Aktualna informacja dla marynarzy. Nadal obowiązuje zwolnienie z kwarantanny po powrocie ze statku ze strefy Schengen, poza Schengen – obowiązkowy test– stan na dzień 14-02-2022 r

Informujemy, że z obowiązku kwarantanny w ramach wykonywania czynności zawodowych są zwolnieni marynarze powracający ze strefy Schengen. Dz.U.2021.861
Uwaga: osoby wymienione w katalogu wyłączeń z obowiązku odbywania 14.dniowej kwarantanny po wjeździe do RP z poza strefy Schengen(vide odpowiednio katalog wskazany w par. 3.2 i 3.3 rozporządzenia), aby móc skorzystać z wcześniej już przysługujących im zwolnień, w aktualnym stanie prawnym i faktycznym dodatkowo **winny także posiadać i okazać funkcjonariuszowi SG ww. negatywny test diagnostyczny w kierunku SARS-CoV-2, który może być wykonany w trzech wariantach:**

- **przed przekroczeniem granicy, w okresie 24 godzin, licząc od momentu uzyskania wyniku tego testu.**
- **przed odprawą graniczną - po przylocie na terytorium RP na terenie lotniska,**
- **na terenie lotniska w ciągu 3 godzin od momentu przekroczenia granicy**.

Ważne - w wariancie nr 3. zwolnienie z kwarantanny obejmie także tych podróżnych, którzy nie mieli możliwości wykonania testu ani przed przylotem do Polski ani na lotnisku przed odprawą graniczną, gdzie nie stworzono takiej infrastruktury. W tym przypadku procedura zwalniania podróżnego od obowiązku kwarantanny będzie spoczywała już tylko i wyłącznie po stronie inspekcji sanitarnej, zatem podróżny korzystając z tej opcji - nie musi powracać do strefy odpraw granicznych prowadzonych przez funkcjonariuszy SG.

Szczegóły znajdują się na stronie Straży Granicznej RP, w dziale informacje dla podróżnych

https://strazgraniczna.pl/pl/aktualnosci/informacje-dla-podrozny/9081,Kwarantanna-po-przekroczeniu-granicy.html

Na powyższej stronie, prosimy o zwrócenie uwagi na anglojęzyczną treść informacji w sprawie PCR…

Poniżej link do informacji, która została umieszczona na stronie internetowej lotniska w Gdańsku

https://www.airport.gdansk.pl/lotnisko/aktualnosci/od-15-grudnia-obowiazkowe-testy-dla-podrozujacych-spoza-schengen-i-ue-n2119.html

Źródło: www.omk.org.pl

Ograniczenia i procedury 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 przekazujemy 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

Będzie nowy przetarg na pogłębienie toru wodnego przez Zalew Wiślany.

Ogłoszony będzie nowy przetarg na pogłębienie toru wodnego przez Zalew Wiślany, poprawiający żeglugę jednostek przez budowany przekop Mierzei Wiślanej - podał PAP Urząd Morski w Gdyni. Obecne postępowanie zostało unieważnione.

Jak poinformowała PAP rzeczniczka Urzędu Morskiego w Gdyni Magdalena Kierzkowska, przetarg został unieważniony pod koniec stycznia i będzie ogłoszone nowe postępowanie.

"W toku prac komisja przetargowa oceniła, iż cena oferty najkorzystniejszej przewyższa kwotę, którą zamawiający zamierzał przeznaczyć na sfinansowanie zamówienia. W związku z tym przetarg został unieważniony i obecnie jest przygotowywane nowe postepowanie w tym zakresie" - wyjaśniła Magdalena Kierzkowska.

Przetarg na trzeci etap inwestycji ma dotyczyć budowy toru wodnego wraz z oznakowaniem nawigacyjnym. Odcinek toru objęty przetargiem to ok. 8200 m na Zalewie Wiślanym. Wykonawca będzie miał 11 miesięcy na wykonanie zadania.

Tor wodny na Zalewie Wiślanym zaprojektowano dla statku morskiego o długości 100 m (zestawu barek do 180 m), szerokości 20 m i zanurzeniu 4,5 m.

Na prace składają się m.in. roboty czerpalne, transport i refulacja urobku z wbudowaniem w sztuczną wyspę na Zalewie Wiślanym oraz zakup, dostarczenie i ustawienie oznakowania nawigacyjnego.

Zgodnie z decyzją środowiskową, w przypadku ujawnienia znalezisk o wysokiej wartości historycznej w trakcie prowadzonych robót czerpalnych, dalsze prace mają być wykonywane w uzgodnieniu z właściwym Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków. Wykonawca ma być zobowiązany do przestrzegania wytycznych przyrodniczych prowadzenia robót czerpalnych i podczyszczeniowych.

W ramach nowego oznakowania nawigacyjnego zaprojektowano 35 pław, w tym 18 pław czerwonych po stronie lewej i 17 pław zielonych po stronie prawej.
(.....)

Źródło: gospodarkamorska.pl

Morze Śródziemne najbardziej niebezpiecznym rejonem w obecnej eskalacji.

Podczas obecnej eskalacji między Rosją a Zachodem, gdy siły rosyjskie prowadzą ćwiczenia na Białorusi i Morzu Czarnym, najbardziej niebezpiecznym rejonem stało się Morze Śródziemne, miejsce manewrów Rosji i USA - uważa rosyjski ekspert Paweł Felgenhauer.

"Tam prowadzone są manewry i tam będą bezpośrednio naprzeciwko siebie Amerykanie i Rosjanie", przy czym chodzi o okręty obu stron uzbrojone w broń jądrową - powiedział PAP Felgenhauer, komentator wojskowy "Nowej Gaziety".

