

## **Informacje dla podróżnych - Infolinia COVID-19/COVID-19 Helpline**

---

Numery na infolinię SG dla obywateli Polski oraz cudzoziemców przekraczających granicę RP w dobie koronawirusa/Numbers of Border Guard's helpline for Polish citizens and foreigners crossing the state border with the Republic of Poland in the state of epidemic.

INFOLINIA COVID-19

Komenda Główna Straży Granicznej

☎ + 48 22 500 43 76 oraz +48 22 500 41 49 (od poniedziałku do piątku w godzinach: 08.15-16.15)

✉ zg.kg@strazgraniczna.pl (informacje dotyczące przekraczania granicy państwowej przez obywateli RP oraz kwarantanny),

✉ zdsc.kg@strazgraniczna.pl (informacje dotyczące warunków wjazdu i pobytu cudzoziemców na terytorium RP oraz kwestii związanych z przedłużeniem pobytu cudzoziemców w Polsce w dobie epidemii)

Uzyskanie informacji możliwe jest również poprzez infolinie oddziałów SG, w zależności od miejsca przekraczania granicy

Więcej: <https://strazgraniczna.pl/pl/aktualnosci/informacje-dla-podrozny/9324,Infolinia-COVID-19COVID-19-Helpline.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: strazgraniczna.pl

## **Pentagon: na Ukrainę wkroczyły dziesiątki tysięcy kolejnych żołnierzy, w inwazję zaangażowano połowę zgromadzonych wojsk.**

---

W ciągu ostatniej doby na Ukrainę wkroczyły dziesiątki tysięcy kolejnych rosyjskich żołnierzy, a w inwazję zaangażowano już około połowy wojsk zgromadzonych przy granicy - poinformował w sobotę wysoki rangą przedstawiciel Pentagonu. Jak dodał, najcięższy bój toczy się pod Charkowem.

Oficjalnie prowadzący briefing dla dziennikarzy nie podał dokładnych liczb, lecz przed rosyjskim atakiem całkowitą liczebność sił wokół granic Ukrainy szacowano na 150-190 tys. Do walk mieli zostać powołani również rezerwiści.

Jeszcze wczoraj Pentagon oceniał, że w inwazji użyto 1/3 wojsk. Wśród nowo przybyłych żołnierzy, kilka tysięcy to piechota morska, która wylądowała na zachód od Mariupola na czterech okrętach desantowych i miała zmierzać w stronę miasta. Mariupol już wcześniej był pod naporem ataku ze wschodu.

Resort ocenił, że najcięższe walki trwają pod Charkowem, zaś siły ukraińskie stawiają też poważny opór na północnym podejściu do Kijowa, gdzie rosyjskie siły znajdują się w odległości ok. 30 km od centrum miasta.

(.....)

Źródło: [gospodarkamorska.pl](http://gospodarkamorska.pl)

***Atak na Ukrainę: ostrzał z okrętów wojennych; walki na ulicach Kijowa;  
blisko 200 ofiarRosja zaatakowała Ukrainę: ostrzał z okrętów wojennych;  
walki na ulicach Kijowa; blisko 200 ofiar.***

---

W sobotę rano, w trzecim dniu rosyjskiej inwazji na Ukrainę, kontynuowano ostrzał artyleryjski Kijowa; w stolicy Ukrainy doszło do walk ulicznych. Ciężkie walki toczyły się o lotnisko w podkijowskim Wasylkowie. Ukraińska armia informuje o ostrzale z rosyjskich okrętów na Morzu Czarnym. W inwazji zginęło 198 Ukraińców - podało ministerstwo zdrowia.

W nocy z piątku na sobotę Rosjanie kontynuowali ostrzał artyleryjski Kijowa. W kilku miejscach w mieście doszło do zaciętych walk, ale sytuacja jest pod kontrolą - poinformował nad ranem rząd.

W walkach ulicznych z rosyjskimi dywersantami w Kijowie zostało rannych 35 osób, w tym dwoje dzieci - przekazał w sobotę rano mer ukraińskiej stolicy Witalij Kliczko. Zapewnił, że w mieście działa krytyczna infrastruktura, ale wojsko i służby ustawiają punkty kontrolne, co może utrudnić ruch.

Nie składamy broni; będziemy bronić naszego kraju - powiedział na opublikowanym w sobotę rano i nagrany w centrum Kijowa, przed budynkiem swojej kancelarii, filmie prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski. Podkreślił, że pozostaje w stolicy, a doniesienia o tym, że wezwał wojsko do złożenia broni i ogłosił ewakuację są fałszywe.

