na osiem miesięcy. "Wysokość przeznaczonych na ten etap środków oddaje zakres i skalę wyzwań, jakie przed nami stają oraz dynamikę prac, które muszą zostać wykonane w najbliższym czasie" - wskazał prezes.
Spółka wyjaśniła, że wpłata środków z Funduszu Reprywatyzacji na konto EMP nastąpi po walnym zgromadzeniu akcjonariuszy zatwierdzającym podwyższenie kapitału zakładowego oraz niezbędnych.

(.....)

Źródło: pap.pl

Zmiana godziny ćwierćfinału siatkarzy. Vital Heynen nie będzie zadowolony.

Reprezentacja Polski zagra z Francją w ćwierćfinale igrzysk w Tokio we wtorek, ale nie o godz. 2:00 naszego czasu, tylko o 14:30. Decyzja organizatorów z pewnością nie spodoba się trenerowi Biało-Czerwonych, Vitalowi Heynenowi.
Mecz pierwotnie zaplanowano na godz. 9:00 czasu miejscowego (2:00 w Polsce). - W każdym dokumencie jest zapisane, że gramy o 9:00 i właśnie na to jesteśmy gotowi - mówił Heynen na łamach Sport.pl po niedzielnej wygranej z Kanadą (3:0). - Naszym największym atutem staje się umiejętność grania o godz. 9:00. Poważnie, trzy najlepsze treningi z ostatnich trzech miesięcy to te, które mieliśmy właśnie o 9:00 - dodał belgijski szkoleniowiec.

Tokio 2020: pogromcy Polaków za burtą turnieju!

Organizatorzy zdecydowali się jednak na zmianę godziny rozpoczęcia meczu Polska - Francja. Rywalizacja Biało-Czerwonych rozpocznie się we wtorek o godz. 21:30 czasu miejscowego, tj. o 14:30 w Polsce.

Pomyślną informacją jest natomiast wieść o rywalu w ewentualnym półfinale. W drodze losowania okazało się, że w przypadku pokonania Francji Biało-Czerwoni zmierzą się z lepszym z pary Włochy - Argentyna. Z takimi potęgami jak Brazylia czy Rosyjski Komitet Olimpijski siatkarze Heynena mogą zmierzyć się dopiero w finale.

Tokio 2020. Ćwierćfinałowe pary turnieju siatkarzy:
3 sierpnia, godz. 2:00 czasu polskiego: Rosyjski Komitet Olimpijski - Kanada

3 sierpnia, godz. 6:00 czasu polskiego: Japonia - Brazylia

3 sierpnia, godz. 11:00 czasu polskiego: Włochy - Argentyna

3 sierpnia, godz. 14:30 czasu polskiego: Polska - Francja

Tokio 2020. Półfinałowe pary turnieju siatkarzy:
Polska / Francja - Włochy / Argentyna

Japonia / Brazylia - Rosyjski Komitet Olimpijski / Kanada.

Źródło: sport.onet.pl

Tokio 2020. Członkowie polskiej sztafety w czołówce najszybszych zmian rywalizacji 4x400 metrów.

Polska sztafeta mieszana wywalczyła złoty medal igrzysk olimpijskich w Tokio w rywalizacji 4x400 metrów. Biało-czerwoni zwyciężyli z czasem 3:09.87, wyprzedzając Dominikanę i USA. Nie mogło być inaczej, wszak nasi reprezentanci znaleźli się w czołówce najszybszych zmian, zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn.

Znamy tajemnicę suukcesu sztafety. "Nacieraliśmy się..."

Do tej pory to był najpiękniejszy moment dla polskich kibiców w tegorocznych igrzyskach. Sztafeta w składzie: Natalia Kaczmarek, Justyna Święty-Ersetic, Karol Zalewski i Kajetan Duszyński w fantastycznym stylu wywalczyła złoty medal, bijąc poprzedni rekord Europy (3:10.44), który został ustanowiony w... piątkowym półfinale przez polską sztafetę (w składzie: Iga Baumgart-Witan, Małgorzata Hołub-Kowalik, Dariusz Kowaluk i Kajetan Duszyński). To pierwsze złoto dla Polski w tych igrzyskach.

Według przybliżonych międzyczasów podawanych przez organizatorów, Polacy byli w czołówce najszybszych zmian. Wśród pań bezkonkurencyjna była Marileidy Paulino, która ukończyła swoją zmianę w czasie 48.7 s. Najszybszą z Polek w finale była Natalia Kaczmarek. 23-latka przebiegła 400 metrów w czasie 49.9 sekund!