Przypomniał, że na Morzu Śródziemnym znalazły się trzy lotniskowce: amerykański US Harry S. Truman, francuski o napędzie atomowym Charles de Gaulle i włoski lekki lotniskowiec Cavour, wraz z okrętami towarzyszącymi. Rosja zaś skierowała na Morze Śródziemne trzy krążowniki rakietowe: Marszałek Ustinow, Wariag i Moskwa.

Obie strony będą się wzajemnie obserwować, prowadzić ćwiczenia "i w razie błędu nastąpi natychmiastowa odpowiedź" - zwraca uwagę ekspert. Oznaczałoby to - zaznacza - bezpośrednią konfrontację rosyjsko-amerykańską, do której na Ukrainie czy Białorusi nie mogłoby dojść.

Aby tego uniknąć, wszyscy muszą działać "ostrożnie i dokładnie" - zauważa Felgenhauer.

Z kolei na Morzu Czarnym siły rosyjskie tworzą obecnie silną grupę, która mogłaby wysadzić na wybrzeże, wraz z desantem z powietrza, do 10 tysięcy żołnierzy.

"To nie jest pierwszy raz. Było tak już w kwietniu zeszłego roku, gdy dokonano desantu na poligonie Opuk (na Półwyspie Krymskim) - dwóch tysięcy (żołnierzy) ze spadochronów i ośmiu tysięcy z morza" - przypomina Felgenhauer. Przypomniał, że w kwietniu zeszłego roku sytuacja zakończyła się wycofaniem sił po manewrach na Krymie.

Z kolei na Białorusi we wspólnych manewrach, które również budzą niepokój państw zachodnich, uczestniczą jednostki sił zbrojnych Rosji skierowane z Dalekiego Wschodu. Zdaniem eksperta oznacza to, że ich wycofanie na pewno nastąpi, bo nie mogą one pozostać na Białorusi.

"Powinny one wrócić do swoich baz na Dalekim Wschodzie, którego nie możemy zostawić bez garnizonów" - ocenia Felgenhauer. Jego zdaniem, jeśli kiedyś zapadnie decyzja, że na Białorusi znajdzie się stały garnizon rosyjski, to skierowane tam zostaną jednostki z innych regionów Federacji Rosyjskiej.
(.....)

Źródło:gospodarkamorska.pl

Seminarium „Fit For 55. Szanse i zagrożenia dla transportu morskiego" – czy jesteśmy gotowi?

Niepokój związany z terminami, optymizm stoczni i firm technologicznych oraz mnóstwo możliwych wariantów do obrania – takie konkluzje można było wysnuć po pierwszym seminarium „Fit For 55. Szanse i zagrożenia dla transportu morskiego" zorganizowanym przez PRS w auli Uniwersytetu Morskiego w Gdyni 10 lutego.

Seminarium „Fit For 55. Szanse i zagrożenia dla transportu morskiego" miało być platformą wymiany wiedzy i poglądów na temat wyzwań, jakie w pakiecie legislacyjnym Fit For 55 Komisja Europejska postawiła przed całym światem gospodarki morskiej i nie tylko. Wydarzenie prowadził wydawca portali GospodarkaMorska.pl i ZielonaGospodarka.pl Mateusz Kowalewski.

Seminarium rozpoczęło się od oficjalnych wystąpień gospodarzy – gości zebranych w auli oraz obserwujących wydarzenie online powitał najpierw rektor Uniwersytetu Morskiego w Gdyni, prof. dr hab. inż. kpt. ż.w. Adam Weintrit, który wyraził zadowolenie, że w pracach nad rozwojem gospodarki morskiej uczestniczy wielu absolwentów jego uczelni. Następnie głos zabrał dr hab. inż. kpt. ż.w. Henryk Śniegocki, Prezes Zarządu Polskiego Rejestru Statków, który podkreślił, że liczba osób, jakie pojawiły się na miejscu oraz interesowały się wydarzeniem online potwierdza, że temat jest ważny. Wagę podejmowanych tematów oraz trudność stawianych przez Fit For 55 wyzwań zaakcentował zaś sekretarz stanu w Ministerstwie Infrastruktury Marek Gróbarczyk.

Zanim po oficjalnych przemówieniach na scenie pojawili się pierwsi paneliści, odbyły się jeszcze dwa wydarzenia. Pierwszym z nich było uroczyste sygnowanie umowy na pogłębienie toru podejściowego do Portu Gdynia. Na zlecenie Urzędu Morskiego prace wykona konsorcjum firm Przedsiębiorstwo Robót Czerpalnych i Podwodnych

sp. z o.o. w Gdańsku (lider), Rohde Nielsen A/S – Partner z Danii oraz Van den Herik Kust-en Oeverwerken B.V. – partner z Holandii.

– Otwieramy nową jakość, która polega na pogłębieniu toru do 17 metrów i poszerzeniu do 280 metrów. Będzie to taka trasa szybkiego ruchu do gdyńskiego portu, który ma się rozwijać i przyjmować statki o długości 400 metrów – powiedział dyrektor Urzędu Morskiego w Gdyni kpt. ż.w. Wiesław Piotrzkowski.
(.....)

Źródło: gospodarkamorska.pl

HG Solutions i Polonus Energy. W kierunku zielonej energii.

