

Informacja OMK.

Informujemy, że w związku ze specyfiką pracy naszego biura i zaostrzonej sytuacji związanej z COVID-19 Biuro OMK będzie zamknięte od dnia 12.03.2020 roku do odwołania.

We wszystkich sprawach proszę kontaktować się e-mail: biuro@nms.org.pl

lub w pilnych sprawach dot. sprawach roszczeń prosimy o kontakt pod awaryjnym numerem telefonu:

516 516 900.

W pozostałych pilnych sprawach pod nr telefonu:

696 322 422.

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

NIE dla cumowania statku za pomocą załogi.

W zasadzie tak moglibyśmy zamknąć ten temat. Marynarze nie skaczą ani nie są przenoszeni w jakikolwiek sposób na keję aby cumować lub odcumowywać statek. Do tej czynności służą wykwalifikowani pracownicy portu, posiadający odpowiedni sprzęt do wykonywania swojej pracy.

Niemniej jednak przekazujemy trochę informacji aby wesprzeć załogi, które są do tego nakłaniane. Z otrzymanych informacji jak i prowadzonych roszczeń powypadkowych wynika, iż takie sytuacje mają miejsce. Dotyczy to głównie mniejszych statków. W teorii oraz wg. przepisów i regulacji portowych może dotyczyć statków poniżej 50 metrów lecz w rzeczywistości dotyczy statków o długości zbliżonej do 100m.

PAMIĘTAJ

Right to refuse a work

Jeżeli nie jesteś pewny czy dana praca jest dla Ciebie bezpieczna to zawsze masz możliwość odstępnie od wykonania czynności w celu skonsultowania zasad bezpieczeństwa wykonywania pracy lub w uzasadnionych przypadkach możesz całkowicie odmówić jej wykonania.

Job description

Każde stanowisko na statku jest ściśle powiązane z zakresem obowiązków. Nie znajdziemy w żadnym zakresie obowiązków informacji, iż marynarz ma wykonywać pracę cumownika.

ISM / Work Risk Assessment

Zgodnie z kodeksem ISM, każda praca, która w jakikolwiek sposób może być niebezpieczna, powinna mieć tzw. WRA (Work Risk Assessment) czyli ocenę ryzyka pracy. Taki dokument dla „skakania na keję” nie powinien istnieć ponieważ wprowadza ryzyko śmierci marynarza. Nikt nie jest w stanie zminimalizować takiego ryzyka jak i w naszej ocenie osoba na stanowisku kapitana nie powinna zatwierdzić wykonywania takiej czynności przez marynarza.

A jednak skaczymy na keję

Jeżeli w Twojej pracy jesteś świadkiem tego, iż marynarze sami cumują statek powiadom o tym lokalne PSC oraz swój Związek Zawodowy.

Źródło: omk.org.pl

Ognisko koronawirusa na statku.

U kilkunastu marynarzy ze statku pływającego pod bahamską banderą wykryto koronawirusa. Jeden z członków załogi trafił do polskiego szpitala. Pozostali marynarze - obcokrajowcy - przebywają na jednostce, która oczekuje na redzie gdańskiego portu na decyzje armatora.

O wykryciu ogniska koronawirusa na tankowcu Amundsen Spirit poinformował w środę PAP Państwowy Graniczny Inspektor Sanitarny w Gdyni, lek. med. Andrzej Dyżewski.

Wyjaśnił, że jednostka przechodziła w ostatnich tygodniach remont w jednej z gdańskich stoczni. Po wykonaniu napraw na statek zamustrowano 32-osobową załogę w całości składającą się z obcokrajowców. Tankowiec wypłynął z Gdańska kierując się do Danii.

Jak wyjaśnił PAP Dyżewski, jeszcze przed wypłynięciem, kapitan tankowca zdecydował o zbadaniu całej załogi pod kątem koronawirusa. Wyniki testów znane były we wtorek, gdy statek opuścił już gdański port. Wykazały one, że kilkunastu członków załogi jest zakażonych koronawirusem (konkretna liczba nie jest znana, bo część badań nie dała rozstrzygającego wyniku).

Dyżewski poinformował, że w nocy z wtorku na środę jeden z marynarzy poczuł się na tyle źle, że SAR (Morska Służba Poszukiwania i Ratownictwa) przetransportowała go ze statku do jednego z trójmiejskich szpitali.

Dyżewski wyjaśnił, że pozostała załoga, składająca się w całości z obcokrajowców, przebywa na pokładzie tankowca, który oczekuje na redzie gdańskiego portu na dalsze decyzje armatora.

Źródło RMF24

POGORIA Przybyła do Świnoujścia.

Polski żaglowiec "Pogoria" zacumował przy nabrzeżu Władysława IV, na przeciwko kapitanatu portu w Świnoujściu i udostępni swój pokład dla zwiedzających.

"Pogoria" pojawiła w świnoujskim porcie z okazji przygotowań do Regat Bałtyckich 2020, organizowanych przez Centrum Żeglarskie w Szczecinie. Regaty będą odbywać się w dniach 18-30.08.2020 r.

"Pogoria" trójmasztowy żaglowiec szkolny, zbudowany w 1980 roku w Stoczni Gdańskiej im. W. Lenina, pierwszy duży żaglowiec, zaprojektowany przez polskiego konstruktora statków, inż. Zygmunta Chorenia. Ma 41 metrów długości, jej portem macierzystym jest Gdynia.

Źródło omk.org.pl

Wyciek substancji ropopochodnej na marinie w Łebie.

W niedzielę rano na obszarze marinie jachtowej w Łebie pojawiła się rozległa plama substancji ropopochodnej, o rozpiętości około 600-700 metrów.

Neutralizacją wycieku zajęła się Brzegowa Stacja Ratownicza i Ochotnicza Straż Pożarna.

Jak na razie nie wiadomo, co stanowi źródło wycieku. Przyczynę ustalać będą inspektorzy urzędu morskiego.