Źródło: sport.onet.pl

Myszy tracą tłuszcz przez skórę. Można zmusić organizm, by się go pozbył bez spalania.

Tkanki tłuszczowej można się pozbyć inaczej niż przez jej spalanie, a do tego bez wysiłku lub wyrzeczeń. Niestety, to dopiero eksperymenty na laboratoryjnych myszach. Jednak badacze chcą przeprowadzić takie badania także z udziałem ludzi.

Mało kto, poza naukowcami, reaguje z entuzjazmem na słowa „tkanka tłuszczowa". I słusznie, bo jej nadmiar prowadzi do zaburzeń hormonalnych, rozwoju cukrzycy, zwiększa ryzyko chorób serca, a nawet nowotworów.

Ale z tego też powodu naukowcy stale poszukują sposobów, jak się jej pozbyć. Oczywiście w inny sposób niż najprostszy, bowiem ścisła dieta i wysiłek fizyczny sprawiają kłopot większości z nas.

Badacze ze Szkoły Medycyny Uniwersytetu Pensylwanii wykazali, że podanie myszom cytokiny o nazwie TSLP sprawia, że tracą tkankę tłuszczową. Donoszą o tym w pracy opublikowanej w prestiżowym czasopiśmie naukowym „Science".

Czy suplementy pomagają schudnąć? Naukowcy: nie warto ich brać
– To zupełnie nieoczekiwane odkrycie, ale udało nam się wykazać, że utrata tkanki tłuszczowej może odbywać się przez skórę w postaci sebum, czyli łoju – mówi główny autor badań, dr Taku Kambayashi.

Nieoczekiwany skutek działania cytokin – spadek wagi
Główną rolę w tym zjawisku odgrywa TSLP (thymic stromal lymphopoietin). To rodzaj białka należącego do cytokin, czyli związków chemicznych odpowiedzialnych za kontrolę aktywności komórek układu odpornościowego.

Niektóre komórki układu odpornościowego mogą regulować także przemianę materii. Badacze chcieli sprawdzić, czy podanie otyłym myszom TSLP będzie przeciwdziałać niektórym skutkom otyłości.
(.....)

Źródło: focus.pl

W Izraelu urodziło się dziecko z własnym bliźniakiem w brzuchu. Jak to możliwe?

To rzadki przypadek, zdarzający się raz na pół miliona urodzeń. Dochodzi do niego, gdy ciąża bliźniacza kończy się wchłonięciem jednego z płodów przez drugi.

W Izraelu urodziło się dziecko z własnym bliźniakiem w brzuchu. To rzadki przypadek, zdarzający się raz na pół miliona ciąż. Te ciąże zaczynają się jako bliźniacze, ale jeden z zarodków na wczesnym etapie rozwoju zostaje wchłonięty przez drugi.

Takie zaburzenie rozwoju płodu, zwane „fetus in fetu", czyli dosłownie „płód w płodzie" jest rzadkie. Zdarza się raz na pół miliona narodzin.

Jeszcze w trakcie ciąży lekarze stwierdzili, że brzuch noworodka jest powiększony. Badania tuż po urodzeniu wykazały, że dziecko w nosi w nim częściowo rozwinięty płód. Został usunięty operacyjnie, a dziecko wraca do zdrowia – donosi „Times of Israel".

Jak powstaje płód w płodzie
Badacze nie wiedzą dokładnie, jak powstaje „płód w płodzie". Przypuszcza się, że jest związane z innym zaburzeniem rozwoju płodu. Tak zwane bliźnięta pasożytnicze również powstają, gdy jedno z bliźniąt zostaje tylko częściowo wchłonięte przez drugie. Dzieje się to również na etapie bardzo wczesnego rozwoju zarodkowego.

- Dzieje się to na tym etapie rozwoju płodowego zanim zamkną się jamy zarodka na etapie blastuli. Jeden z zarodków trafia do zagłębienia, które ulega potem zamknięciu. Płód w ten sposób rozwija się wewnątrz drugiego. Nie można jednak stwierdzić, że żyje – tłumaczy w Times of Israel" dr Omer Globus, ordynator oddziału neonatologii w izraelskim Ashdod.