Prąd i woda to niezbyt dobre połączenie. Aby na jednostkach pływających wszystko działało jak należy, trzeba kwestie elektryczności powierzyć fachowcom. A jeśli spoglądają oni coraz odważniej w stronę zielonej energii, mamy miks godny XXI wieku.
– Mogę śmiało powiedzieć, że jesteśmy liderem, jeśli chodzi o branżę elektrotechniczną i automatykę dla jednostek pływających – zaczyna rozmowę Paweł Dubiel, dyrektor zarządzający HG Solutions.

Skromność w tym przypadku zaciemniałaby obraz, ponieważ HG Solutions ma na koncie wystarczająco dużo realizacji z zakresu elektryki okrętowej przy produkcjach na całym świecie. Z dostarczanych rozwiązań – rozdzielnic czy systemów automatyki – korzystają jednostki wojskowe, pasażerskie, transportowe i specjalistyczne. Logo HG Solutions widzą więc na co dzień marynarze, mechanicy i operatorzy na całym świecie, niezależnie od tego, czy służą na kablowcu, statku obsługującym podwodne kopalnie, czy na wojskowych patrolowcach.

Woda to jednak jeden z dwóch żywiołów, z jakim HG Solutions jest za pan brat. Drugim stało się słońce. Doświadczeni inżynierowie nie mogli bowiem nie docenić możliwości, jakie daje fotowoltaika. Dzięki nim zresztą może je docenić każdy – powołana przez firmę marka Polonus Energy realizuje komercyjne instalacje fotowoltaiczne na lądzie dla klientów biznesowych oraz indywidualnych.

95% na morzu

Spotykamy się w chłodny, deszczowy dzień w gdyńskiej siedzibie firmy. Otoczona jest z niemal każdej strony budynkami stoczniowymi. To odpowiednia lokacja dla HG Solutions, przedsiębiorstwa będącego integralną częścią tej gałęzi przemysłu.

– 95 procent działalności naszej firmy kręci się wokół biznesu morskiego. To budownictwo okrętowe, instalacje elektryczne dla statków. Świadczymy te usługi już od kilkunastu lat – mówi Paweł Dubiel.
(.....)

Źródło: gospodarkamorska.pl

Damen zakończył testy morskie rewolucyjnego statku Fast Crew Supplier.

Po pięciu latach konsultacji rynkowych, badań, projektowania i budowy, zakończono testy morskie przełomowego statku klasy Fast Crew Supplier (FCS) 7011. Holenderska spółka Damen poinformowała, że po testach u wybrzeży Turcji FCS rozpocznie rejs do Holandii.

Statek FCS 7011 w połączeniu z najnowszym systemem "walk-to-work" firmy Ampelmann reprezentuje najnowszą myśl w obszarze projektowania statków na użytek sektora energetyki morskiej. Koncepcja jednostki została opracowana w porozumieniu z branżą energetyki morskiej i wiodącymi morskimi instytutami badawczymi.

Damen i Ampelmann połączyły duże doświadczenie Damen w projektowaniu i budowie statków do transportu załogi z wiodącą w branży wiedzą firmy Ampelmann w zakresie technologii walk-to-work.

Branża offshore wind będzie miała do dyspozycji statek o długości 74 metrów, będący w stanie rozwinąć prędkość do 40 węzłów. Jednostka pomieści 122 osoby. Statek jest przeznaczony do transportu załogi w sposób komfortowy i bezpieczny w wybrane miejsce, np. na teren morskiej elektrowni wiatrowej. Projektanci są przekonani, że statek stanowi alternatywę dla transportu helikopterowego. Jednostka już zyskała duże zainteresowanie klientów w południowej części Morza Północnego, Zatoce Meksykańskiej, Brazylii i Afryce Zachodniej.

Szybciej, bez rozliczeń dziennych

Uzasadnienie biznesowe opiera się na zdolności statku do transportu znacznie większej liczby personelu na większe odległości przy większych prędkościach. Otwiera to drogę do odejścia od struktur opartych na stawkach dziennych na rzecz modelu "pay per journey" oraz, potencjalnie, do współużytkowania statków, dzięki czemu wiele instalacji morskich może być obsługiwanych w ramach jednej podróży w obie strony. Zapewni to oszczędności zarówno czasu, jak i kosztów operacyjnych.

Przy czasach podróży sięgających 12 godzin, komfort i bezpieczeństwo są kluczowe. Aby to osiągnąć, w projekcie uwzględniono dziób statku projektu Damen Sea Axe, rozmieszczenie pomieszczeń mieszkalnych tuż za rufą statku oraz interceptory zamontowane na rufie statku – wszystko po to, aby zminimalizować odczucie ruchu podczas przemieszczania się po morzu. FCS 7011 posiada również szereg technologii kompensujących ruch, aby zoptymalizować bezpieczeństwo transferu załogi.

Po przybyciu do Holandii na pokładzie FCS 7011 zostanie zainstalowany system trapów firmy Ampelmann, dzięki czemu FCS 7011 będzie gotowy do przeprowadzenia w pełni zintegrowanych, próbnych testów morskich na Morzu Północnym.

Źródło: gospodarkamorska.pl

Luzowanie obostrzeń? Premier: myślimy o znoszeniu kolejnych ograniczeń.