Źródło:RadioGdański

Cena ropy w USA wzrasta przed posiedzenie OPEC+

Ropa na amerykańskiej giełdzie drożeje przed zaplanowanym na ten tydzień posiedzeniem krajów sojuszu OPEC+, które mają ocenić sytuację podażową na rynkach paliw.

Baryłka ropy West Texas Intermediate w dostawach na IX, na giełdzie paliw NYMEX w Nowym Jorku jest wyceniana po 42,42 USD, wyżej o 0,98 proc.

Ropa Brent w dostawach na X na giełdzie paliw ICE Futures Europe w Londynie jest wyceniana po 45,17 USD za baryłkę, wyżej o 0,85 proc.

W środę odbędzie się spotkanie wspólnego ministerialnego komitetu OPEC+ (JMMC), aby ocenić ustalenia dotyczące dostaw ropy.

"Spotkanie JMMC będzie uważnie monitorowane na rynkach pod kątem tego, jak grupa radzi sobie z utrzymującą się nadprodukcją ropy - m.in. w Nigerii i Iraku, chociaż nie oczekuje się, że może to mieć duży wpływ na nastroje na rynkach paliw" - mówi Vandana Hari z Vanda Insights.

"Na razie nie ma za wiele czynników wsparcia dla wzrostu cen ropy poza słabnącym dolarem i polowaniem na okazje" - dodaje.

Od początku sierpnia kraje sojuszu OPEC+ mają dostarczać o 1,3-1,5 mln baryłek ropy dziennie więcej po tym, jak z powodu pandemii koronawirusa na świecie ograniczyły wcześniej podaż ropy o ok. 10 proc. globalnych dostaw tego surowca w następstwie załamania się popytu.

Analitycy wskazują, że światowe dostawy ropy naftowej wzrosły już w lipcu, bo Arabia Saudyjska wycofała się z niektórych cięć produkcji, do czego wcześniej się zobowiązała.

Tymczasem USA zajęły 4 tankowce przewożące irańską benzynę do Wenezueli w bezprecedensowym posunięciu, które może zdestabilizować globalne dostawy ropy, jeśli Iran zdecyduje się na odwet za to działanie Amerykanów. Tankowce transportowały 1,116 mln baryłek paliw. (PAP Biznes)

Źródło: gospodarkamorska.pl

Postępowanie układowe stoczni Nauta.

Przedsiębiorstwa branży stoczniowej zelektryzowała wiadomość o możliwości przyspieszonego postępowania układowego Stoczni Remontowej NAUTA w Gdyni. Głos w sprawie zabiera Polskie Forum Technologii Morskich oraz Zarząd Stoczni Remontowej Nauta.

Stocznia NAUTA to jeden z filarów polskiego przemysłu okrętowego. Niestety od dłuższego już czasu ma poważne problemy, o których mówi się w środowisku. Wielu uważa, że są skutkiem decyzji sprzed kilku lat o wejściu na rynek budowy nowych jednostek pływających, który wymagał innej wiedzy i innego doświadczenia niż rynek remontów. Na tym rynku NAUTA zupełnie nieźle sobie radziła, z korzyścią dla całej sieci dostawców i kooperantów. Może właśnie ten aspekt, umiejętności i sukces na rynku remontów, też tych bardzo skomplikowanych dla Marynarki Wojennej RP, trochę „uśpił” przedsiębiorstwa kooperujące, które z wielką nadzieją wspierały Stocznnię NAUTA w nowym dla niej obszarze budowy statków.

Niestety rzeczywistość okazała się mocno odmienna od tej oczekiwanej. NAUTA zaczęła popadać w coraz większe długi, których skutkiem mogło być złożenie przez wierzycieli wniosku o upadłość. Wierzycieli uprzedził Zarząd Spółki składając wniosek o restrukturyzację i otwierając przyspieszone postępowanie układowe.

Postępowania układowe są już znane w historii branży stoczniowej. Przykładem może być Stocznia Szczecińska, która w latach 90-tych XX wieku z sukcesem poradziła sobie z zadłużeniem, spłacając swoich wierzycieli w kilkuletnim procesie oddłużeniowym, zapewniającym ogromny sukces ekonomiczny, o którym było głośno i który z podziwem był odbierany przez całe środowisko. Zastosowano wtedy mocno niekonwencjonalne jak na owe czasy zasady organizacji pracy i płacy ściśle uzależnionej od wydajności. Dzięki temu stocznia osiągnęła skokowy wzrost efektywności gospodarowania pozwalający na wypracowywanie realnego zysku i stopniową spłatę zadłużenia, a także na inwestycje.

Wracając do stoczni NAUTA trzeba przyznać, że „oferta” jaką otrzymali jej wierzyciele niestety nie może zostać zaliczona do „atrakcyjnych”. W środowisku słychać głosy, że proces przyspieszonego postępowania układowego doprowadzi do upadku bardzo wielu, głównie małych i średnich przedsiębiorstw kooperujących ze Stocznją. Liczba wierzycieli przekracza 600 podmiotów, a więc nie jest bagatelna. Przyspieszone postępowanie układowe zakłada podział wierzycieli na grupy. Jak można usłyszeć od zaniepokojonych firm, układ w zasadniczej części

obejmujący niezabezpieczone wierzytelności większe niż 4.500 zł (cztery i pół tysiąca złotych) zakłada ich redukcję o 65%, a pozostałe 35% ma zostać rozłożone na 15 lat. Niezabezpieczone wierzytelności w praktyce oznaczają przytłaczającą grupę dostawców i kooperantów SR NAUTA, którzy umożliwili funkcjonowanie stoczni przez ostatnie lata, zapewniając dostawy wyposażenia i usług na budowane oraz remontowane statki. Dodatkowo wszelkie tak zwane należności uboczne, czyli m.in. odsetki za opóźnione płatności, mają zostać zredukowane do zera.