Podczas porannego ostrzału Kijowa pocisk trafił w wieżowiec mieszkalny na Prospekcie Łobanowskiego – podała agencja Interfax-Ukraina. Ze wstępnej informacji władz wynika, że nie ma ofiar i rannych.

Nad ranem wojsko ukraińskie poinformowało o odparciu ataku sił rosyjskich na swoje pozycje w Alei Zwycięstwa - jednej z głównych arterii ukraińskiej stolicy. Według Reutersa celem ataku była położona w okolicy jednostka wojskowa.

Rosyjska redakcja BBC donosiła, powołując się na świadków, o wybuchach i strzałach w kilku miejscach na zachód od centrum Kijowa, a także na północy miasta.

(.....)

Źródło: [gospodarkamorska.pl](http://gospodarkamorska.pl)

## **Przekop Mierzei Wiślanej na finiszu. Jak wpłynie na turystykę? Pytamy samorządowców i ekspertów**

---

Określana najbardziej widowiskową inwestycją w Polsce zmierza ku końcowi. Jeszcze w tym roku mają popłynąć pierwsze statki przez kanał po przekopie Mierzei Wiślanej. Nowa droga morska nie tylko skróci wiele tras, ale i znacząco wpłynie na lokalny krajobraz turystyczny. O to, jakie nadzieje w związku z inwestycją widzą dla siebie m.in. Frombork, Elbląg, Sztutowo i Krynica Morska, zapytaliśmy władarzy miejscowości. Głos oddaliśmy również ekspertom z urzędu i naukowcom.

– Tak jak zakładaliśmy, będzie to ten rok, druga połowa tego roku. Nie chcemy wskazywać konkretnej daty, bo przed nami trudny element uruchomienia wrót wodoszczelnych. To pierwsza w Polsce taka inwestycja, więc pewnie będą trudności, żeby wszystko działało prawidłowo, ale wszystko wskazuje na to, że pod koniec tego roku pierwsze statki przepłyną przez Mierzeję – powiedział Marek Gróbarczyk, wiceminister infrastruktury, na początku lutego w wywiadzie radiowym.

Czym w praktyce jest przekop Mierzei Wiślanej i jakie wiążą się z nim zmiany?

– Budowa nowej drogi wodnej łączącej Zalew Wiślany da możliwość przepływania z Bałtyku do Elbląga nie tylko statkom towarowym, ale również jednostkom turystycznym, rekreacyjnym i żegludze pasażerskiej – mówi w rozmowie z portalem GospodarkaMorska.pl Magdalena Kierzkowska, rzeczniczka Urzędu Morskiego w Gdyni, który odpowiada za inwestycję.

– Dodatkowe możliwości w zakresie żeglugi to również szansa dla małych portów Zalewu Wiślanego i Mierzei i oczywiście mieszkańców tego obszaru. Inwestycja już na etapie budowy przyciąga dużą liczbę turystów – twierdzi.

(.....)

Źródło: [gospodarkamorska.pl](http://gospodarkamorska.pl)

## **Inwazja Rosji na Ukrainę. Ponad 400 najemników "poluje" na Zełenskigo.**

---

Ukraina kolejny dzień broni się przed inwazją Rosji. Z Białorusi ponownie zostały wystrzelone rakiety, z jej terytorium miały też wystartować w kierunku Ukrainy myśliwce. W środku nocy, po kilku spokojniejszych godzinach, ukraińskie władze poinformowały o wybuchach w Kijowie i Charkowie. Ponad 400 rosyjskich najemników z tzw. grupy Wagnera działa w Kijowie; ich celem jest prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski i członkowie ukraińskiego rządu - podał w poniedziałek brytyjski dziennik "The Times". Zapraszamy do śledzenia naszej relacji na żywo.

Wojna Rosja – Ukraina: szturm na Kijów, ofiary wśród cywili.

"Rosyjskie wojska wielokrotnie próbowały szturmować przedmieścia Kijowa. (...) Najeźdźca doznał znaczących strat w ludziach, jest zdemoralizowany i wyczerpany" – podał rano ukraiński dowódca obrony stolicy.

Po otwarciu rynków rubel stracił na wartości ponad 40 proc. Europejski Bank Centralny przewiduje upadek rosyjskiego banku Sberbank Europe.

Według "Washington Post" Białoruś przygotowuje swoich żołnierzy do dołączenia do rosyjskiej inwazji. Ich wtargnięcie na Ukrainę może nastąpić nawet dzisiaj.

Rosyjskie wojska wkroczyły do Berdiańska na południu Ukrainy. Rosjanie zajęli też prawy brzeg Dniepru w Chersoniu. Władze Ukrainy podają, że do tej pory w kraju zginęło 352 cywilów, w tym 14 dzieci

W poniedziałek przedstawiciele Kijowa i Moskwy mają spotkać się na rozmowach na białorusko-ukraińskiej granicy.