Myślimy o znoszeniu kolejnych ograniczeń covidowych, ale na razie jeszcze takie decyzje nie zapadły - powiedział w wywiadzie dla poniedziałkowego tygodnika "Sieci" premier Mateusz Morawiecki.
"Wiem, jak ciężkie te covidowe lata były dla wielu z nas, z jak wieloma wyrzeczeniami i ograniczeniami były związane. Dla rządu to też zawsze były trudne wybory, każda decyzja lub jej zaniechanie wiązały się z jakąś ceną. Na szczęście widzimy, że wariant omikron okazuje się mniej groźny, okres hospitalizacji po zachorowaniu jest znacząco krótszy, obłożenie łóżek szpitalnych mniejsze niż przy poprzednich falach" - wskazał szef rządu.
Premier: ciągle notowana jest podwyższona śmiertelność z powodu Covid-19
Pytany, czy nie czas powiedzieć, że to już koniec restrykcji, Morawiecki odparł, że niestety, ciągle notowana jest podwyższona śmiertelność z powodu Covid-19.
"Obserwujemy wszystkie dane i wskaźniki bardzo skrupulatnie. Wykonujemy pierwszy krok i zmieniamy zasady kwarantanny i izolacji. Myślimy o znoszeniu kolejnych ograniczeń, ale na razie jeszcze takie decyzje nie zapadły" - poinformował.
Na pytanie, czy można powiedzieć, że epidemia się kończy, Morawiecki zaznaczył, że musi być szczególnie ostrożny ze względu na to, co już kiedyś powiedział, gdy liczba zakażeń spadała. "Od tamtej pory z jeszcze większą pokorą przyjmuję nieprzewidywalność tej pandemii, ale też uważnie ją obserwuję, by konieczne ograniaczenia nie trwały ani dnia dłużej niż to niezbędne" - zaznaczył.

Odnosząc się do kwestii szczepień przeciw COIVD-19 premier podkreślił, że szczepionki były dostępne dla każdego, co warto docenić.
(.....)

Źródło: pap.pl

Afera Kamiły Walijewej. Posądzona o doping łyżwiarka może występować.

Rosyjska łyżwiarka figurowa Kamila Walijewa ma prawo kontynuować starty w igrzyskach w Pekinie i wystąpić w rywalizacji solistek - zdecydował Trybunał Arbitrażowy ds. Sportu (CAS). We wtorek ujawniono, że pod koniec grudnia miała ona pozytywny wynik testu dopingowego.
CAS utrzymał tym samym w mocy środową decyzję Rosyjskiej Agencji Antydopingowej (RUSADA) dotyczącą cofnięcia nałożonego automatycznie tymczasowego zawieszenia Walijewej. Karę wyznaczono dzień wcześniej, gdy wyszło na jaw, że przeprowadzony u nastolatki 25 grudnia test wykazał obecność w jej organizmie zabronionej substancji - trimetazydyny.
Tydzień temu z kolei w stolicy Chin zakończyła się rywalizacja drużynowa, w której triumfowała reprezentacja Rosyjskiego Komitetu Olimpijskiego, z Walijewą w składzie.
MKOl i Światowa Agencja Antydopingowa (WADA) odwołały się od decyzji RUSADA do CAS. Apelację złożyła później jeszcze także Międzynarodowa Unia Łyżwiarska (ISU).
Rywalizacja solistek w Pekinie rozpocznie się we wtorek programem krótkim, a dwa dni później zaplanowane są występy w programie dowolnym.

Źródło: pap.pl

Kolejne kraje wzywają swoich obywateli do opuszczenia Ukrainy. Premier Izraela: nie czekajcie. Powrót może być niemożliwy.

Premier Izraela Naftali Benet wezwał w niedzielę swoich rodaków do jak najszybszego opuszczenia Ukrainy, podobny apel wystosowało MSZ Bułgarii. Resort dyplomacji Węgier zaleca obywatelom tego kraju odłożenie podróży na Ukrainę.
"Ponownie wzywam Izraelczyków na Ukrainie: wracajcie do domu! Nie podejmujcie niepotrzebnego ryzyka. Nie czekajcie na moment, gdy będziecie chcieli wrócić do domu, ale nie będzie to już możliwe' - zaapelował Benet. Wcześniej izraelski rząd radził swoim przebywającym na Ukrainie obywatelom "rozważenie powrotu".
Benet dodał, że zadbano o zwiększenie liczby połączeń lotniczych między Ukrainą a Izraelem. Według izraelskiego MSZ na Ukrainie mieszka ok. 15 tys. obywateli Izraela. Resort zapowiedział, że ambasada w Kijowie będzie funkcjonowała normalnie, ale już wcześniej informowano o ewakuacji rodzin dyplomatów.
Komunikaty ostrzegające obywateli przed podróżami na Ukrainę i wzywające do wyjazdu z tego kraju lub poważnego rozważenia takiego kroku wydały już rządy wielu państw świata, m.in. USA, Kanady, Niemiec, Francji, Wielkiej Brytanii, Włoch, Hiszpanii, Rumunii, Czech, Słowacji i państw bałtyckich. Zalecenia są tłumaczone narastającym napięciem między Moskwą a Kijowem i zagrożeniem rosyjską inwazją na Ukrainę.
Ostrzeżenie wystosowało w sobotę także polskie ministerstwo spraw zagranicznych. Ze względu na zmieniającą się sytuację bezpieczeństwa spowodowaną eskalacją militarną i polityczną ze strony Federacji Rosyjskiej MSZ odradza podróże na Ukrainę, które nie są konieczne - przekazał resort na Twitterze.
(.....).

Źródło: pap.pl

Teleskop Webba wykonał pierwsze zdjęcia w ramach swej misji.