Warto policzyć co oznacza zwrot 35% wierzytelności rozłożony na 60 kwartalnych rat. Zwrot miałby rozpocząć się po 10 miesiącach, czyli niemal po roku od stwierdzenia przez sąd prawomocności układu. Zwrot 35% wierzytelności rozłożony na 60 kwartalnych rat oznacza, że rocznie będzie spłacane jedynie ok. 2,3% zadłużenia kwoty głównej bez jakichkolwiek odsetek ani waloryzacji wynikającej np. w inflacji. W przypadku dostawcy, który jakiś czas temu zrealizował dostawy na kwotę np. 100.000 zł to 65.000 zł po prostu straci od razu, a po niemal roku od zatwierdzeniu układu będzie otrzymywał 2.300 zł co kwartał, przez kolejne 15 lat bez jakiegokolwiek waloryzacji. Stwierdzenie, że będzie otrzymywał co kwartał ratę w wysokości ok. 600 zł przez 15 kolejnych lat jest stwierdzeniem przez wielu traktowanym jako optymistyczne. Zakłada bowiem, że Stocznia Remontowa NAUTA z sukcesem przeprowadzi proces restrukturyzacji, zacznie pozyskiwać nowe kontrakty i co najważniejsze zacznie realizować je z zyskiem umożliwiającym spłatę zadłużenia i tak przez kolejne 15 lat. W tym miejscu pojawia się problem wynikający z wiarygodności. Jak przekonać wierzycieli, że opracowany przez Zarząd Spółki plan restrukturyzacji okaże się sukcesem? Niestety spore grono wierzycieli jest przekonanych, iż bezpowrotnie utracili swoje należności i sami popadają w spiralę zadłużenia wobec swoich dostawców i kooperantów.

Wśród wierzycieli Stoczni Remontowej NAUTA są również członkowie Polskiego Forum Technologii Morskich, którzy oczekują realnych i efektywnych działań restrukturyzacyjnych przynoszących trwałą rentowność albo znalezienia innego sposobu umożliwiającego chociaż częściowe odzyskanie należności. Zaniechanie niestety będzie prowadzić do scenariusza, o którym mowa w tytule artykułu.

Komentarz Zarządu Stoczni Remontowej Nauta SA

Szanowni Partnerzy Biznesowi!

Koleżanki i Koledzy!

W ślad za informacją prasową autorstwa Pana Jerzego Czuczmana, Prezesa Polskiego Forum Technologii Morskich, pragniemy skomentować bieżącą sytuację finansowo-prawną Stoczni Remontowej Nauta S.A.

W roku 2013, w ramach dywersyfikacji produkcji i dalekosiężnego planu przygotowania kadr do realizacji szeroko zakrojonego planu modernizacji Marynarki Wojennej RP, Nauta uruchomiła w Gdańsku Zakład Nowych Budów. Zakład ten specjalizował się w budowie nowoczesnych kadłubów i w pełni wyposażonych jednostek rybackich, statków naukowo-badawczych oraz jednostek do obsługi sektora offshore. Brak zamówień rządowych, sytuacja na rynku pracy oraz ceny statków w konkurencyjnych stoczniach spowodowały, że działalność w tym segmencie przerosła nasze możliwości finansowe.

W efekcie, w 2019 roku, po zbudowaniu 30 jednostek, Stocznia została zmuszona do zamknięcia gdańskiego zakładu koncentrując się na działalności remontowej. Przełom lat 2019 i 2020 zaowocował dużą ilością remontów klasowych połączonych z pracami wynikającymi z nowych regulacji w Międzynarodowej Konwencji o zapobieganiu zanieczyszczeniu morza przez statki. Obejmowały one między innymi konieczność montażu systemu uzdatniania wód balastowych oraz systemu odsiarczania spalin. Dodatkowo wykonywane były skomplikowane przebudowy jednostek typu offshore.

Obiecujące wyniki początku roku 2020 oraz plany wyjścia z trudnej sytuacji finansowej musiały ulec całkowitej weryfikacji po wybuchu pandemii koronawirusa COVID-19. Zaistniała sytuacja wymusiła na Stoczni podjęcie trudnej decyzji o złożeniu wniosku w sprawie objęcia jej przyspieszonym postępowaniem układowym, co nastąpiło na mocy postanowienia Sądu Rejonowego w Gdańsku w dniu 15 kwietnia 2020 roku.

Celem otwarcia postępowania restrukturyzacyjnego była konieczność ochrony praw i interesów Spółki oraz wszystkich jej interesariuszy, w szczególności wierzycieli, akcjonariuszy i pracowników. Ochrona ta jest niezbędna do przeprowadzenia skutecznej restrukturyzacji, mającej na celu zaspokojenie wierzycieli w możliwie maksymalnym stopniu, przy zachowaniu kontynuacji działalności Spółki, miejsc pracy - zarówno dla pracowników Stoczni jak i dla firm kooperujących oraz wpływów do budżetu państwa. Niestety działania restrukturyzacyjne narzuciły Zarządowi konieczność podjęcia pewnych działań w sferze wieloletniego planu oddłużenia Spółki.

Równolegle Nauta przygotowuje się do podjęcia realizacji założeń Planu Naprawczego „Kompaktowa Stocznia Remontowa”, sporządzonego wspólnie z Nadzorcą Sądowym. W efekcie wdrożenia inicjatyw restrukturyzacyjnych Stocznia dostosuje swoją strukturę do nowych warunków działalności dzięki czemu odzyska zdolność do generowania dodatnich przychodów oraz zwiększy swoją konkurencyjność na rynku remontów i przebudów jednostek pływających.

Praagniemy Państwa zapewnić, że Kierownictwo Stoczni zdaje sobie sprawę jakim ciosem dla naszych kooperantów i dostawców jest zaproponowany poziom układu. Z tego tytułu Zarząd Stoczni Remontowej „Nauta” S.A. zwraca się z prośbą o wspólne spojrzenie w przyszłość, która mamy nadzieję przyniesie owocną współpracę dla wszystkich zainteresowanych stron.