Ponad 400 najemników z Czeczeni, tzw. kadyrowcy, "poluje" na Zełenskiego.

(.....)

Źródło: onet.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.

(.....)

Źródło: focus.pl

### ***Superkomputer odkrył 110 tys. nowych wirusów. W tym dziewięć nieznanymi wcześniej koronawirusów.***

---

Analiza prawie 6 mln próbek biologicznych pozwoliła zidentyfikować ponad 110 000 nowych wirusów, w tym dziewięć nieznanymi 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.

Nowe wirusy pomogą wysledzić źródło pandemii

Komputer przeanalizował dane i wykrył 132 000 wirusów RNA (do tej grupy należą m.in. wirus zapalenia wątroby typu C czy wirus RSV), z których zaledwie 15 000 było wcześniej znanych nauce. Wśród zidentyfikowanych przez komputer „nowości” znalazło się też dziewięć nowych koronawirusów, pochodzących najprawdopodobniej od świń, ptaków i nietoperzy.

(.....)

Źródło: focus.pl

### ***Eksperymentalna terapia z komórek macierzystych pozwoliła odwrócić cukrzycę. Na razie u myszy.***

---

Terapia polegająca na przekształcaniu ludzkich komórek macierzystych w komórki produkujące insulinę może być nadzieją dla chorych na cukrzycę. Eksperyment na myszach pokazał, że metoda jest w stanie zwalczać nawet ostrą postać choroby.

Badanie opublikowane w „Nature Biotechnology” opisuje zupełnie nową technikę przekształcania tzw. pluripotencjalnych komórek macierzystych w wybrane komórki docelowe. Komórki pluripotencjalne możemy określić jako „pierwotne”, niezróżnicowane komórki, które mogą rozwinąć się w dowolny rodzaj tkanki istniejącej w naszym organizmie.

Bioinżynieria pozwala nam sterować wzrostem komórek macierzystych i dowolnie „programować”, w jakie komórki mają się zmienić. W ten sposób tworzy się np. komórki serca, mózgu czy skóry. W eksperymentalnych terapiach leczenia cukrzycy kluczowe jest uzyskanie komórek beta trzustki. Są one odpowiedzialne za wytwarzanie insuliny i kontrolowanie jej poziomu w organizmie. Insulina obniża poziom glukozy we krwi - jeśli jest jej zbyt mało lub organizm nie reaguje poprawnie na jej obecność, dochodzi do rozwoju cukrzycy.

Mimo pewnych sukcesów w badaniach nad podobnymi metodami, naukowcy wciąż borykali się z poważnym problemem – dużą liczbą „komórek niedocelowych”.

Cukrzycę typu 2 można wyleczyć. Wystarczy, że pacjent schudnie – nawet, jeśli nie ma nadwagi.

Nowe komórki są skuteczniejsze w leczeniu cukrzycy.

(.....)

Źródło: focus.pl

### ***FIFA znów się skompromitowała! Reprezentacja Rosji nie zostanie wykluczona.***

---

FIFA w oficjalnym komunikacie poinformowała o wyciągnięciu konsekwencji wobec reprezentacji Rosji. Kary zaproponowane przez Międzynarodową Federację Piłki Nożnej są jednak symboliczne, biorąc pod uwagę skalę działań wojennych Rosji w Ukrainie.

Federacja na wstępie swojego oświadczenia potępiła inwazję Rosji w Ukrainie. — Przemoc nigdy nie jest rozwiązaniem, a FIFA wyraża najgłębszą solidarność ze wszystkimi ludźmi dotkniętymi tym, co dzieje się w

Ukrainie. Ponownie wzywamy do jak najszybszego przywrócenia pokoju i do natychmiastowego rozpoczęcia konstruktywnego dialogu. FIFA pozostaje w bliskim kontakcie z Ukraińskim Związkiem Piłki Nożnej i członkami ukraińskiej społeczności piłkarskiej, którzy proszą o wsparcie w opuszczeniu kraju tak długo, jak trwa w nim obecny konflikt — czytamy na początku komunikatu.

W jego dalszej części wyszczególniono natomiast trzy punkty, które od teraz musi spełniać piłkarska reprezentacja Rosji. Międzynarodowa Federacja Piłki Nożnej zakazuje Rosjanom rozgrywania meczów na własnych stadionach, a wszystkie domowe spotkania mają odbywać się na terenie neutralnym bez obecności kibiców. Ponadto przed meczami z udziałem kadry narodowej tego kraju nie będzie odgrywany hymn Rosji. Dodatkowo reprezentacja występować będzie pod nazwą "Football Union of Russia (RFU)" i nie będzie mogła używać swojej flagi.