Teleskop Jamesa Webba wykonał pierwsze zdjęcia gwiazdy, a także swoje ("selfie"), uchwycone przez jedną z kamer. Opublikowała je NASA, o czym powiadomiła w sobotę m. in. amerykańska telewizja Fox News.
Mozaikowy obraz pomógł zespołowi obsługującemu naziemnie teleskop Webba ustalić, że instrument tzw. NIRCam może zbierać światło z ciał niebieskich-wyjaśniła Narodowa Agencja Aeronautyki i Przestrzeni Kosmicznej.
"Celem było zidentyfikowanie światła pochodzącego od tej samej gwiazdy (w tym wypadku - HD 84406 z gwiazdozbioru Wielkiej Niedźwiedzicy) przez każdy z 18 segmentów bezpieczeństwo na wschodniej flance zwierciadła głównego teleskopu" - wyjaśnia na swym portalu Fox News, dodając, że "wszystkie segmenty zwierciadła odbijają światło od gwiazdy na zwierciadło wtórne Webba i do detektorów NIRCam". - podał Fox News.
Autorzy projektu wybrali do eksperymentu jasną gwiazdę HD 84406 z okołobiegunowego gwiazdozbioru nieba północnego, czyli Wielkiej Niedźwiedzicy. Teleskop ustawiono w sposób pozwalający generować 1560 obrazów z 10 detektorów NIRCam wciągu prawie 25 godzin.

"Zebranie tak dużej ilości danych już pierwszego dnia wymagało, by wszystkie systemy pozyskiwania i przetwarzania danych tutaj na Ziemi działały bez problemów (...). I już na początku poszukiwań znaleźliśmy światło ze wszystkich 18 segmentów" - tłumaczył cytowany przez Fox News Marshall Perrin, ekspert w dziedzinie teleskopii kosmicznej zatrudniony w Space Telescope Science Institute (STSI).
Naukowcy z NASA podkreślają, że obrazy z teleskopu Webba są coraz ostrzejsze. "Oczekuje się, że obrazy z teleskopu Webba staną się wyraźniejsze i wychwycą więcej szczegółów, gdy wszystkie instrumenty teleskopu osiągną założone temperatury kriogeniczne (ok. minus 225 do minus 266 stopni Celsjusza) i zaczną zbierać dane. Pierwsze ostre zdjęcia przydatne dla celów naukowych spodziewane są latem" - podała stacja Fox News.
Teleskop Webba to owoc prawie trzech dekad pracy naukowców i 10 mid dolarów inwestycji NASA. Europejskiej Agencji Kosmicznej i Kanadyjskiej Agencji Kosmicznej. Maszyna jest bardziej zaawansowanym i potężniejszym następcą teleskopu Hubble'a.
Astronomowie mają nadzieję, że dzięki nowemu teleskopowi i jego zdolności do obserwacji w podczerwieni będzie możliwe m.in. zbadanie atmosfery planet spoza Układu Słonecznego pod kątem śladów życia oraz dostrzeżenie pierwszych gwiazd i galaktyk, powstałych ok. 100 mln lat po Wielkim Wybuchu.
Teleskop został wystrzelony 25 grudnia 2021 r. z kosmodromu w Gujanie Francuskiej przy pomocy europejskiej rakiety nośnej Ariane 5. Jest największym i najdroższym (10 miliardów dolarów) teleskopem wysłanym w kosmos. Jego średnica zwierciadła to 6,5 metra, a zakres obserwacji obejmuje podczerwień.

Źródło: pap.pl

Umiarkowane picie też szkodzi – potwierdza duże badanie. „To największy mit, z jakim mamy do czynienia".

Małe piwo na nerki, kieliszek wina na serce – tego typu rady na dobre zagościły w naszym życiu. Ale badanie przeprowadzone wśród 350 tys. Brytyjczyków wykazało, że nawet umiarkowane picie alkoholu – zgodne z wytycznymi dotyczącymi zdrowia – może być szkodliwe dla serca i układu krążenia.
W temacie umiarkowanego picia alkoholu i wynikających z tego rzekomych korzyści, mówi się o tzw. krzywej J. Ma ona pokazywać, że picie alkoholu w małych lub umiarkowanych ilościach wiąże się z mniejszym ryzykiem zdarzeń sercowo-naczyniowych. Dopiero kiedy zaczynamy przekraczać „bezpieczną dawkę", ryzyko tego typu schorzeń gwałtownie wzrasta.
Jednak nowe badanie, oparte na danych z brytyjskiego Biobanku, udowadnia, że krzywa J nie znajduje odzwierciedlenia w rzeczywistości. Nawet spożywanie mniejszej ilości alkoholu, niż przewidują to wytyczne ochrony zdrowia, wiąże się ze zwiększonym ryzykiem problemów sercowo-naczyniowych.

– Tak zwana krzywa J zależności między chorobami sercowo-naczyniowymi a spożyciem alkoholu, sugerująca korzyści zdrowotne wynikające z niskiego i umiarkowanego spożycia, jest największym mitem, odkąd powiedziano nam, że palenie papierosów jest dla nas dobre – mówi fizjolog sercowo-naczyniowy Rudolph Schutte z Anglia Ruskin University.
Umiarkowane picie – jakie są wytyczne?
Ponieważ badanie dotyczyło mieszkańców Wielkiej Brytanii, naukowcy odnoszą się w nim do przyjętych w tym kraju zaleceń dotyczących spożywania alkoholu. I tak za dopuszczalną dawkę alkoholu, której nie należy przekraczać, przyjmuje się tam 14 jednostek na tydzień.