Zaakceptowanie przez Państwa proponowanego układu pozwoli nam na kontynuację działalności w segmencie remontów i przebudów jednostek pływających, w których Stocznia posiada bogate doświadczenie, głównie w oparciu o współpracę z naszymi obecnymi wierzycielami, których wsparcie jest dla nas bardzo ważne. Mamy nadzieję, że ta współpraca choć w niewielkim stopniu zrekompensuje poniesione straty a obecne działania uzdrowią sytuację finansową Spółki i otworzą nowe możliwości rozwoju zarówno dla Stoczni jak i jej obecnych wierzycieli.

Przyjęcie innej opcji działania, w czasach tak trudnej sytuacji w branży okrętowej, wpłynęłoby niekorzystnie zarówno dla Stoczni jak i jej podwykonawców, a także całego regionu.

Źródło:gospodarkamorska.pl

ISR: MF Werften – renowacja poprzez redukcję zatrudnienia?.

MV Werften – stoczniowy konkurent polskich zakładów – ogłosił program restrukturyzacji. W Meklemburgii – Pomorzu Przednim trwają spekulacje, czy będzie to oznaczało redukcję zatrudnienia.

Kompleks stoczniowy MV Werften z zakładami w Wismarze, Rostocku i Stralsundzie podsycił spekulacje na temat grożących pracownikom zwolnień. Sprowokował je komunikat prasowy mówiący o „szeroko zakrojonym programie restrukturyzacji”. Firma, która jest częścią Genting Group z Hongkongu, od kwietnia utrzymuje większość ze swoich 3100 pracowników w reżimie pracy krótkoterminowej.

Z powodu poważnych trudności finansowych stoczniowcy byli uzależnieni od uwolnienia 175 mln euro rezerwy bezpieczeństwa przez banki i państwo pod koniec czerwca. Sześć tygodni temu rząd landu brał pod uwagę groźbę bankructwa. Temat ten był intensywnie omawiany podczas obradach landowego parlamentu. Firma wciąż liczy na pomoc ze strony rządu federalnego – do końca września powinno do niej wpłynąć ok. 570 mln euro z funduszu ochrony przed skutkami epidemii.

Celem ogłoszonego programu restrukturyzacji jest uzyskanie „stabilizacji ekonomicznej MV Werften”. Kluczowe punkty i szczegóły zostaną opracowane szybko i szybko wdrożone. Stocznia jest obecnie w trakcie opracowywania raportu restrukturyzacyjnego przez audytorów Ernst & Young oraz PricewaterhouseCoopers. Oba dokumenty są warunkiem wstępnym uzyskania pomocy federalnej. Prawdopodobnie projekty dotyczące realizacji dużych statków wycieczkowych zostaną ograniczone i ostatecznie w stoczniach będzie mniej pracy.

Źródło:gospodarkamorska.pl

Chiński Ou Yang zamówił dwie nowe jednostki offshore.

Chińskie OuYang Offshore zlecił firmie AqualisBraemar budowę dwóch samopodnoszących się jednostek do instalacji turbin wiatrowych (WTIV). Statki o nazwie OuYang 003 i OuYang 004 zostaną wybudowane w chińskiej stoczni Dayang Offshore Equipment.

Zespół AqualisBraemar będzie monitorować i nadzorować budowę dwóch WTIV, aby zapewnić, że wszystkie prace są wykonywane zgodnie ze specyfikacjami kontraktowymi oraz wymaganiami flagi i klasy. Projekt będzie zarządzany z biura AqualisBraemar w Szanghaju w Chinach, które poprzednio pełniło tę samą rolę przy budowie pierwszych dwóch WTIV OuYang - OuYang 001 i OuYang 002.

AqualisBraemar nie ujawnił wartości nowego kontraktu.

Obie jednostki są identyczne, mają 75,6 m długości, 40 m szerokości, 7 m głębokości. Statki są samobieżne, obsługują głębokość wody do 50 metrów i mieszczą do 68 osób.

Wyposażone są w żuraw 600MT zamontowany wokół jednej z nóg rufowych, o wysokości podnoszenia 140 metrów nad poziomem morza. Jednostki będą zdolne do instalacji turbin wiatrowych o mocy 10 MW.

Źródło:gospodarkamorska.pl

Sevilla w finale Ligi Europy.

Stracili gola jako pierwsi, potem bronili się przez większość drugiej połowy, ale wyszli z potyczki zwycięsko. Sevilla pokonała Manchester United i zameldowała się w finale Ligi Europy.

Kiedy docierasz do półfinału, wiesz, że czeka cię starcie z bardzo dobrą drużyną. Dobrą drużyną z mnóstwem jakości. To moment, w którym wielcy piłkarze muszą pokazać, na co ich stać. To ich wielka chwila - stwierdził na przedmeczowej konferencji prasowej **Ole Gunnar Solskjaer**.

Mówiąc o wielkich piłkarzach Norweg chciał zapewne zmotywować swoich podopiecznych. W szczególności **Davidą de Geę, Harry'ego Maguire'a, Paula Pogbę, Anthony'ego Martialą, Masona Greenwooda, Marcusa Rashforda i Bruno Fernandes**. Jeśli w istocie tak było, cel został częściowo osiągnięty, a jego owoce mogliśmy podziwiać już w 9. minucie gry.

Dokładnie wtedy dwóch ostatnich z wyżej wspomnianych zawodników bezpośrednio przyczyniło się do zdobycia przez Czerwone Diabły gola. Pierwszy wywalczył rzut karny - 22. w tym sezonie podyktowany na korzyść United - a drugi go wykorzystał. Portugalczyk wziął tym samym udział w 20. akcji bramkowej angielskiego zespołu od momentu debiutu. W tym okresie jedynie **Robert Lewandowski** oraz **Lionel Messi** byli w tym względzie lepsi.

Radość graczy z Old Trafford nie trwała jednak długo. Nieco ponad kwadrans później do wyrównania doprowadził **Suso**. Hiszpan sfinalizował dobrą akcję, jaką jego partnerzy przeprowadzili lewą flanką boiska.