W komunikacie znalazło się też odniesienie do PZPN-u oraz związków piłkarskich w Szwecji i Czechach. Przypomnijmy, że wszystkie trzy kraje odmówiły gry z Rosją w barażach MŚ 2022, których stawką jest wyjazd na tegoroczny mundial.

(.....)

Źródło: onet.pl

### ***"FIFA ma krew na rękach". Świat oburzony zachowaniem światowej federacji.***

---

"Naprawdę Infantino tak bardzo ulega Putinowi?", "FIFA od dawna jest korupcyjnym żartem" — to tylko niektóre z komentarzy po decyzji światowej federacji, która nie wykluczyła Rosji z piłkarskich rozgrywek, lecz kazała jej grać pod szyldem tamtejszego związku piłki nożnej.

Federacja na wstępie swojego oświadczenia potępiła inwazję Rosji w Ukrainie. "Przemoc nigdy nie jest rozwiązaniem, a FIFA wyraża najgłębszą solidarność ze wszystkimi ludźmi dotkniętymi tym, co dzieje się w Ukrainie" — czytamy. Jednak kluczowe były podjęte decyzje: Międzynarodowa Federacja Piłki Nożnej zakazuje Rosjanom rozgrywania meczów na własnych stadionach, a wszystkie domowe spotkania mają odbywać się na terenie neutralnym bez obecności kibiców. Ponadto przed meczami z udziałem kadry narodowej tego kraju nie będzie odgrywany hymn Rosji. Dodatkowo reprezentacja występować będzie pod nazwą "Football Union of Russia (RFU)" i nie będzie mogła używać swojej flagi.

W sieci natychmiast pojawiły się komentarze z całego świata krytykującego FIFA i jej prezydenta Giannię Infantino.

"FIFA ma krew na rękach. Infantino powinien postawić się Putinowi, a nie go udobruchać. Kompletnie tchórzliwa decyzja FIFA, która pozwala grać Rosji w kwalifikacjach mistrzostw świata pod inną nazwą. W momencie, gdy odważni Ukraińcy giną" — napisał Henry Winter z "The Times".

(.....)

Źródło: onet.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 niedokrwinną 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 nieznanymi wcześniej koronawirusów.**

---

Analiza prawie 6 mln próbek biologicznych pozwoliła zidentyfikować ponad 110 000 nowych wirusów, w tym dziewięć nieznanymi 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

## **Obajtek (ORLEN): rozwiązujemy natychmiastowo umowy z dziewięcioma stacjami, sztucznie zawyżającymi ceny.**

---

Wojna na Ukrainie to dla niektórych stacji paliw okazja do nieuczciwych praktyk. „Rozwiązujemy natychmiastowo umowy z dziewięcioma stacjami sztucznie zawyżającymi ceny. W drodze są wypowiedzenia dla właściciela ośmiu stacji kupujących nasze paliwa i jednej stacji korzystającej z naszego logo” - napisał na Twitterze prezes PKN Orlen Daniel Obajtek. Będziemy weryfikować wszystkie sygnały dotyczące manipulacji cenami i bezwzględnie je zwalczać - zapewnił.

Źródło: pap.pl

## **Na granicy czeka się wiele godzin, dzieci płaczą. "Nie wiedziałam, że Polacy tak dobrze odnoszą się do Ukrainy".**

---

Na granicy czeka się wiele godzin, dzieci płaczą. W Kowlu ludzie muszą chować się do schronów - powiedziała PAP 20-letnia Ola, która uciekła z Ukrainy i przez Chełm jedzie do swoich znajomych w zachodniej Polsce.

Na dworcu PKP w Chełmie zaczął funkcjonować punkt informacyjno-administracyjny dla uchodźców z Ukrainy. Osoby, które uciekły przed wojną, mogą w nim uzyskać informacje o możliwości uzyskania pomocy, napić się gorącej kawy, herbaty, zjeść coś słodkiego i inne artykuły spożywcze pozostawione przez darczyńców.

Na dworcu reporter PAP rozmawiał w niedzielę z 20-letnią Olą, która do Chełma dotarła ze swoją 13-letnią siostrą po długiej drodze z Kowla przez Dorohusk.

„Na granicy stoi się wiele godzin, dzieci płaczą” - powiedziała Ola. Dodała, że ich podróż trwała od czwartku, z czego dobrą część spędziły w kolejce osób oczekujących na wjazd do Polski.

W Ukrainie zostawiły rodziców, brata z rodziną i znajomych. „Rozmawiamy ze sobą przez telefon. Opowiadają straszne rzeczy. Ludzie muszą chować się do schronów” - powiedziała Ola.