Za standardową jednostkę alkoholu (SJA) uważa się napój zawierający 10 g lub 12,5 ml czystego alkoholu etylowego (etanolu). Dawka ta, w przeliczeniu na najczęściej spożywane rodzaje napojów alkoholowych wynosi: 200 g piwa 5%, 100 g wina 10% albo 25 g wódki 40%. Wytyczne są nieco różne dla kobiet i dla mężczyzn, przy czym norma dla kobiet jest niższa.
Powyżej 14 jednostek w tygodniu picie przestaje być uważane za umiarkowane, a zaczyna być traktowane jako „ryzykowne".
Umiarkowane picie alkoholu a zdrowie serca
Na potrzeby badania naukowcy przeanalizowali dane z prawie siedmiu lat, dotyczące 333 259 konsumentów alkoholu i 21 710 osób, które deklarowały, że nigdy nie piły. W analizie uwzględniono poziom spożywania alkoholu oraz potwierdzone u uczestników zdarzenia sercowo-naczyniowe, choroby serca i choroby naczyń mózgowych.

Zespół specjalnie wykluczył byłych pijących, aby ograniczyć dane od osób, które mogły przestać pić ze względu na stan zdrowia. Mimo to osoby, które nigdy nie piły, były średnio starsze, miały wyższy wskaźnik BMI, wyższe ciśnienie tętnicze krwi. Były też mniej aktywne fizycznie, mniej zamożne i miały niższy status społeczno-ekonomiczny, niż kohorta pijących.

W związku z tą nierównością między obiema grupami, osoby niepijące miały odpowiednio o 31, 51 i 46 procent wyższe ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, choroby niedokrwiennej serca i choroby naczyń mózgowych, niż osoby pijące. Tak więc, aby usunąć te mylące czynniki, zespół zdecydował się porównać osoby pijące najmniej z tymi, które piły więcej. To doprowadziło do stwierdzenia, że minimalne spożycie wina może chronić przed chorobą niedokrwienną serca, ale nie jest powiązane z ochroną przed innymi problemami sercowo-naczyniowymi.

W przypadku innych napojów alkoholowych, takich jak piwo i napoje spirytusowe, nawet dla osób spożywających mniej niż 14 jednostek tygodniowo, wyniki wyglądają znacznie gorzej. – W szczególności wśród osób pijących piwo, cydr i napoje spirytusowe, nawet ci, którzy spożywają mniej niż 14 jednostek tygodniowo, mieli zwiększone ryzyko trafienia do szpitala z powodu zdarzenia sercowo-naczyniowego – mówi Schutte.
(.....).

Źródło: focus.pl

Superkomputer odkrył 110 tys. nowych wirusów. W tym dziewięć nieznanych wcześniej koronawirusów.

Analiza prawie 6 mln próbek biologicznych pozwoliła zidentyfikować ponad 110 000 nowych wirusów, w tym dziewięć nieznanych do tej pory koronawirusów. Niesamowite odkrycie może posłużyć do śledzenia potencjalnych przyszłych pandemii.

Badanie, którego wyniki ukazały się właśnie w prestiżowym czasopiśmie naukowym „Nature", powstały jako „zabawny projekt poboczny" – przyznaje główny autor dr Artem Babaian. Międzynarodowy zespół naukowców chciał jedynie sprawdzić zdolności nowego superkomputera. W tym celu dostarczył mu blisko 20 milionów gigabajtów danych, zawierających zsekwencjonowane geny z 5,7 miliona próbek biologicznych zebranych w różnych środowiskach – od rdzeni lodowcowych po zwierzęce odchody.
Superkomputer użyty w badaniach posiada moc obliczeniową 22 500 typowych procesorów. Wykonanie analizy, która tradycyjnemu superkomputerowi zajęłaby ponad rok (i kosztowała setki tysięcy dolarów), nowoczesnemu sprzętowi zajęła zaledwie 11 dni i kosztowała „tylko" 24 tys. dolarów. A uzyskane wyniki nie tylko wyszły daleko poza projekt poboczny, ale okazały się istotnym odkryciem.
(.....)

Źródło: focus.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 ?
https://www.facebook.com/Organizacja-Marynarzy-Kontraktowych-NSZZ-Solidarno%C5%9B%C4%87-117864694936213/

www.omk.org.pl

Wydarzyło się 07 lutego - kalendarium.

14 lutego jest 45. dniem w kalendarzu gregoriańskim. Do końca roku pozostało 320 (w latach przestępnych 321) dni.
Dzisiaj imieniny świętują:

Abraham, Adolf, Adolfa, Antonin, Auksencja, Auksencjusz, Auksenty, Cyryl, Dionizja, Dionizy, Dobiesława, Eleukadiusz, Flawian, Florentyn, Jan Chrzciciel, Jerzy, Jordan, Józef, Konrad, Konrada, Krystyna, Liliana, Lilianna, Lilla, Maro, Maron, Metody, Mikołaj, Modest, Niedamir, Niedomira, Niemir, Nostrian, Piotr, Teodozja, Teodozjusz, Teodozy, Walenty, Walentyn, Wincenty, Witalis i Zenon. ***Międzynarodowe – Walentynki***

Wydarzyło się sporo rzeczy na przełomie lat, między innymi:

1610 – II wojna polsko-rosyjska: do obozu króla Zygmunta III Wazy pod Smoleńskiem przybył patriarcha moskiewski Filaret, który w imieniu obozu tuszyńskiego zawarł tajny układ o powołaniu królewicza Władysława na tron carski w zamian za zagwarantowanie wolności wyznawania religii prawosławnej.

1831 – Powstanie listopadowe: w bitwie pod Stoczkiem samodzielny korpus gen. Józefa Dwernickiego odniósł zwycięstwo nad dywizją strzelców konnych gen. Fiodora Geismara.

1901 – Uruchomiono wodociągi miejskie w Krakowie.

1907 – Otwarto Lwowską Galerię Obrazów.