Na kolejne trafienie trzeba było poczekać do 78. minuty. Gola niespodziewanego, wszak jego autorem stał się **Luuk de Jong**. Nie żaden z piłkarzy Manchesteru United, którzy zdominowali drugą część gry i powinni byli zdobyć bramkę, dwie albo i trzy, a właśnie Holender.

Jak się później okazało, było to trafienie na wagę zwycięstwa i awansu do finału Ligi Europy. Sevilla może wygrać rozgrywki po raz szósty w historii (licząc triumfy w Pucharze UEFA). Rywala pozna jutro. Będzie nim Inter lub Szachtar.

Źródło:PiłkaNożna.pl

Najwyższa na Wybrzeżu Bałtyku.

Światło latarni morskich od wieków wskazuje żeglującym drogę na ląd. Obecnie – w epoce nawigacji satelitarnej – latarnie nadal odgrywają ważną rolę w nawigacji i zapewnieniu bezpieczeństwa żegluga. Są jednocześnie pięknymi zabytkami techniki. Należy do nich obiekt w Świnoujściu, działający od ponad 160 lat! To najwyższa latarnia na wybrzeżu Bałtyku. Wita statki wpływające z morza do zespołu portów Szczecin – Świnoujście.

Jeszcze niedawno dla marynarzy żeglujących nocą w pobliżu lądu latarnie morskie były jedynym zwiastunem zbliżającego się brzegu. Dziś w bezpiecznej nawigacji pomagają satelity i komputery. Gdy jednak elektronika

zawiedzie, zepsuje się źródło prądu lub sztormowe fale zaleją statek, migające światło na brzegu może go uratować i pomóc w dotarciu na ląd.

Na polskim wybrzeżu znajduje się 15 czynnych latarni morskich, w tym siedem na terenie województwa zachodniopomorskiego. Świnoujska jest najwyższa. Jej wieża ma wysokość 67,7 m, a światło – 65 m n.p.m. Zasięg światła białego wynosi 27 mil morskich, natomiast czerwonego – 9. Wykonana jest z ceramicznej cegły. Na jej szczyt prowadzi 308 stopni krętych schodów. Od strony północnej i południowej przylegają do niej dwukondygnacyjne budynki z czerwonej cegły, w których mieszczą się urządzenia radiolatarni oraz pomieszczenia dla obsługi. Niegdyś w budynkach mieszkali latarnicy z rodzinami, dbając o to, aby latarnia nigdy nie zgasła.

Latarnię w Świnoujściu posadowiono na prawym brzegu Świny w dawnej wsi Chorzelin. Budowana była od roku 1854. Niecałe trzy lata później, 1 grudnia 1857 r., po raz pierwszy rozbłysła swoim światłem. Wieżę z ogromną lampą na olej słonecznikowy i soczewką Fresnela charakteryzował przekrój ośmiokąta. Już w 1902 r. obiekt wymagał porządnego remontu. Trudne warunki atmosferyczne, jakie panują w Świnoujściu, spowodowały znaczne ubytki cegły. Po remoncie latarnia osiągnęła cylindryczny kształt i otrzymała nowe pokrycie. Pod koniec XX wieku – po ekspertyzach – zapadła decyzja o konieczności przebudowy i rewitalizacji obiektu. Został odnowiony, a 5 sierpnia 2000 r. – udostępniony do zwiedzania.

Administratorem latarni w Świnoujściu – stałego znaku nawigacyjnego – jest Urząd Morski w Szczecinie.

Bywa nazywana „Królową jasności” i stanowi jedną z największych atrakcji turystycznych Świnoujścia. Po wejściu na górę nagrodą jest niepowtarzalny widok na morze i port. Od kilku lat można zobaczyć m.in. wpływające do gazoportu wielkie metanowce, które przywożą skroplony gaz ziemny do znajdującego się nieopodal terminalu LNG. W niedalekiej przyszłości kolejną atrakcją będą ogromne kontenerowce, gdy powstanie zapowiadany przez Zarząd Morskich Portów Szczecin i Świnoujście głębokowodny terminal kontenerowy.

Wokół wieży latarni są zgromadzone ciekawe eksponaty. Niedawno trafiły tu zabytki techniki morskiej (m.in. stara boja), wydobyte przy okazji modernizacji toru wodnego Świnoujście – Szczecin do głębokości 12,5 m. To inwestycja szczecińskiego Urzędu Morskiego. W ślad za nią podążają przedsięwzięcia ZMPSiŚ, który właśnie rozstrzygnął przetargi na dostosowanie najważniejszych nabrzeży w szczecińskim porcie do nowych parametrów toru.

Od kilku lat latarnia w Świnoujściu przyciąga uwagę 2 maja, w Dzień Flagi RP. Wówczas ogromna biało-czerwona wciągana jest na wieżę. Widać ją z odległości kilkunastu kilometrów!

Ten weekend dla świnoujskiej latarni i innych tego typu obiektów na świecie będzie szczególny. W niedzielę przypada bowiem Międzynarodowy Dzień Latarni Morskich. Po raz pierwszy obchodzono go 18 sierpnia 2002 r. Został ustanowiony na wniosek angielskiej organizacji kultywującej dziedzictwo i tradycje morskie. Od tej pory na całym świecie świętuje się go co roku w trzecią niedzielę sierpnia. W Świnoujściu obchody rozpoczną się już w sobotę paradami Neptuna i jego świty. W niedzielę w południe rusza szereg imprez: parada Neptuna i chrzest morski, występ zespołu Keja, mistrzostwa w biegu na latarnię (g. 16), zwiedzanie latarni o zachodzie słońca (po g. 20) i biesiada przy ognisku, spotkanie z duchem latarnika Sharki (g. 22). Wstęp na latarnię 16 bm. jest bezpłatny. Ostatni miejski autobus do dworca PKP odjeżdża o g. 22.45.

Źródło:24Kurier.pl

Joga jest dobrą na stres, ale pomaga na chwilę.