Olę z siostrą znad granicy przywiózł 57-letni Mikołaj. Powiedział że pochodzi z Kowala, od 23lat pracuje jako kierowca i obecnie mieszka w Polsce.

(.....)

Źródło: pap.pl

### **Kurs rubla słabnie. Rating Rosji niedługo spadnie do "poziomu śmieciowego".**

Kurs rubla osłabił się o 20 proc, jeszcze przed rozpoczęciem handlu w głównych państwach Azji - wskazał PAP dyrektor Polskiego Instytutu Ekonomicznego Piotr Arak. Ekspert prognozuje, że prawdopodobnie wkrótce agencje ratingowe zdegradują rating Rosji do poziomu śmieciowego.

Jak zaznaczył szef PIE, "kurs rubla osłabił się o 20 proc, jeszcze przed rozpoczęciem handlu w głównych państwach Azji". Dodał, że skokowa deprecjacja rosyjskiej waluty, to bezpośredni efekt sankcji wprowadzonych przez Unię Europejską, Stany Zjednoczone i Wielką Brytanię. W niedzielę wieczorem Unia Europejska, w porozumieniu z USA, Kanadą i Wielką Brytanią, zgodziła się zakazać wszelkich transakcji z bankiem centralnym Rosji. Wcześniej, Kanada, USA, Wielka Brytania i państwa UE zgodziły się na odcięcie rosyjskich banków od systemu SWIFT.

Arak stwierdził, że podjęte przez liderów Zachodu działania odetną Rosję od światowego systemu finansowego. "Istotną rolę odegrał tutaj polski rząd wywierając presję na Niemców i Węgrów" - ocenił.

(.....)

Źródło: pap.pl

### **Wiceminister finansów; w styczniu nadwyżka budżetu państwa wyniosła 22,3 mld zł."**

W styczniu br. budżetu państwa odnotował nadwyżkę 22,3 mld zł, co jest lepszym wynikiem od nadwyżki odnotowanej w styczniu 2021 r. - powiedział PAP wiceminister finansów Sebastian Skuza.

„Dochody budżetu państwa w pierwszym miesiącu 2022 r. były wyższe o ok. 18.1 mld zł. tj. 44.5 proc, r/r i wyniosły ok. 58,7 mld zł. Dochody te stanowią ok. 11,9 proc, całorocznej kwoty dochodów prognozowanych w ustawie budżetowej na 2022 r. Zarówno dochody podatkowe jak i niepodatkowe okazały się istotnie wyższe od tych odnotowanych w styczniu 2021 r." - powiedział PAP w piątek wiceminister finansów Sebastian Skuza.

Powiedział także, że wykonanie wydatków budżetu państwa po pierwszym miesiącu 2022 r. wyniosło 36,4 mld zł, tj. 7 proc, planu. W stosunku do tego samego okresu 2021 r. (34,0 mld zł) wydatki budżetu państwa były wyższe o 2,4 mld zł. tj. 7.2 proc..

„W styczniu br. budżetu państwa odnotował nadwyżkę 22,3 mld zł, co jest lepszym wynikiem od nadwyżki odnotowanej w styczniu 2021 r. (6,6 mld zł)” - powiedział wiceminister finansów.

Jak wynika z danych przesłanych przez MF, styczniowe dochody budżetu z VAT były wyższe o 40,5 proc. (tj. ok. 9.4 mld zł) od tych ze stycznia 2021, dochody z podatku PIT były wyższe o 53.1.

(.....)

Źródło: pap.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](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](http://www.omk.org.pl)

## **Wydarzyło się 07 lutego - kalendarium.**

---

**28 lutego jest 59.** dniem w kalendarzu gregoriańskim. Do końca roku pozostało 306 (w latach przestępnych 307) dni.

Dzisiaj imieniny świętują:

Antonia, August (w latach nieprzestępnych), Bogurad, Falibog, Gaja, Gajusz, Hilary, Józef, Kaja, Lech, Ludomir, Makary, Nadbor, Oswald, Roman, Sylwana i Tymoteusz.

**Wydarzyło się sporo rzeczy na przełomie lat, między innymi:**

**1483** – Król Kazimierz IV Jagiellończyk nadał prawa miejskie Sędziszowowi Małopolskiemu.

**1520** – Wojna polsko krzyżacka: wojska hetmana wielkiego koronnego Mikołaja Firleja zdobyły Pieniężno.

**1579** – Biskup krakowski Piotr Myszkowski zezwolił mieszkańcom Kielc na swobodny wyrób wódki i wina, zapewniając przy tym wyłączność na produkcję w całym kluczu dóbr biskupich.