Taki częściowo wchłonięty bliźniak jest tylko częściowo wykształcony. Nie jest zdolny ani do samodzielnego, ani nawet sztucznie podtrzymywanego życia. W większości przypadków to zwapniała masa tkanek.
(.....)

Źródło: pap.pl

Żagle 2021. Do Szczecina zawitały najpiękniejsze polskie żaglowce!

Najpiękniejsze polskie żaglowce – ale nie tylko – można podziwiać w ten weekend w Szczecinie: trwa tam właśnie finał regat bałtyckich Żagle 2021! Przy Wałach Chrobrego i Łasztowni zacumowały m.in. dwumasztowy STS Fryderyk Chopin, Zawisza Czarny, Dar Młodzieży, Kapitan Borchardt i Pogoria, jest także Sztandart: replika rosyjskiej fregaty z 1703 roku.

Gotowość ugoszczenia jednostek i ich załóg w ramach imprezy Żagle 2021 wyraziły trzy porty: Tallin, Kłajpeda i Szczecin. Żaglowce i jachty wyruszyły w rejs po Bałtyku, by na finałowy weekend dotrzeć właśnie na polskie Wybrzeże.

Do niedzieli w określonych godzinach można zwiedzać pokłady tych jednostek.

Rejs na żaglowcu, choć może kojarzyć się z szumem fal i wypełnionymi wiatrem żaglami (swoją drogą, słusznie), to jednak też ciężka praca, której musi podołać każdy z załogantów. Jak wygląda doba na STS Fryderyk Chopin? Gościnna załoga oprowadziła nas po pokładzie.

Tutaj mamy koło sterowe ze wszystkimi przyrządami nawigacyjnymi, a tu jest w zasadzie najważniejsze pomieszczenie nawigacyjne, w którym zapadają najważniejsze decyzje co do kursu żaglowca czy żagli - wyjaśnia w rozmowie z reporterem RMF FM Mateuszem Chłystunem Iga Potok z załogi Chopina. Oficerowie widzą tu wszystko na mapach, mogą ustalać kurs. (...) Po doświadczeniu na regatach zależy nam na każdym węźle, staramy się osiągnąć jak najlepszą prędkość. Trzeba zmieniać na bieżąco kurs, dostosowywać się do wiatru. Ważne jest też oczywiście bezpieczeństwo. Musimy reagować na wypłycenia czy też wraki, które mijamy po drodze - dodaje.

Źródło: rmf24.pl

Jesteś marynarzem pracującym na kontraktach u zagranicznych armatorów ?

Zapraszamy do OMK / ITF – wypełnij deklarację :

W ramach przynależności do OMK zostaniesz natychmiast objęty ubezpieczeniem od następstw nieszczęśliwych wypadków w PZU 24 h podczas pracy na statku i wypoczynku w domu, również w strefie działań pirackich. Koszt ubezpieczenia ponosi OMK.
Ponadto:
• Oferujemy po 12-miesięcznej przynależności pomoc w podniesieniu Twoich kwalifikacji, refundujemy kosztu kursów i szkoleń wynikających z Konwencji STCW ukończonych w ośrodkach szkoleniowych w Polsce
• Możesz w razie poważnej sytuacji kryzysowej na statku, w każdej chwili skontaktować się z nami pod awaryjnym numerem telefonu, czynnym 24 h / 24 h.
• Odwiedź na naszej stronie internetowej strefę Marynarze mają taniej – są miejsca gdzie dostaniesz zniżki na podstawie naszej legitymacji OMK/ITF – przejazdy na lotniska, kursy, szkolenia itp.
• Zawsze gdy masz wątpliwości dotyczące zatrudnienia możesz zwrócić się do nas z zapytaniem o sprawdzenie kontraktu, warunków zatrudnienia, prośbą o poradę.
• Możesz skorzystać z bezpłatnej porady podatkowej udzielanej przez prawnika z wyspecjalizowanej Kancelarii Podatkowej z którą współpracujemy (bezpłatna porada / opinia / sporządzenie rozliczenia rocznego.
• Możesz skorzystać z bezpłatnej porady współpracującej z nami Kancelarii Prawnej w zakresie prawa cywilnego, rodzinnego, karnego.
• Możesz liczyć na poprowadzenie roszczenia, w razie kłopotów z armatorem (opóźnienie lub brak wypłaty wynagrodzenia, wypadek na statku, inne)
Wypełnij deklarację na naszej stronie internetowej: https://www.omk.org.pl/przylacz_sie
Może polubisz nas na FB ?

www.omk.org.pl

Kontakt z OMK.