Regularnie uprawiana, joga na krótką metę może ulżyć symptomom uogólnionych zaburzeń lękowych (GAD), twierdzą naukowcy ale dodają, że prawdziwej terapii nigdy nie zastąpi. Według Naomi M Simon z wydziału psychiatrii NYU Langone Health, współautorki analizy opublikowanej w „[Jama Psychiatry](#)”, wszyscy potrzebujemy większej liczby opcji gdy przychodzi do terapii lęku. Zwyczajnie, każdy z nas inaczej reaguje na różne typy interwencji psychiatrycznych. Dodatkowe możliwości radzenia sobie z problemami psychicznymi jak joga mogą pomóc, bo przełamujemy się i aktywnie szukamy pomocy.

Ostatnio do badania skuteczności jogi w terapii GAD, zwanych też zespołem lęku uogólnionego, przystąpili naukowcy z Szkoły Medycyny im. Grossmana na Uniwersytecie Nowojorskim. Kluczową cechą owych zaburzeń jest **uciażliwy, stale utrzymujący się niepokój**, związany z zamartwianiem się nawet codziennymi sprawami. Nie odpowiada on rzeczywistym zagrożeniom, jest nieadekwatnie silny i nie da się związać go z żadnym określonym czynnikiem.

Nagle, stresujące wydarzenia mogą powodować nasilenie objawów. Są to najczęściej palpacje, pocenie się, drżenie ciała, suchość jamy ustnej, trudność oddychania, dyskomfort w klatce piersiowej, nudności i zawroty głowy, także fale zimna i gorąca oraz odczucie drętwienia i mrowienia.

Osobom ze zdiagnozowanym GAD ciężko jest się odprężyć, boją je mięśnie, są drażliwe i mają problemy z zasypianiem. Zespół lęku uogólnionego częściej dopada nas w wieku średnim. Dwa razy częściej kobiety niż mężczyźni.

Joga daje efekty, ale są one mniejsze i krócej działają niż skuteczna terapia poznawczo-behawioralna (CBT). Przewidziana pierwotnie jako pomoc dla ludzi w depresji, dzięki pozytywnym i osiąganym często w krótkim czasie (kilkanaście do kilkudziesięciu cotygodniowych spotkań) rezultatom, stała się najszybciej rozwijającą się formą psychoterapii na świecie.

Nie wszyscy są w stanie od razu przyjść do terapeuty i otworzyć opowiadając o swoich lękach. **Czasem potrzebna jest alternatywa w postaci drobnego kroku w dobrym kierunku.** I tu pomocna może być joga, twierdzi M Simon i jej koledzy, którzy przetestowali swoją wiedzę na 226 ochotnikach i ochotniczkach z GAD.

W czasie 12-tygodniowego eksperymentu (dwugodzinna sesja raz w tygodniu i 20 min pracy domowej) pacjentów poddano terapii w trzech grupach: jednej z terapeutą CBT, drugiej z mistrzem jogi kundalini a w trzeciej przeszkolono ich w sposobach "zarządzania stresem" (odrzuć nałogi, nauczyć się ćwiczyć i zdrowo odżywiać).

Rezultat? Tuż po zakończeniu badania poprawa w zakresie utrzymujących się symptomów wystąpiła u 71 proc. członków grupy z terapią CBT, 54 proc. z jogą i 33 proc. uczestniczących w szkoleniu dotyczącym stresu. Po 6 miesiącach ponownie zapytano o objawy GAD. Efekty z grupy z CBT nadal przewyższały te z grupy III (szkolenie). Efekty terapii w grupie z jogą znikły całkowicie.

- Joga, która jest bezpieczna i powszechnie dostępna, może ulżyć niektórym symptomom GAD i stanowić narzędzie w planowaniu właściwej terapii – zauważa w [informacji prasowej](#).

Źródło:Focus.pl

Jesteś marynarzem pracującym na kontraktach u zagranicznych armatorów ?

Zapraszamy do OMK / ITF – wypełnij deklarację : <https://www.omk.org.pl/article/567>

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 6-miesięcznej przynależności pomoc w podniesieniu Twoich kwalifikacji, refundujemy kosztu kursów i szkoleń wynikających z Konwencji STCW ukończonych w ośrodkach szkoleniowych w Polsce i za granicą.
- 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: www.omk.org.pl **Może polubisz nas na FB ?**

www.omk.org.pl

Przypominamy o pomocy finansowej dla marynarzy z OMK wykonujących badania na COVID-19.

Marynarze należący do OMK, którzy ze względów zarówno indywidualnych jak i zawodowych wykonują testy na covid, mogą ubiegać się o zapomogę finansową z OMK.

Przypominamy, iż OMK wynegocjowała korzystniejsze stawki na testy typu RT – PCR z ogólnopolskimi laboratoriami sieci Diagnostyka. Szczegóły umowy z "Diagnostyka Laboratoria Medyczne".

Marynarze z OMK wykonujący badania w tej sieci laboratoriów i korzystający z preferencyjnych warunków mogą dodatkowo złożyć do OMK wnioski o zapomogę w wysokości 20% kosztu badania.

Jeżeli marynarz skorzysta z oferty innego laboratorium lub z umowy OMK-HMS także może ubiegać się o zapomogę lecz jej wysokość jest ograniczona do 20% ceny usługi wynegocjowanej z laboratoriami Diagnostyka. Zapomoga przysługuje tylko marynarzom z OMK indywidualnie zlecającym badania w celu zapewnienia bezpieczeństwa własnego, rodziny lub ułatwienia w przemieszczaniu się pomiędzy miejscami zamieszkania i pracy. Zapomoga nie przysługuje marynarzom wykonującym badania na zlecenie i koszt armatora.

Osoby zamierzające skorzystać z zapomogi finansowej proszone są o kontakt mailowy – biuro@nms.org.pl

Podstawą złożenia wniosku o zapomogę jest rachunek lub paragon oraz potwierdzenie przeprowadzonego badania.