**1609:**

Król Zygmunt III Waza nadał prawa miejskie Sokółce.

II wojna polsko-szwedzka: wojska hetmana wielkiego litewskiego Jana Karola Chodkiewicza zaatakowały bronioną przez Szwedów Parnawę, zdobywając ją 2 marca.

**1793** – II rozbiór Polski: wojska pruskie zajęły Częstochowę i Nową Częstochowę, a następnie obległy twierdzę jasnogórską.

**1813** – Rosja i Prusy podpisały traktat kaliski tworzący sojusz zaczepno-odporny przeciwko Francji.

**1824** – W Wilnie zapadły dwa wyroki śmierci i wyroki dożywotniego pozbawienia wolności i zesłania na Syberię w procesie członków młodzieżowej organizacji Czarni Bracia z Krożów na Żmudzi.

**1941** – Premiera filmu Żona i nie żona w reżyserii Emila Chaberskiego.

**1943** – Na nowym cmentarzu żydowskim w Żelechowie Niemcy rozstrzelali kilkudziesięciu żydowskich rzemieślników pozostałych w mieście po likwidacji getta.

**1944:**

We wsi Huta Pieniacka w powiecie brodzkim na terenie dawnego województwa tarnopolskiego doszło do masakry 600-1500 Polaków. Według wyników śledztwa IPN pacyfikacji dokonali ochotnicy ukraińscy z 4. Pułku Policyjnego SS wraz z oddziałem UPA i składającym się z nacjonalistów ukraińskich oddziałem paramilitarnym. W nocy z 28 na 29 lutego oddział UPA przy wsparciu ludności ukraińskiej dokonał masakry 156 Polaków we wsi Korościatyn na Podolu i pobliskiej stacji kolejowej.

W odwecie za zabicie kilku żandarmów przez polskich partyzantów Niemcy dokonali masakry 108 mieszkańców wsi Wanaty (województwo mazowieckie).

#### 1945:

Krajowa Rada Narodowa wydała dotyczący volksdeutscheów dekret „O wyłączeniu ze społeczeństwa polskiego wrogich elementów”.

W Łodzi odbył się zbiorowy pogrzeb ofiar masakry w więzieniu na Radogoszczu.

1948 – W swym pierwszym oficjalnym meczu reprezentacja Polski w piłce siatkowej mężczyzn przegrała w Warszawie z Czechosłowacją 2:3.

1952 – W więzieniu mokotowskim został stracony były gauleiter gdańskiego NSDAP i zbrodniarz nazistowski Albert Forster.

1953 – W wyniku prowokacji politycznej zamknięto Teatr Rapsodyczny w Krakowie.

1958 – Założono Kielecką Spółdzielnię Mieszkaniową.

1973 – 18 osób zginęło w katastrofie samolotu rządowego pod Szczecinem.

#### 1981:

Dokonano oblotu szybowca SZD-52 Krokus.

Wprowadzono kartki na mięso i wędliny.

1995 – Założono Muzeum Zabawek w Karpaczu.

#### 1996:

Wiceadm. Ryszard Łukasik zastąpił adm. Romualda Wagę na stanowisku dowódcy Marynarki Wojennej.

Założono fundację La Strada.

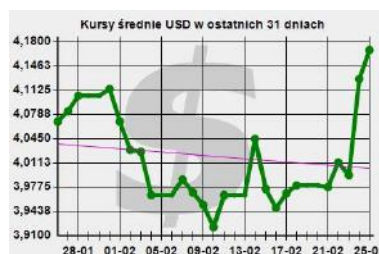
2003 – Premiera filmu Superprodukcja w reżyserii Juliusza Machulskiego.

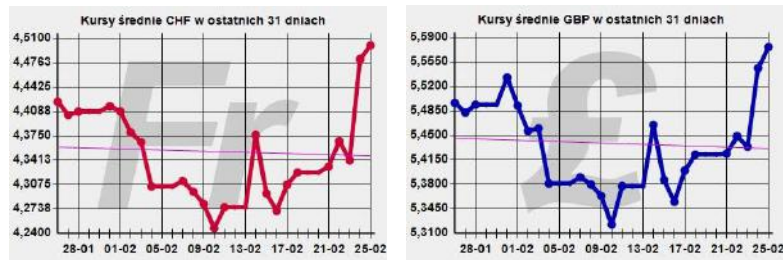
## Kursy walut (kursy średnie NBP)