1909 – Założono Towarzystwo Przyjaciół Nauk w Przemyślu.

1919 – Wybuchła wojna polsko-bolszewicka.

1937 – Rozegrano pierwsze zawody na skoczni narciarskiej Skalite w Szczyrku.

1942 – Związek Walki Zbrojnej został przekształcony w Armię Krajową.

1945:

Armia Czerwona wyzwoliła obóz koncentracyjny Gross-Rosen na Dolnym Śląsku.

Armia Czerwona zajęła miasta: Chojnice, Nowa Sól, Nowy Kisielin, Piła.

Nacjonaliści ukraińscy dokonali zbrodni na ok. 100 polskich mieszkańcach wsi Byczkowce, położonej w byłym powiecie czortkowskim województwa tarnopolskiego.

Powołano Biuro Odbudowy Stolicy.

1948 – W swym pierwszym oficjalnym meczu reprezentacja Polski w piłce siatkowej kobiet pokonała w Warszawie Czechosłowację 3:1.

1950 – Ogłoszono wyroki w sprawie oskarżonych o szpiegostwo obywateli polskich i francuskich (tzw. sprawa Robineau).

1959 – Weszła w życie umowa o ostatecznym wytyczeniu polsko-czechosłowaskiej granicy państwowej.

1964 – Premiera filmu Wiano w reżyserii Jana Łomnickiego.

1972 – Dokonano oblotu szybowca SZD-37 Jantar.

1973 – Premiera filmu biograficznego Kopernik w reżyserii Ewy i Czesława Petelskich.

1977:

Oddano do użytku pierwszy blok mieszkalny na największym opolskim osiedlu im. ZWM (obecnie Armii Krajowej).

W katastrofie samolotu An-2 na lotnisku Poznań-Ławica zginęło 3 członków załogi i 5 pasażerów – wysokich rangą oficerów Wojsk Lotniczych PRL.

1992 – Lech Kaczyński został prezesem Najwyższej Izby Kontroli.

1993 – W Zakopanem zakończyła się 16. Uniwersjada Zimowa.

1995 – W warszawskiej katedrze św. Jana odbył się pogrzeb szczątków króla Stanisława Augusta Poniatowskiego.

1998 – 7 osób zginęło w katastrofie śmigłowca Mi-2 na jeziorze Śniardwy.

2010 – W Gdyni otwarto Narodowy Stadion Rugby.

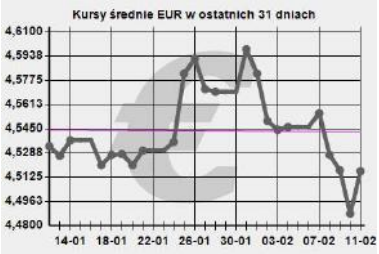
2015 – Spłonął Most Łazienkowski w Warszawie.

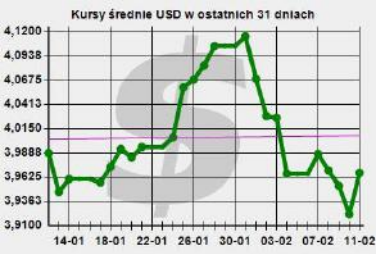
Kursy walut (kursy średnie NBP)

Kursy średnie walut NBP

Tabela z dnia 2022-02-04

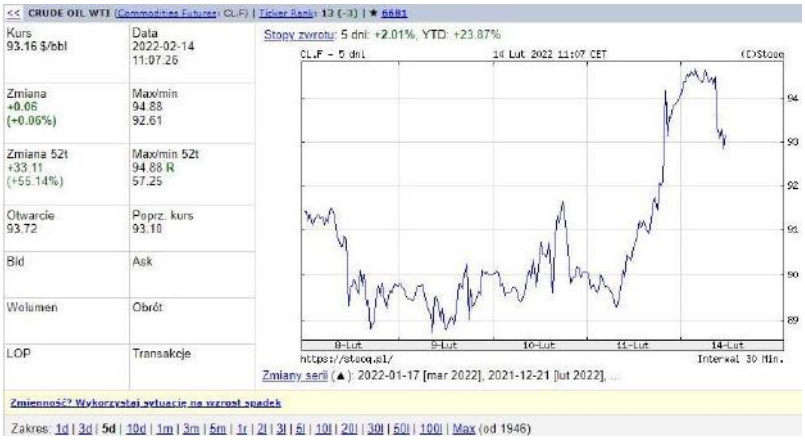
1 EUR	**4,5163**
1 USD	**3,9665**
1 CHF	**4,2754**
1 GBP	**5,4177**