Informujemy, że w związku ze specyfiką pracy naszego biura biuro OMK będzie zamknięte do odwołania.
We wszystkich sprawach proszę kontaktować się drogą e-mail: biuro@nms.org.pl

W pozostałych pilnych sprawach pod nr 91 422 02 02

W pilnych sprawach dot. spraw roszczeń prosimy o kontakt pod awaryjnym numerem telefonu:

516 516 900.

Powyższe wynika z obowiązującej ustawy z dnia 2 marca 2020 roku o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (Dz.U. z 2020 r., poz. 374)

Źródło:omk.org.pl

Wydarzyło się 26 lipca - kalendarium

2 sierpnia jest 214. (w latach przestępnych 215.) dniem w kalendarzu gregoriańskim. Do końca roku pozostaje 151 dni.
Dzisiaj imieniny obchodzą :
Alfreda, Euzebiusz, Gustaw, Eliasz, Karina, Maksym, Maria, Rutyliusz, Stefan, Świętosław i Teodota.

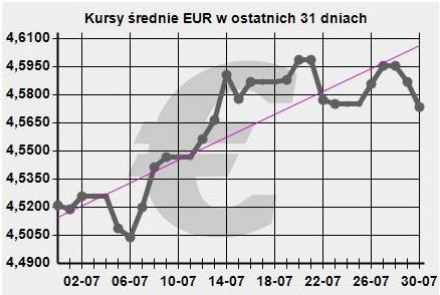
Wydarzyło się sporo rzeczy na przełomie lat, między innymi:
1299 – Białogard otrzymał prawa miejskie.
1422 – Wojna golubska: wojska polsko-litewskie rozpoczęły oblężenie Lubawy.
1519 – Wojska polsko-litewskie poniosły klęskę w bitwie z Tatarami pod Sokalem.
1630 – W Milówce na Żywiecczyźnie aresztowano zbójnika Sebastiana Burego wraz z siedmioma członkami jego bandy.
1664 – IV wojna polsko-rosyjska: armia litewsko-polska poniosła klęskę w bitwie z Rosjanami pod Szkłowem.
1743 – Została powołana Rada Dworu i Poczty we Wrocławiu.
1755 – Biskup łucki Antoni Erazm Wołłowicz poświęcił odbudowany klasztor bernardynów wraz z kościołem św. Antoniego w Zbarażu.
1794 – Insurekcja kościuszkowska: zwycięstwo wojsk polsko-litewskich nad rosyjskimi w bitwie pod Słonimem.
1893 – Pierwsze z serii objawień Feliksy Kozłowskiej, zebranych później w Dziele Wielkiego Miłosierdzia, stanowiącym podstawę wyznania mariawickiego.
1905 – W Otwocku w zamachu przeprowadzonym przez bojowców PPS pod dowództwem Tomasza Arciszewskiego zginął zastępca warszawskiego generała-gubernatora i szef tajnej policji generał-major żandarmerii Andriej Markgrafski. Zginął też trafiony przypadkowym pociskiem jego 7-letni syn.
1919 – Sejm Ustawodawczy uchwalił podział terytorium byłego Królestwa Polskiego na 5 województw (białostockie, kieleckie, lubelskie, łódzkie i warszawskie) i miasto wydzielone Warszawę.
1923 – W Łodzi ukazało się pierwsze wydanie dziennika „Express Ilustrowany".
1926 – Sejm RP uchwalił nowelę sierpniową do konstytucji marcowej, która wzmacniała pozycję prezydenta.
1940 – Do obozu koncentracyjnego Gross-Rosen przybył pierwszy transport więźniów.
1943:
Rzeź wołyńska: około 150 Polaków zostało zamordowanych przez UPA w Leonówce (gmina Tuczyn).
W obozie zagłady w Treblince wybuchł bunt więźniów.
1944:
2. dzień powstania warszawskiego: Stare Miasto zostało całkowicie opanowane przez oddziały powstańcze. Powstańcy wycofujący się ze stolicy stoczyli bój pod Pęcicami.