### Kursy średnie walut NBP

Tabela z dnia 2022-02-04

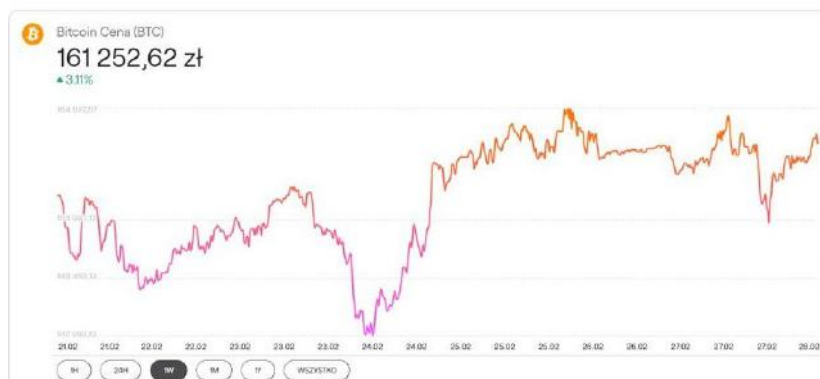
|       |        |
|-------|--------|
| 1 EUR | 4,6608 |
| 1 USD | 4,1683 |
| 1 CHF | 4,5001 |
| 1 GBP | 5,5751 |