Źródło www.omk.org.pl

Wydarzyło się 17 sierpnia - kalendarium

17 sierpnia jest 229 dniem w kalendarzu gregoriańskim. Do końca roku pozostał 136 dni. 17 sierpnia jest obchodzony w Gabonie i w Indonezji jako Dzień Niepodległości.

Imieniny obchodzą:

Anastazy, Anita, Bertram, Bonifacy, Eliza, Euzebiusz, Hiacynt, Jacek, Jacenty, Jaczewoj, Joanna, Julianna, Klara, Liberat, Magdalena, Maksym, Maria, Miron, Mirona, Rogat, Rustyk, Rustyka, Septym, Septymiesz, Serwusz, Straton, Zawisza, Żanna.

Wydarzyło się sporo rzeczy na przełomie lat, między innymi:

1245r. – W bitwie pod Jarosławiem nad Sanem połączone wojska księcia halicko-wołyńskiego Daniela I Romanowicza Halickiego, Konrada I Mazowieckiego i księcia litewskiego Mendoga pokonały wojska wielkiego księcia kijowskiego Roścysława III Mściśławowicza, wspomagane przez wojska polskie Bolesława V Wstydlwego i posiłki węgierskie króla Beli IV.

1431r. - Krzyżacy wypowiedzieli Polsce wojnę i najechali trzema grupami ziemię dobrzyńską, Kujawy i Krajnę.

1627r.– V wojna polsko-szwedzka: rozpoczęła się nierozstrzygnięta bitwa pod Tczewem

1768r.– Konfederacja barska: wojska rosyjskie zajęły Kraków.

1831r. – Powstanie listopadowe: powstał rząd Jana Stefana Krukowieckiego; porażka powstańców w II bitwie o Wilno.

1920r. –

- Plebiscyt na Górnym Śląsku: po fałszywej informacji w prasie niemieckiej o zdobyciu Warszawy przez Armię Czerwoną, niemieckie bojówki komunistyczne zaatakowały siedzibę

powiatowego inspektora Międzysojusznicznej Komisji, płk Blancharda w Katowicach przy ul. Warszawskiej. Żołnierze francuscy zmuszeni byli użyć broni, zabijając 10 atakujących. W odwecie doszło do zlinczowania znanego polskiego lekarza Andrzeja Mieleckiego i zdemolowania siedziby polskiego komitetu plebiscytowego w Katowicach w hotelu Deutsches Haus (na rogu ul. Plebiscytowej i Wojewódzkiej), w trakcie którego pobito dr Henryka Jarczyka.

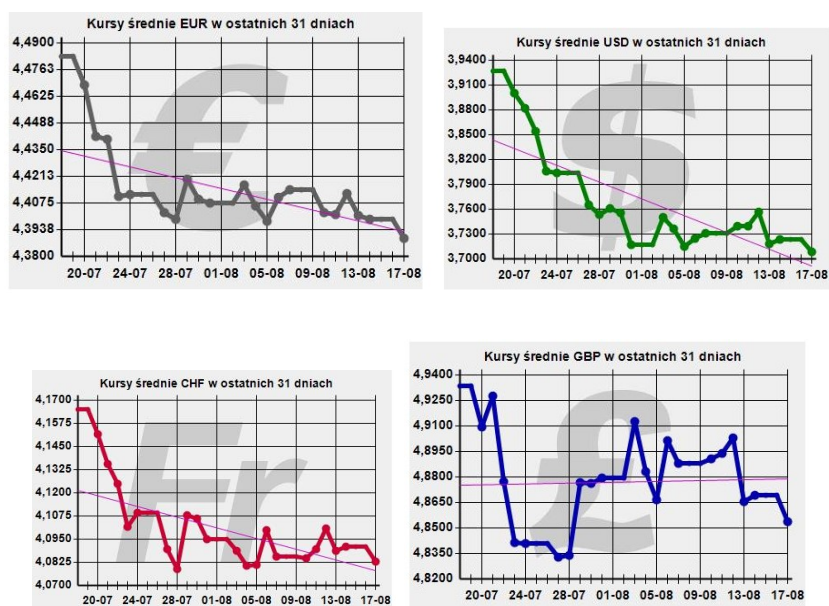
- Wojna polsko-bolszewicka: w bitwie pod Zadwórzem, zwanej „polskimi Termopilami”, batalion złożony z ochotników spośród lwowskiej młodzieży zagroził drogę na Lwów oddziałom 1. Armii Konnej Siemiona Budionnego. Spośród 330 polskich żołnierzy poległo 318, a nieliczni dostali się do niewoli. Dowódca batalionu kpt Bolesław Zajączkowski, nazywany „polskim Leonidasem”, popełnił wraz z kilkoma żołnierzami samobójstwo.

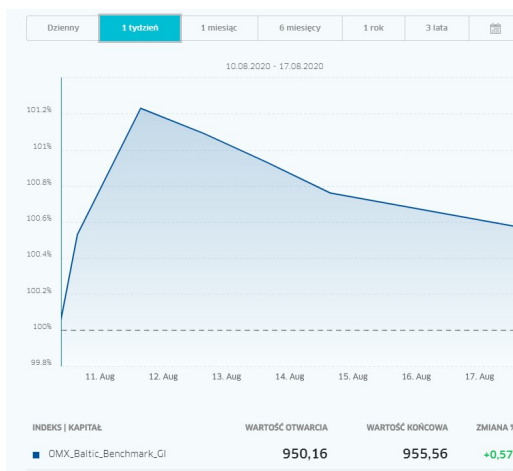
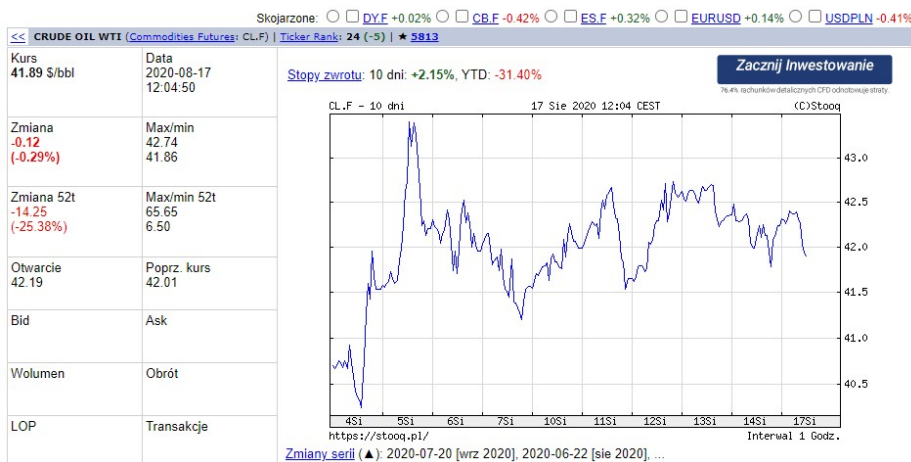
1940r. – Pomnik Adama Mickiewicza w Krakowie został zniszczony przez Niemców.