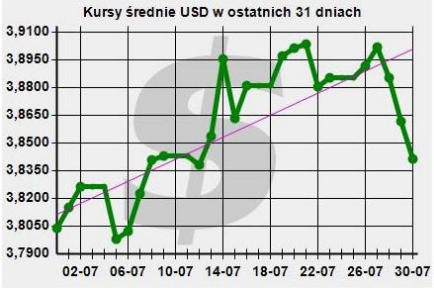
Armia Czerwona zajęła Rzeszów.
W nocy na z 2 na 3 sierpnia doszło do likwidacji obozu cygańskiego w KL Auschwitz II-Birkenau. W komorze przy IV krematorium zagazowano 2897 osób.
1945 – Ogłoszono amnestię, która miała na celu likwidację podziemia antykomunistycznego.
1951 – Władysław Gomułka został osadzony w areszcie domowym.
1958 – Podczas meczu lekkoatletycznego Polska-USA na Stadionie Dziesięciolecia (zakończonego wynikami 97:115 wśród mężczyzn i 54:52 wśród kobiet) został ustanowiony aktualny do dzisiaj światowy rekord frekwencji na zawodach lekkoatletycznych (ok. 100 000 osób)
1969 – Wojciech Matusiak wygrał 26. Tour de Pologne.
1974 – Premiera komedii obyczajowej Jak to się robi w reżyserii Andrzeja Kondratiuka.
1987 – Zarejestrowano Obywatelski Komitet Poszukiwań Mieszkańców Suwalszczyzny Zaginionych w Lipcu 1945 r.
1989 – Gen. Czesław Kiszczak został desygnowany na urząd premiera PRL.

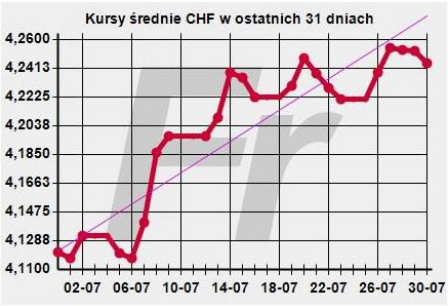
Kursy walut (kursy średnie NBP)