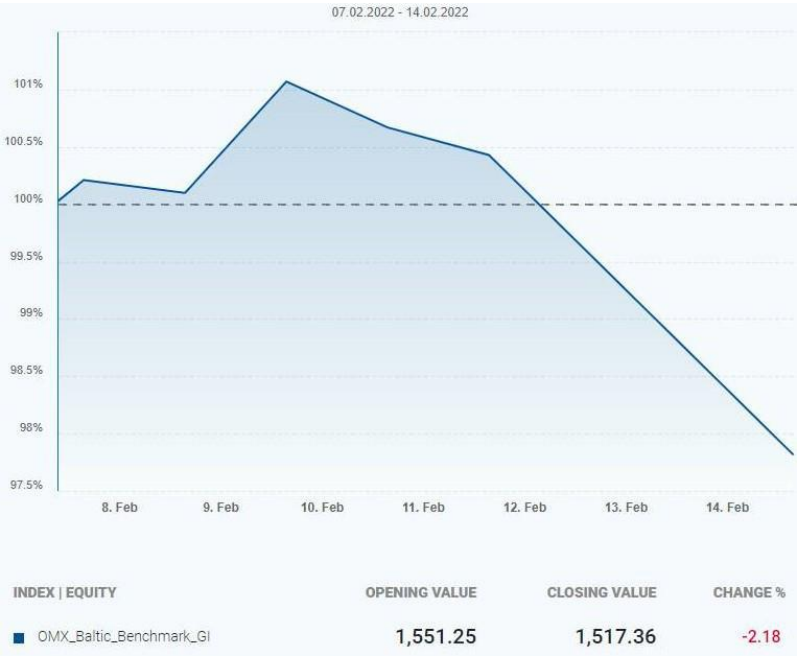


https://www.nbp.pl/

BTC BitBay PLN + Dodaj do obserwowanych



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



https://nasdaqbaltic.com

Notowania surowcow

Data ostatniej aktualizacji: 2022-02-14 11:10

Walor	Jednostka	Kurs	Zmiana	Zmiana procentowa	Max 1R	Min 1R	Czas
ROPA	USD/baryłka	94,44	-0,61	-0,64%	93,2800	60,4100	14.02 11:10
ZŁOTO	USD/uncja	1 858,35	-2,00	-0,11%	1 910,9000	1 679,8000	14.02 11:10
MIEDŹ	USD/tona	9 809,50	-101,00	-1,02%	10 557,0000	8 318,5000	14.02 11:10
SREBRO	USD/uncja	22,75	0,18	0,80%	28,3300	21,5200	14.02 11:10
PALLAD	USD/uncja	2 299,00	-15,00	-0,65%	2 961,5000	1 593,0000	14.02 11:10
PLATYNA	USD/uncja	1 023,45	-8,25	-0,81%	1 313,7000	902,3000	14.02 11:10
NIKIEL	USD/tona	24 011,50	490,00	2,08%	24 305,5000	15 897,5000	14.02 11:09
ALUMINIUM	USD/tona	3 199,00	11,00	0,35%	3 300,0000	2 080,2500	14.02 11:10
OŁÓW	USD/tona	2 293,50	0,00	0,00%	2 435,7500	1 915,7500	23.12 08:54
CYNK	USD/tona	3 634,00	-40,00	-1,06%	3 814,0000	2 739,7500	14.02 11:09
ROPA WTI	USD/baryłka	93,17	-0,76	-0,81%	91,9800	57,5300	14.02 11:10
MIEDŹ COMEX	USD/funt	4,46	0,02	0,45%	4,8000	3,8000	14.02 11:10
BAWEŁNA	USc/funt	122,23	-2,79	-2,23%	127,5300	77,6800	14.02 11:10
BENZYNA	USD/galon	2,73	-0,02	-0,73%	2,7100	1,6900	14.02 11:10
CANOLA	CAD/tona	1 000,60	-5,00	-0,50%	1 038,9000	666,4000	11.02 20:19
CUKIER	USc/funt	18,12	-0,17	-0,93%	20,4800	14,7100	14.02 11:08
DIESEL	USD/tona	838,38	-4,12	-0,49%	829,5000	483,8800	14.02 11:10
DREWNO	USD/1000 stóp deskowych	1 219,00	-30,90	-2,47%	1 670,5000	0,3000	11.02 22:04
GAZ ZIEMNY	USD/mln btu	4,16	0,16	4,00%	6,3300	2,4600	14.02 11:10
KAKAO	GBP/tona	1 848,00	-7,00	-0,38%	1 893,0000	1 558,0000	11.02 17:54
KAUCZUK	JPY/kilogram	256,20	3,90	1,55%	288,0000	196,0000	14.02 09:30
KAWA	USc/funt	252,28	-0,45	-0,18%	258,5300	120,6500	14.02 11:10
KUKURYDZA	USD/buszel	643,88	-1,22	-0,19%	730,6200	510,2500	14.02 11:10
MLEKO	USD/cetnar	22,43	0,38	1,83%	22,8000	15,9200	11.02 20:54
OLEJ OPAŁOWY	USD/galon	2,91	-0,03	-1,02%	2,8800	1,7400	14.02 11:10
OLEJ PALMOWY	MYR/tona	5 580,00	49,00	0,89%	5 633,0000	3 370,0000	11.02 11:15
OLEJ SOJOWY	USc/funt	65,77	0,05	0,08%	72,3200	46,1700	14.02 11:10
PSZENICA	USc/korzec	799,80	1,00	0,13%	856,2800	600,7500	14.02 11:10
RYŻ	USc/cetnar	15,19	-0,03	-0,20%	15,4600	12,2300	14.02 03:57
RZEPAK	EUR/tona	689,75	3,00	0,44%	779,2800	448,7500	11.02 18:30
SOJA	USc/korzec	1 576,00	-7,25	-0,46%	1 643,0000	1 187,5000	14.02 11:10
SOK POMARAŃCZOWY	USc/funt	136,15	-3,28	-2,35%	161,7000	108,0800	11.02 20:00

Rozrywka

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

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: 0:23

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

http://pl.sudokuonline.eu/

H U M O R

- Wiesz, w Walentynki zrobiono w naszej firmie ankietę i okazało się, że jestem najbardziej pożądanym facetem w robocie.
- No to powinieneś się cieszyć!
- Ni cholery, u nas pracują sami mężczyźni...

- Jaki język jest najczęściej używany przez programistów?
- Wulgarny.

Myślisz, że jesteś oryginalny, wyjątkowy?!
To spróbuj wybrać sobie login na Gmailu.

Źródło: dowcipy.pl