1998r. – W wypadku samochodowym pod Ostroficami w województwie zachodniopomorskim zginęli mistrzowie olimpijscy w lekkoatletyce: kulomiot Władysław Komar i tyczkarz Tadeusz Ślusarski.

..

Kursy walut (kursy średnie NBP)





Surowce >

Ropa brent	45,25 \$	baryłka	▼ -0,20%	17:36
Cyna	17960,00 \$	tona	▲ 0,39%	5 sie
Cynk	2370,00 \$	tona	▲ 2,86%	5 sie
Aluminium	1739,00 \$	tona	▲ 1,76%	5 sie
Pallad	2250,85 \$	uncja	▲ 0,90%	17:36
Płatyna	996,65 \$	uncja	▲ 0,32%	17:36
Srebro	28,10 \$	uncja	▲ 3,77%	17:36
Złoto	2054,20 \$	uncja	▲ 0,69%	17:36

Rozrywka

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

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: 0:1

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



Horoskop na dzisiaj

BARAN

Wygrasz w totka trzy i pół miliarda. Bardzo, ale to bardzo ucieszy to bliską Ci osobę, która odziedziczy te pieniądze, jako że ty dostaniesz zawału zaraz po losowaniu.

BYK

Awansujesz w pracy. Od tej chwili będziesz tak ciężko pracować, że zorientujesz się o co tak właściwie chodzi w życiu dopiero wtedy, kiedy już będzie za późno. Nie przejmuj się, twoi szefowie zarobią na tobie pieniądze i pełni wdzięczności będą Ci przysyłać z Florydy kartki z pozdrowieniami.

BLIZNIĘTA

W tym miesiącu zakocha się w Tobie osoba o jakiej tylko marzą inni. Kiedy zdecydujesz się już z nią zostać i spalisz za sobą wszystkie mosty okaże się, że ta zjawia jest, niestety, bezdennie głupia i na dodatek nie sposób jej się teraz pozbyć.

RAK

Doskonały czas na założenie własnego interesu. Raki właśnie teraz są pod wpływem szczęśliwej gwiazdy. Warto pożyczyć z banku dziesięć miliardów i zainwestować je. W przyszłym miesiącu natomiast kłopoty finansowe - bank poprosi o spłatę odsetek.

LEW

Lew, królewskie zwierze, powinien bardzo poważnie zastanowić się nad karierą polityczną. Niech więc nie zwlekając zacznie przygotowywać się do tej roli poprzez grzebanie w brudach, kłamanie osobom najbliższym i to koniecznie w żywe oczy, okopywanie znajomych rencistów i emerytów, obrzucanie

blotem sąsiadów, naciąganie na pieniądze rodziny, i kiedy będą mu pluli w twarz niech odpowie, że to deszcz pada.

PANNA

Dla osób spod tego znaku spokojny miesiąc - tak jak poprzedni i tak jak następny. Trochę emocji pod koniec marca, kiedy uświadomią sobie, że najbliższa zmiana w ich życiu, to emerytura i to bez względu na lata, jakie im jeszcze do niej zostały.

WAGA

Chyba powinna ucieszyć Cię wiadomość, że rodzina nareszcie doceni Twe wysiłki. W konsekwencji ich przejrzenia na oczy, w ciągu tygodnia, zostaniesz sam, jak palec.

SKORPION

Wreszcie upragniony, luksusowy samochód stanie się Twoją własnością. Wszyscy znajomi popękają z zazdrości! Ale pamiętaj, abyś w trakcie pilnowania go przywiązał się łańcuchem do koła na wypadek zaśnieżenia. Bądź też przezorny i kup broń, bo mafia potrafi być teraz bardzo brutalna.

STRZELEC

Tak długo oczekiwany wyjazd na wczasy wreszcie się urealni. Pojedziesz tam, gdzie zawsze chciałeś. Po powrocie pamiętaj, żeby robić zakupy tuż przed zamknięciem sklepu, bo wtedy czerstwy chleb jest przeceniany.

KOZIOROZEC

Wiele miłych wizyt. Każdego dnia odwiedzi Cię ktoś z dobrych znajomych. Nawet pieniędzy nie będziesz musiał wydawać, bo goście przychodzą z własnym alkoholem i zakąskami. Pod koniec miesiąca poproś lekarza, żeby Esperal wszył ci w pośladek, a nie pod pachę - pod pachę strasznie uwiera.

WODNIK

Przejdiesz metamorfozę. Bliska już wiosna całkowicie Cię odmieni - zarówno psychicznie, jak i fizycznie. Patrząc rano w lustro nie krzycz za głośno: "Tato, a co ty robisz w mojej łazience!", bo obudzisz rodzinę i ona też zacznie krzyżeć.

RYBY

Wreszcie uwolnisz się od problemu, jaki towarzyszy Ci już od dłuższego czasu. Dlatego lepiej, żebyś już teraz zaczął uczyć się grypsery. Przypomnij swojemu obrońcy, aby wyraźnie podkreślał, że uwalniałeś się od problemu w afekcie i będąc chwilowo niepoczytalnym.