<https://www.nbp.pl/>

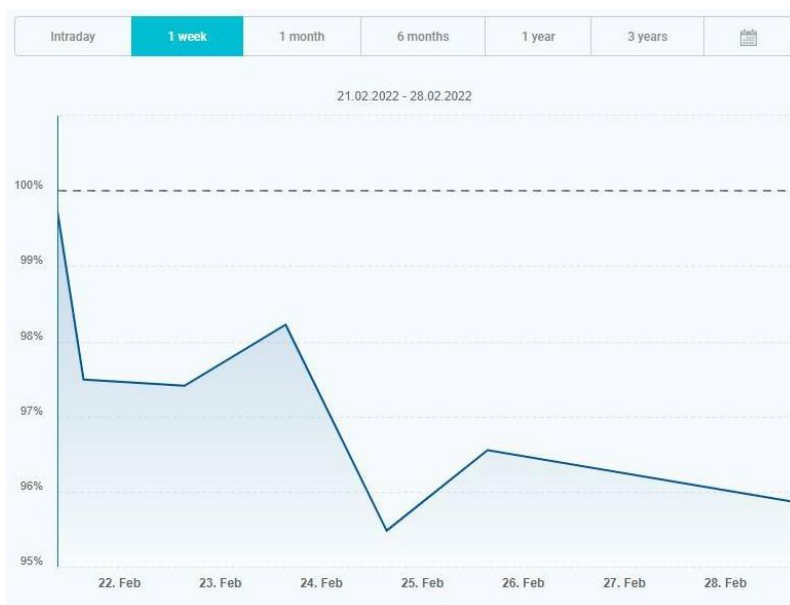
Kurs Bitcoin - BTC/PLN



<https://zondaglobal.com/pl/kurs-walut/kurs-bitcoin-pln>



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



<https://nasdaqbaltic.com>

## Notowania surowców

Data ostatniej aktualizacji: 2022.02.28 09:37

| Walor            | Jednostka                      | Kurs      | Zmiana  | Zmiana procentowa | Max 1R      | Min 1R      | Czas        |
|------------------|--------------------------------|-----------|---------|-------------------|-------------|-------------|-------------|
| ROPA             | USD/baryłka                    | 88,22     | 3,71    | 3,93%             | 95,8700     | 80,4100     | 28.02 09:37 |
| ZŁOTO            | USD/unca                       | 1 903,30  | 12,78   | 0,67%             | 1 910,9000  | 1 879,8000  | 28.02 09:37 |
| MIEDŹ            | USD/tona                       | 10 044,58 | 129,00  | 1,30%             | 10 597,0000 | 9 749,7500  | 28.02 09:36 |
| SREBRO           | USD/unca                       | 24,36     | 0,05    | 0,21%             | 29,3300     | 21,5000     | 28.02 09:37 |
| PALLAD           | USD/unca                       | 2 462,37  | 89,77   | 3,78%             | 2 981,0000  | 1 993,0000  | 28.02 09:37 |
| PLATYNA          | USD/unca                       | 1 059,25  | -0,08   | -0,00%            | 1 267,7000  | 902,3000    | 28.02 09:37 |
| NIKIEL           | USD/tona                       | 25 468,50 | 708,00  | 3,11%             | 24 986,0000 | 15 897,5000 | 28.02 09:37 |
| ALUMINIUM        | USD/tona                       | 3 518,00  | 106,00  | 3,08%             | 3 418,0000  | 2 121,5000  | 28.02 09:37 |
| OLEW             | USD/tona                       | 2 282,50  | 0,00    | 0,00%             | 2 436,7500  | 1 918,7500  | 23.12 08:54 |
| CYNK             | USD/tona                       | 3 991,00  | 19,00   | 0,52%             | 3 914,0000  | 2 739,7500  | 28.02 09:36 |
| ROPA WTI         | USD/baryłka                    | 85,73     | 3,79    | 4,13%             | 94,8300     | 57,5300     | 28.02 09:37 |
| MIEDŹ COMEX      | USD/funt                       | 4,52      | 0,04    | 0,89%             | 4,8000      | 3,9600      | 28.02 09:37 |
| BAWELNA          | USD/funt                       | 116,98    | -1,84   | -1,58%            | 127,5300    | 77,0800     | 28.02 09:36 |
| BENZYNA          | USD/galon                      | 2,96      | 0,08    | 2,79%             | 2,9200      | 1,8800      | 28.02 09:37 |
| CANOLA           | CAD/tona                       | 1 001,30  | -80,30  | -7,53%            | 1 062,0000  | 888,4000    | 28.02 20:19 |
| CUKIER           | USD/funt                       | 17,70     | -0,36   | -1,94%            | 20,4800     | 14,7100     | 28.02 09:37 |
| DIESEL           | USD/tona                       | 883,25    | 36,76   | 4,22%             | 954,2500    | 483,8800    | 28.02 09:37 |
| DREWNO           | USD/1000 m³ desek kwadratowych | 1 309,20  | -4,00   | -0,37%            | 1 670,0000  | 0,3000      | 25.02 22:00 |
| GAZ ZIEMNY       | USD/min btu                    | 4,62      | 0,13    | 2,80%             | 6,3300      | 2,4600      | 28.02 09:37 |
| KAKAO            | GBP/tona                       | 1 727,00  | -8,00   | -0,20%            | 1 893,0000  | 1 568,0000  | 25.02 17:54 |
| KAUCZUK          | USD/kg                         | 261,90    | 0,00    | 0,34%             | 274,9000    | 196,0000    | 28.02 09:07 |
| KAWA             | USD/funt                       | 238,00    | 0,12    | 0,05%             | 268,5300    | 121,1500    | 25.02 19:30 |
| KUKURYDZA        | USD/buszeli                    | 679,10    | 19,70   | 2,99%             | 730,6200    | 510,2600    | 28.02 09:36 |
| MLEKO            | USD/cetnar                     | 21,92     | -0,54   | -2,40%            | 22,7800     | 18,0500     | 28.02 20:51 |
| OLEJ OPALOWY     | USD/galon                      | 2,92      | 0,10    | 3,59%             | 2,9400      | 1,7400      | 28.02 09:37 |
| OLEJ PALMOWY     | MYR/tona                       | 5 984,00  | -874,00 | -7,34%            | 9 458,0000  | 3 370,0000  | 28.02 11:15 |
| OLEJ SOJOWY      | USD/funt                       | 71,80     | 2,99    | 4,38%             | 72,3200     | 49,1200     | 28.02 09:37 |
| P SZENICA        | USD/cetnar                     | 906,00    | -52,00  | -6,13%            | 925,7500    | 800,7500    | 28.02 09:37 |
| RYZ              | USD/cetnar                     | 15,58     | 0,18    | 1,17%             | 18,4500     | 12,2300     | 28.02 02:39 |
| RZEPAK           | EUR/tona                       | 726,25    | -37,76  | -4,94%            | 779,2500    | 452,2500    | 28.02 18:30 |
| SOJA             | USD/cetnar                     | 1 623,12  | 41,00   | 2,59%             | 1 670,0000  | 1 187,5000  | 28.02 09:37 |
| SOK POMARAŃCZOWY | USD/funt                       | 135,95    | -1,18   | -0,89%            | 181,7000    | 106,0800    | 25.02 20:00 |

## Rozrywka

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

### 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: 0:12

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

<http://pl.sudokuonline.eu/>

## H U M O R

Młody, zamożny, przystojny, wysportowany, bez nałogów poszukuje wielkiej, prawdziwej i czułej miłości.

Raz na tydzień.

\*\*\*\*\*

Lekarz do bardzo puszystego pacjenta...

Jeśli każdego dnia zrobi pan sobie marsz na 10 km to za rok wróci pan do właściwej wagi i kondycji.

Po roku pacjent dzwoni do lekarza i mówi...

- Wróciłem do swojej właściwej wagi, tylko mam problem!

- Jaki ?

- Jestem teraz 3650 km od domu!

\*\*\*\*\*

- Tato, w telewizji mówili, że alkohol podrożeje. Czy to oznacza, że będziesz mniej pił?

- Nie, to oznacza, że będziesz mniej jadł.

Źródło: dowcipy.pl