Kursy średnie walut NBP
Tabela z dnia 2021-07-26

1 EUR	**4,5731**
1 USD	**3,8410**
1 CHF	**4,2444**
1 GBP	**5,3681**







https://www.nbp.pl/

https://stooq.pl/q/?s=cl.f

Baltic market indexes

https://nasdaqbaltic.com

Notowania surowców

Data ostatniej aktualizacji: 2021-08-02 09:16

Walor	Jednostka	Kurs	Zmiana	Zmiana procentowa	Max 1R	Min 1R	Czas
ROPA	USD/baryłka	74,75	-0,39	-0,52%	77,1600	37,8900	02.08 09:16
ZŁOTO	USD/uncja	1 810,15	-2,15	-0,12%	2 064,0000	1 679,8000	02.08 09:16
MIEDŹ	USD/tona	9 764,25	45,25	0,47%	10 557,0000	6 240,2500	02.08 09:16
SREBRO	USD/uncja	25,53	-0,02	-0,08%	29,2600	22,6800	02.08 09:16
PALLAD	USD/uncja	2 666,00	4,50	0,17%	2 981,5000	2 123,3000	02.08 09:15
PLATYNA	USD/uncja	1 053,00	7,50	0,72%	1 313,7000	833,9000	02.08 09:16
NIKIEL	USD/tona	19 667,50	105,00	0,54%	19 890,0000	13 762,5000	02.08 09:15
ALUMINIUM	USD/tona	2 608,50	10,75	0,41%	2 595,0000	1 709,0000	02.08 09:16
OŁÓW	USD/tona	2 391,00	12,00	0,50%	2 388,0000	1 751,0000	02.08 09:16
CYNK	USD/tona	3 033,50	2,75	0,09%	3 078,7500	2 308,5000	02.08 09:16
ROPA WTI	USD/baryłka	73,34	-0,38	-0,52%	76,3300	35,7500	02.08 09:16
MIEDŹ COMEX	USD/funt	4,51	0,03	0,67%	4,8000	2,7900	02.08 09:16
BAWEŁNA	USc/funt	89,46	-0,13	-0,15%	93,6200	62,2300	02.08 09:14
BENZYNA	USD/galon	2,32	-0,01	-0,43%	2,3400	1,0200	02.08 09:16
CANOLA	CAD/tona	842,20	-36,20	-4,12%	1 005,9000	483,0000	30.07 20:19
CUKIER	USc/funt	17,93	-0,38	-2,08%	18,6600	11,7900	30.07 18:58
DIESEL	USD/tona	609,88	-3,00	-0,49%	617,5000	304,6300	02.08 09:16
DREWNO	USD/1000 stóp deskowych	619,20	8,60	1,41%	1 670,5000	493,9500	30.07 22:04
GAZ ZIEMNY	USD/mln btu	4,00	0,09	2,30%	4,0800	1,8200	02.08 09:16
KAKAO	GBP/tona	1 618,00	-22,00	-1,34%	1 903,0000	1 558,0000	30.07 17:54
KAUCZUK	JPY/kilogram	217,60	-0,60	-0,27%	290,6000	167,0000	02.08 08:15
KAWA	USc/funt	180,38	-16,52	-8,39%	207,9000	102,3800	30.07 19:30
KUKURYDZA	USD/buszel	544,62	-0,18	-0,03%	730,6200	307,8800	02.08 09:16
MLEKO	USD/cetnar	16,24	0,04	0,25%	23,8600	15,1000	30.07 20:54
OLEJ OPAŁOWY	USD/galon	2,18	-0,01	-0,46%	2,2000	1,0800	02.08 09:16
OLEJ PALMOWY	MYR/tona	4 371,00	-60,00	-1,36%	4 455,0000	2 614,0000	30.07 12:15
OLEJ SOJOWY	USc/funt	62,60	-0,50	-0,79%	72,3200	30,5400	02.08 09:16
PSZENICA	USc/korzec	711,62	8,12	1,15%	763,0000	490,5000	02.08 09:16
RYŻ	USc/cetnar	13,62	-0,04	-0,29%	14,4900	11,4900	02.08 03:42
RZEPAK	EUR/tona	524,50	-12,50	-2,33%	556,0000	372,7500	30.07 18:30
SOJA	USc/korzec	1 345,62	-2,76	-0,20%	1 643,0000	871,2500	02.08 09:16
SOK POMARAŃCZOWY	USc/funt	131,68	-4,82	-3,53%	142,2800	105,5300	30.07 19:59
ŚRUTA SOJOWA	USD/tona	354,05	0,70	0,20%	466,5000	280,3500	02.08 09:16
WIEPRZOWINA	USc/funt	106,03	-0,21	-0,20%	122,0400	49,4600	30.07 20:05
WOŁOWINA	USc/funt	122,14	-0,42	-0,34%	125,9400	103,1000	30.07 20:05

Rozrywka

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

Zagraj w sudoku nieparzyste

Wypełnij siatkę cyframi tak, aby każdy rząd, kolumna, podświetlony obszar 3x3 zawierały wszystkie cyfry od 1 do 9. Różowe kwadraty mogą zawierać tylko liczby nieparzyste (1,3,5,7,9).

Twój czas: 0:4

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

http://pl.sudokuonline.eu/

• • •

Dwóch facetów wnosi trzeciego zupełnie nawalonego, tak że nie może się utrzymać na nogach. Siadają przy barze i jeden mówi do barmana:
- Dwa piwa!
- A ten w środku nie pije? Pyta barman.
- Nie, to kierowca.

Siedzi dwoch pijaczków w knajpie. Pija ostro. Okolo pólnocy:
- Wiesz stary, muszę już iść.
- A daleko masz?
- Nie, na Matejki, tu zaraz obok.
- Tak? Ja też mieszkam na Matejki. Dwanaście.
- Co ty!? To jesteśmy sąsiadami. Ja pod dwójka na parterze.
- Zaraz... To Ja mieszkam pod dwójka!
- Chwila..... JACUŚ?
- TATA??????

Przebudzenia po upojeniu alkoholowym:
- na Kopciuszka - budzisz się w jednym bucie;
- na Rejtana - budzisz się pod drzwiami z rozdartą koszulą;
- na Królewnę Śnieżkę - budzisz się i dostrzegasz jeszcze siedmiu nieprzytomnych facetów;
- na Czerwonego Kapturka - budzisz się w łóżku babci;
- na Krzysztofa Kolumba - budzisz się i nie wiesz, gdzie jesteś;
- na Śpiącą Królewnę - budzisz się i czujesz, że ktoś cię całuje, otwierasz oczy i widzisz, że pies ci mordę liże.

Źródło: dowcipy.pl